

ローアー Oxford 6

取扱説明書

家庭用室内運動用具

特長

- ▶ 関節への負担を抑え、効率的な全身運動をサポート
- ▶ 静かなマグネット負荷で、音を気にせず、いつでも運動可能

CONTENTS

安全のためにお守りください	1
各部の名称	3
組立編	
同梱品の確認	4
組立手順	5
使いかた編	
ご使用前に	8
■ 設置のしかた	8
■ 本体の水平調節	8
■ 移動	9
■ 保管	9
コンソールの使いかた	10
ディスプレイの見かた	11
基本的な使いかた	12
ローアーの漕ぎかた	13
アカウント作成とネットワーク接続（初回のみ）	14
■ ViewFit アカウントの作成	14
■ 本製品をネットワークに接続	15
■ 本製品へのユーザーの登録	17
■ ユーザー情報の編集と削除	17
運動記録の見かた	18

プログラムで運動する	19
■ プログラムでの運動のしかた	19
■ プログラムの終了のしかた	19
■ 現在の設定の取り消しかた	19
■ P1：マニュアル（MANUAL）	20
■ P2：目標心拍数（THR）	20
■ P3：脂肪燃焼（FAT BURN）	22
■ P4：トレーニングインターバル（TRAINING INTERVAL）	23
■ P5：パフォーマンスインターバル（PERFORMANCE INTERVAL）	24
■ P6：距離目標（DISTANCE GOAL）	26
■ P7：レース（RACE）	26
心拍数センサーの使いかた（別売）	27

メンテナンス編

メンテナンスのしかた	27
------------	----

資料編

故障かなと思ったら	28
機械寸法	29
製品仕様	29
保証規定	29
保証書	29

このたびは、本製品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。
この製品は、ご家庭で手軽かつ安全にエクササイズができるように開発された高性能のローアーです。
安全に正しくご使用いただくために、ご使用前に必ず本取扱説明書をよくお読みください。
お読みになった後は、いつでもご覧いただけるように大切に保管してください。

保証書付き



安全のためにお守りください

警告記号の意味

本書では安全にお使いいただくために次のような表示をしています。表示内容をよく理解してお使いください。

危険		正しい取り扱いをしなければ、時には死亡に至ったり、重傷を負ったり、深刻な物的損害をもたらす恐れがあることを示します。
注意		正しい取り扱いをしなければ、時に軽傷・中程度の傷害を負ったり、物的損害を受ける恐れがあることを示します。
禁止		禁止（してはいけないこと）を示します。具体的な禁止内容は、文章で示します。
強制		強制（必ずすること）を示します。具体的な強制内容は、文章で示します。

危険

全般

- 本製品は家庭用です。業務用では使用しないでください。
- ペットおよび 14 歳以下のお子様を本製品に近づけたり、乗せたりしないでください。
- 本製品を勝手に改造、修理しないでください。
むやみにご自分で分解したり改造したりすると、火災や感電の原因となり大変危険です。

電源





- 濡れた手で電源プラグに触れないでください。
濡れた手で電源プラグの抜き差しをすると、感電等の原因となり大変危険です。
- 電源コードはコンセントに直接接続してください。延長コード、変圧器などは使用しないでください。
- 電源プラグを抜くときは、電源コードを引っ張らず、電源プラグを持って抜いてください。
- 次のような場合は電源を切って電源プラグを抜いてください。
 - ・長時間使用しない場合
 - ・保管する場合
 - ・移動する場合
 - ・お手入れをする時
- 本製品は必ず適正なコンセントにつないでください。

設置・使用

- 本製品に強い衝撃を与えたり、重い物を載せたりしないでください。
- ご使用前に、組立て箇所に緩みがないか必ず確認してください。
- 駆動部・回転部に物や指を近づけないでください。
- 次のような場所では設置、使用しないでください。
 - ・屋外
 - ・平坦でない場所
 - ・直射日光が当たる場所や温度が一定でない場所
 - ・湿気の多い場所や水滴等がかかる場所
 - ・周囲に燃えやすい物がある場所
- 子供や障がいのある方が近くにいる場所で使用する場合は、厳重な監督が必要です。機器の使用中は、幼いお子様やペットが機器から 3 メートル以内に近づかないようにしてください。
- 機器の内部や底に触れないようにしてください。また作動中に横転させないでください。
- 機器の組み立て、設置は、安定した平らな床面で行なってください。本体の左右と後ろ側に 60cm 以上のスペースを確保してください。











危険

健康・服装






-  回転部分に巻き込まれそうな服装で本製品を使用しないでください。ひも類のある服装は避けてください。
-  心臓病、呼吸器障害、高血圧ほか、身体に持病や障害のある方は、必ず医師にご相談のうえ、ご使用ください。
-  飲酒後の運動は絶対にしないでください。
-  胸の痛み、吐き気、めまい、息切れ等を感じたときは、直ちに使用を中止し、医師の診断を受けてください。

注意







使用

-  本製品は、取扱説明書に従って正しくご使用ください。
-  本製品を他の用途に使用しないでください。
-  本製品を2人以上で同時に使用しないでください。
-  体重 159kg を超える人は使用しないでください。
-  開口部にものを落としたり詰めたりしないでください。内部にものを落とした場合は、使用を止めて注意して取り出してください。取り出しが難しい場合は、弊社または販売代理店に連絡してください。
-  正常に作動していないときや破損した場合、水に濡れた場合は使用しないでください。弊社または販売代理店に送り、修理を依頼してください。
-  エアゾール（スプレー）製品が使用されている場所ないし酸素が投与されている場所では使用しないでください。
-  側面のカバーは外さないでください。資格のある修理技師以外は検査修理を行なわないでください。
-  ハンドルバーを離す前にフックに取り付けてください。
-  コンソールにハンドルバーがぶつからないようにしてください。

運動

-  ハンドルレバーを極端に上下に引っ張った使い方はしないでください。コードが損傷して、ケガにつながる危険があります。
-  運動前に必ずストレッチ、準備体操を行ってください。運動は、なるべく食後 1 ～ 2 時間後に行なってください。食後すぐの運動および運動後 30 分以内の食事はお控えください。
-  運動靴を履き、運動に適した服装でご使用ください。
-  運動量は徐々に増やし、無理をしないでください。
-  本製品は家庭用のトレーニングマシンですので、連続 99 分以上の使用はおやめください。

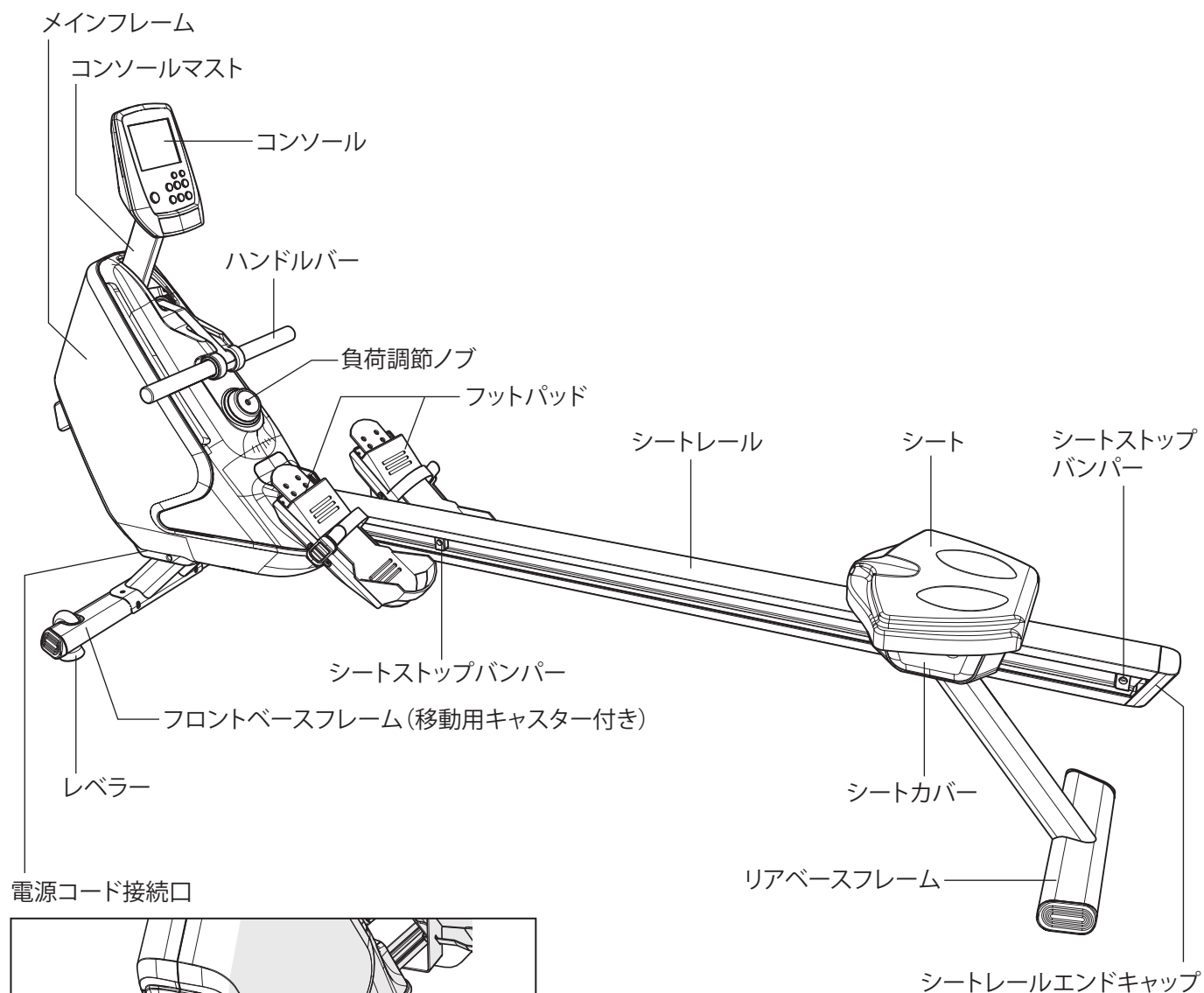
機材

-  接地部のがたつきや各部に緩みがないか確認、調節してご使用ください。
-  取扱説明書のメンテナンス部分の指示に従って適切なメンテナンスを行なってください。
-  本機器を改造した場合は保証が無効となる場合があります。
-  電源コードや差し込み口に損傷がある場合は、ただちに機器の使用を中止してください。
-  機器が正常に動作しない場合、水没した場合は、ただちに使用を中止してください。
-  ご使用前に必ず各調節部の締付けを確認してください。

