

c2

ROWING

DYNAMIC INDOOR ROWER



concept 2 DYNAMIC

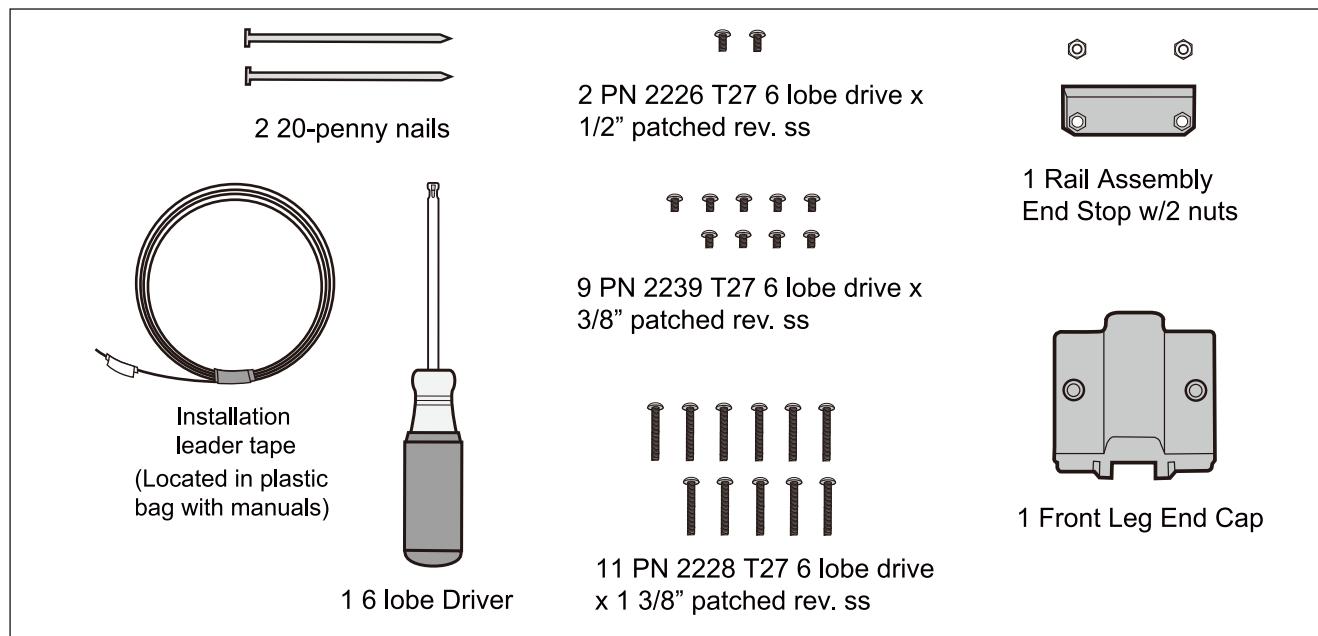
組み立て方法

手順1.

2つの箱を開け、全ての部品を取り出して下さい。そして組み立てる前に以下の様に部品を並べ、組み立て方法をしっかりと読んでください。
注意:風車板の上部にあるプラスチック製の覆いは、ウインドシールドと呼ばれる付属品です。これについては使用方法の9ページ目の追記をご覧ください。



パーツの組み立て方法



組み立て方法

手順2. 風車板本体に後部車輪を取り付ける

(2) 3/8" (.95 cm)  

PN 2239

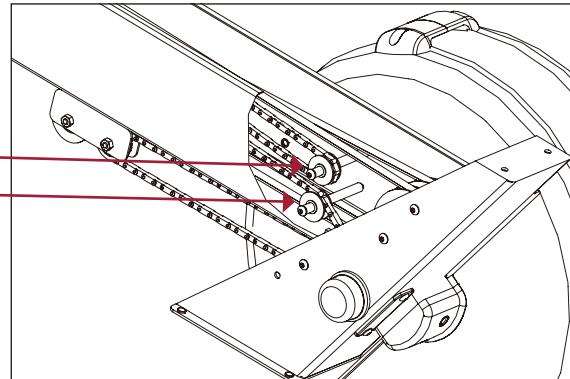
9ページにある完成したダイナミックエルゴメーターの写真の様に、車輪は後ろ向きに付けてください。そして2つのネジを取り付けしっかりとしめてください。(写真Aを参照)

