

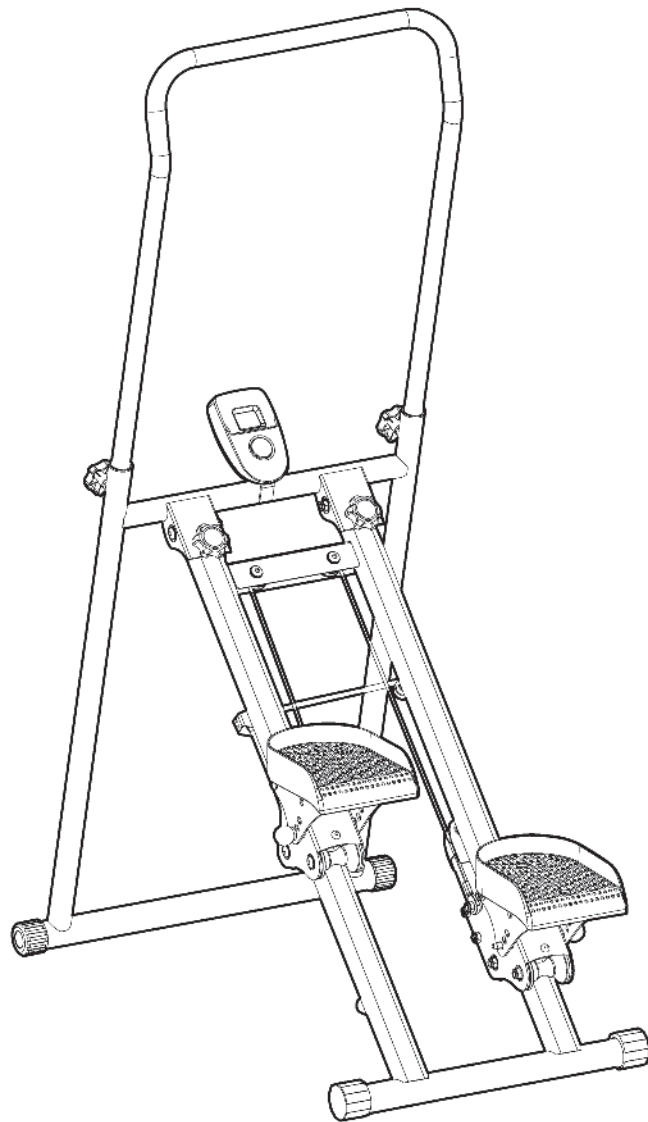
EXCIDER



엑사이더 스텝퍼

사용 설명서

TS330



※ 사용 전 사용 설명서를 반드시 끝까지 잘 읽어 보시고 올바르게 사용하여 주십시오.
※ 본 제품의 색상이나 부품, 디자인은 품질 향상을 위하여 예고없이 변경될 수 있습니다.

홈페이지 : WWW.EXCIDER.CO.KR

A/S문의 : 02)872-8045

안전을 위한 주의사항

본 상품을 구입해 주셔서 감사합니다. 자세히 읽어보시고 정확하고 안전하게 사용하기 바랍니다. 본 사용설명서의 주의사항을 무시하여 발생한 물질적, 신체적인 피해에 대해서는 보상받지 못하며, 사용자의 책임이므로 반드시 지켜 사용해 주시기 바랍니다.

경고 & 주의 확인표시



금지



주의



확인

사용상 주의사항

⊘ 다음과 같은 분은 사용을 삼가시기 바랍니다.

- 임산부이거나 생리 중인 분
- 발열, 과로 및 기관지 계열 질환 등의 안정이 필요한 분
- 호흡기와 혈류에 장애가 있는 분
- 수술한 지 3개월 이내의 환자로 회복기에 있는 분
- 의사의 진단으로 운동을 금하는 분
- 심장병, 고혈압 등 평소 심장에 장애가 있는 분

※ 상기 외에도 건강에 이상을 느끼시는 분과 운동 중 몸에 이상을 느낄 경우에는 즉시 사용을 중지하시고 의사와 상담을하시기 바랍니다.

⊘ 다음과 같은 경우 사용을 금지합니다.

- 본 제품은 1인용입니다. 동시에 여러 명이 사용하지 마십시오.
- 무게가 120kg 이상의 사람은 사용을 금지합니다.
- 음주나 약물복용 후에는 사용하지 마십시오.

⊘ 어린이가 올라타거나 흔들며 장난치지 못하게 하십시오.

- 위험 방지를 위해서 보관 중 어린이가 올라타거나 흔들며 놀지 못하게 하십시오.
- 위험 방지를 위해서 사용 중 어린이가 접근하지 못하게 하십시오.

⊘ 다음과 같은 경우 보호자와 함께 사용하십시오.

- 만 12세 미만의 어린이
- 몸이 불편하신 분
- 연로하신 분(노약자)
- 재활 목적으로 사용하시는 분

⊘ 운동 시 충분히 공간을 확보해 주십시오.

- 운동 시에 주변에 아이들이나 애완동물이 있는지 반드시 확인해주시고 운동 시 접근을 막아 주십시오.

