FR30 RVFR-10421BK-120

目次

ユーザーマニュアル(組立方法・取扱説明書) 1

パーツリスト(部品一覧表) 10

ワークアウトプログラム(トレーニングプログラム) 14

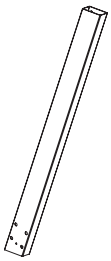
コンソールマニュアル(操作画面説明書) 16

シリアル表示位置 20

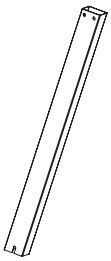
FLOATRIDE+
USER MANUAL

FR30

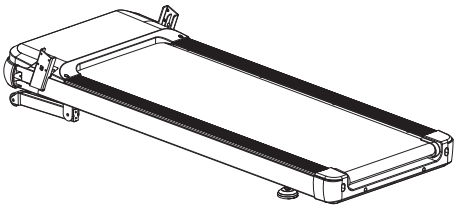
PARTS



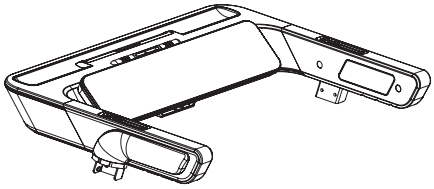
A08



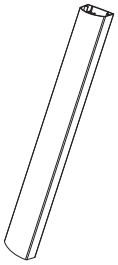
A09



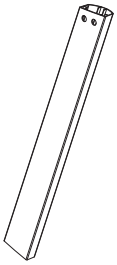
A



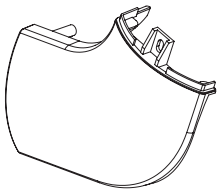
B



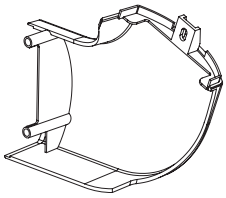
C09



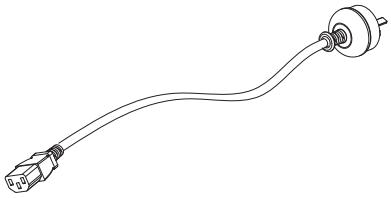
C10



C03

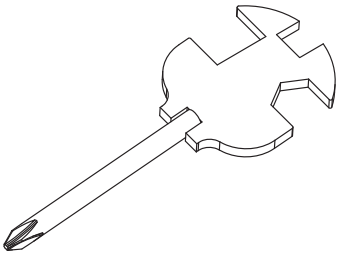


C04

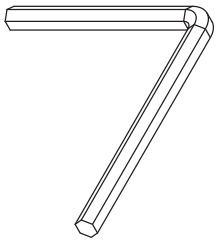


E06

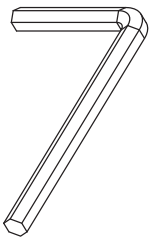
HARDWARE PACK



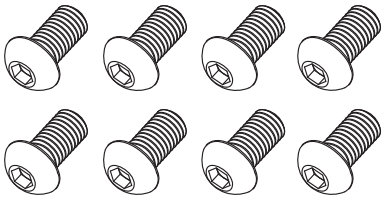
B12 CROSS WRENCH
WITH SCREW DRIVER (x 1)



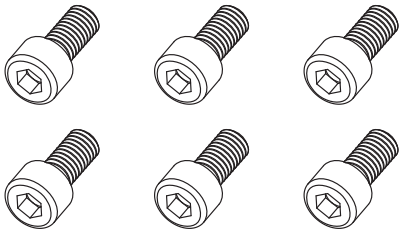
B13 5# ALLEN
WRENCH (x 1)



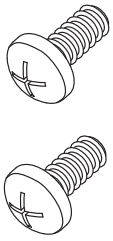
B14 6# ALLEN
WRENCH (x 1)



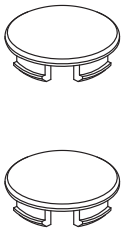
D07 BOLT
M8*15 (x 8)



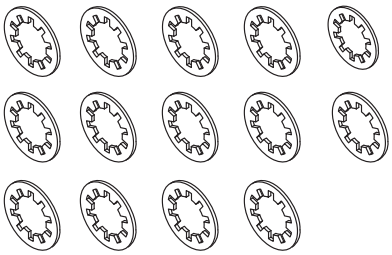
D10 BOLT
M8*15 (x6)



D15 BOLT
M5*10 (x 2)



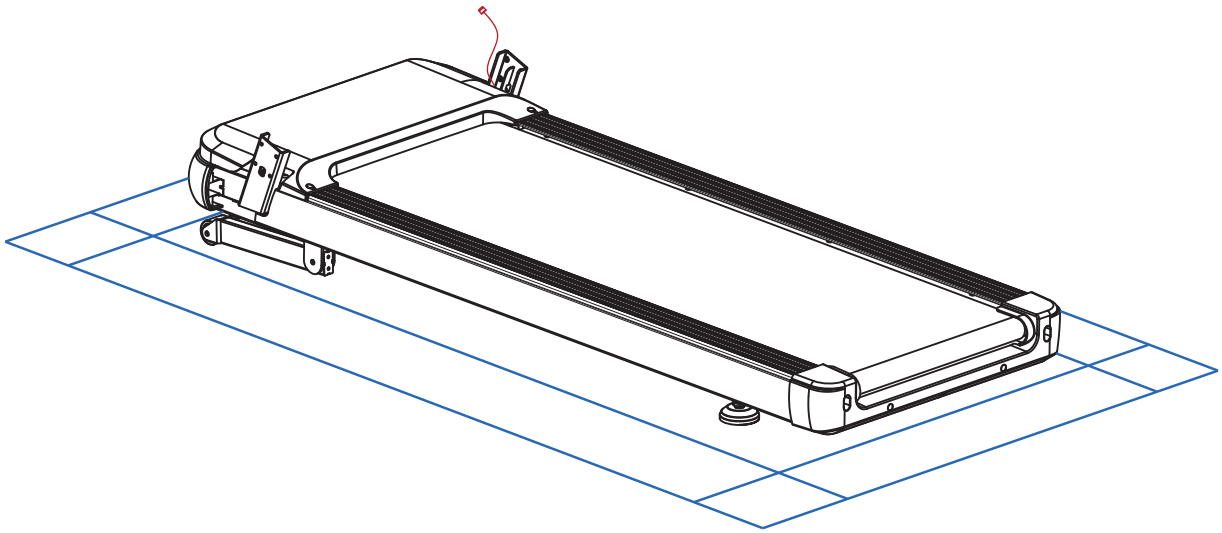
C49 BOLT
PLUG (x2)



D29 LOCK
WASHER Ø8 (x 14)