写真A



風車板本体をひっくり返して組立作業を続ける前に、チェーンを巻く滑車にチェーンが巻きついていることを確認して下さい。
チェーンは滑車に巻きついていなければなりません。(写真Bを参照)

写真B



風車板本体をひっくり返してください。(写真Cを参照)

写真C



手順3. シャトルを取り付ける

(3) 3/8" (.95 cm)   

PN 2239

重要: シャトルを引っ張り出し、本体に対して平らになるようにしてください。(写真Dを参照)

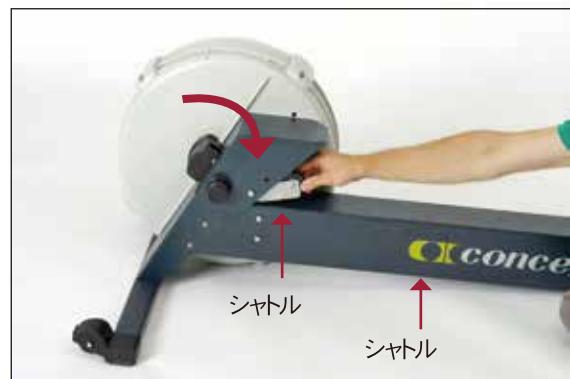
シャトルチャンネルの中にある段ボールを、段ボールに書かれている矢印の方向に引き出してください。

注意: プラスチック製の「床」はシャトルチャンネルの中に残し、またその「床」はシャトルチャンネルの一端としか付きません。

シャトルチャンネルの溝が正面を向くようにしながら、その一端を風車板側に設置してください。そして4つの穴がある方の端は風車板と逆側にしてください。

シャトルが溝に入り込むようにしながら、シャトルチャンネルを後脚にスライドさせてください。(写真Eを参照)

写真D



写真E

組み立て方法

本体の穴に対応するシャトルチャンネルの縁に、0.95cmのネジを差し込んでください。また3つ全てのネジを穴に入れる前に、完全に締め切ることがないようにしてください。(写真Fを参照)



写真F

手順4. 風車板本体にレールを取り付ける

組み立て方法

注意: この手順では他人と一緒に作業することをお勧めします

(4) 3/8" (.95 cm)

PN 2239

写真Gのようにレールを置いてください。そしてレール下部が後脚に
対して水平になるように、レールの前端を上げてください。



写真G

4つ全てのネジを穴に取り付けてください。4つ全てを穴に入る前に、
完全に締め切ることがないようにしてください。(写真Hを参照)



写真H

手順5. シート用ロープの取り付け

(1) 1 3/8" (3.49 cm)

PN 2228

ネジをシート用ロープの固定部及び後脚に取り付けてください。(写真Iを参照)

注意: 穴にネジを一直線に差し込むためには、
シート用ロープを押さえつける必要があります。



写真I



手順6. ストレッチャーをレールにスライドさせる。

写真Jのようにストレッチャーをレールにスライドさせます。

その際、ストレッチャーに対するドライブプレートが、
溝の部分やシャトルチャンネルの中を通っている
ことを確認してください。



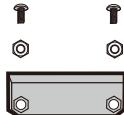
写真J



組み立て方法: 続き

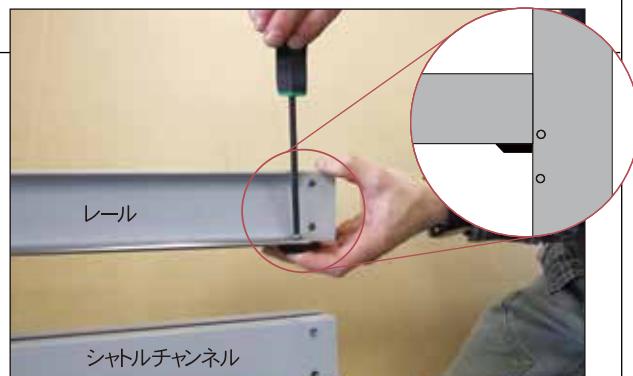
手順7. レールのストッパーを取り付ける

- (2) 1/2" (1.27 cm) PN 2226
(1) × レールのストッパー w/2 ナット



レール下部にストッパーを取り付けてください。またナットが床下方向に取り付けられていることを確認してください。(写真Kを参照)