⊘ 사용 시 주의해야 하는 기타 사항

- 운동하기 편한 복장을 착용해 주십시오.
 - ※ 너무 길거나 늘어진 복장을 입고 운동을 하는 경우 발판에 걸릴 수 있으므로 주의해 주십시오.
 - ※ 헐렁하거나 끈 끼는 옷은 금합니다. 반드시 몸에 맞는 운동복을 입고 운동해 주십시오.
- 가급적 고무 밑창으로 된 운동화를 착용해 주십시오.
 - ※ 맨발로 운동 시 상해를 입을 수 있으니 반드시 적절한 운동화를 신고 운동해 주십시오.
- 운동 전에는 가벼운 준비운동을, 운동 후에는 정리운동을 각각 5분 정도 실시하여 부상을 예방하시기 바랍니다.
- 운동 중 과격하게 몸을 흔들면 제품에 무리가 가해져 고장의 원인이 될 수 있습니다. 또한 제품이 흔들려 사용자가 넘어져 부상을 당할 수 있으니 주의하시기 바랍니다.

안전을 위한 주의사항

- 운동 중 신체에 어지러움, 구토, 심장의 통증, 식은땀 등 이상 증세를 느꼈을 때는 즉시 운동을 중지하십시오.
- 계기판을 무리하게 누르거나 제품에 충격과 손상을 주는 행동들은 하지 마십시오.
- 발판 각도를 동일하게 해서 운동해 주시기 바랍니다.
- 발판이 접이 된 상태에선 위험하므로 운동을 삼가해주시기 바랍니다.

⊗ 주위 환경 주의사항

- 제품에 물이나 음료수를 흘리지 않도록 주의하십시오.
- 주위에 위험이 될만한 물건(유리나 과도 등 날카로운 물건)은 치우신 후 운동을 하십시오.
- 전열기구나 화기류 근처, 습기나 먼지가 많은 곳에서의 사용하지 마십시오.
- 본 제품의 일부분이 깨지거나 망가졌을 경우 사용을 중지해 주십시오.

취급상 주의사항

⊗ 본 제품은 가정용입니다.

- 본 제품은 일반 가정용이므로 업무용 및 불특정 다수가 사용할 목적인 장소(헬스클럽, 목욕탕, 사내 체육시설, 마을회관) 등 공공장소에서 사용이 불가능하며 사용에 따른 제품하자 발생 및 안전사고에 대해서는 책임을 지지 않습니다.

⊗ 다음 장소에는 보관을 삼가 주십시오.

- 비스듬하게 기울어져 있거나, 미끄러질 소지가 있는 불안정한 장소나 진동이 많은 곳
- 습기나 먼지가 많은 장소, 통풍이 안 좋은 장소
- 심하게 고온이나 저온이 되는 장소, 햇볕이 직접 닿는 장소나 열기구 근처

⊗ 부적절한 수리, 분해, 개조는 삼가 주십시오.

- 부적절한 수리, 분해, 개조는 파손, 고장, 손상의 원인이 되므로 위험합니다.
- 제품을 임의로 분해할 시 조립 부속을 잃어버릴 수도 있으며, 고장의 원인이 됩니다.

