

# OWNER'S MANUAL



**GIANT®**

## 品質保証規定

お買い上げ頂きました製品を、本規定に基づき修理・交換いたします。この保証に基づいて弊社が行う債務は、弊社の選択により、製品の交換もしくはそれに準ずるものに限られます。交換した部品などは弊社の所有になります。保証修理を受ける場合、お買い上げの販売店で製品本体と購入日を証明するレシートをご提示ください。

### ■保証期間

フレーム 5年 / パーツ 1年

### ■保証できない事項

1. 購入日の証明(レシート)がないもの
2. 通常の使用において自然に発生した摩耗および品質の劣化
3. 想定されていない用途や環境での使用、衝突・落下ほか使用上の不注意、あるいは事故による故障・破損
4. メンテナンスおよび整備点検が不十分な場合
5. 改造、分解、または不適当な整備に該当するもの
6. 火災・地震・雪崩・公害など天変地異による故障・破損
7. 競技、または商用に使用されていたもの
8. 製品の運送中に起こった故障・破損
9. 製品の表面の仕上げ、美観、見栄えなどに生じた損傷や劣化

**GIANT®**

## はじめに

この度は GIANT® Cyclotron™ Fluid Trainer をお買い上げいただき、誠にありがとうございます。  
 ご使用前に説明書を最後までお読みになり、本製品の機能を十分に理解し、安全にご活用ください。

### ❗重要

- :: ご使用になる前に本書を最後までお読みください。
- :: 未成年の方がこのサイクリトレーナーをお使いになる場合は、保護者の方が責任をもって本書の内容を十分に理解し、安全な乗り方をご指導ください。
- :: 購入時のレシートは保証の際に必要になりますので、大切に保管してください。
- :: スポーツをするにはリスクがつきものです。自転車に乗ることで、時には重大な事故やけが、死に至るおそれがあります。そのようなリスクを想定し、正しい使い方でご活用ください。
- :: 本書をお読みになりご不明な点がありましたら、お買い上げのジャイアント正規販売店にお問い合わせください。

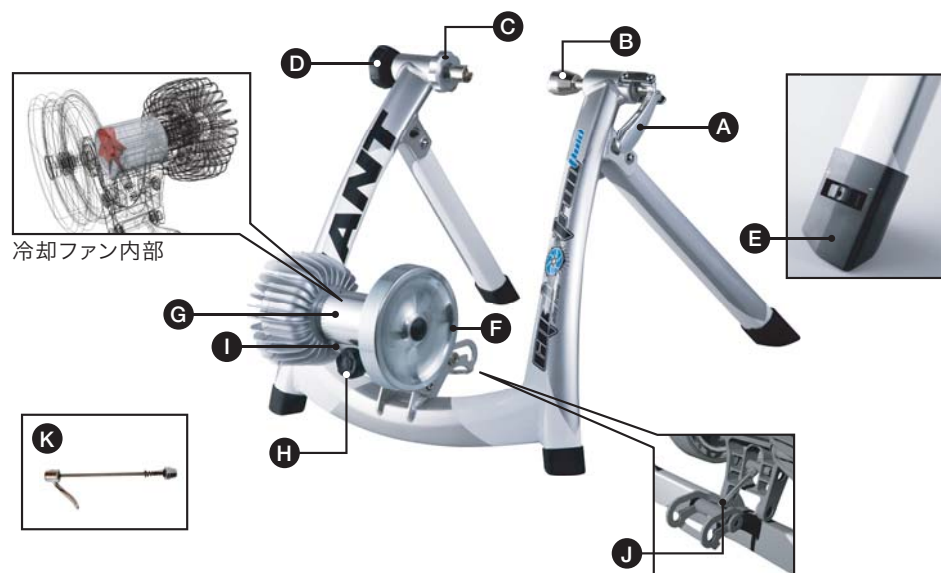
## 乗るまえに

### ⚠警告

- :: トレーニングは心肺機能に負荷をかけて行うものですので、運動の習慣が無い方・持病のある方はご使用になる前にかかりつけの医師にご相談ください。
- :: ご使用中に動悸、吐き気、めまいなどを感じた時はただちにご使用をお止めください。
- :: サイクリトレーナーをご使用になる前に、毎回必ず各部品に欠け・ゆらみ・ゆがみや破損がないことを確認してください。特にクイックリリースレバーやカップリング部(右ページを参照)は負担のかかる箇所です。自転車も同様に点検後、確実にサイクリトレーナーに固定してください。

