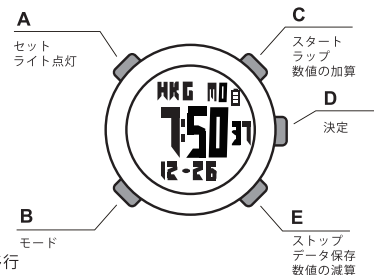


A-1	ボタンの基本的な操作	3
A-2	操作方法	4
A-3	基本画面の確認	5
B-1	充電について	6
C-1	GPS 電波受信：受信方法について	7
C-2	GPS 電波受信：受信状況の確認	8
D-1	GPS MASTER II ご使用の流れ	9
E-1	時刻モード：時刻設定の方法（自動 / 手動設定）	10,11,12,13
E-2	時刻モード：デュアルタイムの表示	14
F-1	ランモードとクロノグラフモードについて	15
F-2	ランモードとクロノグラフモード：GPS 設定について	16,17
F-3	ランモードとクロノグラフモード：ラップタイム計測	18,19
G-1	ランモード：使用方法	20
G-2	ランモード：画面の説明	21
H-1	クロノグラフモード：使用方法	22
H-2	クロノグラフモード：画面の説明	23
I-1	データモード：使用方法	24
I-2	データモード：画面の説明	25
J-1	アラームモード：使用方法	26
J-2	アラームモード：画面の説明	27
K-1	設定モード：各種オプション設定	28
K-2	設定モード：各種オプション設定	29
L-1	ソフトウェアとの連動：インストール	30
L-2	ソフトウェアとの連動：データの同期	31,32
L-3	ソフトウェアとの連動：言語設定の変更	33
M-1	ソフトウェアについて：各機能の説明	34
M-2	ソフトウェアについて：データメニュー	35
M-3	ソフトウェアについて：ラップデータメニュー	36
M-4	ソフトウェアについて：週間 / 月間メニュー	37
M-5	ソフトウェアについて：地図データメニュー	38
M-6	ソフトウェアについて：設定メニュー	39
N-1	トラブルシューティング	40
O-1	その他の注意、情報	41
	保証書	42,43

ボタン構成

- A ボタン：セット / ライト点灯ボタン
- B ボタン：モードボタン
- C ボタン：スタート / ラップボタン
- D ボタン：決定ボタン
- E ボタン：ストップ / データ保存ボタン



A：セット / ライト点灯ボタン

- ・EL バックライトの点灯
- ・時刻モード中、長押しで設定メニューへ移行

B：モードボタン

- ・時刻モード / ランモード / クロノグラフモード / データモード / アラームモード / 設定モードの切り替え
- ・GPS 受信設定が OFF の時、長押しで GPS 受信設定を ON にしてランモードへ移行
- ・GPS 受信設定が ON の時、長押しで GPS 受信設定を OFF
- ・設定モード中、設定を完了して設定項目選択メニューへ戻る
- ・アラームモード中、設定を完了してアラーム確認画面へ戻る
- ・データモード中、詳細データ閲覧メニューからデータ選択メニューへ戻る / 削除メニューから詳細データ閲覧メニューへ戻る

C：スタート / ラップボタン

- ・ラン / クロノグラフモード中、クロノグラフのスタート / ラップ記録
- ・項目の選択
- ・設定画面中、数値の加算 / 長押しで早送り加算

D：決定ボタン

- ・項目の決定

E：ストップ / データ保存ボタン

- ・ラン / クロノグラフモード中、クロノグラフのストップ
- ・項目の選択
- ・ラン / クロノグラフモード中、長押しで PC 転送用のデータ保存
- ・設定画面中、数値の減算 / 長押しで早送り減算

A-2 操作方法

この腕時計には6つのモードがあります。

【基本機能】

時刻モード (TIME) P10 ~

現在時刻と日付、曜日が表示されます。

ランモード (RUN) P20 ~

運動時間を記録する事ができます。

クロノグラフモード (CHRO) P22 ~

クロノグラフを使用できます。

データモード (DATA) P24 ~

運動時間の記録を確認する事ができます。

アラームモード (ALRM) P26 ~

アラームを5つまで設定できます。

設定モード (SET) P28 ~

各種設定やオプションを使用する事ができます。

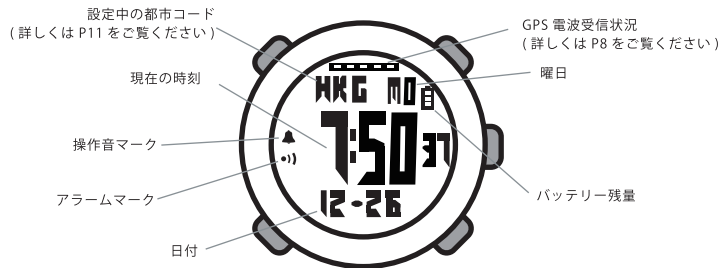
【PC 運動機能】

ソフトウェアについて P34 ~

PCソフトを利用してトレーニングの成果を記録・閲覧する事ができます。

A-3 基本画面の確認

表示の見方



基本機能



※GPS 電波受信設定が OFF の時、どのモードからでも B ボタンを長押しして GPS 電波受信設定を ON にしてランモードへ移行します。詳しくは P20 をご確認ください。

GPS 電波受信設定が ON の時、どのモードからでも B ボタンを長押しして GPS 電波受信設定を OFF にします。

B-1 充電について

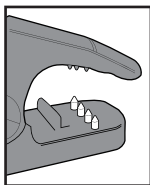
初めて使用する前に4時間程度の充電を行って下さい。

充電した電池の使用可能時間は使用法により異なります。GPS電波を受信しながらの使用は通常より電池の消耗が激しくなります。

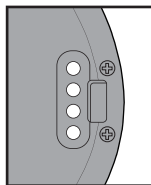
電池を良い状態に保つため、腕時計を使用していないなくても1～2ヶ月に一度再充電することを推奨しています。

充電方法

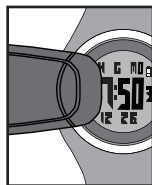
- ① パソコンのUSB端子にリンクケーブルを接続してください。
- ② 充電クリップに付いている4つのピンと時計背面の接触点の位置を確認してください。
- ③ 4つのピンと接触点がかっちり接触するように充電クリップを時計に挟んでください。



