

GT-ROLLER®

Q1.1

取扱説明書

ご使用前に必ず取扱説明書をお読みください

2019.11.01版

 GROWTAC®



GT-Roller Q1.1 ご使用に関する情報

GT-Roller Q1.1 は、今までにない構造と、特徴を備えた新しいタイプのトレーナーとなっております。

本取扱説明書をよく読み、安全にご使用ください。

(本製品使用中に発生した事故による損害、怪我等については、全て使用者の責任とし当方では一切の責任を負いません)

適応する自転車

一般的なスポーツサイクル車に対応

ホイールベース：950mm(37.4")～1050mm(41.3")

タイヤ幅が大きくなると、本製品の脱輪防止ローラーを乗り越える場合があります。

また、ブロックタイヤなども同様の場合があります。

設置場所

- ・砂利、未舗装な場所など、凸凹がある場所には設置できません。
- ・ゴム足すべてが地面に接地する場所でご使用ください。
- ・絨毯、トレーニングマットなど、使用時に沈み込む場所に設置する場合、ローラーが接触する場合がありますので、十分に確認を行ってください。
- ・GT-Roller Q1.1をお使いの際は、周囲1.5m以内に、転倒時の怪我の原因になるような物を置かないでください。また、人や動物を近づけないようにしてください。

保管方法

- ・使用後は汗などを拭きとってください。放置した場合は錆びの原因になります。
- ・室内で保管してください。それ以外の保管場所は保証対象外となります。

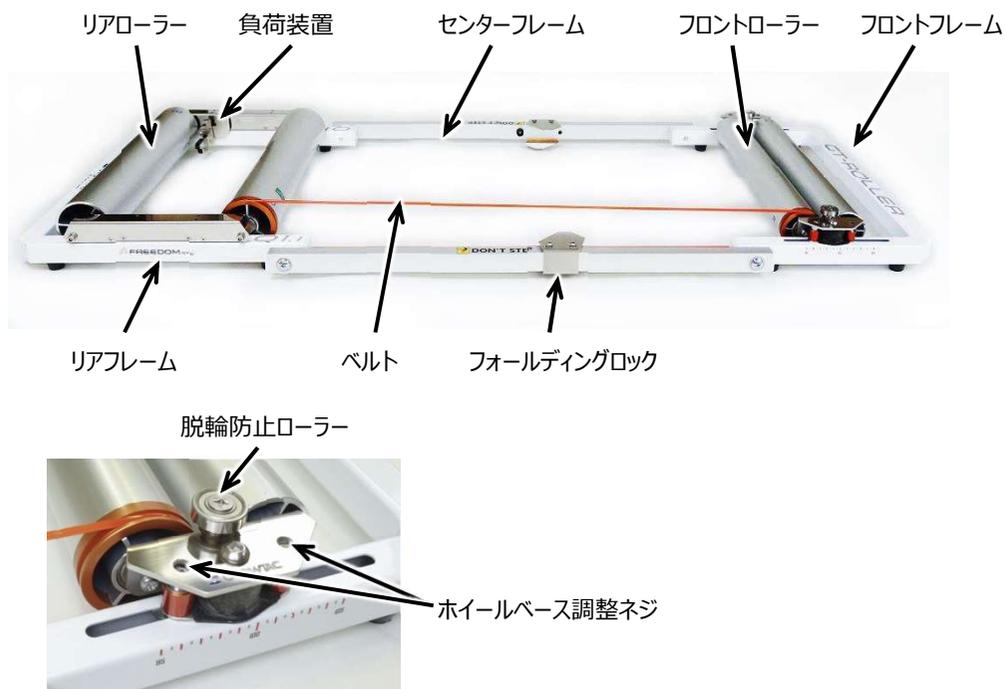
乗車前(トレーニング前)の確認

- ・ホイールベースが合っていることを確認してください。
ずれている場合、FREEDOM.SYSが正常に機能せず、脱輪や自転車が飛び出すなどの事故につながる場合があります。取扱説明書に従って調整して下さい。
- ・トレーニング前にタイヤの空気圧が指定圧であることを確認してください。
空気圧が低い場合、タイヤサイドに亀裂が生じたり、パンクすることがあります。
- ・タイヤサイドのひび割れなどの確認をしてください。
タイヤが劣化や痛んでいる場合、タイヤが裂ける恐れがあります。
- ・砂などの付着、異物の食い込みがあるタイヤを使用すると、ローラーが異常摩耗します。
- ・パターン付のタイヤを使用した場合、騒音が増します。
- ・外を走る時と同様に、使用する自転車が正常に機能するか確認してください。