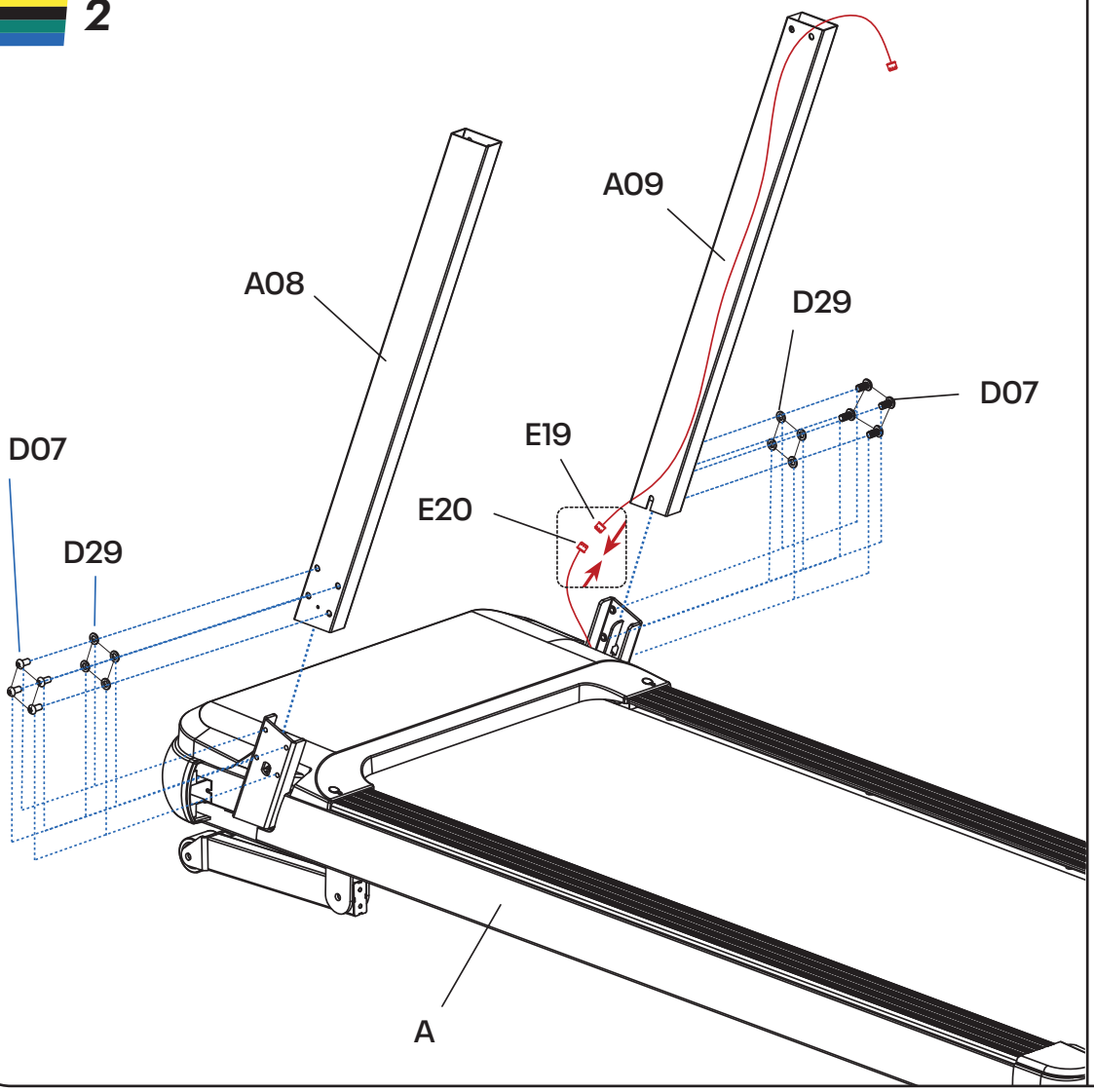
1

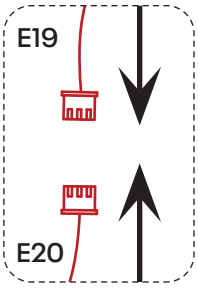
x2

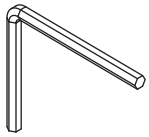


2

x2





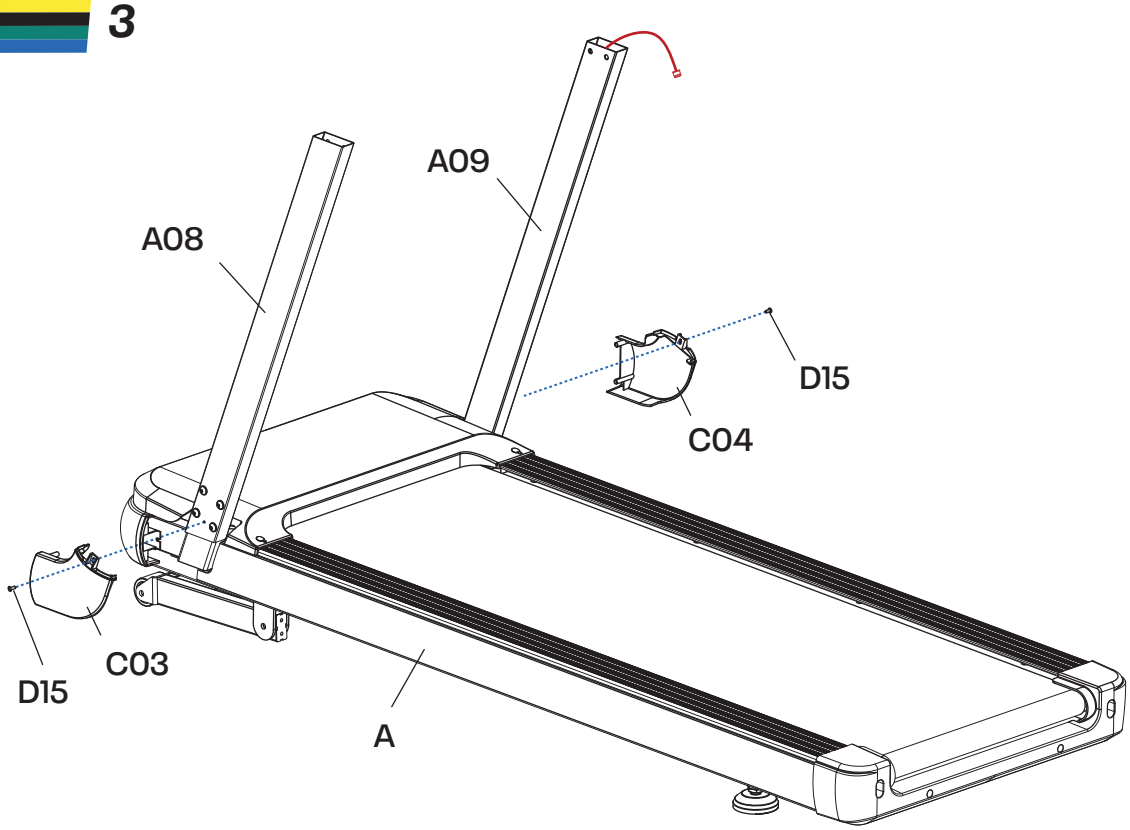


B13 5#

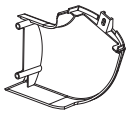
D07 M8*15 (x 8)

D29 Ø8 (x 8)

3

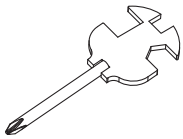


x2

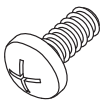


C04

C03

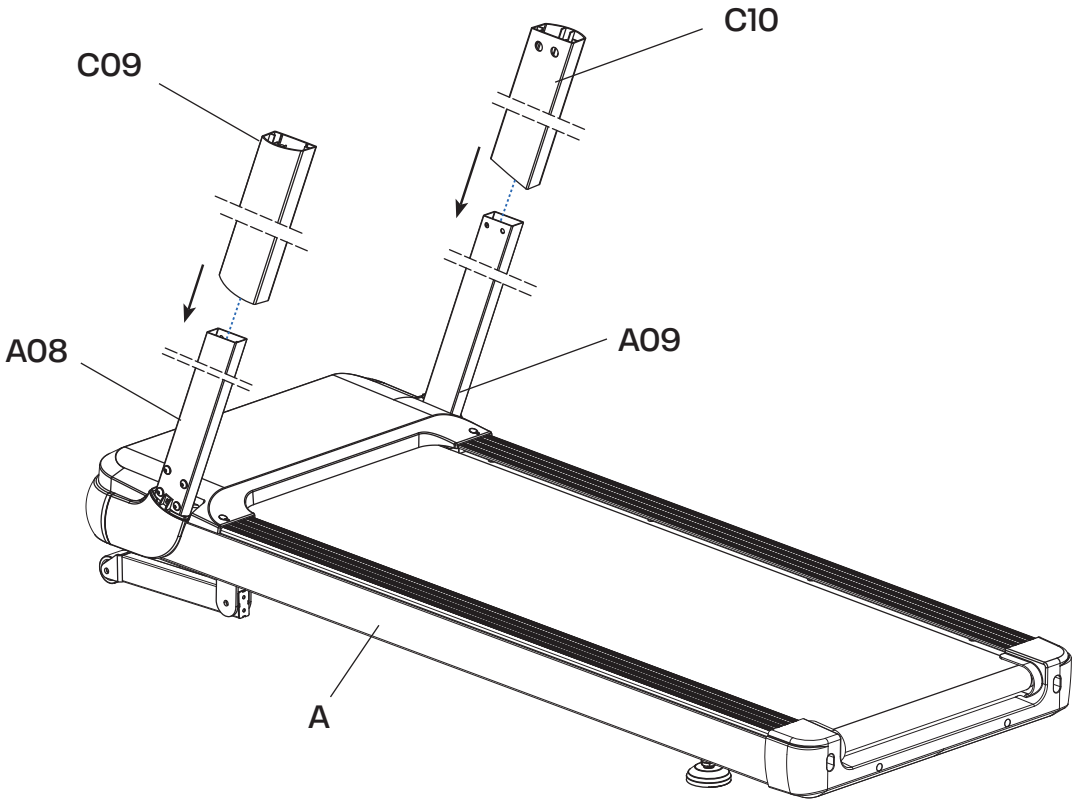


B12

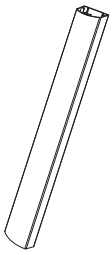


D15 M5*10 (x 2)