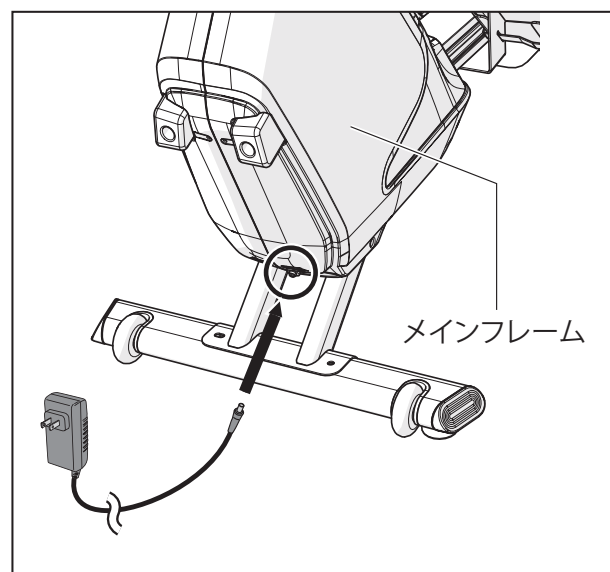


各部の名称

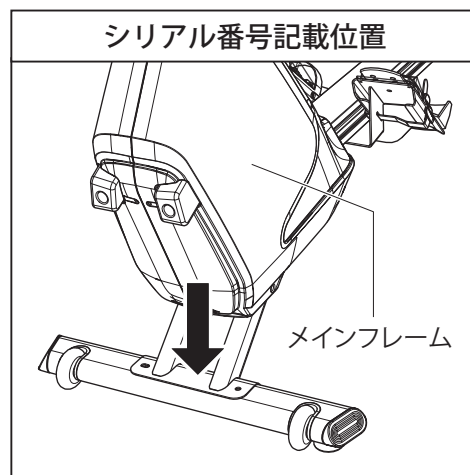
組立が完成すると次図のような形状になります。



電源コード接続口



シリアル番号記載位置





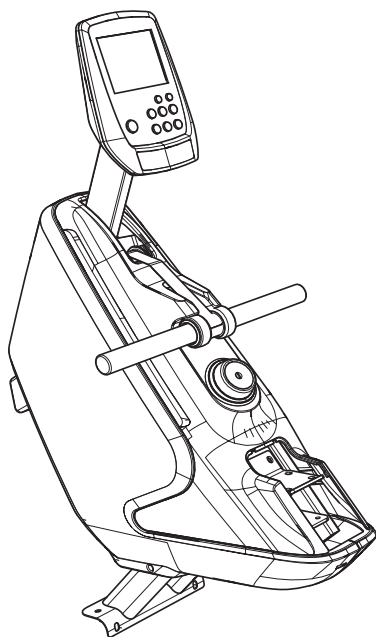
組み立てる前に、取扱説明書をお読みください。組み立ては本機器を使用する場所の近くで行なってください。

ご注意

- 本書の説明手順を守り、すべての部品をしっかりと組み付け、固定してください。
- 部品は重いのでなるべく2人以上で組立作業を行なってください。
- 指などを部品に挟まないように十分ご注意ください。

以下の同梱品が揃っていることをご確認ください。不足品、不良品等がある場合はカスタマーサービスにご連絡ください (P.29)。

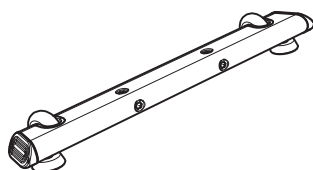
メインフレーム



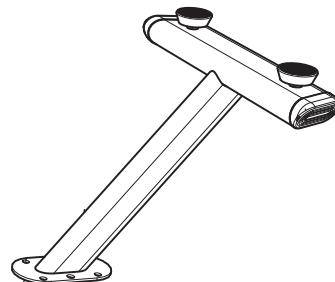
シートレール



フロントベースフレーム



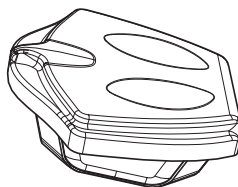
リアベースフレーム



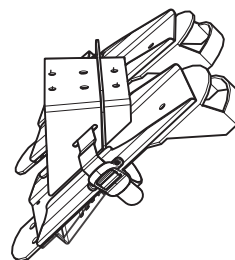
シートレールエンドキャップ



シートフレーム



フットパッド



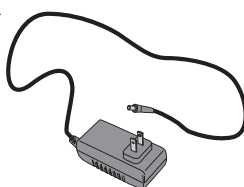
メインフレームカバー



組立用部品 × 一式 (組立キット)



電源コード



※本製品以外では使用しないでください

取扱説明書 (本書)





組立手順

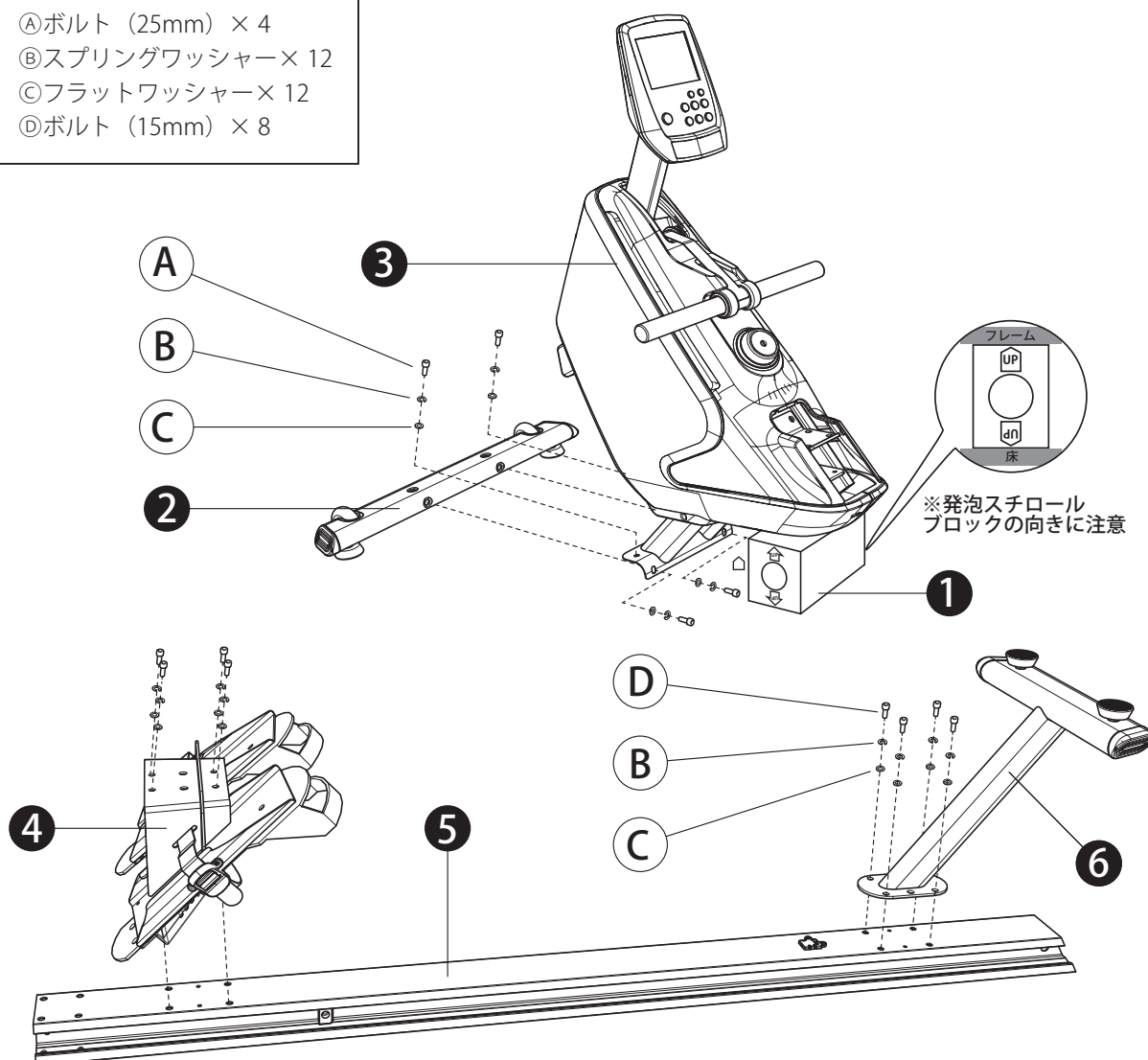
参 考 組立の際は、ボルトを仮締めで固定してください。すべての部品が組み上がってから増し締めして固定します。

STEP 1

- 1 ハードウェアバック (Step1) を開けます。
ダンボールから発泡スチロールブロック**①**を取り出し、図のようにメインフレーム**③**の下に置いて安定させます (ブロックの「UP」の矢印がタテになる向きで置いてください)。
- 2 ボルト (25mm) **①**、スプリングワッシャー**②**、フラットワッシャー**③**各4つで、フロントベースフレーム**④**をメインフレーム**③**に取り付けます。
- 3 ボルト (15mm) **④**、スプリングワッシャー**②**、フラットワッシャー**③**各4つで、フットパッド**⑤**をシートレール**⑥**に取り付けます。
- 4 ボルト (15mm) **④**、スプリングワッシャー**②**、フラットワッシャー**③**各4つで、リアベースフレーム**⑦**をシートレール**⑥**に取り付けます。

ハードウェアバック (Step1)