充電クリップ(4pin)



時計背面の接触点



充電中の状態

※適切な通電とサビ防止のため、時計背面の接触点とその周辺は完全に乾いた状態にしてください。

電池が満タンになると、CHARGE 100% FULLと画面に表示されます。



GPSを使用するためには十分な充電が必要です。電池残量が低下した状態でGPSを起動しようとしても設定をONに切り替える事ができません。

長時間に渡ってGPSの使用を続けていると、電池が無くなった際にデータが記録されない可能性があります。データを失わないためにも、長時間使用する前には十分な充電を推奨します。

電池残量が非常に少なくなると、自動的に画面表示がオフになります。この状態から電池を満タンにするには5時間程度の充電が必要になります。

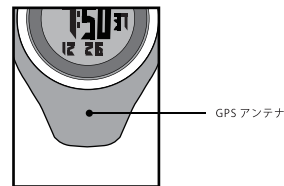
C-1 GPS電波受信：受信方法について

【2】GPS電波の受信

GPS電波を受信すると、正確な時刻を自動的に調整する事ができます。

GPS電波の受信方法

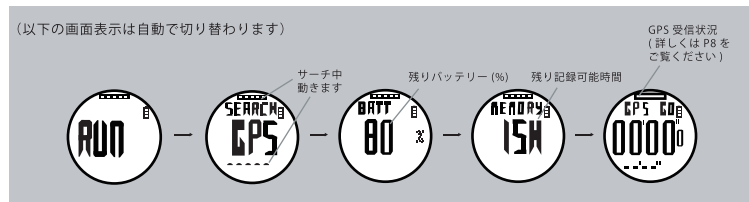
- ① 屋外へ出て、高い建物や木がない開けた場所に行きます。受信状態を最高にするため、GPSアンテナを空に向けてます。GPSアンテナは画面下部の位置に備えられています。



GPSアンテナ

- ② GPS電波を受信している状態になるまで、その場を動かさずに以下の作業を行います。
- ③ 時刻モードでBボタン/Cボタン/Eボタンのいずれかを押しランモードに入ります。または、モードを問わずBボタンを3秒間長押しします。時計が自動的にGPS電波の探知を始めます。GPS電波を受信すると、画面上段に「GPS GO」と表示され画面上部にGPS電波の受信強度が表示されます。

GPS電波受信確認中の画面表示



SEARCH GPS: GPS電波を探知しています。初めてGPS電波を受信する際、受信までに数分間掛かる場合があります。この表示のまま次の画面へ進めない場合、電波を受信しやすい場所へ移動して下さい。

BATT: 残りのバッテリーを100%～10%の10段階で表示しています。




MEMORY: ランモード/クロノグラフモードでのクロノグラフ記録残り時間を表示しています。

C-2 GPS 電波受信 : GPS 電波受信状況の確認

GPS 電波受信状況の確認方法

画面上部のゲージは GPS 電波の受信状況を表しています。



GPS 電波を探しています	 ゲージが動いている
GPS 電波を探しています。 15 分間電波を探知できなかった時、探知を中止し自動的に時刻モードに戻ります。	
GPS 電波が受信できています	
GPS 電波が受信できています。目盛りの数は電波強度を表しています。	
GPS がスタンバイ状態です	 ゲージが点滅している
一度 GPS 電波を受信した後、電波が途切れたなどの理由で受信ができなくなっている状態です。再び電波が受信できるようになった時、短時間でデータが取得できます。最後に GPS 電波を受信してから約 5 時間で点滅は解除され、ゲージが表示されなくなります。	
<ul style="list-style-type: none">• GPS が非スタンバイ状態です• GPS 受信設定が OFF になっています	ゲージの表示なし
最後に電波を受信してから約 5 時間以上経過している、もしくは GPS 受信設定が OFF になっている状態です。 再び GPS 電波を受信してデータを取得するまでに数分の時間がかかる場合があります。	

D-1 GPS MASTER II ご使用の流れ

充電

ご購入後初めて使用する際は、必ず時計の充電を行って下さい。
充電については P6 をご確認ください。

時刻の設定

正確な運動データ管理のために、運動前に時刻を合わせる事を強く推奨します。
時計の時刻合わせについては P10 をご確認ください。

プロフィール設定

プロフィールの設定は消費カロリーの算出に利用されます。
運動前にプロフィール設定を行っておく事を推奨します。
プロフィールの設定については P28 ~ 29 をご確認ください。

運動データの取得

ランモードもしくはクロノグラフモードを起動して運動を行います。
ランモードとクロノグラフモードについては P15 ~ 23 をご確認ください。

運動データの確認

取得したデータはデータモードで確認できます。
データモードについては P24 をご確認ください。

ソフトウェアのインストール

PC ソフトウェアを利用して運動データの管理を行うために、
付属のソフトウェアのインストールを行います。
インストールの手順については P30 をご確認ください。

データの同期、管理

リンクケーブルで時計と PC を繋ぎ、データを同期させます。
運動データの同期については P31 をご確認ください。
ソフトウェアの詳しい使用方法については P34 をご確認ください。

E-1 時刻モード：時刻設定の方法

設定メニューの開き方

時刻モードで A ボタンを長押しすると時刻や画面表示の設定ができます。

時刻の設定は設定モードからも選択可能です。詳しくは P28～29 をご確認ください。

設定メニューでは以下の項目の設定が可能です。

TIME(時刻) / NIGHT(ナイトモード) / CONTRAST(画面の明るさ) / CHIME(操作音)

C ボタン / E ボタンで項目を選択し、D ボタンで項目の設定画面へ移行します。

設定が完了したら B ボタンを押すと設定が終了します。時刻以外の項目の詳細と設定方法について

は P28～29 をご確認ください。

時刻の設定方法(自動設定と手動設定)