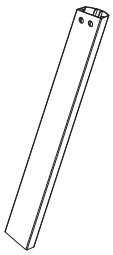
4



x2

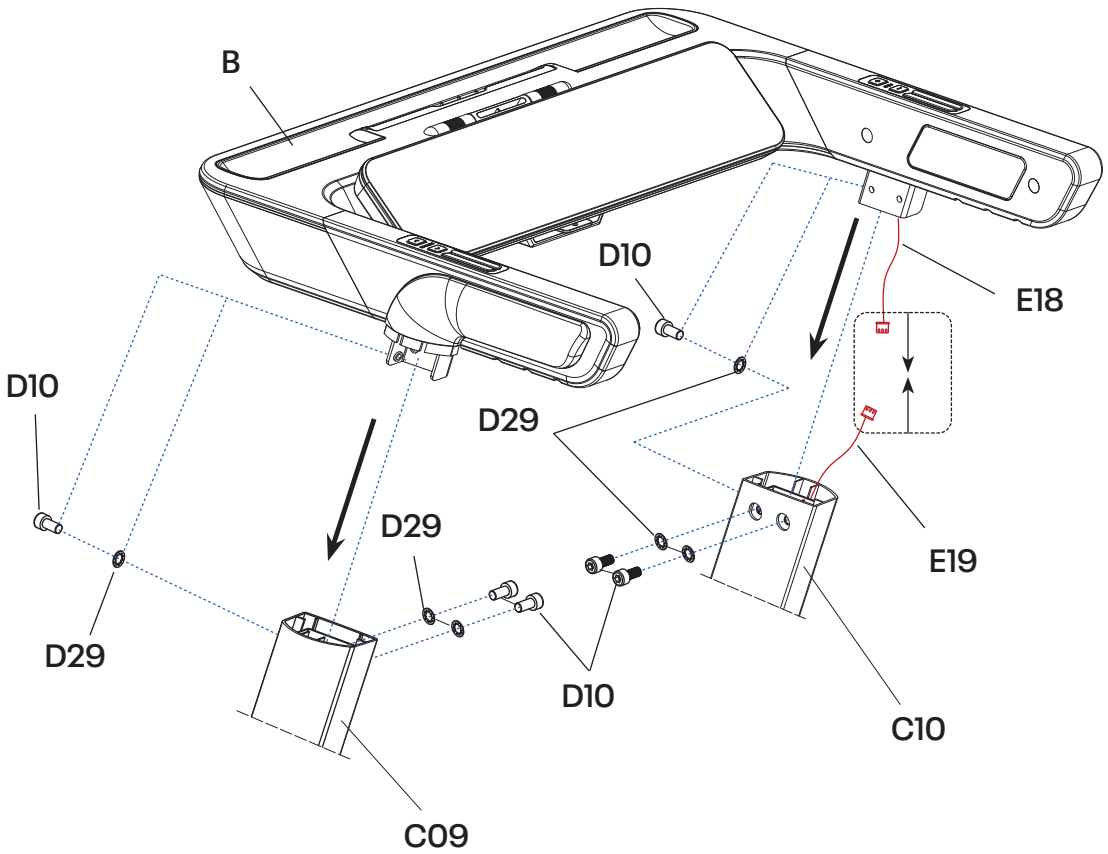


C09

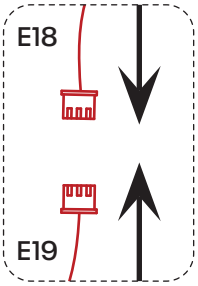


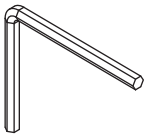
C10

5



x2



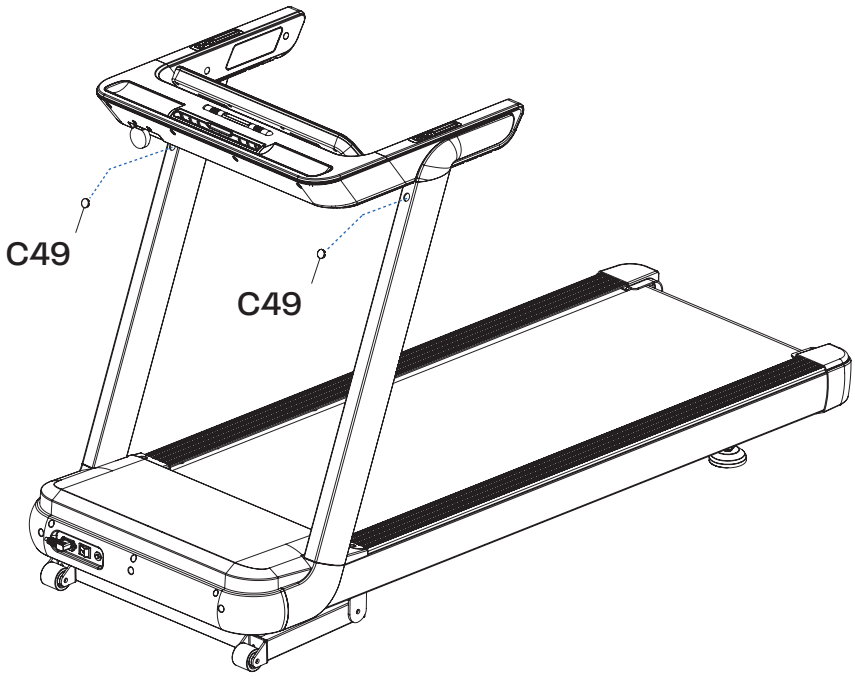


B14 6#

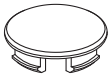
D10 M8*15 (x 6)

D29 Ø8 (x 6)

6

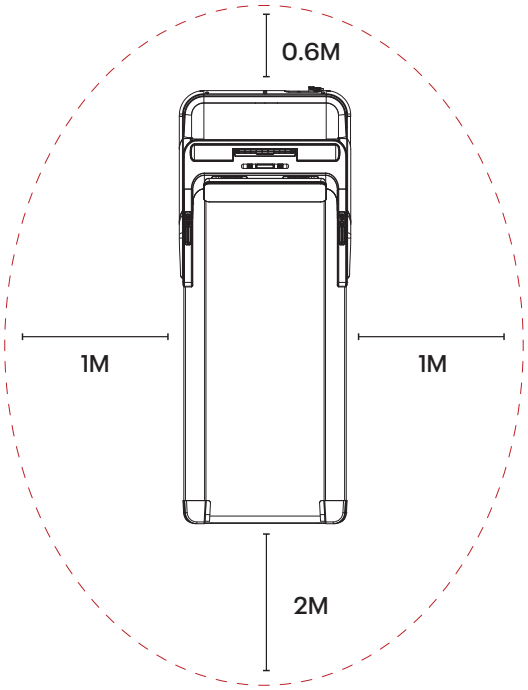


x2



C49 (x2)

SAFE AREA



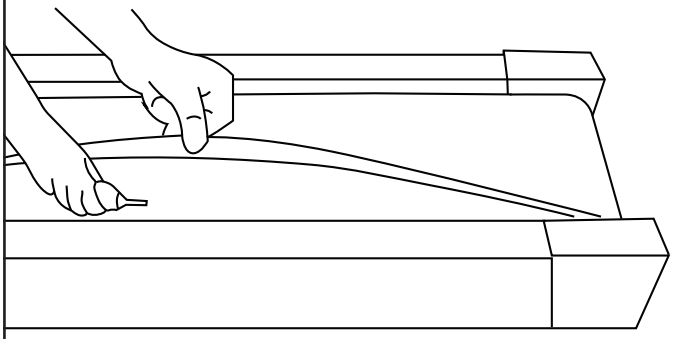
187CM (L) X 74CM (W) X 115CM (H)
73.62" (L) X 29.13" (W) X 45.28" (H)