- ①ボルト (25mm) × 4
- ②スプリングワッシャー × 12
- ③フラットワッシャー × 12
- ④ボルト (15mm) × 8





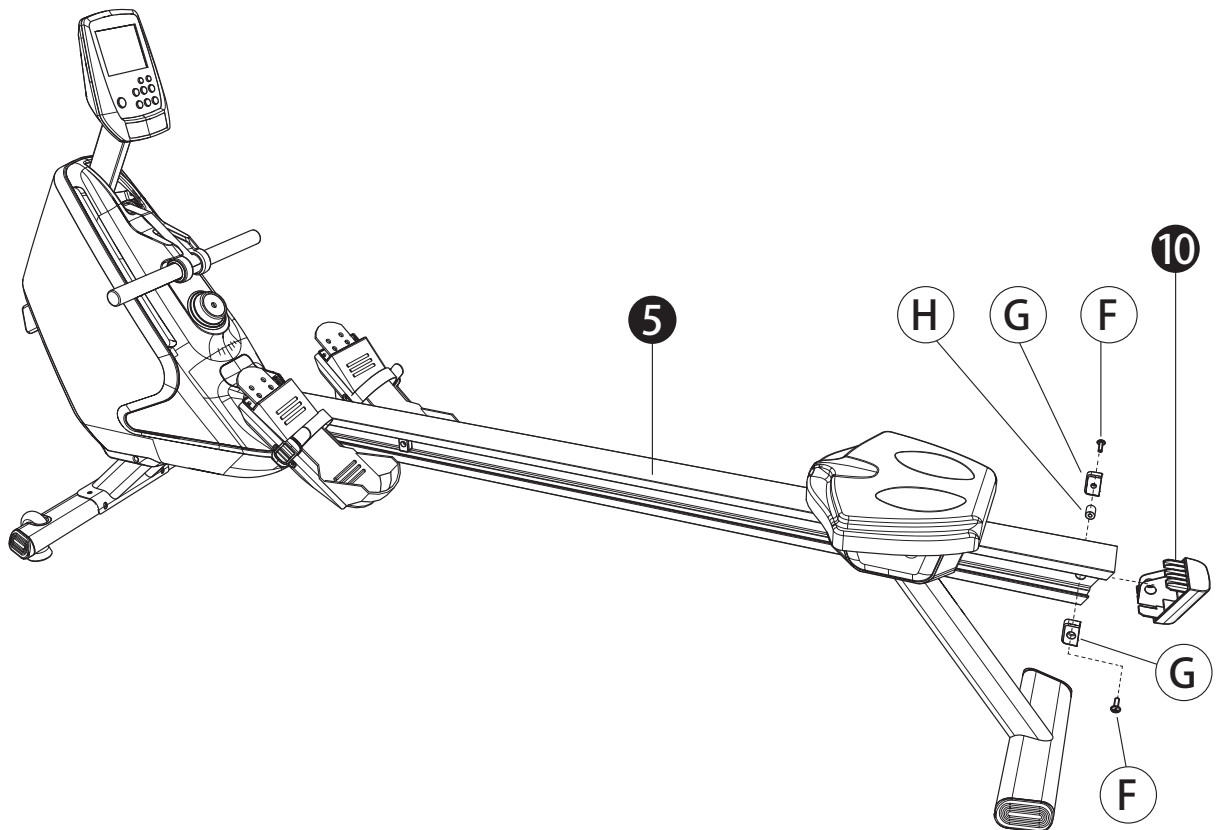
STEP 3

- 1 ハードウェアバック (Step3) を開けます。
- 2 シートレールエンドキャップ⑩をシートレール⑤に差し込みます。
- 3 ボルト⑥ 2 個とブッシング⑧ 1 個で、シートストップバンパー⑦ 2 個をシートレール⑤に取り付けます。

すべての取り付けが完了したら、各部を増し締めしてがたつきがないことを確認します。

ハードウェアバック (Step3)

- ⑥ボルト (15L) × 2
- ⑦シートストップバンパー× 2
- ⑧ブッシング× 1



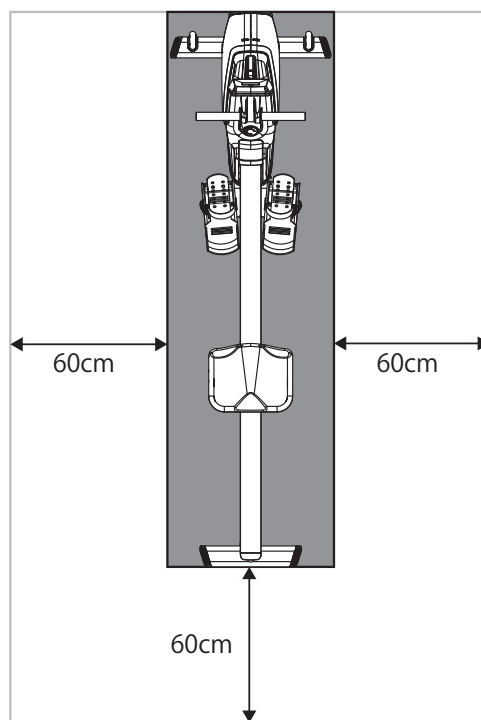


最初にご使用になる前に

- ・心臓病、呼吸器障害、高血圧ほか、身体に持病や障害のある方は、必ず医師にご相談のうえ、ご使用ください。
- ・極端に後ろに倒れた姿勢をとったり、座面から飛び降りたりすると、けがの原因になることがあります。
- ・毎回エクササイズのはじめに、ウォーミングアップとして、軽いローイングを数分行なってください。
- ・エクササイズは徐々に強度を高めてください。身体を新たなエクササイズに慣らすため、初日のローイングは5分以内にしてください。
- ・最初の2週間で徐々にローイングの時間と強度を上げてください。全力で漕ぐのは、ローイングに慣れ、少なくとも1週間継続した後にしてください。他のエクササイズと同様、時間と強度を急激に増やしたり、ウォームアップをきちんとしなかったりした場合は、けがをする可能性が高まります。
- ・適度な有酸素運動をするための最適負荷設定は6～10の範囲です。負荷設定を高くしすぎると、運動量が減少しけがの原因にもなるため、逆効果です。
- ・24～30SPM(ストローク/分)を目指してください。

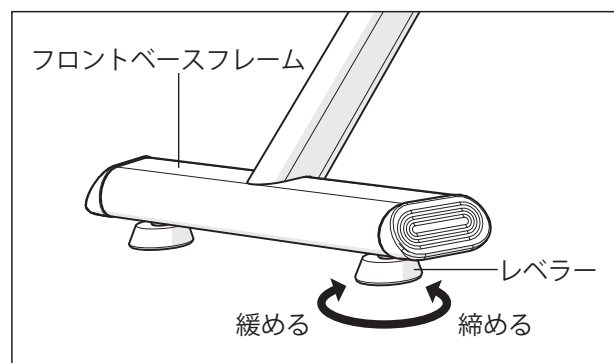
設置のしかた

本体は安定した平らな場所に設置してください。
設置する時は、本体の左右と後ろ側に60cm以上のスペースを確保してください。



本体の水平調節

本体がガタついたり水平でない場合は、フロントベースフレーム底面の2個のレベラーを左右に回して調整します。



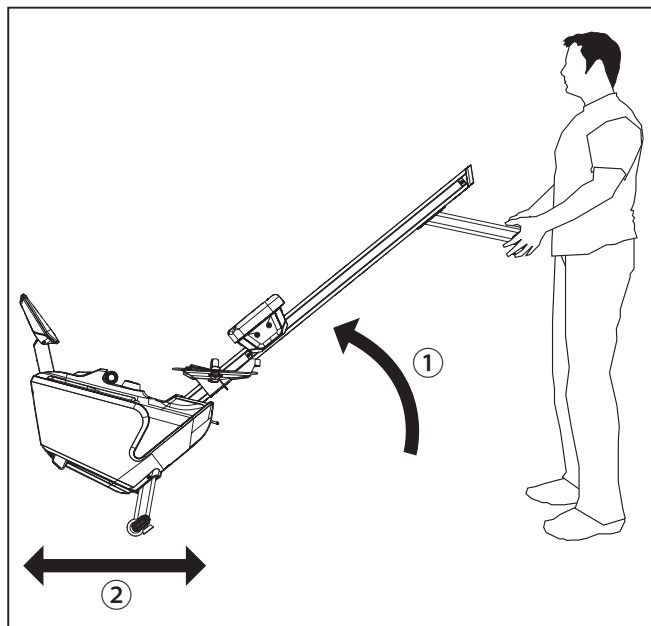


移動

移動時には、リアベースフレームをしっかり持って上方に持ち上げ（①）、フロントベースフレームに付属するキャスターを使用して移動します（②）。

警告

- ・無理な体勢で持ち上げたりしないでください。
- ・本体は重いので、1人での移動や持ち上げが難しい方は、必要に応じて手助けを求めてください。
- ・インストラクションに従わない場合は、けがにつながる恐れがあります。

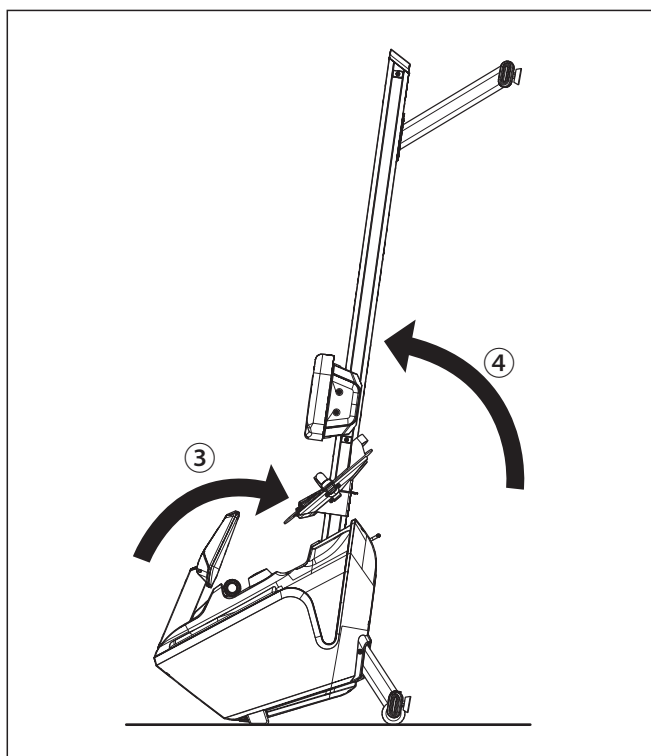


保管

コンソールを倒し（③）、フレームを立てて（④）保管します。

ご注意

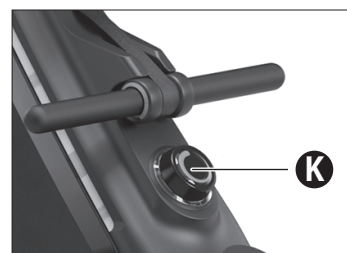
- ・本製品を立てた状態で収納する場合、注意事項を守ってください。
- ・このローアーに予期せず接触すると転倒する可能性があります。
- ・本体を立てて保管する場合は、予期せぬ接触や転倒を避けるため、必ず保護された安全な場所に置いてください。
- ・本体を収納したり出したりする時以外は、立てて収納してあるローアーに人が近づかないようにしてください。