時刻の設定方法には、GPS(自動設定)と MANUAL(手動設定)の2種類があります。

自動設定を選択すると時計が GPS 電波から時間データを取得し、自動で時間を合わせてくれます。

GPS 電波の受信設定については P7、自動設定での時刻の設定方法は次の項目をご確認ください。

手動設定では現在の時刻を手動で入力します。設定方法については P12 をご確認ください。

自動設定の場合

- ① 時刻モードで A ボタンを長押しします。
- ② 「SET TIME」と画面に表示されたのを確認し、D ボタンで次に進みます。
- ③ デュアルタイムの T1 か T2 のうち、時刻を設定したい方を C ボタン / E ボタンで選択してください。D ボタンを押すと次に進みます。デュアルタイムについては P14 をご確認ください。
- ④ 時刻の設定方法を GPS と MANUAL から選択します。C ボタン / E ボタンで「GPS」を選択し、D ボタンで次に進みます。
- ⑤ 時刻の基準となるタイムゾーンを選択します。C ボタン / E ボタンで選択して D ボタンで次に進みます。各タイムゾーンの標準時からの時差と都市名については次ページの表をご確認ください。

E-1 時刻モード：時刻設定の方法

標準時からの時差	都市コード	都市名	標準時からの時差	都市コード	都市名
-11 時間	PPG	パゴパゴ	+2 時間	CAI	カイロ
-10 時間	HNL	ホノルル		ATH	アテネ
-9 時間	ANC	アンカレッジ	+3 時間	MOW	モスクワ
-8 時間	SFO	サンフランシスコ	+3.5 時間	THR	テヘラン
	LAX	ロサンゼルス	+4 時間	DXB	ドバイ
-7 時間	DEN	デンバー	+4.5 時間	KBL	カブール
	ELP	エル・パソ	+5 時間	KHI	カラチ
-6 時間	CHI	シカゴ	+5.5 時間	DEL	デリー
	MSY	ニューオーリンズ	+6 時間	DAC	ダッカ
-5 時間	NYC	ニューヨーク	+6.5 時間	RGN	ヤンゴン
	WAS	ワシントン	+7 時間	BKK	バンコク
-4 時間	CCS	カラカス	+8 時間	HKG	香港
	RIO	リオデジャネイロ		PEK	北京
-3 時間	BSB	ブラジル	+9 時間	TYO	東京
	+0 時間	LON	ロンドン	+9.5 時間	DRW
CAS		カサブランカ	+10 時間	SYD	シドニー
+1 時間	PAR	パリ	+11 時間	NOU	ヌメア
	BER	ベルリン	+12 時間	WLG	ワシントン

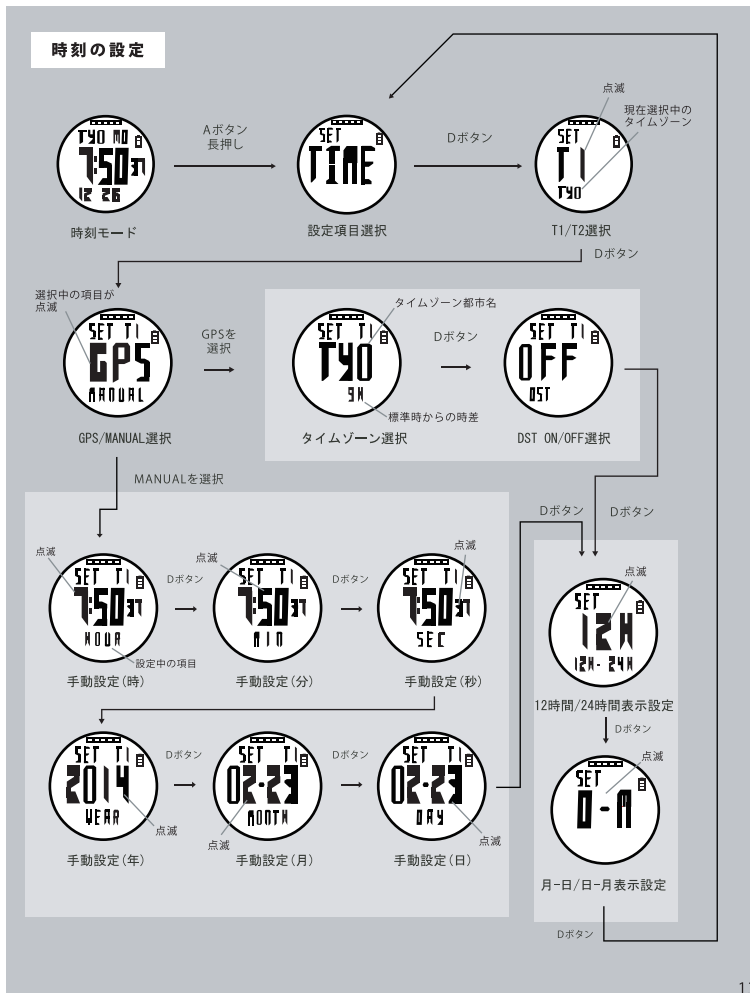
- ⑥ DST の ON/OFF を選択します。C ボタン / E ボタンで選択して D ボタンで次に進みます。
※DST (Daylight Saving Time) とはアメリカ、カナダ、メキシコ、ヨーロッパ地域などで実施されている時刻表示です。夏を中心に時刻を標準時より 1 時間早め、太陽の出ている時間を有効に利用する目的で作られています。
- ⑦ 時間表示方法を選択します。12H (12 時間表示) と 24H (24 時間表示) から C ボタン / E ボタンで選択して D ボタンで次に進みます。
- ⑧ 日付の表示方法を選択します。M-D (月 - 日表示) と D-M (日 - 月表示) から C ボタン / E ボタンで選択して D ボタンで次に進みます。
- ⑨ 自動設定が完了し設定画面へ戻ります。次に GPS 電波を受信した時に自動で時刻調整が行われます。
- ⑩ 「SET TIME」と画面に表示された状態で B ボタンを 6 回押し時刻モードへ戻ります。