WEIGHT RESTRICTIONS

MAX USER WEIGHT
= 150KG/330.69LB

TREADMILL WEIGHT
= 80KG/176.37LB

LUBRICATION



EVERY 300KM/188 MILES

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/PRODUCT-SUPPORT

Product Registration and Support

Enregistrement des produits et assistance

Produktregistrierung und Unterstützung

Registrace produktu a podpora

Produktregistrering og support

Registro del producto y soporte

Registo e Apoio ao Produto

Регистрация и поддержка продукта

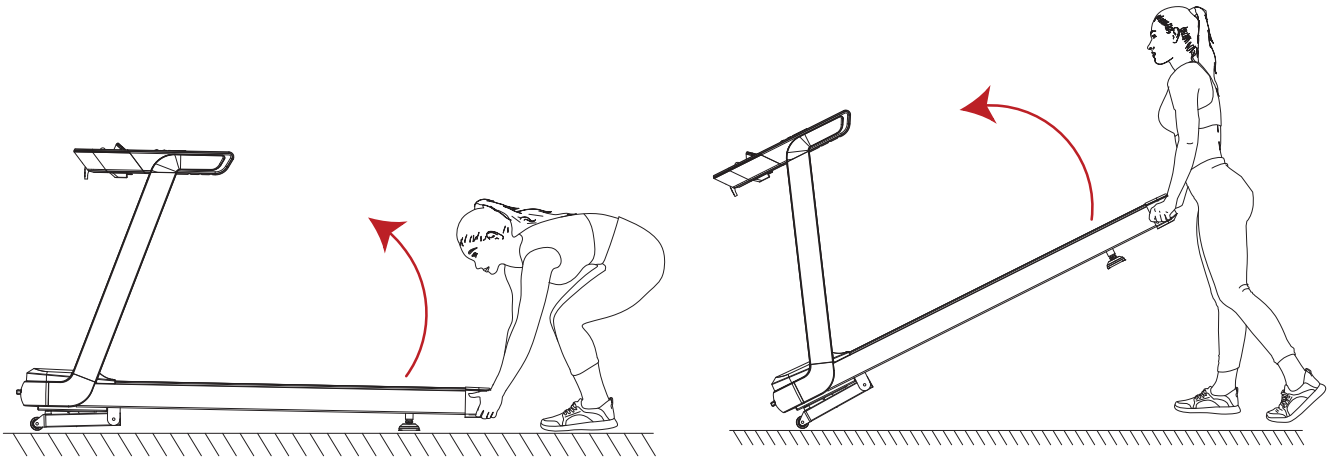
产品注册和支持

製品登録とサポート

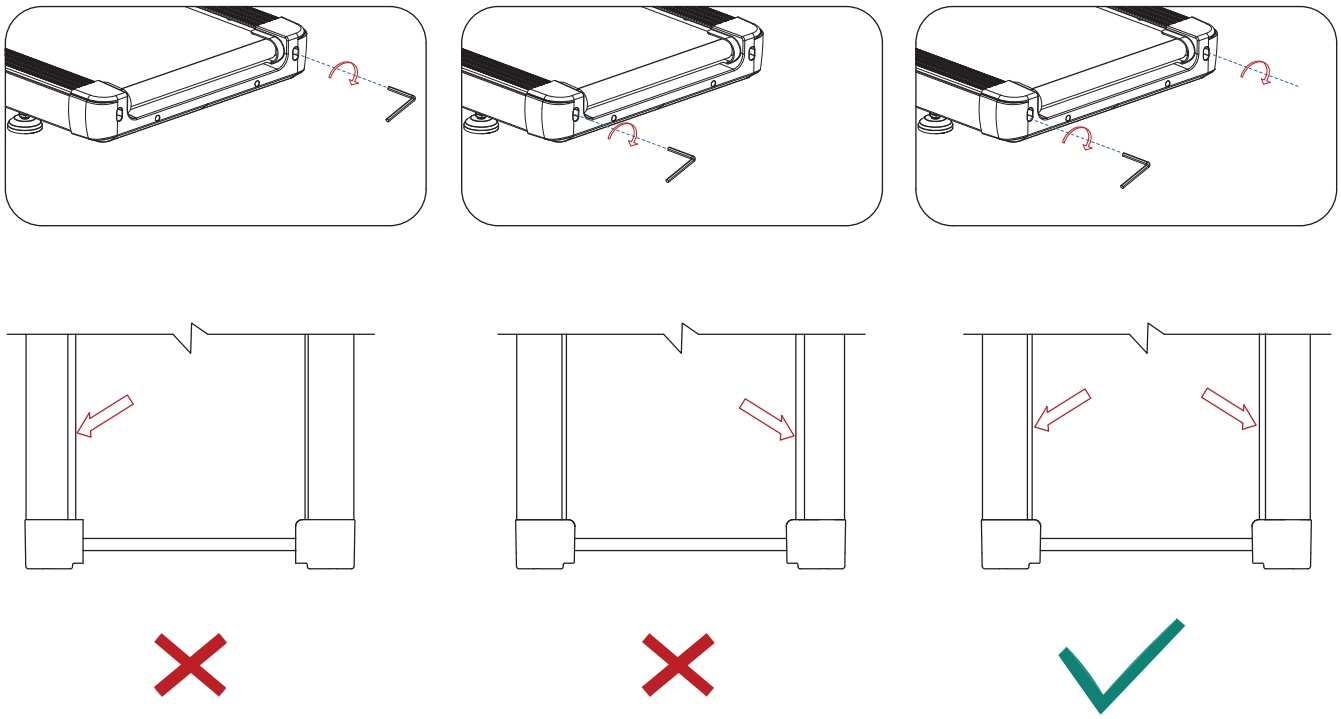
제품 등록 및 지원

تسجيل المنتج ودعمه

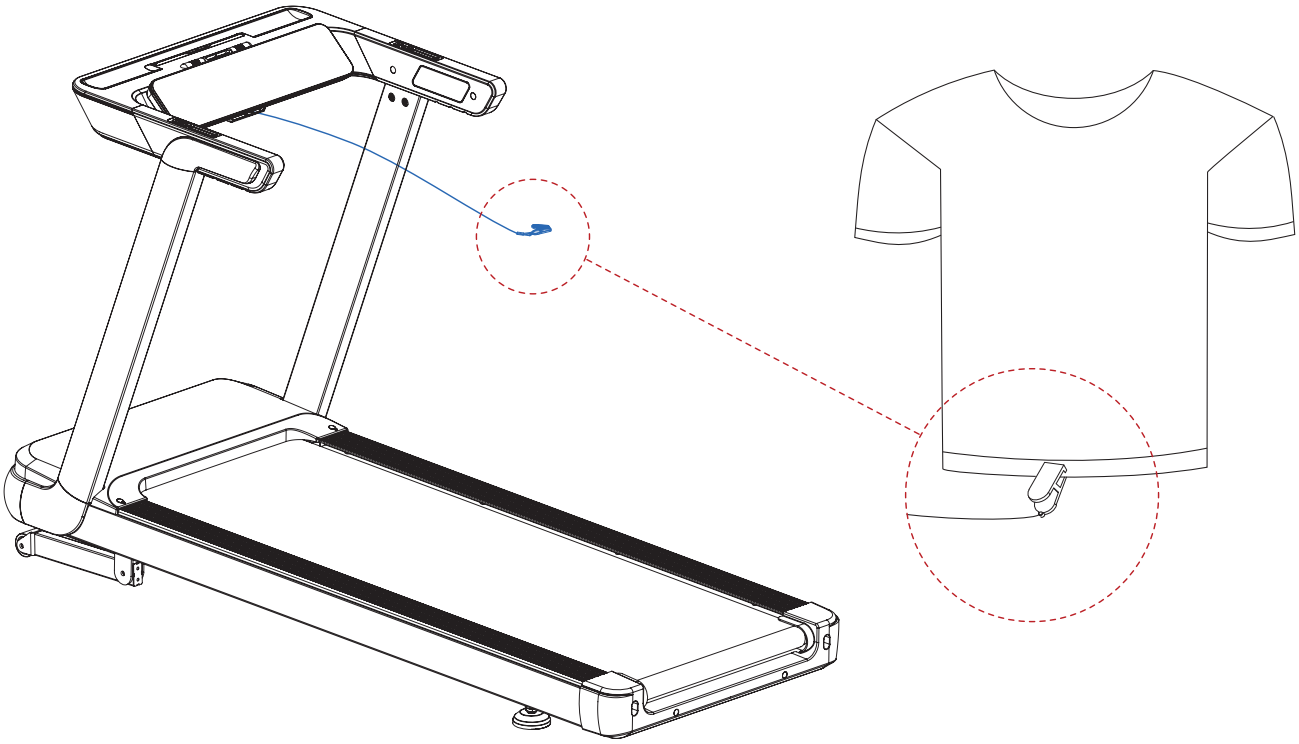
MOVING THE TREADMILL



ADJUSTING THE RUNNING BELT



SAFETY KEY



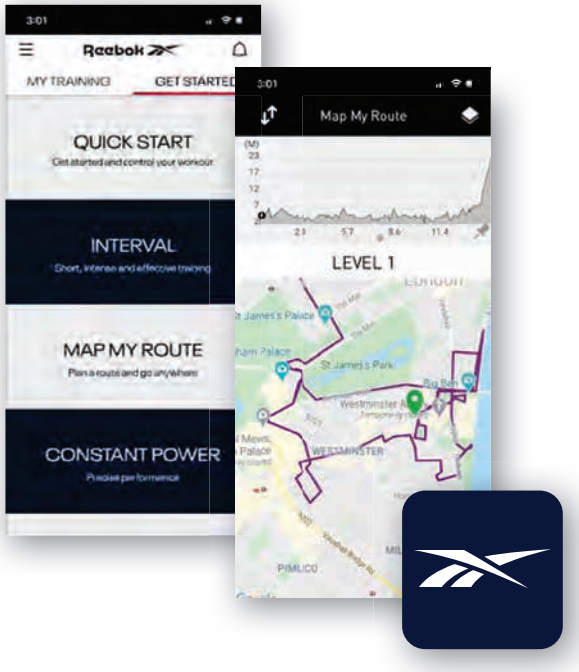
CAUTION! CABLE STORAGE

ENSURE ALL CABLES AND PERSONAL POSSESSIONS ARE SAFELY STORED DURING YOUR WORKOUT, AND CAN NOT COME INTO CONTACT WITH THE RUNNING BELT.