コンソールの使いかた

参 考 出荷時、コンソール上には薄い保護シートが貼られています。剥がしてから使用してください。

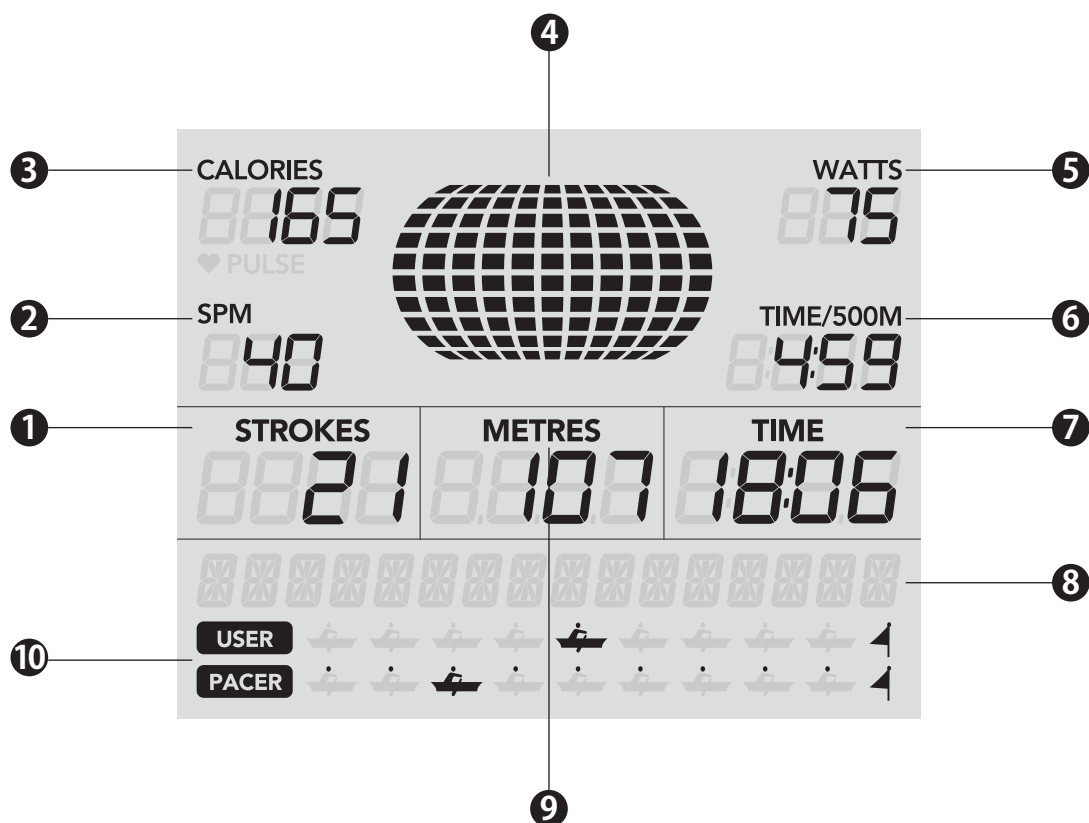


A	LCD ディスプレイ	各種情報が表示されます。
B	ホームボタン	ユーザー選択画面に戻ります。
C	Wi-Fi 接続ボタン	本製品を Wi-Fi に接続します (P.14 参照)。
D	－ / ＋ボタン	各種プログラム設定や負荷レベルなどの値を変更します。
E	入力ボタン	プログラム設定で確定を行ないます。
F	バックボタン	プログラム設定で、一つ前の画面に戻ります。長押しすると、コンソールの設定をリセットします。
G	ストップボタン	運動を終了します。
H	一時停止ボタン	運動中に押すと一時停止します。もう一度押すと運動を再開します。一時停止のまま 5 分間経過するとディスプレイがリセットされます。
I	スタート (クイックスタート) ボタン	運動 (またはプログラム) を開始します。押してから 3 カウント後に開始されます。
J	エコモードライト	本製品がエコモード (省エネ) になると点灯します。15 分間使用しない状態が続くと自動でエコモードに入ります。いずれかのボタンを押すと通常モードに復帰します。
K	負荷レベル調節ノブ	負荷レベルを調節します。時計回りに回すと上がり、反時計回りに回すと下がります。



ディスプレイの見かた

状況に合わせていろいろな情報が表示されます。



①	ストローク	ストローク数（漕いだ回数）を表示します（最大 9900 回）。または、設定した値からカウントダウンします。
②	SPM	1 分間あたりのストローク数（漕ぐ回数）を表示します（Stroke Per Minute）。
③	カロリー / 心拍数	運動中の消費カロリーと心拍数を表示します。心拍数を感知できないときは、カロリーだけが表示されます。 ☑ ボタンでカロリーと心拍数の表示を切り替えます。
④	プロファイルディスプレイ	ワットと SPM に基づいた運動強度を表示します。
⑤	ワット※	運動中のワット数を表示します。
⑥	タイム / 500M	500 メートルに到達するまでの予測タイムを表示します。
⑦	タイム	運動時間の合計を表示します（最大 99 分 59 秒）。または、設定した値からカウントダウンします。
⑧	メッセージバー	インストラクションメッセージが表示されます。
⑨	メートル	運動距離を表示します。または、設定した値からカウントダウンします。9999 メートルを超えると単位がキロメートルに切り替わってカウントを続けます。例えば、10.0 という表示は 10000 メートルを表わします。
⑩	レースダイアグラム	「レース」プログラムで運動中に、ユーザーとペーサー（コンピューター）の競争状況を表示します。

※ ワットとは、仕事率や電力を表わす単位です。

ディスプレイ上のワットは、現在の SPM・負荷レベルから計算して何 W に相当するかを示します。

1W は毎秒 1J の運動を指し、1J は約 102g の物体を垂直方向に 1m 持ち上げるのに必要な仕事量です。

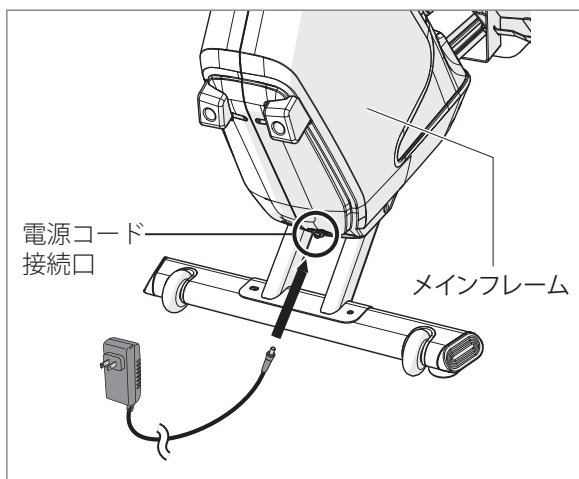
ブレーキシステム：本製品は、負荷レベルの調節にマグネット負荷を使用しています。



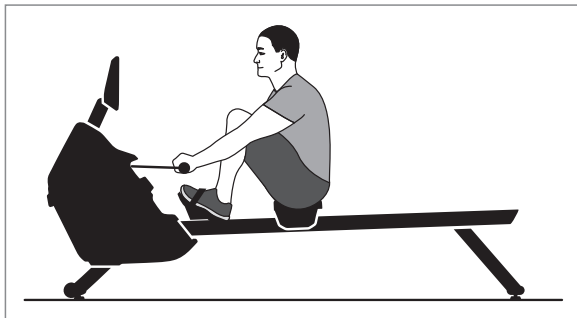
基本的な使いかた

ご注意 運動を始める前に、動く範囲に邪魔になるものがないか確認してください。

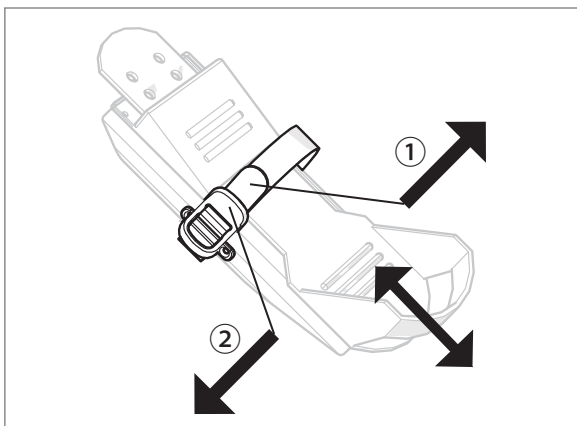
- 1** 電源コードを接続します。
※本製品には電源スイッチはありません。






- 2** シートに座って、ハンドルグリップを握ります。






- 3** ペダルに足を入れて、ペダルの高さストラップを調節します。
ストラップの端を引くと締まります (①)。プラスチックのクリップを引くと緩みます (②)。ペダルのかかと部分を上下に動かして調節します。





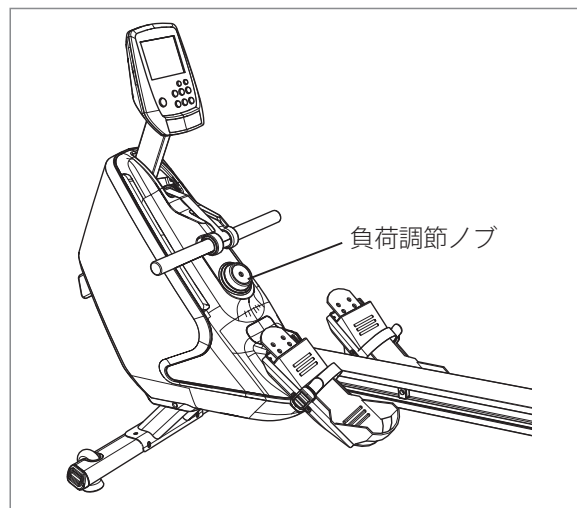
- 4** ディスプレイに「SELECT USER」と表示されたら、スタートボタン  を押してクイックスタートします。