E-1 時刻モード：設定の方法

手動設定の場合

- ① 時刻モードでAボタンを長押しして、設定メニューに移行します。
- ② 「SET TIME」と画面に表示されたのを確認し、Dボタンで次に進みます。
- ③ デュアルタイムのT1かT2のうち、時刻を設定したい方をCボタン/Eボタンで選択します。
Dボタンを押すと次に進みます。デュアルタイムについてはP14をご確認下さい。
- ④ 時刻の設定方法をGPSとMANUALから選択します。Cボタン/Eボタンで「MANUAL」を選択し、
Dボタンで次に進みます。
- ⑤ 現在の時刻(時)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑥ 現在の時刻(分)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑦ 現在の時刻(秒)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑧ 現在の時刻(年)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑨ 現在の時刻(月)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑩ 現在の時刻(日)を選択します。Cボタン/Eボタンで選択してDボタンで次に進みます。
Cボタン/Eボタン長押しで項目の早送りができます。
- ⑪ 時間表示方法を選択します。12H(12時間表示)と24H(24時間表示)からCボタン/Eボタン
で選択してDボタンで次に進みます。
- ⑫ 日付の表示方法を選択します。M-D(月-日表示)とD-M(日-月表示)からCボタン/Eボタン
で選択してDボタンを押します。
- ⑬ 手動設定が完了し設定画面へ戻ります。
- ⑭ 「SET TIME」と画面に表示された状態でBボタンを6回押すと時刻モードへ戻ります。

E-1 時刻モード：設定の方法



E-2 時刻モード：デュアルタイムの表示

デュアルタイムについて

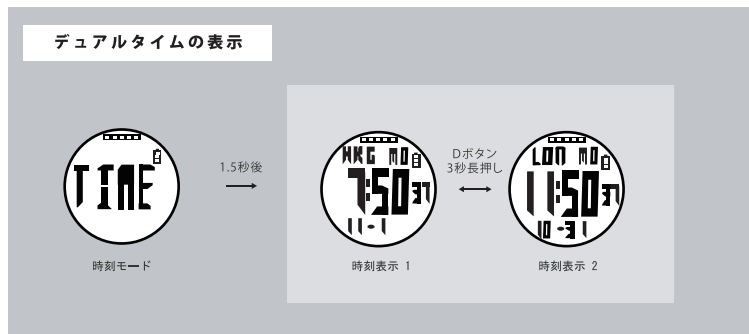
この時計は、任意の2つの時刻を切り替えて表示することができます。

デュアルタイムの確認方法

- ① 時刻表示モードでDボタンを押します。
- ② Dボタンを押している間、表示が切り替わります。
- ③ Dボタンを離すと元の時刻表示に戻ります。

デュアルタイムの切り替え方法

- ① 時刻表示モードでDボタンを3秒間長押しします。
- ② 表示が切り替わります。
- ③ 元の時刻表示に戻りたい場合はもう一度Dボタンを3秒間長押しします。



F-1 ランモードとクロノグラフモードについて

ランモードとクロノグラフモードについて

ランモードとクロノグラフモードではラップタイム、クロノグラフ、移動距離、消費カロリー、平均ペース、最高ペース、平均時速、最高時速の計測を行い、データファイルとして記録することができます。

クロノグラフは全てのデータファイルの合計で最大 15 時間まで、ラップタイムは 1 つのデータファイルにつき最大で 100 ラップまで保存する事ができます。

※全ての計測を行うには、時計が GPS 電波を受信している必要があります。GPS 電波を受信していない状態でもランモード、クロノグラフモードを使用することはできませんが、移動距離、消費カロリー、平均ペース、最高ペース、平均時速、最高時速の表示はできません。

※ランモードとクロノグラフモードは共通のストップウォッチを使用しています。そのため、ランモードでデータを計測中にクロノグラフモードに移行して、運動を継続するなどの使い方ができます。

ペースと時速について

ランモードとクロノグラフモードで計測可能なペースと時速は、以下の式で求められたものです。

ペース：走行時間 (分) ÷ 走行距離 (km) = 同じ速度で 1 km を走るためにかかる時間 (分)

時速：走行距離 (km) ÷ 走行時間 (時間) = 同じ速度で 1 時間走ると進む距離 (km)

【ランモードとクロノグラフモードの機能】

	クロノグラフの使用 (ストップウォッチ)	リアルタイムでの データ確認 (時速・カロリー・ 移動距離・ペース)	移動距離・ 最高・平均時速・ 移動距離)	クロノグラフ停止中の データ確認 (タイム・カロリー・ 最高・平均ペース・ 最高・平均時速・ 移動距離)	データファイルの セーブ
ランモード	○	○	○	○	
クロノグラフモード	○	×	○	○	

GPS 設定について

ランモードとクロノグラフモードではメイン画面に入る前に GPS 電波の受信確認が行われます。
GPS 電波受信のステップについては以下をご確認下さい。

- ① 時刻モードから B ボタン / C ボタン / E ボタンのいずれかを押ししてランモードに移行するか、B ボタンを 2 回押ししてクロノグラフモードに移行します。
- ② 画面の表示を確認します。以降は GPS 電波の受信状況により下記のように変わります。

1) GPS 電波が既に受信できている場合

画面に「GPS GO」と表示された後、電池残量 (BATT) と残記録可能時間 (MEMORY) が順に自動表示され、それぞれのモードのメイン画面へ移行します。

2) GPS 電波を受信していない場合

画面に「SEARCH GPS」と表示され、時計が衛星電波の探知を開始します。

GPS 電波が適切に受信できる場所に移動してください。受信の方法について詳しくは P7 をご確認ください。

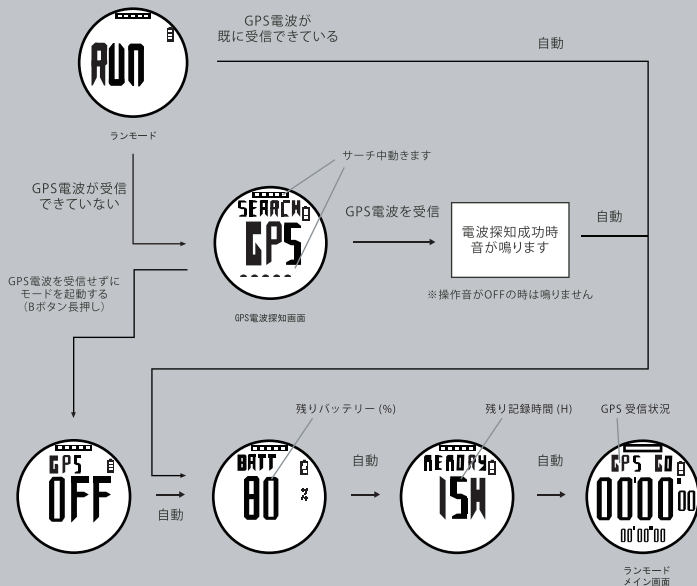
GPS 電波の受信に成功すると音が鳴り、電池残量 (BATT) と残記録可能時間 (MEMORY) が順に自動表示され、それぞれのモードのメイン画面へと移行します。