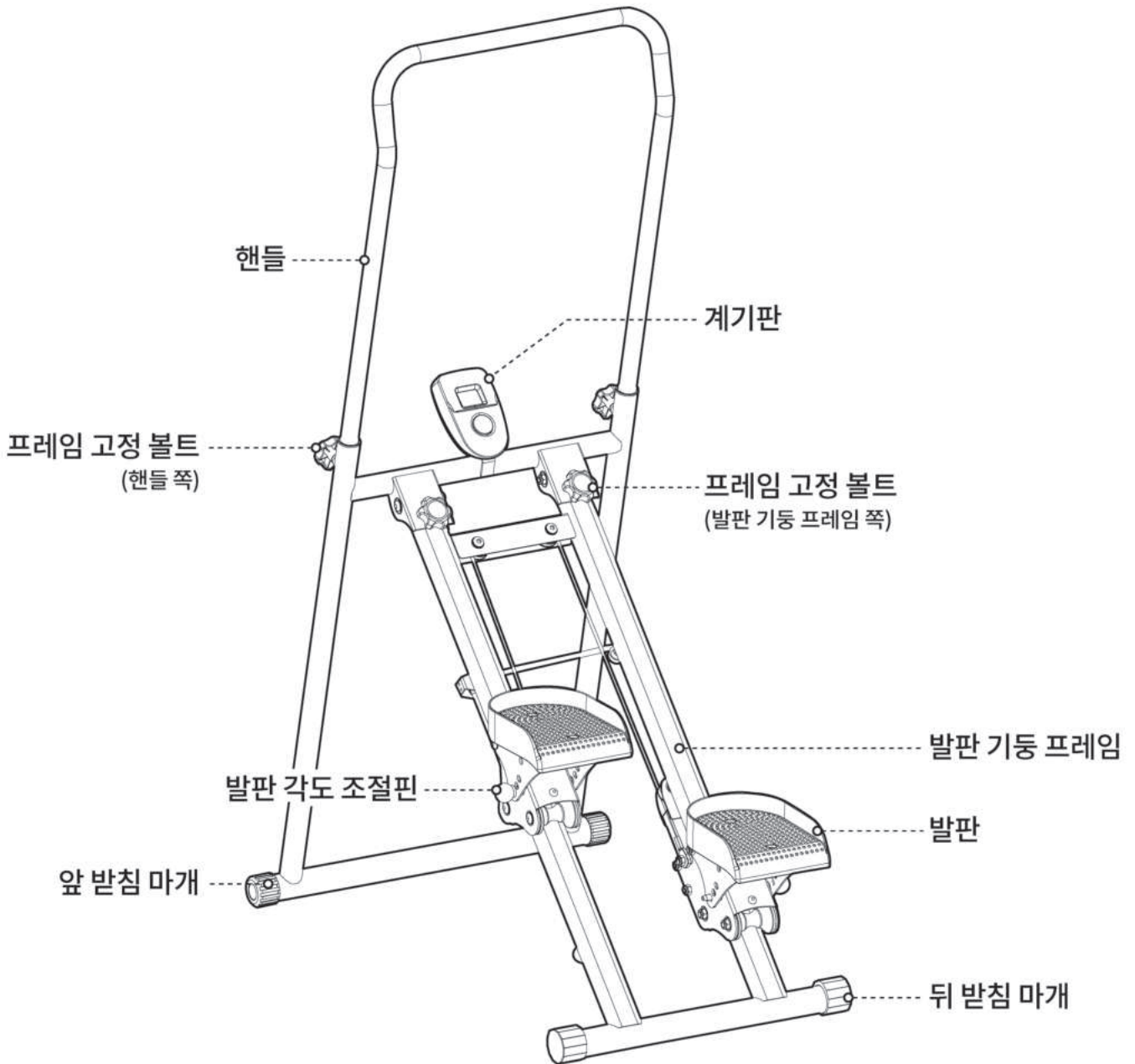
Ⓛ 만일 상품이 젖을 경우

- 상품이 젖은 경우 녹이 슬거나 고장의 원인이 됩니다. 또한 미끄러지기 쉬우므로 마른 헝겊 등으로 신속하게 닦아 주시기 바랍니다.

추가 사용 설명

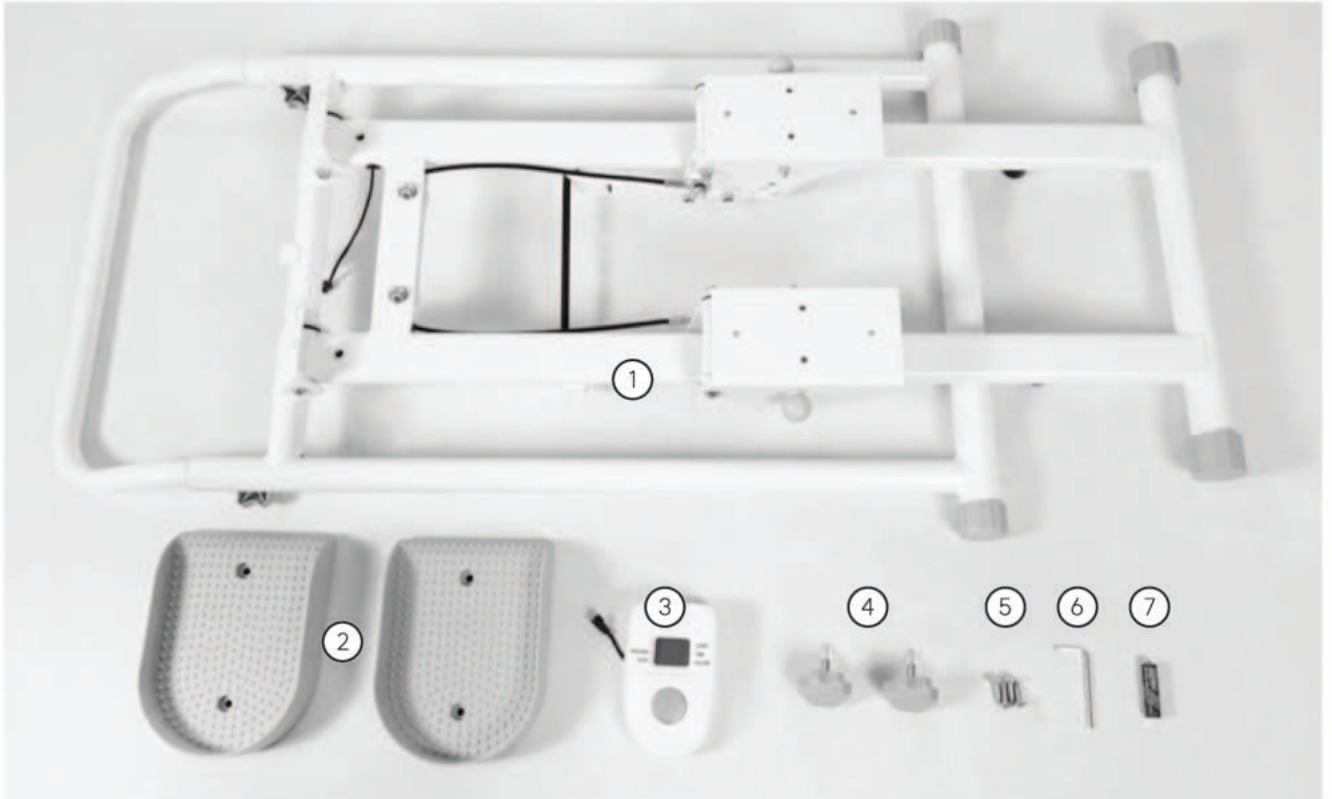
- 제동장치 없음
- 스텝퍼 발판을 위, 아래로 움직이며 운동하실 수 있습니다. (상세 사용방법은 사용 방법 부분 참고)
- A급 스텝퍼의 경우 시험 변인: C급, 가정용