または、ユーザー登録している場合は   ボタンでユーザー名を選択して  ボタンを押します。


  ボタンでプログラムの各種設定をして  ボタンを押すと、プログラムがスタートします。

- 5** 3カウント後に運動が開始されます。
運動のしかたは、次ページの「ローアーの漕ぎかた」を参照してください。

- 6** 負荷調節ノブまたは   ボタンで運動の負荷を調節します。時計回りに回すと上がり、反時計回りに回すと下がります。



- 7** 運動を終了するときは、停止ボタン  を押します。

一時停止するときは、一時停止ボタン  を押します。



ローアーの漕ぎかた

ローイング運動のストロークは、次の4つのフェーズに分けられます。

<p>① CATCH (キャッチ)</p> 	<p>ハンドルバーを両手で等間隔になるように握ります。シートを前に出し、しっかりひざを曲げて、胸を引き寄せます。 腕は前に伸ばし、やや前傾姿勢になるようにします。</p>
<p>② DRIVE (ドライブ)</p> 	<p>脚でフットプレートを蹴り出し、脚が真っ直ぐになる直前まで伸ばします。腕は自然に身体についてくるようにします。</p> <div><p>ご注意</p><p>ハンドルレバーを極端に上下に引っ張った使い方はしないでください。コードが損傷して、ケガにつながる危険があります。</p></div>
<p>③ FINISH (フィニッシュ)</p> 	<p>脚を伸ばしたまま、ハンドルバーを腹部まで引き付けます。上半身は90度よりわずかに後方になるまで傾けます。</p>
<p>④ RECOVERY (リカバリー)</p> 	<p>腕を伸ばしながら膝を徐々に曲げ、上半身をやや前に傾けながら、シートを最初の位置に戻します。</p>



アカウント作成とネットワーク接続（初回のみ）

弊社のインターネットサービスである「ViewFit」に接続してお客様のアカウントを登録します。
本製品で運動した記録は Wi-Fi 接続により自動的に ViewFit に記録されます。記録されたデータはスマートフォンやタブレットのアプリで、いつでも見ることができます。
次の手順で操作します。

ViewFit サイトで
お客様のアカウントを作成

本製品を Wi-Fi に接続

本製品にアカウントを登録

参 考 アカウントを登録せずに運動することもできますが、その場合、運動の結果を記録することはできません。

▶ 用意するもの：Wi-Fi 接続できるパソコン、タブレット、スマートフォン

ViewFit アカウントの作成



パソコン等での作業

- 1 Web ブラウザーで ViewFit サイト (<https://viewfit.com/ja/>) にアクセスします。



Horizon Fitness
YouTube公式チャンネル

「ViewFitの接続方法」の動画は
こちらのQRコードから



ViewFitサイト
<https://viewfit.com/ja/>



- 2 ViewFit サイトで「アカウントを作成」をクリックします。



アカウントを作成

- 3 必要事項を入力します。生年月日、体重などの他、次の情報を入力します。

xID	10～14桁の数字で指定します。これがアカウントになります。 ※一桁目は0（ゼロ）以外の数字を指定してください。 ※他のユーザーが登録しているIDは使用できません。
パスコード	4桁の数字でパスコードを指定します。
名前	氏名をアルファベットで指定します。この名前がディスプレイに表示されます。 ※日本語（漢字・かな）でも入力できますが、日本語の場合は本製品のディスプレイに表示されません。

アカウントを作成

xID

性別 ☐ 女性 ☐ 男性

測定単位 ☐ ヤード・ポンド系/米 ☐ メートル法

単位

生年月日

体重

言語

パスワード

パスワードを確認

メール

名

姓

☐ サービス利用規約に同意します。

アカウントを作成

最後に「サービス利用規約に同意します」をチェックして「アカウントを作成」をクリックします。

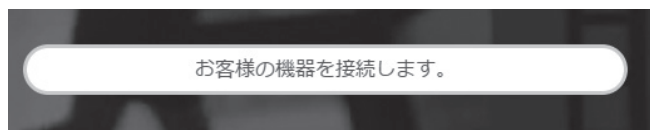
■ 本製品をネットワークに接続

最初に 1 回設定すると、以降は電源を入れるだけで自動的に接続します。



パソコン等での作業

- 1 ViewFit サイト (<https://viewfit.com/ja/>) で「お客様の機器を接続します。」をクリックします。
- 2 右の画面が表示されたら「いいえ」をクリックします。
- 3 アカウント (xID) とパスコードを入力して「サインイン」をクリックします。



タッチパネル式ディスプレイは搭載されていますか。

タッチ画面がある場合、設備をViewFitに接続する方法を表示するためには「はい」をクリックします。取扱説明ビデオを参照するためのリンクが表示されます。タッチパネル式ディスプレイが搭載されていない場合は、【いいえ】をクリックして続行します。

☐ はい ☒ いいえ



サインイン

xID

パスコード

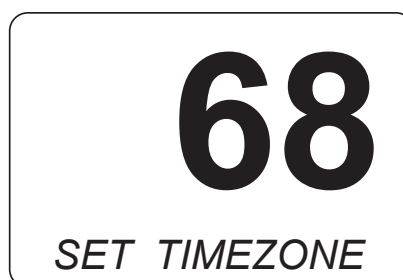
パスコードを忘れた場合 新しいものをリクエストしてください。

サインイン



本製品での作業

- 4 本製品の電源が入っていることを確認して、コンソールの Wi-Fi 接続ボタン  を約 3 ～ 5 秒間長押しします。
- 5   ボタンでタイムゾーン番号を選択します。日本のタイムゾーンは「68」です。
※日本以外のタイムゾーンは以下を参照してください。
https://viewfit.com/files/viewfit_time_zones.pdf
- 6 画面に「Activated」と表示されたら Wi-Fi 接続準備が完了です。





- 7 ViewFit サイトで「次のステップ」をクリックします。

- 8 Wi-Fi 接続先を「OXFORD6」に変更します。

パソコン：

ステータスバーの Wi-Fi マークから選択

タブレット / スマートフォン：

設定アイコンの Wi-Fi ネットワークリストから選択

- 9 ViewFit サイトで「次のステップ」をクリックし、Wi-Fi 一覧を表示します（手順 10 で正しく選択されていないと本製品がサーバーに接続されません）。

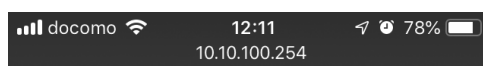
- 10 ご自宅でお使いの Wi-Fi を選択します。パスワードを入力して「Connect」→「Next」をクリックします。

以上でアカウントの作成と本製品の Wi-Fi 接続が完了しました。この作業は最初の 1 回だけで、これ以降は自動的に接続されます。

機器をアクティベートするためのインストラクション

- 上下の矢印ボタンを「ユーザーの編集」と表示されるまで押し続ける。
- 表示画面の Wi-Fi ボタンを押し続ける。
- タイムゾーンをタイムゾーンテーブルの中から選ぶ。「エンター」を押す。
- 表示画面に「アクティベート」と表示される。
- これで機器はアクティベートされ、自宅の Wi-Fi ネットワークに接続することができます。
- 続行するには「次のステップ」をクリックします。

次のステップ



Wi-Fi setup

Select Your Wireless Network

Select the wireless network that you would like your machine to use when sending and receiving workout data to and from the Internet. If you do not see the wireless network you wish to join, click “Other” to enter it manually. Then enter your wireless network password and click on the Connect button.

Available Wireless Networks

iPhone

ViewFit-Comfort7

Jht-Guest02

ご自宅でお使いの Wi-Fi を選択

■ 本製品へのユーザーの登録

作成したアカウントを本製品に登録します。

参 考

- ・登録前に Wi-Fi 接続を完了しておいてください。
- ・1 台につき 4 人までアカウント (xID) を登録できます。

- 1 初期画面「SELECT USER」で、**− +** ボタンでユーザー番号 (1 ~ 4) を選択し、**✓** ボタンで決定します。
※「Updating User Info」の表示が消えてから選択してください。

SELECT USER

USER 1

- 2 アカウント (xID) の数字を **− +** ボタンで入力し、**✓** ボタンで決定します。数字は 1 桁ずつ入力して決定します。

ENTER xID

8012345678

- 3 4 桁のパスコードを **− +** ボタンで入力し、**✓** ボタンで決定します。数字は 1 桁ずつ入力して決定します。
「WELCOME」と表示されたら登録は完了です。
次回以降は「SELECT USER」で名前を選択して運動します。

PASSCODE

1234

■ ユーザー情報の編集と削除

本製品に登録したユーザーの編集と削除ができます。「ユーザー選択 (SELECT USER)」画面で **− +** ボタンを使って次の機能を選択します。

- ・ユーザーの削除 : DELETE A USER
- ・ユーザー情報の編集 : EDIT A USER

DELETE A USER



運動記録の見かた

ViewFit アカウントでマシンにログインすると運動記録が自動的に記録されます。スマートフォンやタブレットのアプリで記録を確認したり共有したりすることができます。

※ Wi-Fi 設定が完了している必要があります (P.15)。

- 1 iOS (App Store)、Android (play ストア) で「ViewFit」で検索してアプリをインストールします。



iOS



Android

- 2 「ViewFit」をタップしてアプリを起動し「xID でログインする」をタップします。

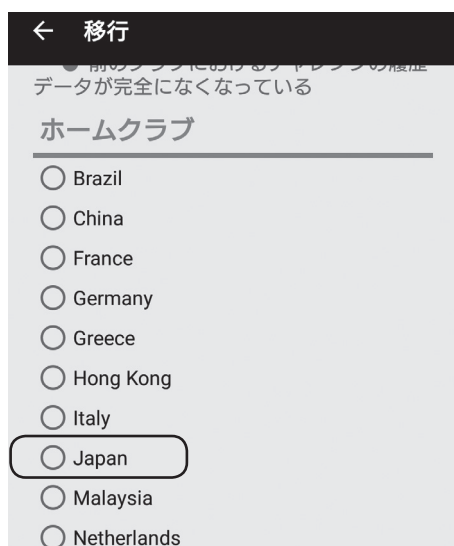
- 3 xID、パスコードを入力して「サインイン」をクリックします。

xID

Passcode

サインイン

- 4 「ホームクラブ」で「Japan」を選択して「✓」をタップします (初回のみ)。



- 5 「アプリに進む」をタップすると ViewFit アプリが表示されます。

- ViewFit と同期するアプリを設定します。
- 同期しているアプリを含むワークアウト記録を見ることができます。
- マシンでのワークアウト記録を確認できます。週単位、月単位などで見することもできます。