3) GPS 電波を受信せずに各モードを利用したい場合

画面に「SEARCH GPS」と表示されている状態で B ボタンを長押しすると、GPS 電波を受信せずに各モードを利用する事ができます。

B ボタンを長押しすると「GPS OFF」と画面に表示され、電池残量 (BATT) と残記録可能時間 (MEMORY) が順に自動表示され、それぞれのモードのメイン画面へと移行します。画面上部に「INDOOR」と表示されますが、これは衛星電波を受信していないことを示しています。

GPS 電波受信設定



F-3 ランモードとクロノグラフモード：ラップタイムについて

ラップタイムについて

ランモードとクロノグラフモードではラップタイムの計測を行う事ができます。
ラップタイムは1つのデータにつき最大で100ラップまで保存可能です。

ラップタイムの記録方法

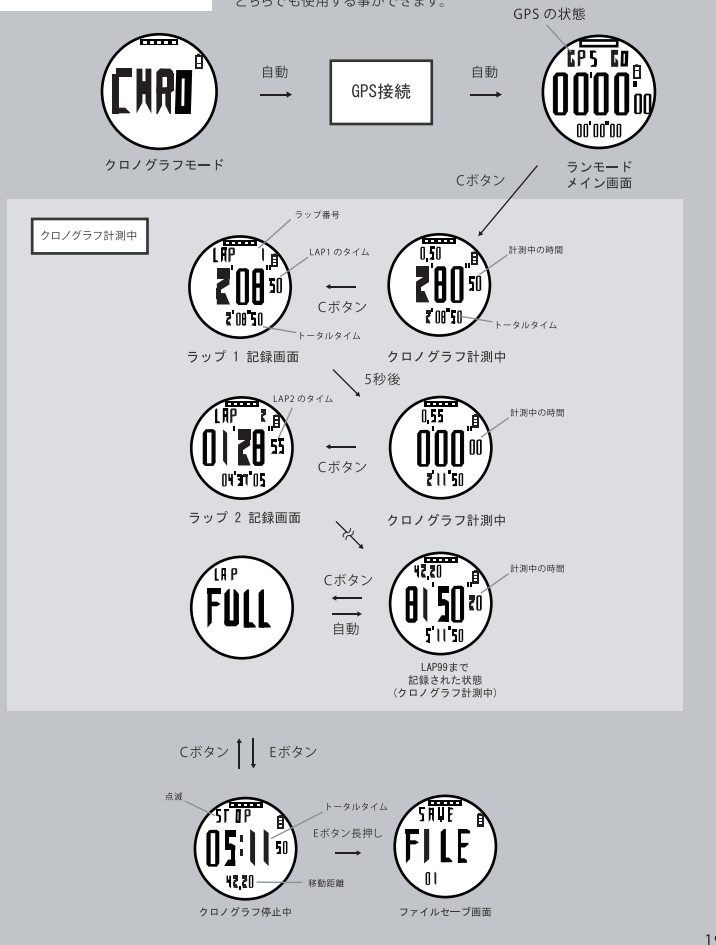
- ① 時刻モードから B ボタン / C ボタン / E ボタンのいずれかを押しランモードに移行するか、B ボタンを2回押しクロノグラフモードに移行します。
- ② GPS 接続を行い、それぞれのメイン画面へ移行した事を確認します。
GPS 接続については P16 をご確認ください。
- ③ C ボタンを押してクロノグラフの計測をスタートします。この時自動的に「LAP1」のタイム計測も開始されています。
- ④ もう一度 C ボタンを押すと「LAP1」のタイムを記録し、同時に「LAP2」のタイム計測が開始されます。この時、画面上部には「LAP1」、画面中央部に「LAP1」のタイム、画面下部にクロノグラフのトータルタイムが表示されます。
- ⑤ さらにもう一度 C ボタンを押すと「LAP2」のタイムを記録し、同時に「LAP3」のタイム計測が開始されます。この時、画面上部には「LAP2」、画面中央部に「LAP2」のタイム、画面下部にクロノグラフのトータルタイムが表示されます。
- ⑥ 例えば「LAP3」のタイムを記録して、計測を終了したい時は E ボタンを押します。クロノグラフが停止し、ボタンを押すまでのタイムが「LAP3」として記録されます。この時、画面上部では「STOP」が点滅し、画面中央部にトータルタイム、画面下部には走行距離が表示されます。
※走行距離は GPS 電波を受信している状態のみ表示されます。
- ⑦ クロノグラフの計測を停止した状態で E ボタンを長押ししてファイルをセーブします。ファイルをセーブするとクロノグラフはリセットされ、続けて計測する事ができなくなります。
セーブしたデータはデータモードで確認できます。詳しくは P24 をご確認ください。

※計測できるラップタイムは「LAP100」までです。「LAP100」の計測中に C ボタンを押して次のラップに移ろうとしても、画面に「LAP FULL」と表示され、ラップの移行も記録もできません。「LAP100」の計測を終了する場合は E ボタンを押してください。クロノグラフが停止し、ボタンを押すまでのタイムが「LAP100」として記録されます。