각 부분의 명칭 및 구성품



사 이 즈	530 × 860 × 1230mm (W × L × H) - 1단계
중 량	12 / 15.1kg (포장 전/후)
재 질	스틸파이프, PP
최소 사용자 신장	150cm
최대 허용 체중	120kg 미만

각 부분의 명칭 및 구성품



- 1. 본체 (1대)
- 2. 발판 (2개)
- 3. 계기판 (1개)

- 4. 프레임 고정 볼트 (2개)
- 5. 발판 고정 나사 (4개)

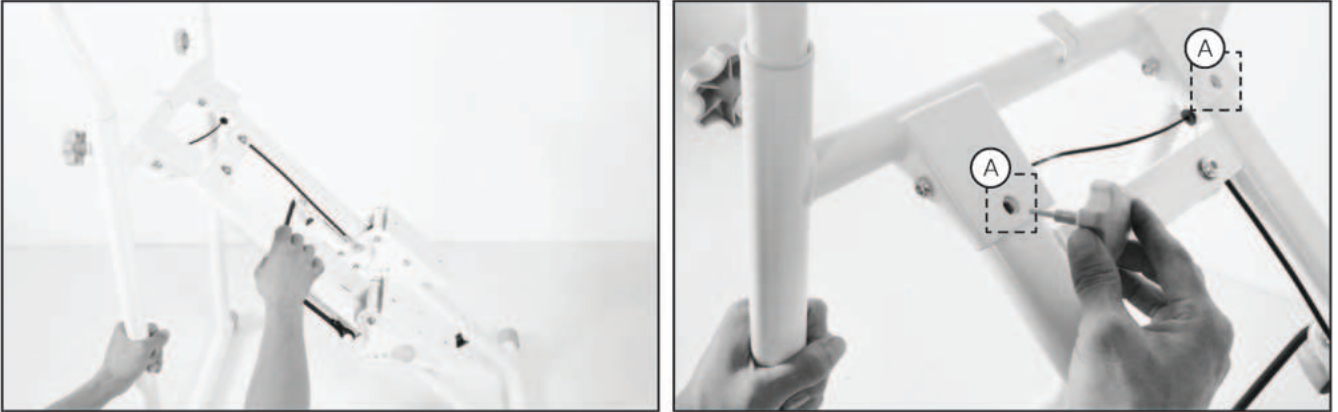
- 6. 육각 렌치 4mm (1개)
- 7. 건전지 AA (1개)

조립 순서

조립 시 주의 사항

- 조립 순서에 맞게 차례대로 조립하여 주십시오.
- 조립 시에 손을 보호할 수 있도록 장갑을 끼고 조립하여 주십시오.

1. 본체



본체를 사진과 같이 펴준 상태에서 프레임 고정 볼트(2개)를 이용하여 사진상 A 부분에 각각 체결하여 고정합니다.

2. 발판



1. 발판 2개를 각각 사진과 같이 발판 고정 나사를 이용하여 본체에 체결하여 조여 줍니다.(발판은 좌우 구분 없음)



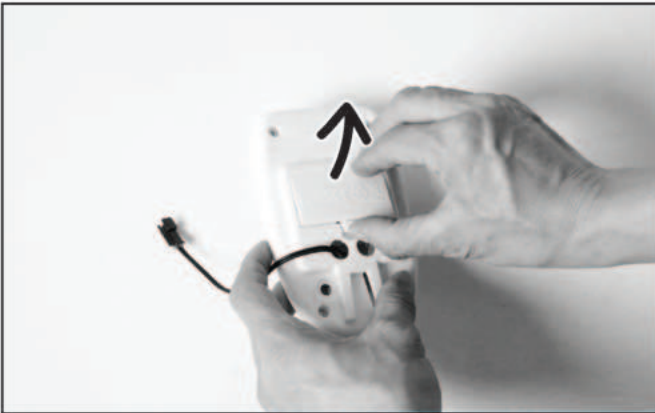
2. 발판 고정 나사 체결 시, 최대한 끝까지 조여주시기 바랍니다.