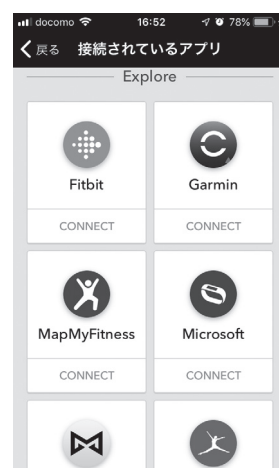
目標を設定し達成度をチェックします。

ワークアウトを手動で記録することができます。

チャレンジに参加して世界中のユーザーと競い合ったりすることができます。

※ 「接続されているアプリ」を選択すると、各種アプリと運動記録を連携することができます。

※ 対応するアプリは変更される場合があります。





プログラムで運動する

本製品には 7 カテゴリー（12 種類）の運動プログラムが用意されています。

プログラム名			運動内容	参照ページ
P1	マニュアル (MANUAL)		時間と負荷を設定	👉 P.20
P2	目標心拍数 (THR)	目標最大心拍数 (MAX HEART RATE)	心拍数をベースにしたワークアウト	👉 P.21
		目標心拍数パーセント (TARGET HEART RATE)		👉 P.21
P3	脂肪燃焼 (FAT BURN)		脂肪燃焼を目指すワークアウト	👉 P.22
P4	トレーニングインターバル (TRAINING INTERVALS)	タイムインターバル (TIME INTERVAL)	フィットネスレベル改善のワークアウト	👉 P.23
		距離インターバル		👉 P.23
P5	パフォーマンスインターバル (PERFORMANCE INTERVAL)	エンドウランスインターバル (ENDURANCE INTERVAL)	フィットネスレベル改善のワークアウト	👉 P.24
		スピードインターバル (SPEED INTERVAL)		👉 P.25
P6	距離目標 (DISTANCE GOAL)		身体を追い込む高次元のワークアウト	👉 P.26
P7	レース (RACE)	Beginner (初級)	コンピューターと競争するワークアウト	👉 P.26
		Intermediate (中級)		
		Advanced (上級)		

■ プログラムでの運動のしかた

- 1 **➖ ➕** ボタンを押してご希望のプログラムを選択し、**✔** ボタンを押して決定します。
- 2 プログラムの設定をします。**➖ ➕** ボタンで選択し、**✔** ボタンで決定します。
- 3 ディスプレイに「START ROWING」が表示されたら運動を開始します。3 カウント後に、運動プログラムがスタートします。
- 4 運動中、ボタンまたは負荷レベル調節ノブを使って、いつでも負荷レベルを調節できます。

P3

FAT BURN

■ プログラムの終了のしかた

プログラムを途中で終了する場合は、**■** ボタンを押します。

運動プログラムを最後まで終了すると、ディスプレイに「WORKOUT COMPLETE」と表示されてピープ音が鳴ります。運動履歴がコンソールに 30 秒間表示されて、リセットされます。

■ 現在の設定の取り消しかた

現在のプログラム選択や画面をリセットする場合は、**⏮** ボタンを 3 秒間長押しするか、**■** ボタンを押します。

■ P1：マニュアル（MANUAL）

- 1 **− +** ボタンで「MANUAL」を選択して **✓** ボタンを押します。
- 2 **− +** ボタンで運動時間（5 ～最大 99 分）を設定して **✓** ボタンを押します。
- 3 **− +** ボタンで負荷レベル（1 ～ 20）を設定して **✓** ボタンを押します。
- 4 「START ROWING」と表示されたら運動を開始します。

■ P2：目標心拍数（THR）

心拍数を感知して負荷レベルを調節します。

参 考 心拍数プログラムで運動する際は、別売の心拍数センサー（チェストランスマITTER）が必要になります（☞ P.27 参照）。

最大心拍数、目標心拍数は次の方法で計算します。

・最大心拍数の計算方法

最大心拍数は「220 − 年齢」で簡易的に計算します。
 （例：30 歳） $220 - 30 = 190$ 拍

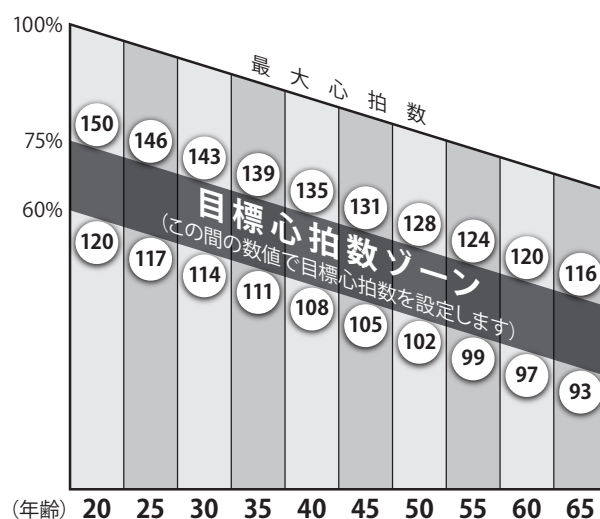
・目標心拍数の計算方法

最大心拍数に対する百分率で目標心拍数を計算します。
 （例：30 歳 / 55% の場合） $(220 - 30) \times 0.55 = 105$ 拍

心拍数プログラムには、最初と最後に 4 分間のウォームアップとクールダウンが含まれています。4 分間のウォームアップ終了後、目標心拍数に近づけるように、負荷レベルが自動的に調節されます。

心拍数が感知できない場合は、同じ負荷レベルが 60 秒間続いた後、最小の負荷レベル 1 に到達するまで 10 秒ごとに負荷レベルが 1 ずつ減少します。

心拍数プログラムでは、設定した目標心拍数を 25 拍超えると、安全のためにプログラムが停止します。















◎心拍数のめやす

心拍数ゾーン	運動時間	心拍数（30 歳例）	お勧め
大変きつい 90 ～ 100%	5 分以下	171 ～ 190	高いフィットネスレベル、アスリート
きつい 80 ～ 90%	2 ～ 10 分	152 ～ 171	短時間の運動
ふつう 70 ～ 80%	10 ～ 40 分	133 ～ 152	適度な長時間運動
軽い 60 ～ 70%	40 ～ 80 分	114 ～ 133	長時間または短い運動を繰り返す
とても軽い 50 ～ 60%	20 ～ 40 分	104 ～ 114	体重管理やアクティブリカバリー
















●目標最大心拍数（MAX HEART RATE）

設定した目標最大心拍数を維持するように負荷レベルが自動的に変化します。

- 1   ボタンで「THR」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンで「MAX HR」を選択して  ボタンを押します。
- 3   ボタンで運動時間（15 ～最大 99 分）を設定して  ボタンを押します。
- 4   ボタンで目標最大心拍数（50 ～最大 190）を設定して  ボタンを押します。
- 5 「START ROWING」と表示されたら運動を開始します。

●目標心拍数パーセント（TARGET HEART RATE）

設定した目標心拍数パーセントを維持するように負荷レベルが自動的に変化します。

- 1   ボタンで「THR」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンで「TARGET HR」を選択して  ボタンを押します。
- 3   ボタンで運動時間（15 ～最大 99 分）を設定して  ボタンを押します。
- 4   ボタンで年齢（14 ～最大 99）を設定して  ボタンを押します。
- 5 最大心拍数の何 %（30 ～ 100%）を目標心拍数にするかを   ボタンで設定して  ボタンを押します。
- 6 「START ROWING」と表示されたら運動を開始します。

■ P3：脂肪燃焼（FAT BURN）

負荷レベルの増減により、体重減少に適した運動プログラムです。
最初と最後に 4 分間のウォームアップとクールダウンが含まれます。
運動セグメントの長さは「設定した運動時間 - 8 分」になります。
下表のように負荷レベルが自動的に変化します。

		ウォームアップ		運動セグメント - 繰り返し												クールダウン	
秒		120	120													120	120
セグメント		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
レベル 1	負荷	1	4	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	4	1
レベル 2	負荷	1	4	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	4	1
レベル 3	負荷	3	5	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	5	3
レベル 4	負荷	3	6	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	6	3
レベル 5	負荷	4	6	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	6	4
レベル 6	負荷	4	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	4
レベル 7	負荷	5	8	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	8	5
レベル 8	負荷	5	9	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	9	5
レベル 9	負荷	6	9	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	9	6
レベル 10	負荷	6	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	10	6
レベル 11	負荷	8	10	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	10	8
レベル 12	負荷	8	11	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	11	8
レベル 13	負荷	9	11	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	11	9
レベル 14	負荷	9	13	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	13	9
レベル 15	負荷	10	13	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	13	10
レベル 16	負荷	10	14	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	14	10
レベル 17	負荷	11	14	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	14	11
レベル 18	負荷	11	15	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	15	11
レベル 19	負荷	13	15	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	15	13
レベル 20	負荷	14	19	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	19	14

























- 1 ボタンで「FAT BURN」を選択して ボタンを押します。
- 2 ボタンで運動時間（15 ～最大 99 分）を設定して ボタンを押します。
- 3 ボタンでレベル（L1 ～ 20）を選択して ボタンを押します。
- 4 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

■ P4 : トレーニングインターバル (TRAINING INTERVAL)

負荷レベルの強弱とインターバル数を、自由にカスタマイズできるインターバルプログラムです。

























●タイムインターバル (TIME INTERVAL)