その他

- ・GT-Roller Q1.1 はバランスを取りながら使用する必要があります。
大きくバランスを崩した場合、転倒する可能性があります。
また、激しい体重移動やトレーニングを行うと、脱輪、転倒する恐れがあります。
- ・ブレーキ禁止。
トレーニング中、ブレーキをかけた場合、転倒する可能性があります。
また、ローラーを破損する恐れがあります。
- ・定期的にネジの緩みなどの点検を行ってください。
- ・調整には、6角レンチ(5mm)が必要です。

各部名称



FREEDOM.SYS

自転車の動きに合わせて4本のローラーをコントロールする機構の総称
ハンドリング、走行の安定性を向上します。また、上り勾配を再現します。

基本的な使い方と調整方法

①設置

設置場所を決めます。

出来るだけ水平な場所に設置してください。

砂利、未舗装路など、凸凹のある場所には設置できません。

絨毯、トレーニングマットなど、使用時に沈み込む場所に設置する場合は、ローラーがマット等に接触しないか、十分に確認を行ってください。

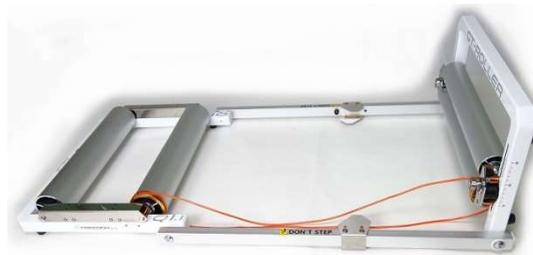
バランスを崩した場合などに備えて、手すりや壁などの近くに設置することをお勧めします。

また、乗り降りしやすいように踏み台を使用することをお勧めします。

注)センターフレームを踏むと破損する場合があります。

②準備

1. フォールディングロックを外側にスライドし、ロック解除します。
2. フロントフレームを持ち上げ、展開します。
3. ホイールベース調整を行っていない場合は次項「ホイールベース調整」を行ってください
4. ベルトをプーリーに掛けます。
フロントフレームを回転させ、ベルトを緩めると掛けやすいです(下図を参考)



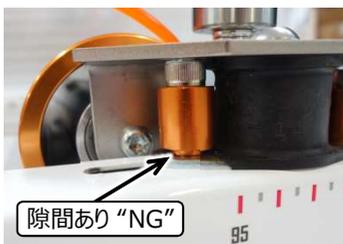
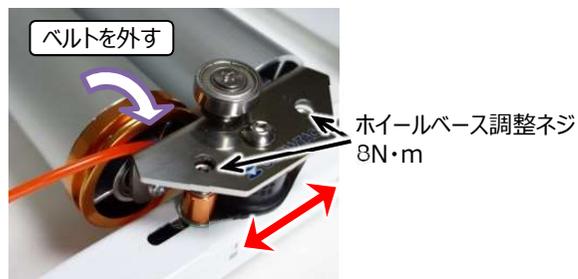
フロントフレームを立てると、ベルトが緩みます

ホイールベース調整

必ず調整してください。

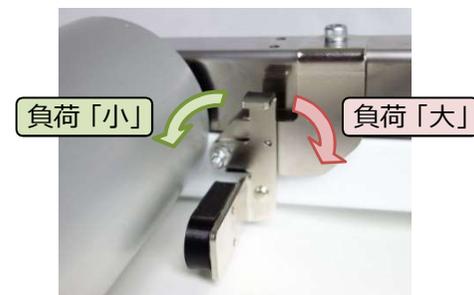
ホイールベースが未調整の場合、FREEDOM.SYSが正常に機能せず、脱輪や自転車が飛び出すなどの事故につながる可能性があります。