CONNECT FITNESS APP TO TREADMILL SPEAKERS VIA BLUETOOTH

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/PRODUCT-SUPPORT

CONNECT YOUR DONGLE TO THE REEBOK FITNESS APP

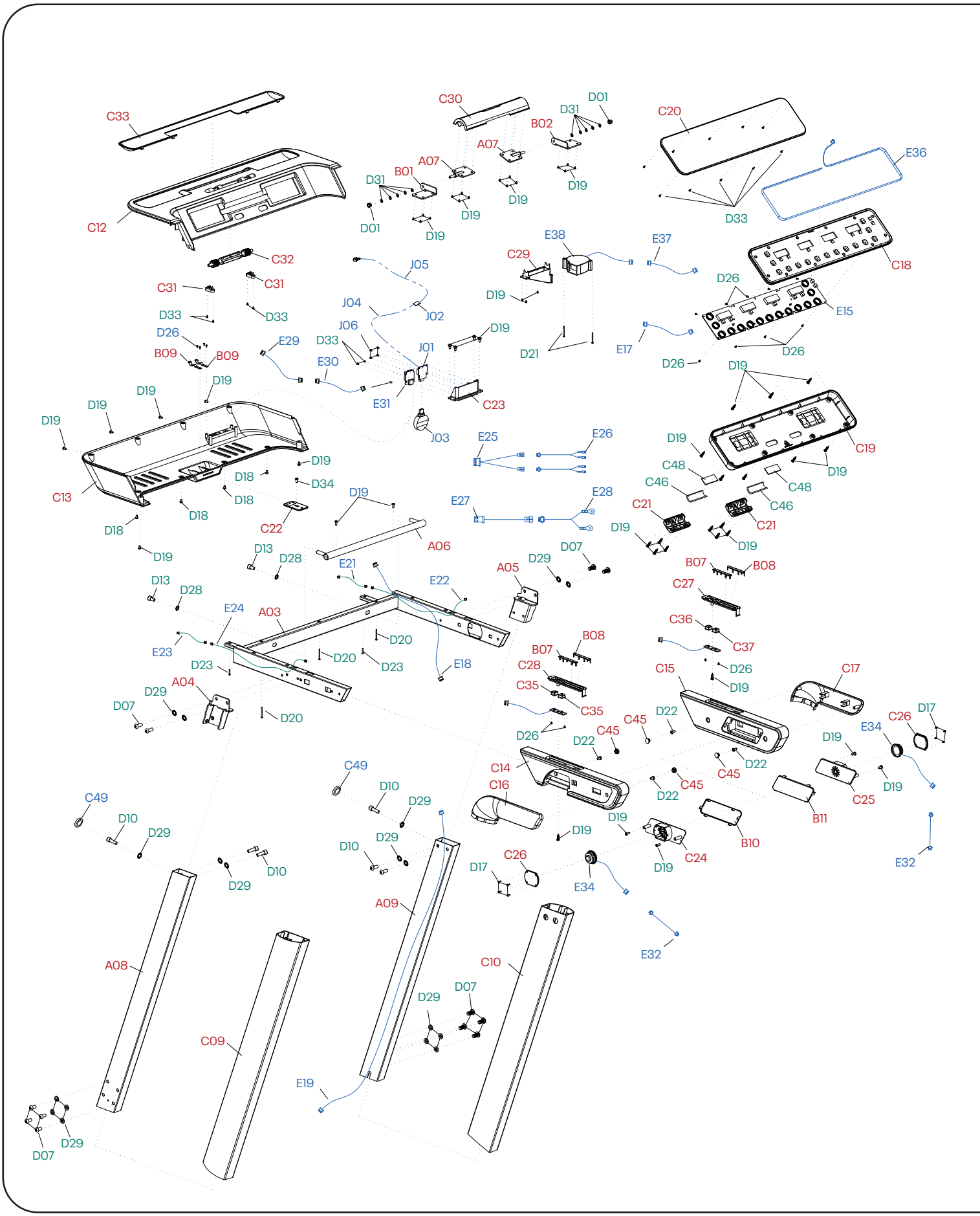


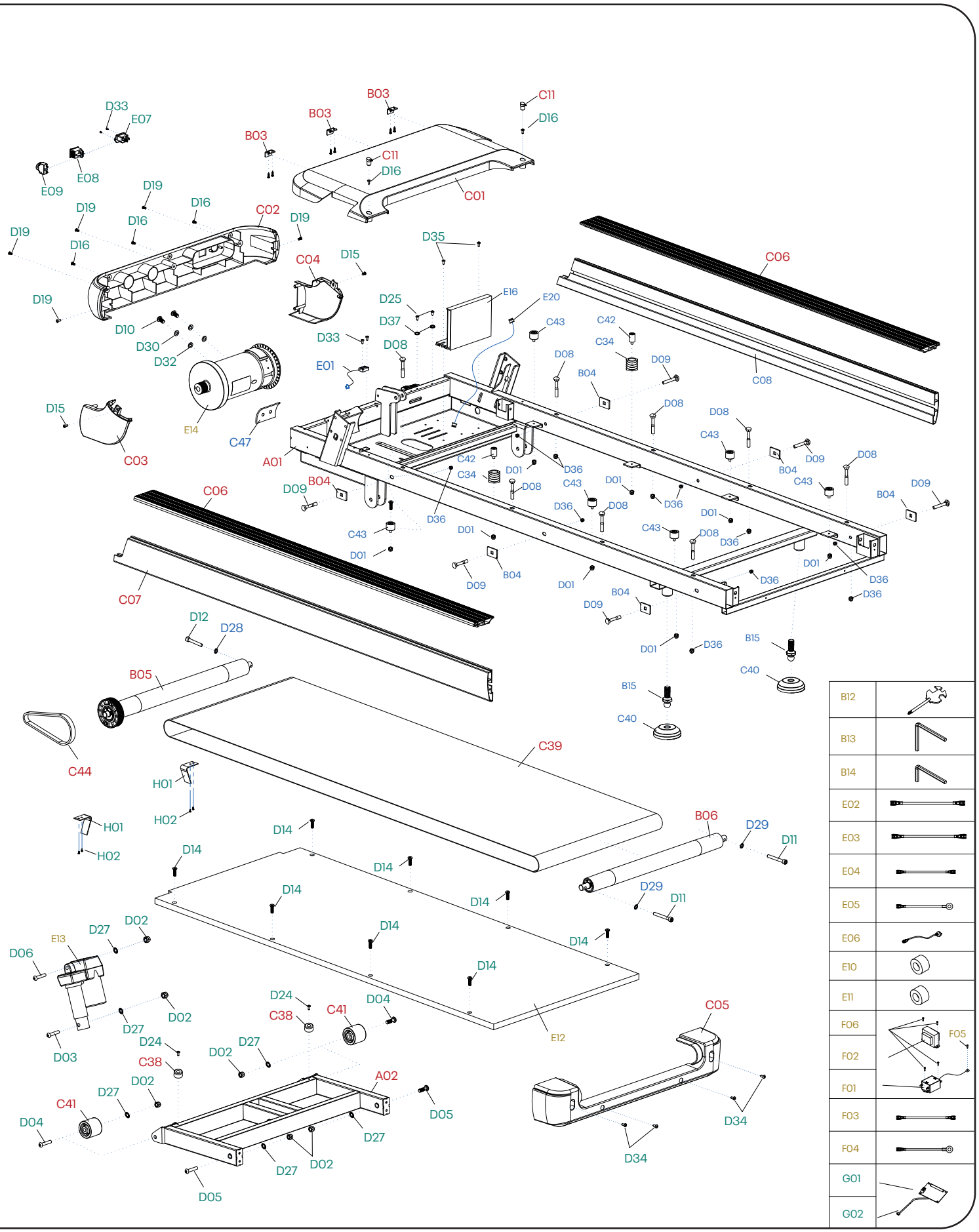
- Customize your session
- Plan your route
- Analyze your training
- View your progress
- Share your training success