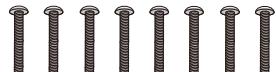
写真K



手順8. レールのストッパーを取り付ける

組み立て方法

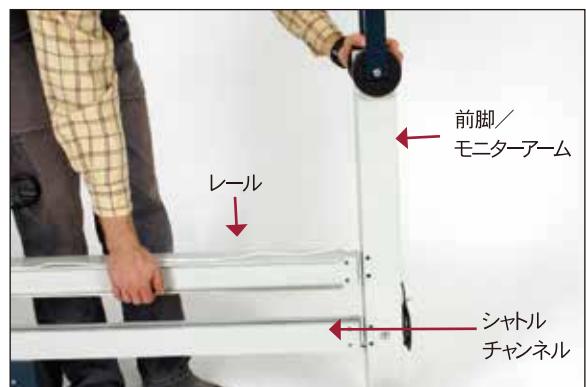
- (8) 1 3/8" (3.49 cm)
PN 2228



注意: 穴を一直線にする際、他人に補助してもらうことをお勧めします。

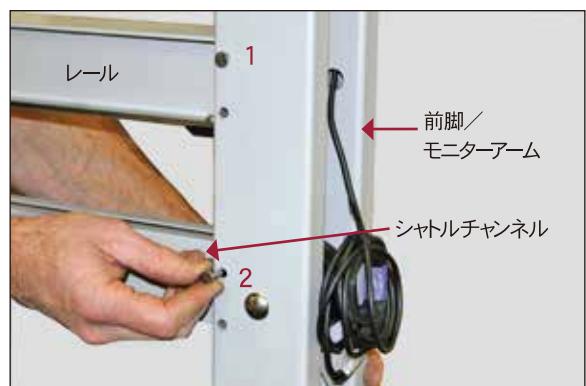
前脚/モニターをシャトルチャンネルとレールの端に取り付けます。
シャトルチャンネルとレールを片手で持ち上げ、前脚にスライドさせながら取り付けます。(写真Lを参照)

写真L



注意: 片方の20ペニー釘(約10cm)をレールの上部穴に、もう片方の20ペニー釘をシャトルチャンネルの上部穴に差し込み、一時的に穴を一直線にします。これらの釘はネジで代用することもできます。
(写真Mを参照)

写真M



一度バースを一直線にしたらネジを差し込みます。この際8本全てのネジが差し込まれるまで、完全に締め切る事が無いようにしてください。
またネジを差し込む時に、レールとシャトルチャンネルをしっかりと押し込まなければならない場合があります。(写真Nを参照)

写真N



手順9. ジェネレーターケーブルを取り付ける

青いテープをはがし、黒い誘導コードをほどいてください。
端についている白いテープは決してはがさないでください。

風車板本体に近いレールの端の下側にある穴に、黒い誘導コードを、
白いテープの付いた側から入れてください。(写真Oを参照)

写真O



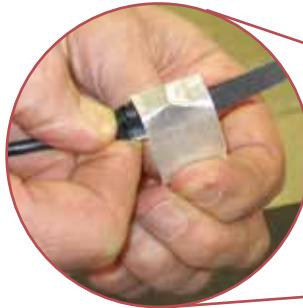
組み立て方法: 続き

反対側の端から誘導コードが出てくるまで、そのコードを穴に入れ続けてください。(写真Pを参照)

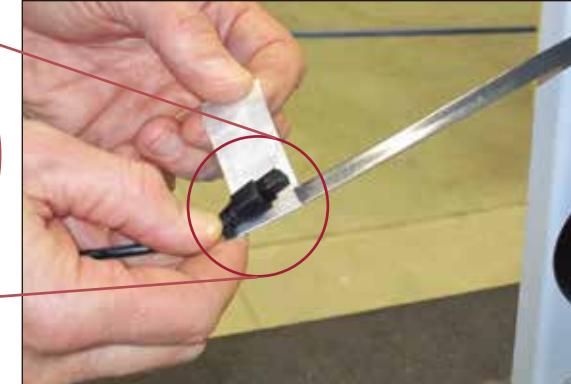


写真P

少しだけ白いテープをほどき、ジェネレーターケーブルを覆うように巻いてください。(写真Qを参照)



写真Q



ジェネレーターケーブルの付いた黒い誘導コードを、レール下部分の穴から出でるまで引っ張ってください。(写真Rを参照)