1. 前後プーリーからベルトを外します
2. ホイールベース調整ネジ(計4本)を緩めます。
3. 使用する自転車を載せ、ハンドルを真っ直ぐにしてください。
4. フロントハブ中心の真下にフロントローラー間の隙間に来るように、フロントローラーをスライドしてください。
5. フロントフレーム横にある目盛を参考に、左右同じ位置にあるか確認してください。
6. ホイールベース調整ネジ(4本)を締めます(8N・m)
7. 調整後、スペーサーが正しく挿入されているか確認してください。



手動負荷装置の使い方

負荷は5段階に調整可能です。



フロントUp機能について

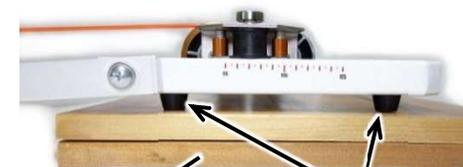
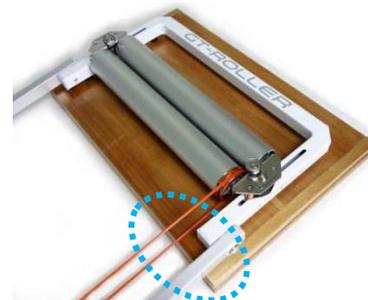
フロントUp機能はフロントフレーム部分を持ち上げることで、勾配0~10%の上り坂と同等な状態を再現できる機能です。

「0%を下回る、下り坂状態」「10%を超える、上り坂状態」は危険ですので行わないでください。

1. 丈夫な板や、しっかりした雑誌などを台として、左右同じ高さで床と平行に置きます。
2. 台の上にフロントフレームを置きます。
3. 左右2個ずつある、ゴム足がしっかり乗っているか？確認します。
また、ベルトやセンターフレームが台に接触していないか？確認します。

自転車のホイールベースが100cm(39.4")の場合、フロントフレームを1cm(0.394")持ち上げると1%の勾配を再現出来ます。

$$\text{台の高さ} = \frac{\text{ホイールベース} \times \text{勾配}(\%)}{100}$$



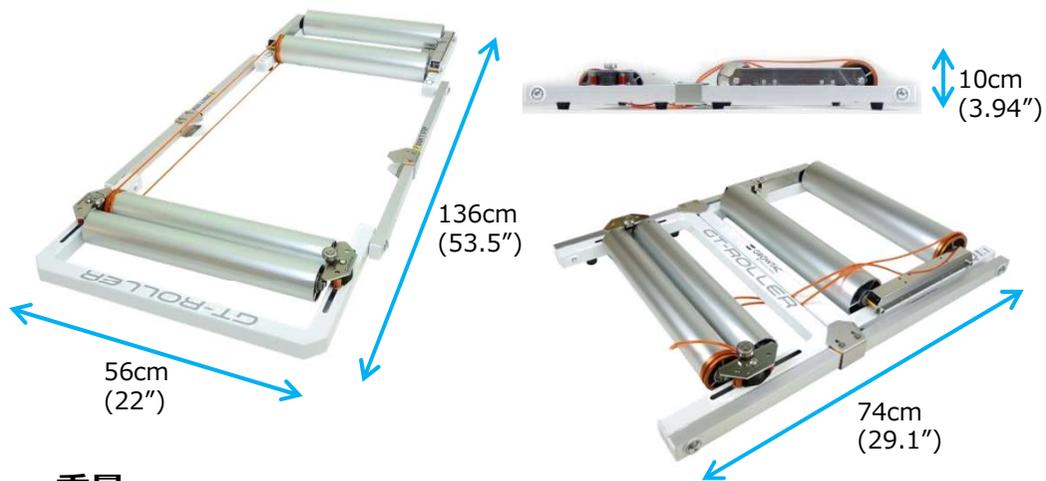
左右同じ高さ
床と並行

ゴム足が乗っていること

台にベルトやセンターフレームが接触しないこと

仕様

サイズ



重量

約13.5kg (29.76lbs)

(参考)負荷特性 (使用者の体重、タイヤの状態などで数値は変化します)