GET IT ON Google Play

Download on the App Store

WWW.REEBOKFITNESS.INFO/REEBOK-APP


C33
C12
C32
C31
C31
D33
D33
D26
B09
B09
D19
D19
D19
D19
C13
D18
D18
D18
D18
D19
D34
C22
D19
A06
D13
D28
D13
D28
E21
E22
E24
A03
E23
D23
A04
D29
D07
D20
D20
D23
E18
D20
C30
D01
D31
B02
A07
A07
B01
D31
D01
D19
D19
D19
D19
C20
E36
D33
E38
E37
C29
J05
J04
J02
J06
D33
J01
E29
E30
E31
D19
C23
J03
D21
E17
D26
D26
D26
E15
C18
D19
C19
D19
C48
C46
C48
C46
C21
C21
D19
D19
E25
E26
E27
E28
A05
D29
D07
B07
B08
C27
C36
C37
B08
B07
C28
C35
C35
D26
D19
C15
C17
D22
C45
D26
D22
C45
C45
D22
C26
D17
E34
D19
C14
C16
C49
D10
D29
C49
D10
D29
D19
D19
C25
D19
B11
B10
C24
D19
E32
D29
D10
D10
D29
D17
C26
E34
A09
E32
A08
C10
D29
D07
C09
E19
D29
D07


B03
C11
D16
D33
E07
E08
E09
C01
D19
C02
D35
C06
C04
D15
E16
E20
D25
D37
C43
C42
C34
D09
D10
D30
D32
D33
D08
E01
B04
C08
E14
C47
C03
A01
D36
D01
C07
D12
D28
B05
C44
C39
H01
H02
B06
D29
D11
D14
D02
D27
E13
D06
D03
D24
C38
C41
D04
A02
D05
E12
C05
D34
B12
B13
B14
E02
E03
E04
E05
E06
E10
E11
F06
F05
F02
F01
F03
F04
G01
G02

NO.	PART	QTY.
A01	Main Frame	1
A02	Incline Bracket	1
A03	Console Bracket	1
A04	Console Left Connecting Bracket	1
A05	Console Right Connecting Bracket	1
A06	Panel Turning Tube	1
A07	PAD Fixed Plate Spin Axis	2
A08	Left Upright Tube	1
A09	Right Upright Tube	1
B01	PAD Left Fixed Plate 2	1
B02	PAD Right Fixed Plate 2	1
B03	Motor Top Cover Tapped Plate	3
B04	Side Rail Pressing Plate	6
B05	Front Roller	1
B06	Back Roller	1
B07	Left Pulse Plate	2
B08	Right Pulse Plate	2
B09	Safety Key Spring Plate	2
B10	Left Speaker Net	1
B11	Right Speaker Net	1
B12	Cross Wrench with Screwdriver	1
B13	5# Allen Wrench	1
B14	6# Allen Wrench	1
B15	Universal Joint Screw	2
C01	Motor Top Cover	1
C02	Motor Front Cover	1
C03	Left Upright Tube Bottom Cover	1
C04	Right Upright Tube Bottom Cover	1
C05	Back End Cover	1
C06	Top Side Rail	2
C07	Left Side Rail	1
C08	Right Side Rail	1
C09	Left Upright Tube External Cover	1
C10	Right Upright Tube External Cover	1
C11	Motor Top Cover Plug	2
C12	Console Top Cover	1
C13	Console Bottom Cover	1
C14	Left Handlebar Foam	1
C15	Right Handlebar Foam	1
C16	Left Handlebar Side Cover	1
C17	Right Handlebar Side Cover	1

NO.	PART	QTY.
C18	Panel Top Cover	1
C19	Panel Bottom Cover	1
C20	Display Panel	1
C21	Panel Rotation Cover	2
C22	Safety Key	1
C23	Base of USB module	1
C24	Left Speaker Cover	1
C25	Right Speaker Cover	1
C26	Speaker Hiding Plate	2
C27	Base of Instant Speed Button	1
C28	Base of Instant Incline Button	1
C29	Fan Guider	1
C30	PAD Fixed Base	1
C31	Fan Axis Pressing base	2
C32	Fan Axis	1
C33	Water Bottle Holder Cushion	1
C34	Decoration Cushion	2
C35	Button	2
C36	Button +	1
C37	Button -	1
C38	Front Foot Pad	2
C39	Running Belt	1
C40	Universal Foot Pad	2
C41	Moving Wheel	2
C42	Black Cushion	2
C43	Black Cushion	6
C44	Motor Belt	1
C45	Handlebar Plug	4
C46	EVA Pad	2
C47	EVA Pad	1
C48	Rubber Pad	2
C49	Bolt Plug	2
D01	Nut M6	10
D02	Nut M10	6
D03	Bolt M10 * 110	1
D04	Bolt M10 * 70	2
D05	Bolt M10 * 50	2
D06	Bolt M10 * 40	1
D07	Bolt M8 * 15	12
D08	Bolt M8 * 75	8
D09	Bolt M8 * 45	6

NO.	PART	QTY.
D10	Bolt M8 * 15	8
D11	Bolt M8 * 65	2
D12	Bolt M6 * 55	1
D13	Bolt M6 * 12	2
D14	Bolt M6 * 25	8
D15	Bolt M5 * 10	2
D16	Bolt M5 * 10	5
D17	Screw ST2.9 * 8	8
D18	Screw ST4.2 * 12	4
D19	Screw ST4.2 * 12	58
D20	Screw ST4.2 * 50	4
D21	Screw ST4.2 * 40	2
D22	Screw ST4.2 * 30	4
D23	Screw ST4.2 * 20	2
D24	Screw ST4.2 * 19	2
D25	Screw ST4.2 * 12	2
D26	Screw ST2.9 * 6.0	15
D27	Lock Washer Ø10	6
D28	Lock Washer Ø6	3
D29	Lock Washer Ø8	20
D30	Spring Washer Ø8	2
D31	Flat Washer Ø6	10
D32	Flat Washer Ø8	2
D33	Screw ST2.9 * 8	22
D34	Screw ST4.2 * 12	5
D35	Bolt M5 * 16	2
D36	Nut M8	14
D37	Lock Washer Ø5	2
E01	Speed Sensor Wire Length 350mm	1
E02	Blue AC Signal Wire Length 200mm	2
E03	Brown AC Signal Wire Length 350mm	1
E04	Brown AC Single Wire Length 350mm	2
E05	Green Grounding Wire 350mm	1
E06	Power Wire	1
E07	Power Socket	1
E08	Square Switch Button	1
E09	Overload Protector	1
E10	Magnet Ring	1
E11	Magnet Core	1
E12	Running Board	1
E13	Incline Motor	1

NO.	PART	QTY.
E14	DC Motor	1
E15	PCB Board	1
E16	Control Board	1
E17	Panel Top Signal Wire	1
E18	Console Top Signal Wire	1
E19	Console Middle Signal Wire	1
E20	Console Bottom Signal Wire	1
E21	Instant Speed Top Signal Wire	1
E22	Instant Speed Bottom Signal Wire	1
E23	Instant Incline Top Signal Wire	1
E24	Instant Incline Bottom Signal Wire	1
E25	Hand Pulse Top Signal Wire	1
E26	Hand Pulse Bottom Signal Wire	2
E27	Safety Key Connecting Top Wire	1
E28	Safety Key Connecting Bottom Wire	1
E29	USB Power Top Wire	1
E30	USB Power Bottom Wire	1
E31	USB Module Connecting Plate	1
E32	Speaker Top Wire	2
E34	Speaker	2
E36	Light Tube	1
E37	Fan Connecting Wire	1
E38	Fan	1
F01	Filter	1
F02	Inductance	1
F03	AC Signal Wire	1
F04	Grounding Wire	1
F05	Screw ST4.2*12	1
F06	Bolt M5*8	4
G01	POLAR Receiver	1
G02	HRC Connecting Wire	1
H01	Belt Hook	1
H02	Screw ST4.2*12	4
J01	Bluetooth Main Board	1
J02	Bluetooth Transfer Module	1
J03	DONGLE	1
J04	Bluetooth Transfer Module Wire	1
J05	Bluetooth Wire	1
J06	Bolt	4