自転車の点検については P.5『乗車前の点検について』参照

## 各部のなまえ



### ⚠注意

:: 設置の際は、お子様やペットが近寄らない安全なスペースを確保してください。

:: 平坦で乾いた面に設置してください。使用中にトレーナーが滑るおそれがあります。

負荷ユニットやハウジングなど、本体を分解しないでください。製品の分解・改造はいかなるものであっても保証適用外となります。

裏表紙『品質保証規定』参照

- A クイックリリースハンドル
- B カップリング
- C ロックリング
- D カップリングノブ
- E 脚カバー
- F フライホイール
- G ドライブローラー
- H ホイール調整ノブ
- I 負荷ユニット
- J ユニットピラー
- K クイックリリースレバー



## 組み立てかた



1. サイクルトレーナーの脚を広げ、床面に置いてください。脚カバー(E)は、高さの調整が可能です。本体を水平に設置してください。

**△ 注意** 脚が充分に開いているか確認してください。

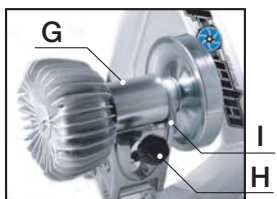
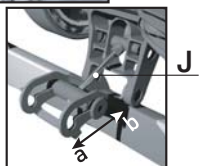


2. ご使用になる自転車は、セットする前に後輪のクイックリリースレバーを抜き取り、サイクルトレーナー付属のクイックリリースレバー(K)と入れ替えておきます。自転車は必ず点検・整備の上で設置してください。

P.5『乗車前の点検』参照



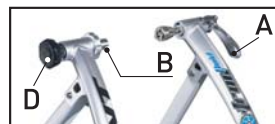
3. ドライブローラー(G)を手前に引き出します。それと同時にユニットピラー(J)の土台の棒が図のようにa→bへスライドしていることを確認してください。



4. ホイール調整ノブ(H)を反時計回りにまわし、負荷ユニット(I)ができるだけ手前にくるように移動させます。

**△ 注意**

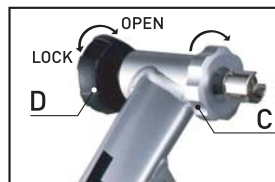
ホイール調整ノブをまわし過ぎると、ユニットピラーおよび負荷ユニットが外れるおそれがあります。ユニットピラーのネジ軸が外れないよう、ゆとりをもたせる程度にまわしてください。



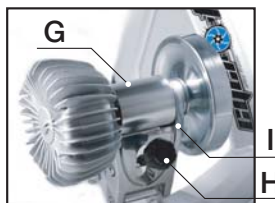
5. 本体左側のカップリングノブ(D)、右側のクイックリリースハンドル(A)をそれぞれ回し、間のスペースを広げます。



6. 自転車をセットします。リアホイールのクイックリリースレバー(K)をカップリング(B)とカップリングノブ(D)の間に置き、タイヤをドライブローラー(G)の中心に合わせたら、クイックリリースハンドル(A)を押し下げます。この時、クイックリリースレバーに過度に力が入らないようご注意ください。



7. ロックリング(C)を矢印の方向に回し、カップリングノブ(D)をしっかりと固定させます。



8. ホイール調整ノブ(H)を時計回りにまわし、負荷ユニット(I)がタイヤに接触したところで一旦止めます。そこからホイール調整ノブを時計回りに2回まわします。これによって、充分に後輪を固定し、トレーナーにかかる力をしっかりと受け止めることができます。これでセット完了です。