時間と負荷レベルを設定してインターバル運動を行ないます。

- 1   ボタンで「TRAINING INTERVALS」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンで「TIME INTERVALS」を選択して  ボタンを押します。
- 3   ボタンで「SET TRAINING INTERVAL」を選択して  ボタンを押します。
- 4   ボタンでインターバル数 (1 ~ 15) を選択して  ボタンを押します。
- 5   ボタンで、1 セット目の低負荷運動 (リカバリー) 時の運動時間 (10 秒 ~ 3 分) を選択して  ボタンを押します。
- 6   ボタンで、1 セット目の低負荷運動 (リカバリー) 時の負荷レベル (1 ~ 20) を選択して  ボタンを押します。
- 7   ボタンで、1 セット目の高負荷運動時の運動時間 (20 秒 ~ 10 分) を選択して  ボタンを押します。
- 8   ボタンで、1 セット目の高負荷運動時の負荷レベル (1 ~ 20) を選択して  ボタンを押します。
- 9 手順 4 で設定したインターバル数に応じて、手順 5 ~ 8 を繰り返して設定します。
- 10 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

●距離インターバル (DISTANCE INTERVAL)

距離と負荷レベルを設定してインターバル運動を行ないます。

- 1   ボタンで「TRAINING INTERVALS」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンで「DISTANCE INTERVALS」を選択して  ボタンを押します。
- 3   ボタンで「SET TRAINING INTERVAL」を選択して  ボタンを押します。
- 4   ボタンでインターバル数を選択して  ボタンを押します。
- 5   ボタンで、1 セット目の低負荷運動 (リカバリー) 時の運動距離 (50 ~ 250 メートル) を選択して  ボタンを押します。
- 6   ボタンで、1 セット目の低負荷運動 (リカバリー) 時の負荷レベル (1 ~ 20) を選択して  ボタンを押します。
- 7   ボタンで、1 セット目の高負荷運動時の運動距離 (100 ~ 1,000 メートル) を選択して  ボタンを押します。
- 8   ボタンで、1 セット目の高負荷運動時の負荷レベル (1 ~ 20) を選択して  ボタンを押します。
- 9 手順 4 で設定したインターバル数に応じて、手順 5 ~ 8 を繰り返して設定します。
- 10 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

■ P5：パフォーマンスインターバル (PERFORMANCE INTERVAL)

フィットネスレベルを改善する体重減少に最適なプログラムです。

運動時間に応じて、下表のように負荷レベルが自動的に変化します。最初と最後に 4 分間のウォームアップとクールダウンが含まれます。

● エンドウーランスインターバル (ENDURANCE INTERVAL)

負荷レベルの強弱がゆるやかに変化するプログラムです。全 8 セグメントで構成されており、セグメントごとに負荷レベルが上がり、5 セッションめで最高になります。その後、負荷レベルは下がっていきます。1 セグメントの長さは 30 秒で、設定した運動時間により運動セグメントが繰り返されます。

		ウォームアップ				運動セグメント - 繰り返し								クールダウン			
秒		60	60	60	60	30	30	30	30	30	30	30	30	60	60	60	60
セグメント		1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4
レベル 1	負荷	2	2	3	3	4	5	6	7	8	7	6	5	4	4	3	3
レベル 2	負荷	3	3	4	4	5	6	7	8	9	8	7	6	5	5	4	4
レベル 3	負荷	3	3	5	5	6	7	8	9	10	9	8	7	6	6	4	4
レベル 4	負荷	4	4	5	5	7	8	9	10	11	10	9	8	7	7	5	5
レベル 5	負荷	4	4	6	6	8	9	10	11	12	11	10	9	8	8	5	5
レベル 6	負荷	5	5	8	8	9	10	11	12	13	12	11	10	8	8	6	6
レベル 7	負荷	5	5	8	8	10	11	12	13	14	13	12	11	9	9	6	6
レベル 8	負荷	6	6	8	8	11	12	13	14	15	14	13	12	10	10	7	7
レベル 9	負荷	6	6	9	9	12	13	14	15	16	15	14	13	11	11	7	7
レベル 10	負荷	7	7	10	10	13	14	15	16	17	16	15	14	11	11	8	8
レベル 11	負荷	6	6	9	9	14	15	16	17	18	17	16	15	11	11	7	7
レベル 12	負荷	7	7	10	10	15	16	17	18	19	18	17	16	11	11	8	8

- 1 ボタンで「PERFORMANCE INTERVALS」を選択して ボタンを押します。
- 2 ボタンで「ENDURANCE INTERVALS」を選択して ボタンを押します。
- 3 ボタンで運動時間（15 ～最大 99 分）を設定して ボタンを押します。
- 4 ボタンでレベル（L1 ～ L12）を選択して ボタンを押します。
- 5 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

●スピードインターバル (SPEED INTERVAL)










全12セグメントで構成されており、1セグメントの長さは、高負荷運動時が30秒、低負荷運動時が60秒です。
設定した運動時間により、運動セグメントが繰り返されます。

	ウォームアップ				運動セグメント - 繰り返し												クールダウン			
秒	60	60	60	60	30	60	60	30	30	60	30	60	60	30	30	60	60	60	60	
セグメント	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4
					高負荷	低負荷	低負荷	高負荷	高負荷	低負荷	高負荷	低負荷	低負荷	高負荷	低負荷	低負荷				
レベル 1	1	2	2	3	5	1	1	5	5	1	5	1	1	5	5	1	3	2	2	1
レベル 2	1	2	2	3	6	2	2	6	6	2	6	2	2	6	6	2	3	2	2	1
レベル 3	1	2	2	4	7	3	3	7	7	3	7	3	3	7	7	3	4	2	2	1
レベル 4	1	2	2	5	8	4	4	8	8	4	8	4	4	8	8	4	5	2	2	1
レベル 5	2	3	5	6	9	5	5	9	9	5	9	5	5	9	9	5	6	5	3	2
レベル 6	2	3	5	7	10	6	6	10	10	6	10	6	6	10	10	6	7	5	3	2
レベル 7	2	3	5	8	11	7	7	11	11	7	11	7	7	11	11	7	8	5	3	2
レベル 8	2	3	5	9	12	8	8	12	12	8	12	8	8	12	12	8	9	5	3	2
レベル 9	3	4	5	10	13	9	9	13	13	9	13	9	9	13	13	9	10	5	4	3
レベル 10	3	4	8	11	14	10	10	14	14	10	14	10	10	14	14	10	11	8	4	3
レベル 11	3	6	10	12	15	11	11	15	15	11	15	11	11	15	15	11	12	10	6	3
レベル 12	3	6	10	13	16	12	12	16	16	12	16	12	12	16	16	12	13	10	6	3
レベル 13	5	9	13	14	17	13	13	17	17	13	17	13	13	17	17	13	14	13	9	5
レベル 14	5	9	13	15	18	14	14	18	18	14	18	14	14	18	18	14	15	13	9	5
レベル 15	5	9	13	16	19	15	15	19	19	15	19	15	15	19	19	15	16	13	9	5
レベル 16	5	9	13	17	20	16	16	20	20	16	20	16	16	20	20	16	17	13	9	5

- 1 ボタンで「PERFORMANCE INTERVALS」を選択して ボタンを押します。
- 2 ボタンで「SPEED INTERVALS」を選択して ボタンを押します。
- 3 ボタンで運動時間（15～最大99分）を設定して ボタンを押します。
- 4 ボタンでレベル（L1～L16）を選択して ボタンを押します。
- 5 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

■ P6：距離目標 (DISTANCE GOAL)







設定した目標距離を達成するプログラムです。

- 1   ボタンで「DISTANCE GOAL」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンで目標距離（500 ～ 10,000 メートル）を設定して  ボタンを押します。
- 3   ボタンで負荷レベル（1 ～ 20）を選択して  ボタンを押します。
- 4 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。

■ P7：レース (RACE)

コンピューター（ペーサー）と競争するプログラムです。

レースレベルは、BEGINNER（初級）3分 500m、INTERMEDIATE（中級）12分 2,000m、ADVANCED（上級）30分 5,000m から選択できます。

- 1   ボタンで「RACE」を選択して  ボタンを押します。
- 2   ボタンでレースレベルを選択して  ボタンを押します。
- 3 「START ROWING」と表示されたら、運動を開始します。



心拍数センサーの使いかた（別売）

チェストトランスミッター（心拍数遠隔測定器：POLAR 社 5kHz 対応）をお使いいただくと、心拍数が無線で本製品に送信され、ディスプレイに表示されます。

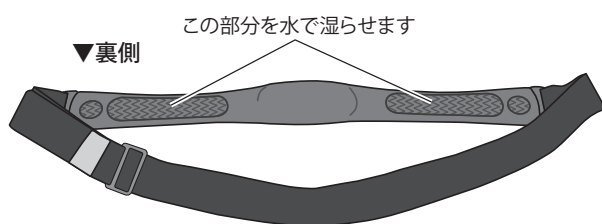
本製品の心拍数機能は医療機器のものではありません。エクササイズ専用にお使いください。一般的な心拍数の増減を表示することによるエクササイズの補助を目的にしています。ご使用に際しては、主治医にご相談ください。

ご注意

心拍数モニタリングシステムが正確でない可能性があります。過度なエクササイズは深刻なけがや死に至る可能性があります。めまいを感じたら、すぐにエクササイズを中止してください。