(P01 – P24) PRESET WORKOUT PROGRAMS (KPH)		WORK OUT STAGES									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	2	4	3	4	3	5	4	2	5	3
	INCLINE	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	SPEED	2	6	7	8	3	6	8	7	5	2
	INCLINE	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	SPEED	3	8	3	8	5	9	5	9	12	6
	INCLINE	1	3	5	7	9	10	8	6	5	2
P4	SPEED	8	10	11	12	12	11	10	10	9	8
	INCLINE	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P5	SPEED	6	10	12	9	11	8	12	7	9	3
	INCLINE	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	SPEED	2	8	6	10	10	9	11	8	5	3
	INCLINE	2	2	3	2	3	4	5	6	5	3
P7	SPEED	2	6	7	9	7	9	6	5	4	2
	INCLINE	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	SPEED	2	4	6	8	7	8	9	6	4	2
	INCLINE	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	SPEED	2	4	5	7	6	5	8	6	3	2
	INCLINE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPEED	2	3	5	3	3	5	3	6	3	3
	INCLINE	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	SPEED	2	5	8	10	6	9	5	3	2	2
	INCLINE	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	SPEED	2	5	5	4	4	6	4	2	3	4
	INCLINE	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	SPEED	2	7	4	7	8	9	4	5	3	2
	INCLINE	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	SPEED	2	6	5	4	8	6	5	2	3	3
	INCLINE	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	SPEED	2	6	5	4	8	7	5	3	3	2
	INCLINE	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P16	SPEED	2	5	7	5	8	6	5	2	4	2
	INCLINE	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	SPEED	2	5	6	7	8	9	8	5	3	4
	INCLINE	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
P18	SPEED	2	3	5	6	8	6	9	6	5	2
	INCLINE	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
P19	SPEED	3	7	6	5	9	7	6	3	5	2
	INCLINE	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
P20	SPEED	3	7	9	10	11	12	10	8	5	2
	INCLINE	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
P21	SPEED	3	6	8	7	9	10	5	8	3	2
	INCLINE	6	6	8	9	9	6	8	10	6	3
P22	SPEED	3	5	8	6	9	10	8	12	6	3
	INCLINE	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
P23	SPEED	3	5	9	11	12	8	6	5	3	2
	INCLINE	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
P24	SPEED	3	8	10	11	12	10	10	8	5	3
	INCLINE	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

(P01 – P24) PRESET WORKOUT PROGRAMS (MPH)		WORK OUT STAGES									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED	1.2	2.5	1.8	2.5	1.8	3.1	2.5	1.2	3.1	1.8
	INCLINE	1	2	3	3	1	2	2	3	2	2
P2	SPEED	1.2	3.7	4.3	5	1.8	3.7	5	4.3	3.1	1.2
	INCLINE	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2
P3	SPEED	1.8	1.5	1.8	5	3.1	5.6	3.1	5.6	7.5	3.7
	INCLINE	1	3	5	7	9	10	8	6	5	2
P4	SPEED	5	6.2	6.8	7.5	7.5	6.8	6.2	6.2	5.6	5
	INCLINE	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1
P5	SPEED	3.7	6.5	7.5	5.6	6.8	5	7.5	4.3	5.6	1.8
	INCLINE	1	2	4	3	2	2	4	5	2	1
P6	SPEED	1.2	5	3.7	6.2	6.2	5.6	6.8	5	3.1	1.8
	INCLINE	2	2	3	2	3	4	5	6	5	3
P7	SPEED	1.2	3.7	4.3	5.6	4.3	5.6	3.7	3.1	2.5	1.2
	INCLINE	4	5	6	6	9	9	10	12	6	3
P8	SPEED	1.2	2.5	3.7	5	4.3	5	5.6	3.7	2.5	1.2
	INCLINE	3	5	4	4	3	4	4	3	3	2
P9	SPEED	1.2	2.5	3.1	4.3	3.7	3.1	5	3.7	1.8	1.2
	INCLINE	3	5	3	4	2	3	4	2	3	2
P10	SPEED	1.2	1.8	3.1	1.8	1.8	3.1	1.8	3.7	1.8	1.8
	INCLINE	4	4	3	6	7	8	8	6	3	3
P11	SPEED	1.2	3.1	5	6.2	3.7	5.6	3.1	1.8	1.2	1.2
	INCLINE	1	3	5	8	10	7	6	3	2	3
P12	SPEED	1.2	3.1	3.1	2.5	2.5	3.7	2.5	1.2	1.8	2.5
	INCLINE	3	5	6	7	12	9	11	11	6	3
P13	SPEED	1.2	4.3	2.5	4.3	5	5.6	2.5	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	5	6	6	4	6	5	8	9	4	2
P14	SPEED	1.2	3.7	3.1	2.5	5	3.7	3.1	1.2	1.8	1.8
	INCLINE	5	6	5	8	4	5	5	10	6	3
P15	SPEED	1.2	3.7	3.1	2.5	5	4.3	3.1	1.8	1.8	1.2
	INCLINE	3	4	5	6	3	5	5	6	4	3
P16	SPEED	1.2	3.1	4.3	3.1	5	3.7	3.1	1.2	2.5	1.2
	INCLINE	1	5	6	8	12	9	10	9	5	3
P17	SPEED	1.2	3.1	3.7	4.3	5	5.6	5	3.1	1.8	2.5
	INCLINE	3	5	6	8	6	5	8	7	5	3
P18	SPEED	1.2	1.8	3.1	3.7	5	3.7	5.6	3.7	3.1	1.2
	INCLINE	5	7	5	8	6	5	9	10	6	2
P19	SPEED	1.8	4.3	3.7	3.1	5.6	4.3	3.7	1.8	3.1	1.2
	INCLINE	3	5	6	8	5	6	5	12	8	3
P20	SPEED	1.8	4.3	5.6	6.2	6.8	7.5	6.2	5	3.1	1.2
	INCLINE	2	5	6	7	6	5	8	6	3	2
P21	SPEED	1.8	3.7	5	4.3	5.6	6.2	3.1	5	1.8	1.2
	INCLINE	3	6	8	9	9	6	8	10	6	3
P22	SPEED	1.8	3.1	5	3.7	5.6	6.2	5	7.5	3.7	1.8
	INCLINE	2	6	8	10	12	10	12	8	5	2
P23	SPEED	1.8	3.1	5.6	6.8	7.5	5	3.7	3.1	1.8	1.2
	INCLINE	2	6	8	10	9	7	8	10	6	3
P24	SPEED	1.8	5	6.2	6.8	7.5	6.2	6.2	5	3.1	1.8
	INCLINE	3	6	8	9	10	12	9	6	3	2

コンソール FR30

A (INCLINE) 傾斜

B (CALORIES) カロリー

C (TIME) 時間

D (DISTANCE) 距離
距離とプログラムを表示します。

E (PULSE) パル ス

F (SPEED) 速度
0.5 – 20.0KPH/0.3 – 12.5MPH。

G (INSTANT INCLINE) 簡易傾斜
ランニング中に特定の傾斜を選択するときに使用します。

H (INCLINE +/-) 傾斜率+ / ー
ワークアウト中に傾斜レベルを上げたり下げたりします。

J (PROGRAM) プログラム
目的のプログラムを選択します:
P1 – P24, U01 – U03, HP1 – HP3, (FAT) 脂肪。

K (PAUSE/STOP) ストップ/ 一時停止
このボタンを押して、器械を休止するか、ストップします。

L (START) 開始
プログラムを開始します。

M (MODE) モード
時間、距離、カロリーを選択します。

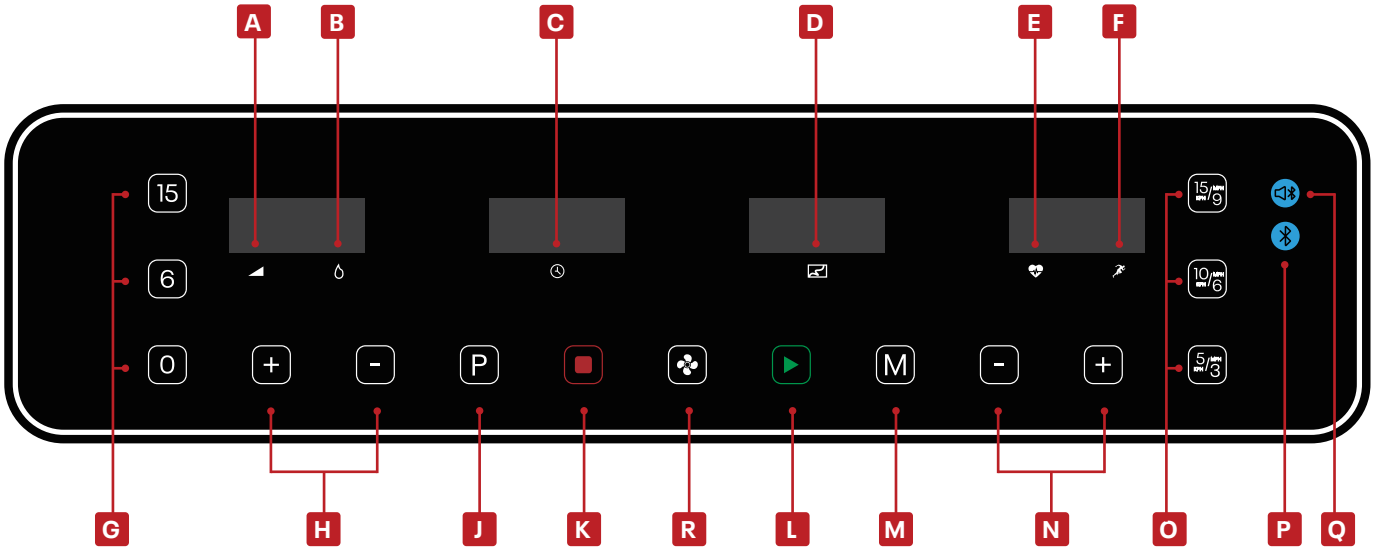
N (SPEED +/-)速度+ / ー
ワークアウト中に速度を上げたり下げたりします。