## 使用中の注意

**△ 警告**

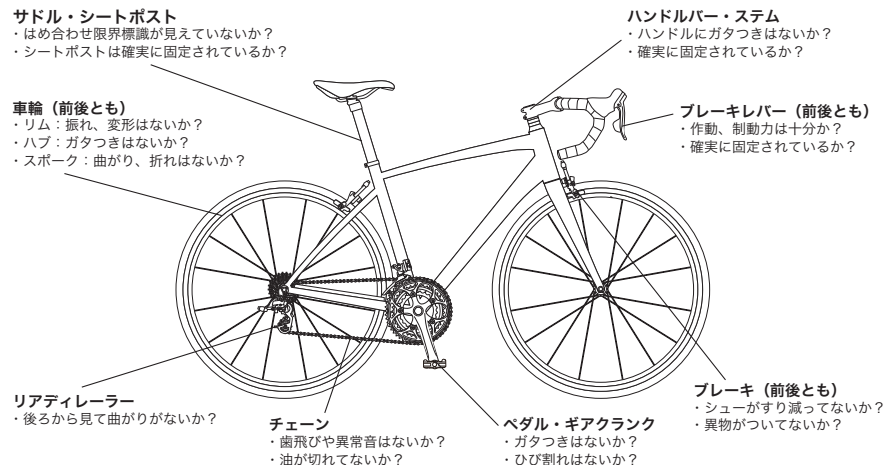
- ※ 回転しているドライブローラーや自転車のホイールには絶対に触らないでください。
- ※ 通常の使用方法でも負荷ユニットは必ず高温になります。トレーニングが終わり、熱が冷めるまで本体のドライブローラーや他のパーツを触らないでください。やけどするおそれがあります。
- ※ 負荷ユニットの下にあるホイール調整ノブは熱に耐えられるよう設計されておりますので、自転車を取り外す操作は可能です。



## 乗車前の点検

### ■各部の点検

サイクルトレーナーおよび自転車は、自然に劣化・摩耗していきます。いつまでも安全にお乗りいただくために、乗車前には必ず各部の点検を行ってください。



### ■タイヤの空気圧

タイヤ内の空気は、保管中も抜けていきます。安全に本製品をご活用いただくために、適正な空気圧を維持してください。

タイヤ側面にメーカーが推奨する空気圧が表記されています。ポンプの圧力計を見ながら、数値が適正であるかよく確認しながら空気を入れてください。タイヤの適正空気圧の上限を超えたり、満たない状態でご使用になりますと、タイヤがリムに圧迫されて破裂する場合があります。乗車しているかたのケガにもつながるおそれがありますのでご注意ください。

### ■タイヤのダメージ

タイヤに亀裂や傷がないか、日常的に点検を行うようにしてください。タイヤ接地面(トレッド)の溝が摩耗する前に、必ず新しいものに交換してください。亀裂・傷などのダメージがある場合は、その時点で交換してください。

交換作業を行った際は、タイヤがリムに食い込んでいたり、ずれていないかよく確認してください。

## 保管について

### ■保管場所

風通しが良く、湿気のない屋内で直射日光を避けて保管してください。

### ■お手入れについて

永く安全にお使いいただくために、ご使用後は汗や汚れをふき取るようにしてください。汗が付いたままにしておくと、腐食などの原因になります。その際、シンナーなどの有機溶剤のご使用はお控えください。塗装がはげたり、樹脂製品部が浸食されます。

## 効果的なトレーニングのために

効果的なトレーニングには、それなりの負荷が必要です。少しずつ負荷を上げていくことが筋力アップにつながります。ペダリングのフォームを改善していくこともポイントです。自転車のギアを使いながら、一定のケイデンスを保つようにしてください。

トレーニングの際は、サイズの合ったフットウェアを履いてください。安全・快適だけでなく、効率的なペダリングをもたらしてくれます。裸足やサンダルでのトレーニングはおやめください。プラットフォームペダル用のソフトラバーソールシューズやビンディングペダル用のシューズなどが最適です。

### ■関連製品

#### :: TRAINER G-THANG

サイクルトレーナー使用時に自転車や床を汗から守るシートです。ハンドルバーとシートポストに簡単に着脱ができ、おすすめです。



#### :: TRAINER RISER BLOCK

前輪を持ち上げ、タイヤの高さを合わせるブロックです。自然なポジションでトレーニングすることが出来ます。



#### :: TRAINER TREATNER MAT

サイクルトレーナーの滑り止め、音鳴りの軽減、床面の汚れを防ぎます。



#### :: TRAINER BAG

サイクルトレーナー用携行バッグ。