F-3 ランモードとクロノグラフモード：ラップタイムについて

ラップタイムの記録

※この機能はランモードとクロノグラフモードのどちらでも使用することができます。



H-1 クロノグラフモード：使用方法

クロノグラフの使用方法

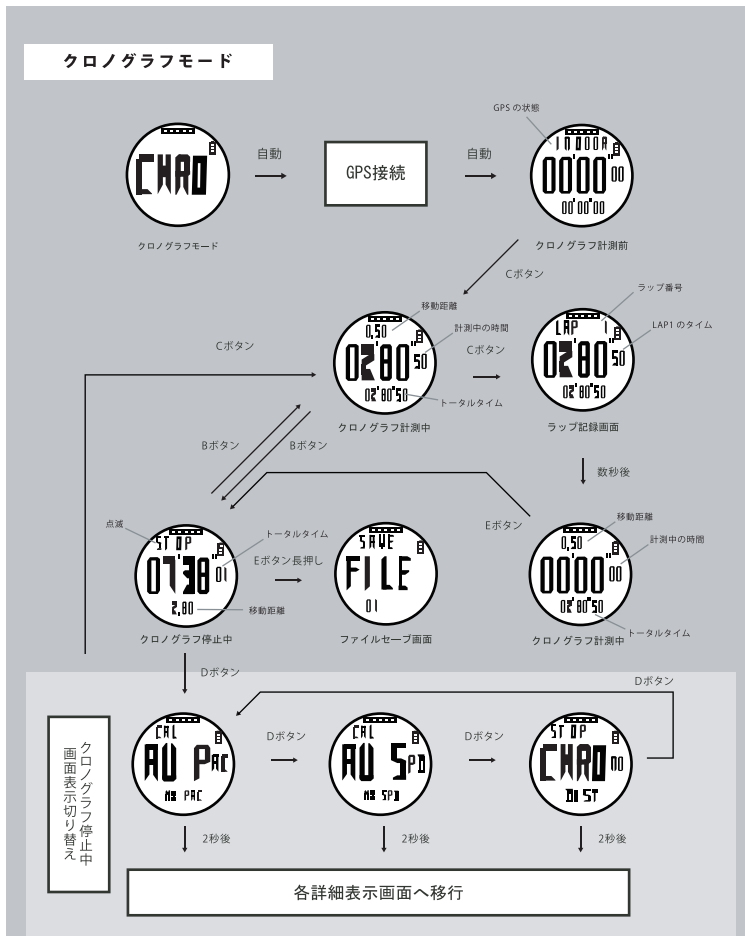
- 時刻モードで B ボタンを 2 回押し、画面の表示を「CHRO」にします。2 秒後に自動的にクロノグラフモードへ移行します。クロノグラフモードへ移行する際に自動的に GPS 電波の受信確認が行われます。GPS 電波の受信確認については P16 をご確認ください。
- C ボタンでクロノグラフの計測をスタートします。
- もう一度 C ボタンを押すと、ラップタイムを記録して、次のラップタイムの計測を始めます。オートラップ機能が設定されている場合は自動的にラップタイムの計測を行います。ラップタイムの記録について詳しくは P18 を、オートラップ機能の設定については P28 ~ 29 をご確認ください。
- E ボタンでクロノグラフの計測をストップします。
- クロノグラフ停止中に D ボタンを押すと以下のように画面表示を切り替えることができます。



- クロノグラフ停止中に E ボタンを長押しすると、計測データの保存をしてクロノグラフをリセットします。記録したデータはデータモードで確認する事ができます。データモードについて詳しくは P24 をご確認ください。

※クロノグラフ停止中またはクロノグラフ計測前の画面で 15 分間操作をしなかった場合、自動で GPS 受信設定がオフになります。

H-2 クロノグラフモード：画面の説明



※DIST(移動距離)、CAL(消費カロリー)、PACE(ペース)、SPEED(時速)の詳細表示はGPS電波による位置確認から算出するデータです。GPSが受信できない環境では表示されません。

I-1 データモード：使用方法

データモードについて

データモードでは、過去3日分の運動の開始時間、終了時間、移動距離、消費カロリー、最高時速、平均時速、最高ペース、平均ペースのデータを確認したり、データの消去を行う事ができます。

データの確認方法

- ① 時刻モードでBボタンを3回押し、画面の表示を「DATA」にします。2秒後に自動的にデータモードへ移行します。
- ② 最新のデータファイルが表示された事を確認し、Eボタンを押すと過去のデータに遡って表示を切り替える事ができます。
- ③ Dボタンを押すと、さらに詳細なデータを閲覧する事ができます。



移動距離の表示単位は設定モードでkm(キロメートル)とMi(マイル)から選んで切り替える事ができます。表示単位の切り替えについてはP28～29をご確認下さい。

データの削除方法

- ① 詳細データ閲覧画面でDボタンを長押しして削除メニューを開きます。
- ② 画面に「VIEW/DEL/DEL ALL」と表示され、「VIEW」が点滅している事を確認します。
- ③ 削除メニューを開く前に閲覧していたデータを消去する場合、Dボタンを1回押して「DEL」を点滅させます。履歴データを全て消去する場合、Dボタンを2回押して「DEL ALL」を点滅させます。
- ④ Dボタンを押し削除を確定します。一度削除したデータは復元する事ができません。十分に確認の上削除を行って下さい。

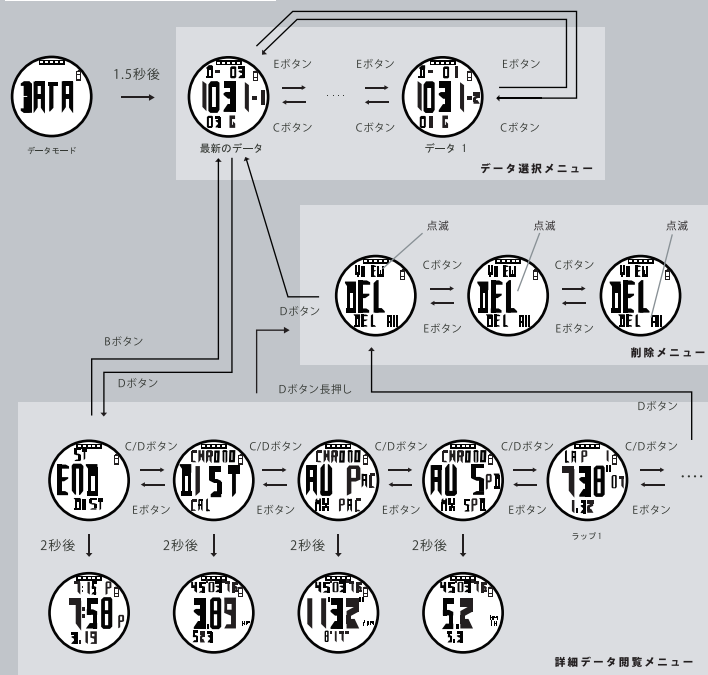
※データを削除せずにデータ選択メニューに戻りたい時、「VIEW」を点滅させた状態でDボタンを押して下さい。