조립 순서

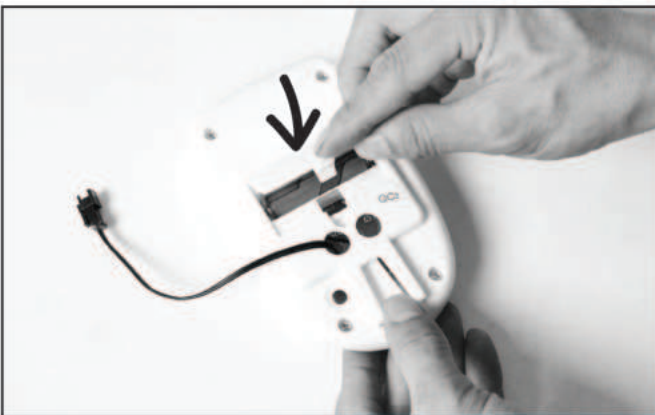


3. 발판 각도 조절핀을 뺀 상태에서 발판 각도를 조정한 후 발판 각도 조절핀을 해당 각도 홈에 삽입하여 고정해 줍니다.
(발판 각도 조절핀이 끝까지 들어가도록 삽입하여 주시기 바랍니다.)

3. 계기판

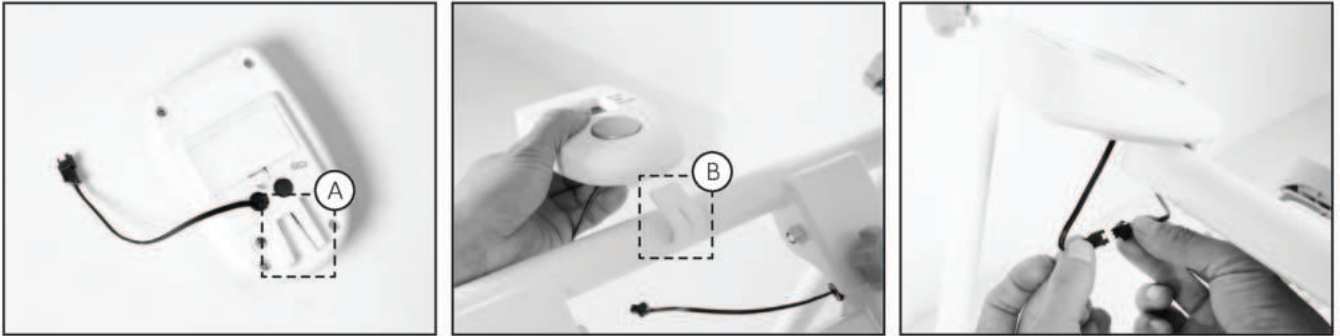


1. 계기판 뒷면 건전지 덮개를 열어 준 후 건전지(AA)를 삽입합니다. (건전지 AA 1개)



2. 건전지(AA)를 삽입한 후 건전지 덮개를 닫아 줍니다.

조립 순서



3. 건전지(AA)가 삽입된 계기판을 본체에 체결한 후 계기판 케이블과 본체 케이블을 연결합니다.
(계기판을 본체에 체결 시 계기판 뒷면 A 부분을 본체 B 부분에 꽂아 줍니다.)

4. 조립 완료

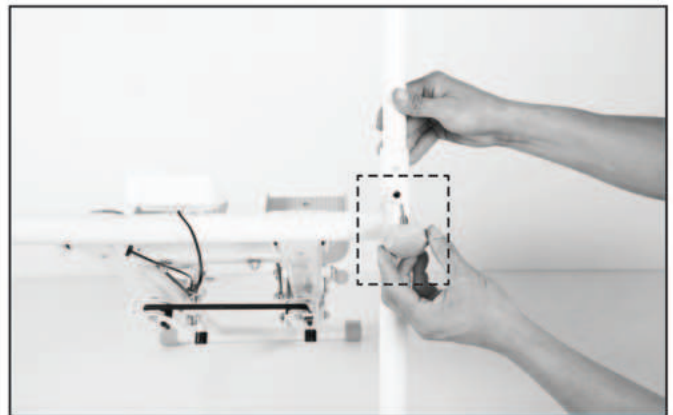


기능 및 사용 방법

1. 핸들 높이 조절(총 3단계)



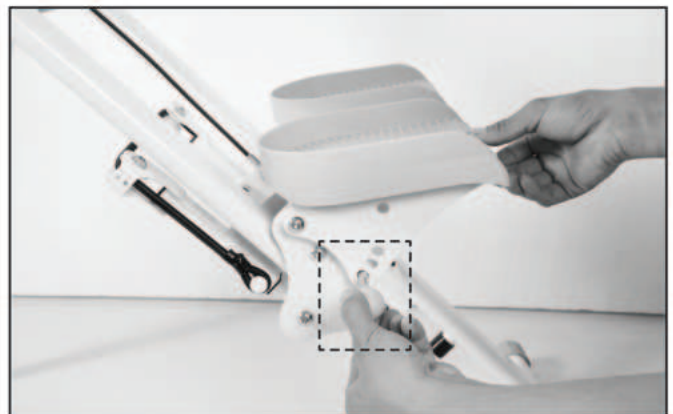
1. 프레임 고정 볼트(핸들 쪽)(2개)를 완전히 풀어 빼줍니다.