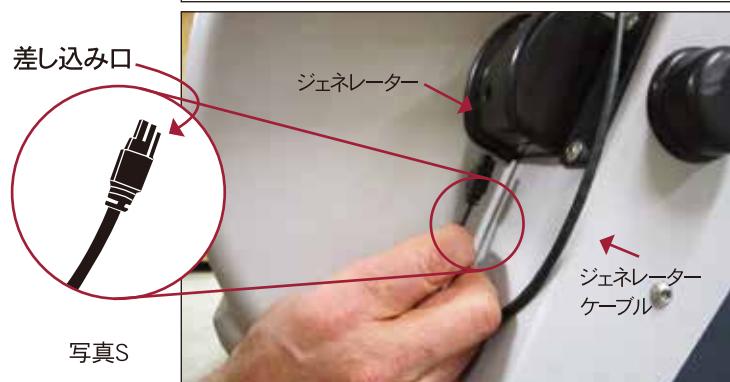


写真R

ジェネレーターケーブルから誘導ケーブルを取り外し、風車板本体のジェネレーターに差し込んでください。(写真Sを参照)

また差し込み口が絵のようになっているか注意してください。

注意: ジェネレーターからジェネレーターケーブルを外す時、差し込み口を押し下げる小さい工具を使ってください。



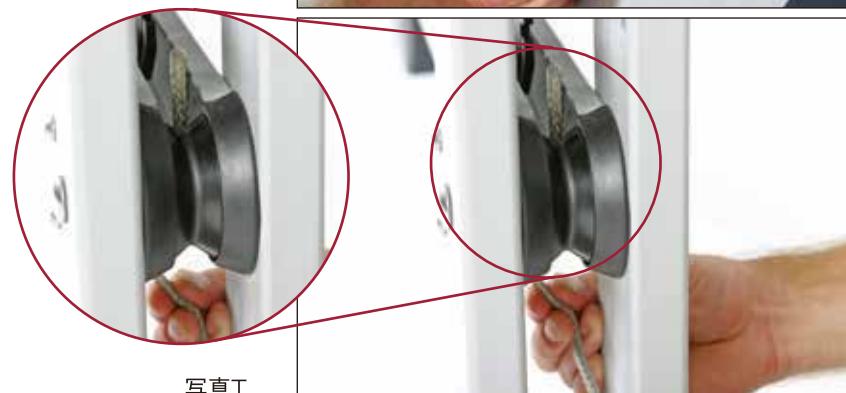
写真S

手順10. グリップコードを取り付ける

シャトルチャンネル下部の溝を通して、輪つかのついた方のグリップコードの端を押し出してください。

そしてそれが下の滑車のすぐ後ろに来るようにしてください(写真Tを参照)。

グリップコードをシャトルチャンネル上部から全て引き出し、床に置いておいてください。



写真T

組み立て方法: 続き

反対側(シャトルチャンネルが後脚と接している側)の端で、シャトルチャンネルの溝に手を入れシャトルを掴んでください。そしてシャトルがシャトルチャンネルの溝から見えるように引っ張り出してください。(写真Uを参照)

写真U



ハンドルコードの輪つかになった方の端を、シャトルにある二つの滑車の間を通して引っ張り上げてください。
(写真Vを参照)

写真V



ハンドルコード滑車付近のコードのたるみが無くなるように、ハンドルコードを前脚に向かって引っ張ってください。
(写真Wを参照)

写真W



前脚部分に近い方の端に、ストレッチャーをスライドさせてください。そしてハンドルコードの輪つかを、ストレッチャーアー下部の露出しているフックに引っかけてください。(写真Xを参照)

写真X



ハンドルコードをシャトルチャンネルの溝に押し込む事で、輪つか部分の結び目がシャトルチャンネルの中に入り、ストレッチャーアー下部フックの後ろに来るようにしてください。ここで輪つかがストレッチャーアー下部のフックにしっかりとひっかかる事を確認するために、ハンドルコードを後方に引っ張るようにしてください。またシャトルチャンネル上部に結び目が擦っていないかを確認してください。もし擦っていたら輪つかをフックから取り外し、結び目が下を向きかつシャトルチャンネル上部から離れるように、輪つかを回してください。(写真Yを参照)

写真Y



組み立て方法:続き

手順11. ハンドルコードと前脚のキャップを取り付ける

(2) 1 3/8" (3.49 cm)
PN 2228



上部の滑車を覆うようにハンドルとハンドルコードを引っ張ってください。
(写真Zを参照)