I-2 データモード：画面の説明

データモード画面説明



データモード画面の流れ



J-1 アラームモード：使用方法

アラームの設定方法

- 時刻モードでBボタンを4回押し、画面の表示を「ALRM」にします。2秒後に自動的にアラームモードへ移行します。
- アラームモードメイン画面でAボタンを長押しします。
- 「HOLD TO SET」と画面に表示され、Aボタンを押し続けるとメイン画面に戻ります。画面上部の「AL1」の数字「1」部分が点滅している事を確認します。
- Cボタン/Eボタンでセットするアラーム番号を選択します。Cボタン/Eボタンで値を切り替えます。1～5の数字が選択できます。Dボタンを押しして次に進みます。
- アラームをセットする時刻(時)を選択します。Cボタン/Eボタンで値を増減できます。Dボタンを押しして次に進みます。
- アラームをセットする時刻(分)を選択します。Cボタン/Eボタンで値を増減できます。Dボタンを押しして次に進みます。
- デュアルタイムのどちらの時間を基準にするか選択します。T1/T2から選択できます。Cボタン/Eボタンで切り替えます。Dボタンを押しして次に進みます。デュアルタイムについてはP14をご確認下さい。
- アラームのON/OFF設定を選択します。Cボタン/Eボタンで切り替えます。アラームが1つでもONになっている時、画面左側にアラームマーク **●** が表示されます。
- Bボタンを押ししてアラームの設定を終了します。

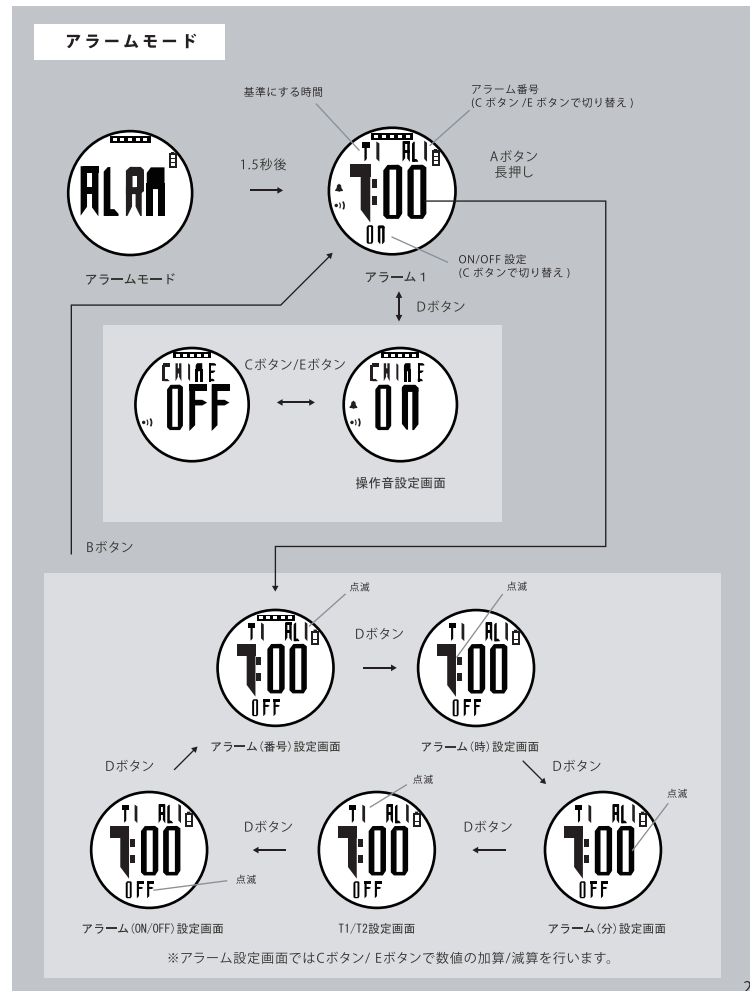
操作音のON/OFF設定

- アラームモードメイン画面でDボタンを押し、操作音のON/OFF切り替え画面を表示させます。
- 現在の操作音の設定が画面に表示されます。Cボタン/EボタンでON/OFFを切り替える事ができます。
- 操作音をONに設定し、画面左端にベルのマーク **🔔** が表示されている事を確認してDボタンで終了します。

設定中のアラームの確認

- アラームモードメイン画面で「AL1」と表示されている事を確認してEボタンを押します。
- 画面の表示が「AL2」に切り替わります。現在AL2に設定されている時刻、T1/T2設定、ON/OFF設定が表示され確認する事ができます。
- もう一度Eボタンを押すと「AL3」の設定を確認する事ができます。繰り返してAL1～AL5の設定を全て確認する事ができます。

J-2 アラームモード：画面の説明



K-1 設定モード：各種オプション設定

設定モードについて

設定モードでは以下の項目の設定を行う事ができます。

AUTO LAP(オートラップ)/TIME(時刻)/UNIT(距離表記)/USER(プロフィール)

NIGHT(ナイトモード)/CONTRAST(コントラスト)/CHIME(操作音)/ALRM(アラーム)

設定モードの使用方法

- ① 時刻モードで B ボタンを 5 回押し、画面の表示を「SET」にします。2 秒後に自動的に設定モードへ移行します。
- ② C ボタン / E ボタンで設定したい項目を選択し、D ボタンで項目の詳細メニューへ移行します。
- ③ 各項目の詳細については以下をご確認下さい。

AUTO LAP(オートラップ)の設定

オートラップの距離の設定ができます。オートラップの設定を行うとランモード、クロノグラフモードで一定の距離を移動した際に音が鳴り、自動でデータが記録されるようになります。

0.4km/1km/2km/3km/4km/5km/ オートラップ OFF の 7 つの項目から選択できます。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定します。

0.4km/1km/2km/3km/4km/5km の項目を選択すると、ALERT(音)の ON/OFF が選択できます。

オートラップ OFF を選択すると、ALERT は自動的に OFF となります。

※ランモードとクロノグラフモードでオートラップ機能を使用するには、GPS 電波を受信する必要があります。移動距離の算出は GPS 電波による位置確認を基に行われています。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