2. 핸들 높이를 조정한 후 프레임 고정 볼트[핸들 쪽](2개)를 해당 높이 홈에 삽입하여 체결해 줍니다.

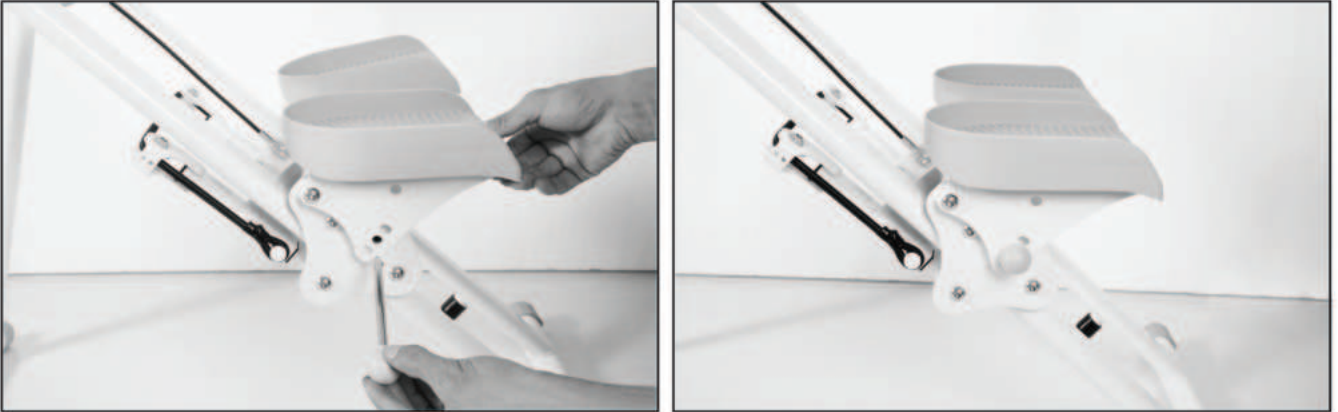
* 프레임 고정 볼트[핸들 쪽] 2개를 양쪽을 동일하게 번갈아가면서 고정해 주시다가 마지막 고정할 때 양쪽 모두 힘껏 고정해 주시기 바랍니다.

2. 발판 각도 조절(총 3단계)



1. 발판 아래 체결되어 있는 발판 각도 조절핀을 빼줍니다.

기능 및 사용 방법



2. 발판 각도 조절핀을 뺀 상태에서 발판의 각도를 조정한 후 발판 각도 조절핀을 해당 각도 홈에 삽입하여 고정해 줍니다.
(발판 각도 조절핀이 끝까지 들어가도록 삽입하여 주시기 바랍니다.)

- * 발판 각도를 동일하게 해서 운동해 주시기 바랍니다.
- * 발판이 접이 된 상태에선 위험하므로 사용을 삼가해주시기 바랍니다.

3. 계기판 사용 방법



계기판 사용 전 건전지(AA)가 삽입되어 있는지 확인해 주십시오.

조작 방법

- 계기판은 모드 버튼을 누르거나 발판을 움직여 카운트 시 자동으로 켜집니다.
- 모드 버튼을 눌러 원하는 기능을 선택할 수 있습니다.
- 모드 버튼을 약 4초간 길게 누르면 계기판 수치가 초기화됩니다.

기능

- 시간: 0:00~99:59까지의 범위로 총 운동한 시간을 나타냅니다.
- 스텝 수: 0~9999까지의 범위로 스텝 수를 나타냅니다.
- 칼로리: 0~9999까지의 범위로 칼로리를 나타냅니다.
(칼로리 수치는 운동 시 참고용으로 제작되었기에 오차가 있을 수 있습니다.)
- 분당 스텝 수: 0~9999까지의 범위로 분당 스텝 수를 나타냅니다.
(운동을 멈출 시 수치는 0으로 표시됩니다.)
- 스캔: 시간 > 칼로리 > 분당 스텝 수 순서로 나타냅니다.
(스텝 수는 스캔이 되지 않고 고정으로 표시됩니다.)

계기판은 약 4분 동안 미사용 시, 자동으로 종료됩니다.

기능 및 사용 방법

4. 운동 방법



사진과 같이 발판을 위, 아래로 이동하여 운동합니다.

- * 운동 시 낙상 방지를 위해 손잡이를 잡고 바른 자세로 운동하시기 바랍니다.
- * 2개 발판을 동시에 같은 방향으로 움직일 경우 와이어 고장 및 안전의 위험이 있으므로 각각 다른 방향으로 이동하여 주시기 바랍니다.
- * 운동 직후, 와이어를 바로 만지면 뜨거우니 사용 시 주의해 주시기 바랍니다.