写真Z



ハンドルをストレッチャー方向に引っ張り、ストレッチャーのハンドル用フックに引っかけてください。(写真Z1を参照)

写真Z1



モニターのアームと前脚がつながっている、むき出しの前脚上部にキャップを被せてください。そしてキャップにネジの頭が完全に埋まるまで、ネジを差し込んでください。もしだけネジが回るとしても、ネジの頭が埋まるくらいが丁度いいので、そのままにしておいてください。
(写真Z2を参照)

写真Z2



組み立て方法: 続き

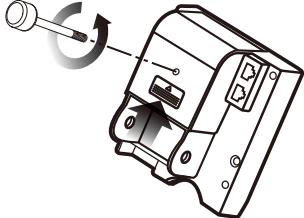
手順12. PM4の場合のみ必要な手順

パフォーマンスマニター4(PM4)に再充電可能なバッテリーを取り付ける

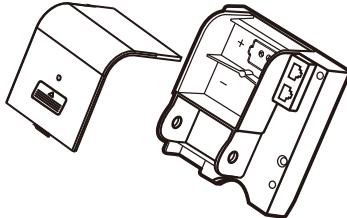
1. 再充電可能なバッテリー



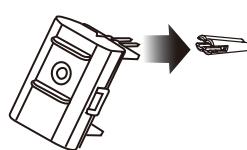
ステップ1



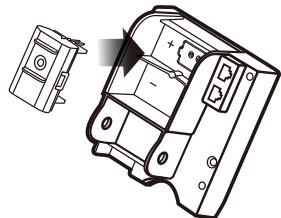
ステップ2



ステップ3



ステップ4



追記

ダイナミックエルゴメーターの高さ設定

ダイナミックエルゴメータが正常に作動するためには、高さが動作対象に応じて適当に設定される必要があります。前脚の高さ調整用ネジを、以下のように調整してください。

まずは他人に自分の漕ぎを見てもらいましょう

- もし漕いでいる時にシート用ロープが後ろよりも前に伸びる場合は、前脚の高さ調整ネジを時計回りに数回まわし、ダイナミックエルゴメーターの前部を高くしてください。
- もし漕いでいる時にシート用ロープが前よりも後ろに伸びる場合は、前脚の高さ調整ネジを反時計回りに数回まわし、ダイナミックエルゴメーターの前部を低くしてください。

グリップの引っ張り具合

ダイナミックエルゴメーターはその形状から、旧式のモデルDやモデルEに比べてハンドルの引っ張り具合が大幅に弱くなりました。

エルゴにはつきものではありますが、ハンドルの引っ張り具合は乗艇において我々が体感するものとは異なります。

よって我々は、ダイナミックエルゴメータの形状により引っ張り具合が弱くなることを、より良い特徴であると考えています。

引っ張り具合は出荷時には低く設定してありますが、「よりエルゴらしく」漕ぎたいと強く感じ、引っ張り具合を強くするまでは、しばらくそのままにして漕ぐ事をお勧めします。ダイナミックエルゴメーターのユーザーマニュアルの16ページをご覧ください。

ウインドシールド

風車板本体の上部にあるプラスチック製のウインドシールドは風車板から入り、漕いでいる人の体から出でていく空気を調整するための付属部品です。もしより多くの風を感じたい場合は、ウインドシールドをかすかに曲げ、両端の出っ張りを風車板の奥から引っ張り出すことで、簡単に取り外す事ができます。

注意：ウインドシールドを使用することでドラッグファクターの設定が少し下がり、少し低いダンパーの値で漕いでいるように感じられます。

風車板のダンパーは好みの感覚に応じて調整してください。

ダンパーの設定やドラッグファクターについてはコンセプト2のサイト(concept2.com)をご覧ください。

追記

メンテナンス

ダイナミックエルゴメーターが正常に作動するためには、以下の簡単なメンテナンスをすることが大切です。

1. ハンドルコードに擦り切れた部分がないか調べ、過度に擦り切れた部分が見つかった場合は交換する
2. 練習が終わったら毎回、シートとストレッチャー側を含めたレール全部をきれいにする。
3. チェーンをきれいにし、油をさす

メンテナンスの詳しい説明は、ダイナミックエルゴメーターのユーザーマニュアルの16ページをご覧ください。