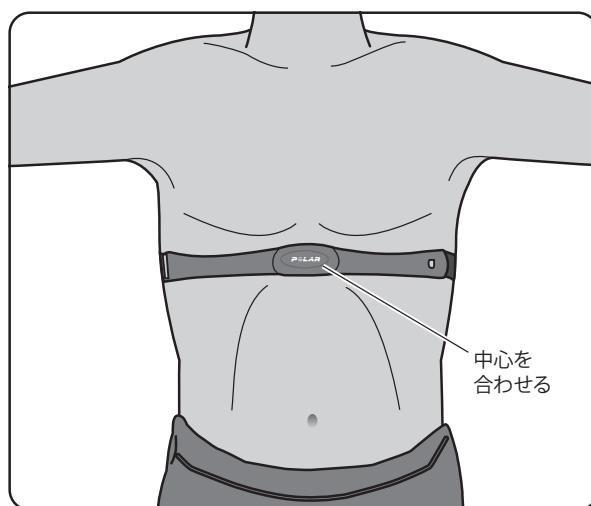
使い方

1) 通電を良くするために電極部を水で湿らせます。



2) ベルトの中心（POLAR ロゴマーク）を胸骨のすぐ上または胸筋の真下に合わせます。

3) ストラップの長さを調節してセンサーが肌に密着するようにします。



メンテナンス編



メンテナンスのしかた

本製品をより安全に、より長くご使用いただくため、定期的なお手入れをお願いいたします。

ご注意

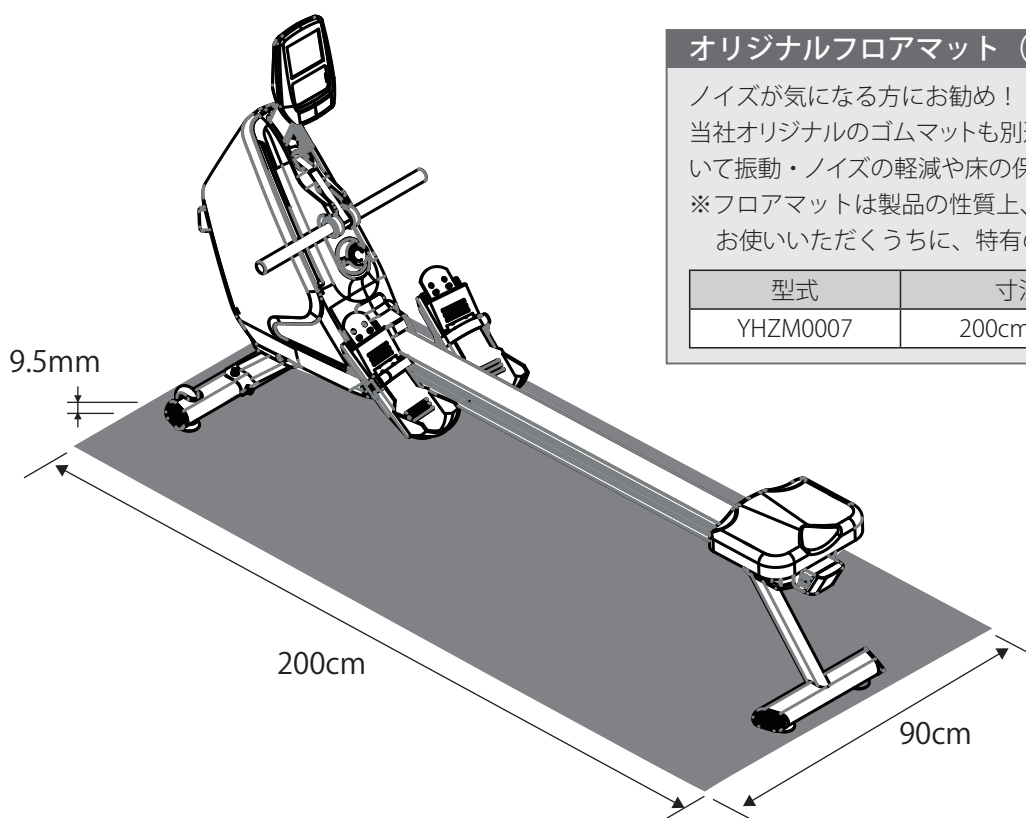
- ・お手入れの際は、電源コードをコンセントから抜いてください。
- ・本製品を布拭きする場合は、溶剤は使わないでください。
- ・壊れたパーツがある場合は、修理・交換が完了するまで使用しないでください。
- ・ラベルは決して剥がさないでください。重要事項が記載してあります。

清掃時は電源 OFF・電源コードを外す

毎 回	<p>緩くなっている留め具、異常な音、その他整備が必要な箇所がないか観察します。異常に気が付いたら整備を依頼してください。</p> <p>エクササイズの前後に、マシンを拭くことをお勧めします。以下に挙げたメンテナンスを行い、マシンを最適な状態に保ってください。</p> <p>お手入れには、水または低刺激の洗剤で湿らせた柔らかい布で表面を拭いてください。</p> <p>本体やコンソールにクリーナースプレーを直接噴射することはしないでください。</p> <p>電源コードに損傷がないか、電源プラグにホコリなどが溜まっていないか確認。 (損傷がある場合はカスタマーサービスにご連絡ください)</p> <p>電源コードが本体の下や挟まったり切断される可能性の場所がないことを必ず確かめてください。</p>
毎 週	本製品を設置している床の上にホコリを残さないように掃除してください。
毎 月	<p>本体の組み立てボルトやペダルを観察して締め付けてください。</p> <p>シートレール上ホコリやゴミを取り除いてください。</p>



症状	考えられる原因	対処方法
本体	・本体がぐらつく。	・レベラーの高さが合っていない ・「ご使用の前に」(P.8)を参照してレベラーを調節してください。
	・シートがぐらつく。	・レベラーの高さが合っていない ・「ご使用の前に」(P.8)を参照してレベラーを調節してください。
	・内部パーツの破損	・カスタマーサービスにご連絡ください。
	・運動中にベルトが引っかかり、違和感を感じたりする。 ・負荷がかからない。	・内部パーツの故障 ・カスタマーサービスにご連絡ください。
コンソール	・電源が入らない。 ・コンソールが点滅しない。	・電源コードが外れている。 ・電源コードが断線している。 ・電源コードが本体に正しく接続されていない。 ・電源コードを確認してください。 ・電源コードをしっかりと差し込んでください。
	・コンソールは点滅するが、距離やワット、カロリー等の数値がカウントされない	・電源コードを確認してください。 ・電源コードをしっかりと差し込んでください。 ・解決しない場合は、カスタマーサービスにご連絡ください。



オリジナルフロアマット (別売)

ノイズが気になる方にお勧め！

当社オリジナルのゴムマットも別途販売中です。マットを敷いて振動・ノイズの軽減や床の保護にご利用ください。

※フロアマットは製品の性質上、特有の臭いがあります。

お使いいただくうちに、特有の臭いは軽減されます。

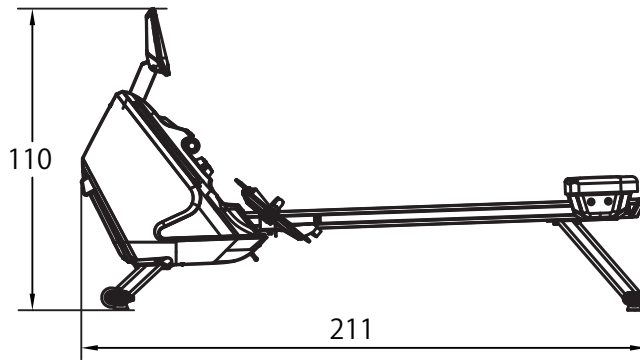
型式	寸法 (L × W × H)
YHZM0007	200cm × 90cm × 9.5mm

最新の情報は弊社ホームページのFAQをご覧ください。

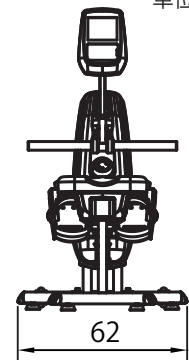
<http://horizonfitness.co.jp/category/faq/>

機械寸法

■使用状態



単位: cm



製品仕様

名称	Oxford 6 (オックスフォード シックス)
負荷システム	ECB マグネット式
負荷レベル調節	1 ~ 20
運搬キャスター	○
収納機能	○ 縦置き収納
心拍計対応	Polar 心拍計対応 (5Khz)
ディスプレイ	5.4 インチ ブルーバックライト
コンソール調節可能部分	高さ・角度調節
表示項目	時間 / ストローク / 距離 / 500m タイム / 心拍数 / SPM (ストローク / 分) / カロリー / ワット

プログラム	12 (マニュアル / 脂肪燃焼 / 距離 / トレーニングインターバル [時間 / 距離] / パフォーマンスインターバル [エンドウラン / スピード] / レース [初級 / 中級 / 上級] / 目標心拍数 [最大心拍数 / 心拍数パーセント])
ViewFit 対応	○
寸法 (L × W × H)	使用時: 211 × 62 × 110cm
シート高 (床からの高さ)	42 ~ 46cm
本体重量	41kg
最大使用者重量	159kg
電源	100V

※製品の仕様、外観などは改良のため予告なしに変更することがありますので、ご了承ください。

保証規定

- 保証期間内において、取扱説明書に従った正常な使用により万一故障等が発生した場合は、無償で修理いたしますので当社カスタマーサービスへご連絡ください。
ただし、以下の項目またはこれに準ずる理由により生じた事故等については本保証は適用されません。
 - 取扱説明書以外の誤操作、取扱上の不注意
 - 天災、火災、地震等による故障
 - 砂、泥、水かぶり等が原因で発生した故障
 - お買い上げ後の転居等による輸送、移動、落下等
 - 保管上の不備
 - 当社指定のサービスマン以外が行った修理・改造による故障
 - 本製品本来の使用目的以外の使用
 - 本保証書の添付がない場合
- 保証期間後の修理品についての運賃、諸費用は原則としてお客様にてご負担願います。
- 保証期間は、ご購入から1年間です。
- 保証の適用されない故障、および保証期限が切れた後の故障につきましては、有償で修理します。
- 保証書は再発行いたしませんので、大切に保管しておいてください。また、販売店の印のないものや、お買い上げ日の記載のないものは無効です。お買い上げ時のレシートまたは配達した運送会社の送り状も合わせて保管ください。
- 不特定多数の人の利用は、保証を受けられない場合がありますので、あらかじめご了承ください。
- 保証は日本国でのみ有効です。

保証書

本保証書は、明示した期間・条件のもとにおいて無償修理をお約束するものです。

保証を受けるためには、本保証書およびご購入されたお店・ご購入日がわかるもの(レシート、注文明細書、納品書など)が必要になります。紛失された場合は、カスタマーサービスまでお問い合わせください。

本保証書によってお客様の法律上の権利を制限するものではありません。

名 称	Oxford 6
シリアル番号 (電源コード接続口に記載)	
保証期間	本体お買い上げ日より1年間
お買い上げ日	年 月 日
お 客 様	お名前
	〒 ご住所
	電 話 ()

修理・使用方法に関するお問い合わせ

(お問い合わせの際、シリアル番号をお伝えいただくとスムーズです)



24時間いつでも「修理受付フォーム」

左記QRコードまたは下記Webよりお問い合わせください。

<https://johnsonjapan.com/repair-request>



カスタマーサービス フリーダイヤル

0120-557-379

営業時間
9:00~17:00
(土日祝休み)

●お問い合わせ・発売元

ジョンソンヘルステックジャパン株式会社

〒108-8435 東京都港区海岸3-3-8安田ビル2F

TEL: 03-5419-3560 FAX: 03-5419-3562

<https://johnsonjapan.com>