5. 수평 조절 방법

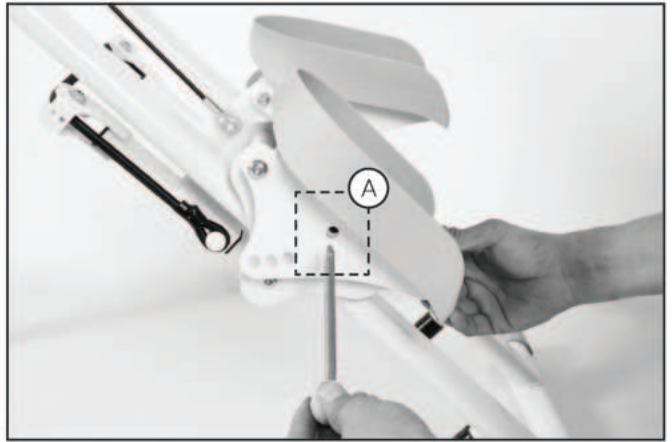


사진과 같이 뒤 받침 마개를 돌려 제품의 수평을 맞춰 줍니다.

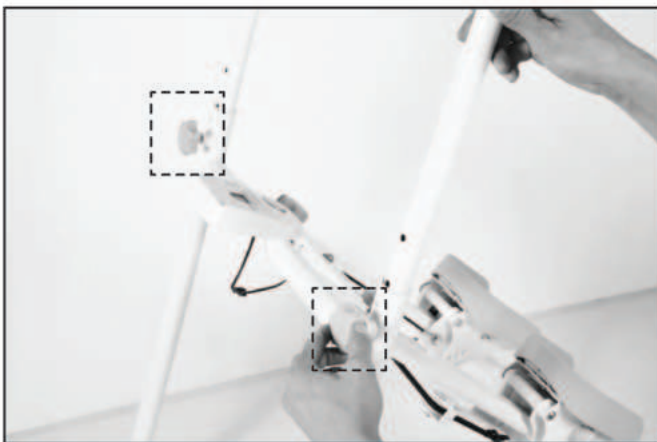
- * 제품을 이용할 시 발판의 각도와 사용자의 신장에 따라 무게 중심이 뒤로 쏠릴 경우 넘어질 위험을 방지하기 위해 수평을 맞춰 주시기 바랍니다.

기능 및 사용 방법

6. 접이 보관 방법



1. 발판 각도 조절핀을 뺀 후 아래 사진상 A 부분에 체결하여 발판을 고정합니다. (발판 모두 동일하게 고정 필요)

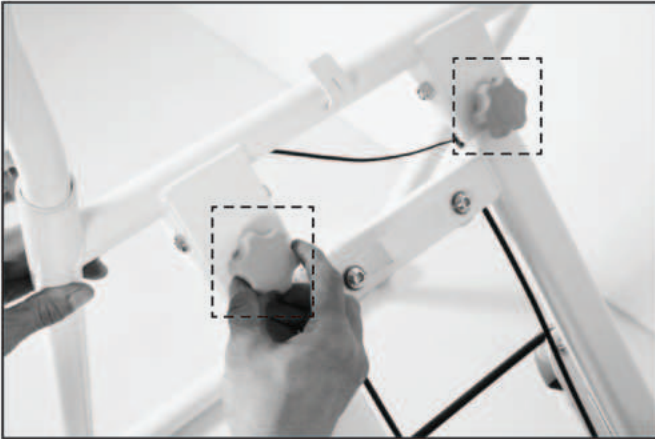


2. 프레임 고정 볼트 [핸들 쪽] (2개)를 풀어 빼준 후 핸들을 가장 낮은 높이로 조정한 후 다시 체결하여 조여 줍니다.

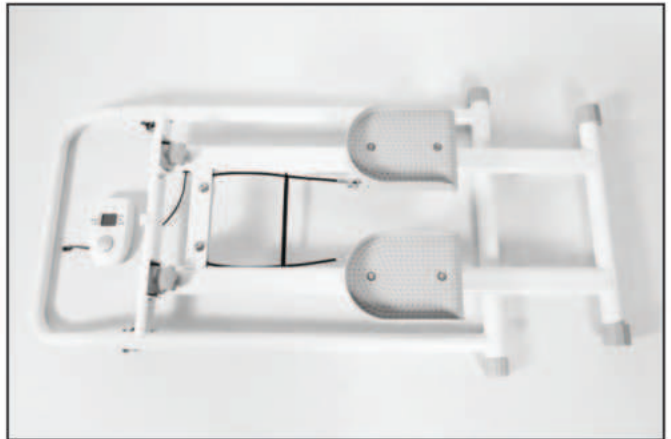
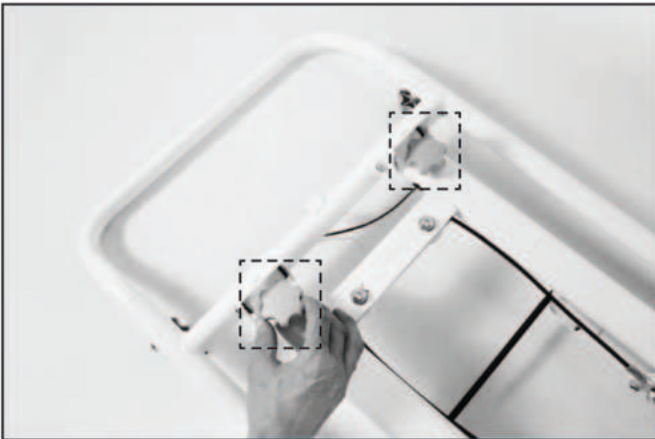