O (INSTANT SPEED) 簡易速度
ランニング中に特定の速度を選択するときに使用します (KPH/MPH)。

P BLUETOOTH (DONGLE) ドングル
リーボック アプリをリーボック マシンに接続するには、Bluetooth ドングルをコンソールの裏側のポートに挿入してください。うまく接続されたら、インジケータランプが点灯します。

Q BLUETOOTH (MUSIC) 音楽
音楽を再生するには、Bluetooth を介して装置をトレッドミルに接続してください。接続されたら、インジケータランプが点灯します。直接、装置からボリュームを調節してください。

R (FAN) ファン
ファンを作動または停止するときに使用します。



(SAFETY KEY) 安全キー

このマシンには赤い安全キーが付属しており、これを挿入しなければマシンは可動しません。この安全キーはトレーニング中思わぬ緊急事態が発生した時に即時停止する装置です。安全キーが正しく取り付けられていない場合、コンピューター に「---」と表示されます。安全上の理由から、運動中は常に安全キーの逆側端のクリップを衣装の胸元当たりに装着してください。これにより緊急時に安全キーが外れると機械が緊急停止します。

(POWER SAVING) 省電力機能

省エネ機能があり、10分間使用しない場合は、スリープモードに入ります。任意のボタンを押して、画面を再起動してください。

(USB CHARGING) USB充電

装置の充電ポートは、コンソールの裏側にあります。

(CABLE STORAGE) ケーブル保管

トレーニング中に、すべてのケーブルと所持品が安全に保管されており、ランニングベルトと接触しないように注意してください。

ハンドルバーコントロール

パルスグリップ

両ハンドルバーには、パルスセンサーが搭載されております。 両手でハンドルセンサーを握ると、心拍数を測ることができます。 ただし参考値となりますので、医療用の測定としては使用できません。

コンピュータープログラム

(U01 – U03) ユーザープログラム

(P01 – P24) プリセットプログラム

(HP1 – HP3) 心拍数制御プログラム

(FAT) 体脂肪測定機能

(U01 – U03) ユーザープログラム

スタンバイモードから、U1、U2、U3 が見えるまで **P** ボタンを押します。

1. **SPEED +/- (速度 + /-)** または **INCLINE +/- (傾斜 + /-)** を押し て、トレーニング時間を設定します。
2. **M** (モード) ボタンを押して確定し、次のセクションに 入ります。10個のセクションすべての設定を終えるまで繰り 返します。
3. **SPEED + /- (速度 + /-)** または **INCLINE +/- (傾斜 +/-)** を押し て、速度または傾斜を変更します。
4. ランニング時間を設定し、**START (スタート)** を押して開始 します。

(P01 – P24) プリセットプログラム

スタンバイモードから、**P** (プログラム) ボタンを押すと、画面には24 のプログラムが表示されます。24 のプログラムの中から選 択してください。

1. **SPEED +/-** または **INCLINE +/-** を押してトレーニングの時間を設定します。
2. 各プログラムは10セクションに分割され、新しいセクションを開始すると、ビープ音が3回鳴ります。
3. 各セクションごとに **SPEED +/-** または **INCLINE +/-** を押してスピードとインクラインを変更すします。
4. プログラムが終了すると、機械は3回ビープ音を鳴らしてストップします。

(HP1 – HP3) 心拍数制御プログラム

注: 速度と傾斜レベルをこのプログラム中に手動で調節することができますが、それらはトレーニングを持続させるために自動的に変わります。これらは最初の60秒の間は、手動で変えることができません。

1. HP1, HP2 または HP3 が表示されるまで **P** (プログラム) を押します。
2. **M** (モード) を押して、ユーザーの個人データを入力しま す。
3. ユーザーの年齢が表示されます (30 が予め設定されています) 。**INCLINE +/-** または **SPEED +/- (速度 + /-)** を押して変更し、**M** (モード) を押して確認します。
4. 推奨される目標心拍数が表示されます。**INCLINE +/-** を押して変更し、**M** (モード) を押して確認します。
5. TIME ウィンドウは、現在の時間、10.00 分を表示します。**INCLINE +/-** を押して変更し、**M** (モード) を押して確認します。
6. **START** を押して、開始します。

注: 目標心拍数に達するために、速度はプログラム中に自動的に調節されます。目標心拍数に達する前に、最高速度に達したら、傾斜が 1レベル増加するように調節されます。

目標心拍数に達したら、速度と傾斜はもう変更されません。

目標心拍数に達したら、速度と傾斜は一定に保たれます。

(FAT) 体脂肪測定機能

スタンバイモードから、FAT (脂肪) に達するまで **P** ボタンを押します。

1. **M** (モード)を押して、情報 を入力します。
2. F-1 ~ F-4 (F-1 性別、F-2 年齢、F-3 身長、F-4 体重) から、**SPEED +/- (速度 +/-)** または **INCLINE +/- (傾斜 +/-)** で値を設定し ます。

F-1	性別	01 男性、02 女性
F-2	年齢	10~99
F-3	身長	100 ~ 200cm (40 ~ 80in.)
F-4	体重	20 ~ 150kg (44 ~ 3301b)

3. **M** (モード) を押してF-5 (F-5 体脂肪テスト) を入力し、ハン ド脈拍センサの上に両手を置くと、コンソールが 3 秒後に体 脂肪値を表示します。

<19	痩せ気味
(20-25)	通常体重
(26-29)	太り気味
>30	肥満

体脂肪値は目安として意図されており、医療データではあり ません 。

MPH からKPH への変換

速度 / 距離の設定をMPH からKPH に切り替えることができます。切り替えるには次の手順に従ってください。

1. スタンバイモードで安全キーを挿入し、**SPEED +/-** と **INCLINE +/-** を約5 秒間押します。
2. スピードの画面には、 MPH では「0.3」、KPH では「0.5」が表示されます。
3. もう一度速度を変更するには上記の手順を繰り返しします。

潤滑リマインダー機能

300km (188 マイル) のランニングごとに、機械は 10 秒おきに音を鳴らし、TIME画面には「**OIL**」(オイル) と表示されます。シリコンオイルでトレッドミルを塗布してください。(6週間ごとに行う) コンソールをリセットするには**STOP**ボタンを3秒ほど押すと、音を鳴らしてリセットされます。

www.reebokfitness.info/treadmill-support

FR30 RVFR-10421BK-120

前方にシリアルシールがございます。

FOR CUSTOMER SERVICE CONTACT:

UK: RFE EUROPA LTD. 8 CLARENDON DRIVE, WYMBUSH, MILTON KEYNES, MK8 8ED

EMAIL: TECHSUPPORT@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +44 (0)800 440 2459

FRANCE: SERVICIOTECNICO@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +33 0805104899

IBERIA: SERVICIOTECNICO@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +34 800 600 816

EUROPE: SERVICEEUROPA@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +49 (0) 89 189 39 700

USA: RFE SPORTING GOODS INC, 715 DISCOVERY BLVD, SUITE 313, CEDAR PARK, TX-78613

EMAIL: TECHSUPPORTUSA@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +1 (800) 215 6216

APAC (EXCLUDING AUSTRALIA): RFE ASIA PACIFIC, 2608-1609, 1 HUNG TO ROAD, KWUN TONG, KOWLOON, HONG KONG

EMAIL: TECHSUPPORTAPAC@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: +852 34685027

AUSTRALIA: TECHSUPPORTAUSTRALIA@RFEINTERNATIONAL.COM CUSTOMER SERVICE: +852 34685027

CHINA: 上海市宝山区爱辉路201号 智航创新园
1座 1601 A室，上海锐达健身科技发展有限公司

EMAIL: TECHSUPPORTCHINA@RFEINTERNATIONAL.COM

CUSTOMER SERVICE: 4001027768

RVFR-10421BK/RVFR-10421BK-120/RVFR-10421BL/ RVFR-10421BL-120/RVFR-10421GR/ RVFR-10421GR-120/RVFR-10421RD/RVFR-10421RD-120/RVFR-10421YL/RVFR-10421YL-120