3. 계기판을 본체에서 분리한 후 계기판 케이블과 본체 케이블을 분리합니다.

기능 및 사용 방법



4. 프레임 고정 볼트 [발판 기둥 프레임 쪽] (2개)를 풀어 빼준 후 본체를 초기 상태로 접어 줍니다.



5. 본체를 접은 후 프레임 고정 볼트 [발판 기둥 프레임 쪽] (2개)를 다시 체결하여 고정해 줍니다.

*접이 후 보관 방법은 지면 상에 눕혀서 보관을 권장합니다.

고장 신고 전 확인사항

증상	확인사항
계기판 상의 수치가 표시가 되지 않습니다.	<ul style="list-style-type: none"> * 계기판 케이블과 본체 케이블의 연결을 확인해 주시기 바랍니다. * 건전지의 [+],[-]가 정확히 삽입되어 있는지 확인해 주시기 바랍니다. 그래도 안될 시 다른 건전지를 삽입하여 시도하여 주시기 바랍니다.
운동 시 발판이 흔들립니다.	<ul style="list-style-type: none"> * 발판 상 체결되어 있는 발판 고정 나사를 최대한 끝까지 조여주시기 바랍니다. * 발판 각도 조절핀 삽입 시 끝까지 들어가도록 삽입해 주시기 바랍니다.
핸들이 흔들립니다.	<ul style="list-style-type: none"> * 본체에 체결되어 있는 프레임 고정 볼트 [핸들 쪽] (2개)를 최대한 끝까지 조여주시기 바랍니다.
본체가 흔들립니다.	<ul style="list-style-type: none"> * 본체에 체결되어 있는 프레임 고정 볼트 [발판 기둥 프레임 쪽] (2개)를 최대한 끝까지 조여주시기 바랍니다. * 뒤 받침 마개를 돌려 바닥과 수평을 맞추어 주시기 바랍니다.
새 건전지 교체 시 전원 인식이 안될 경우	<ul style="list-style-type: none"> * 건전지가 접촉되는 스프링 부분을 잡아당겨서 건전지와 밀착되게 해주시기 바랍니다.
'속속' 하는 소음이 납니다.	<ul style="list-style-type: none"> * 발판이 상, 하로 움직일 때 와이어가 이동하며 나는 소리로 정상 소음입니다. 그 외에 다른 이상 소음이 발생된다면 고객센터로 문의해 주시기 바랍니다.

표시사항

품 명	헬스기구 (스텝퍼 TS330)	재 질	스틸파이프, PP
수입원	(주)중산물산	주 소	서울특별시 동작구 대림로 57 중산타워
전 화	02)872-8045	원산지	중국(CHINA)

※품질보증표시

제품하자 시 재정경제부 고시품목별 소비자 피해보상규정에 의거하여 보상조치하여 드립니다.

제품보증서

품 명		보증기간		
헬스기구 (스텝퍼 TS330)		구입일로부터 1년		
구입일자		년	월	일
고객정보	성명			
	주소			
	전화			

※ 무료 서비스 규정

1. 사용설명서, 본체 라벨 등의 주의 문구에 따른 정상적인 사용 상태에서 보증기간 중 고장이 발생한 경우에는 판매점이 무상으로 수리해 드립니다.
2. 무상수리를 받을 경우, 상품과 제품 보증서를 지참해서 구입한 판매점에 의뢰해 주십시오.
3. 보증기간 중이라도 다음의 경우에는 유상으로 수리합니다.
 - ㄱ) 사용상의 부주의 또는 부적절한 수리나 개조로 인한 고장 또는 손상
 - ㄴ) 구입 후 이동, 이사 중 떨어뜨림 등에 따른 고장 및 손상
 - ㄷ) 화재, 지진, 수해, 그 외에 천재지변에 의한 고장 및 손상
 - ㄹ) 일반 가정 이외에 장소에서 사용된 경우의 고장 및 손상 (예: 클럽용으로 장시간 사용)
4. 제품 보증서는 재발행하지 않으므로 분실하지 않도록 유의해서 보관해 주십시오.



※위와 관련하여 기타 궁금한 사항이 있을 경우에는 구입한 판매점에 문의해 주시기 바랍니다.

※이 제품을 영업용으로 전환하여 사용할 경우에는 무상 A/S를 받을 수 없습니다.