TIME(時刻)の設定

時刻の設定については P10「時刻の設定方法」と同様です。ご確認下さい。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

UNIT(表示単位)の設定

表示単位の設定ができます。KM(キロメートル)表示、Mi(マイル)表示の 2 つから選択できます。

Mi(マイル)表記に変更すると体重の単位は LBS(ポンド)、身長は FT(フィート)に自動で変更されます。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

K-2 設定モード：各種オプション設定

USER(プロフィール)の設定

プロフィールの設定ができます。プロフィールの設定は消費カロリーの算出に利用されます。

① GENDER(性別)を設定します。MALE(男性)、FEMALE(女性)の 2 つから選択できます。

C ボタン / E ボタンで選択、D ボタンで決定して次の項目へ進みます。

② AGE(年齢)を設定します。C ボタン / E ボタンで値の増減、D ボタンで決定して次の項目へ進みます。

③ WEIGHT(体重)を設定します。C ボタン / E ボタンで値の増減、D ボタンで決定して次の項目へ進みます。

④ HEIGHT(身長)を設定します。C ボタン / E ボタンで値の増減、D ボタンで決定するとプロフィールの設定が完了し項目メニューへ戻ります。

※体重は「LBS(ポンド)/KG(キログラム)」、身長は「FT(フィート)/CM(センチメートル)」の 2 つの表示形式があります。設定モード内「UNIT」で距離表記の設定を Mi(マイル)に変更すると自動的に体重は LBS 表記、身長は FT 表記に変更されます。

NIGHT(ナイトモード)の設定

EL バックライトの点灯について 10sec/20sec/NIGHT ON の 3 つから設定できます。

10sec: どのモードからでも A ボタンを押した後 10 秒間 EL バックライトが点灯します。

20sec: どのモードからでも A ボタンを押した後 20 秒間 EL バックライトが点灯します。

NIGHT ON: 設定した時間帯の間、操作中は常に EL バックライトが点灯します。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、詳細メニューへ移行します。

NIGHT ON を選択すると時間帯の設定画面へ移行します。

ここでは START TIME(開始時刻)と END TIME(終了時刻)の 2 つの項目が選択できます。時間→分の順に項目を入力し D ボタンで決定します。

CONTRAST(コントラスト)の設定

画面上の文字濃度を設定できます。10 ~ 100% の 10 段階から選択します。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

CHIME(操作音)の設定

操作音の設定については P26「操作音の ON/OFF 設定」と同様です。ご確認下さい。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

ALRM(アラーム)の設定

アラームの設定については P26「アラームの設定方法」と同様です。ご確認下さい。

C ボタン / E ボタンで選択し D ボタンで決定、項目メニューへ戻ります。

L-1 ソフトウェアとの連動：インストール

ソフトウェアのインストールについて

付属のソフトウェアを使うと、腕時計に記録した運動履歴データを PC で閲覧・管理する事ができます。

PC との連動機能を利用するには PC にデータ管理用ソフトウェアをインストールする必要があります。

対応 OS について

データ管理用ソフトウェアを快適にご利用いただくために、下記 OS でのご利用をお勧めいたします。

- Windows 8
- Windows 7
- Windows XP SP1/SP2/SP3
- Windows Vista SP1/SP2
- Windows 2000 SP4
- Windows 98

インストールの手順

準備するもの



インストーラー
(CD-ROM)

- ① 付属のインストーラーを PC のドライブに挿入します。
- ② 画面に表示されるソフトウェアのインストールガイドの手順に従って下さい。
インストール開始後、保存先を選ぶよう指示がでます。
既定の場所は Program files/GPS MASTER 2 です。保存先は自由に変更できます。
- ④ FINISH を押すとインストールを完了できます。パソコンを再起動するよう指示が出たら従って下さい。
- ⑤ インストール後、GPS MASTER 2 アイコンがデスクトップに作られます。

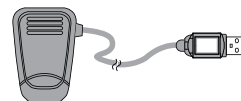
L-2 ソフトウェアとの連動：データの同期

運動履歴データの同期

準備するもの

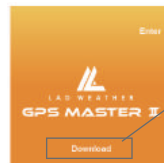


腕時計本体

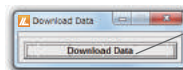


リンクケーブル

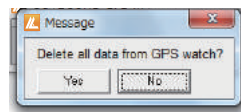
- ① デスクトップ上の「GPS MASTER 2」のアイコンをダブルクリックして、ソフトを立ち上げます。
初期設定では使用言語が英語になっています。言語設定の変更については P33 をご確認ください。
ここでは使用言語が英語になっている画面を例に挙げて解説します。
- ② リンクケーブルで腕時計と PC を接続します。初めて接続する時、自動的に腕時計のドライバがダウンロードされます。
- ③ PC 画面のソフトウェア上の「Download」のボタンをクリックします。



- ④ ポップアップメニューが現れます。「Download Data」をクリックします。
「Please Wait...」の表示の後腕時計のデータが PC にダウンロードされます。

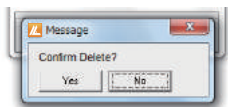


- ⑤ ダウンロードの後、腕時計内のデータを削除するかどうかを選択できます。
「Yes」か「No」を選択します。



L-2 ソフトウェアとの連動：データの同期

- ⑥ 「Yes」を選択すると、本当に腕時計内のデータを削除するか確認メニューが現れます。問題がなければ「Yes」を押します。



- ⑦ 最初の画面に戻ります。「Enter」をクリックします。



- ⑧ ソフトウェアのメイン画面が開きます。

「Data」をクリックすると保存したデータの閲覧ができます。



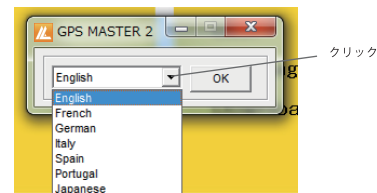
L-3 ソフトウェアとの連動：言語設定の変更

言語設定の変更

- ① ソフトウェアのメイン画面を開き、「Language」の項目をクリックします。



- ② 言語設定メニューのポップアップが現れます。☑のマークをクリックして設定可能な言語の一覧を表示させます。



- ③ 一覧から「Japanese」を選んでクリックし、「OK」をクリックします。



- ④ メイン画面が日本語に切り替わりました。

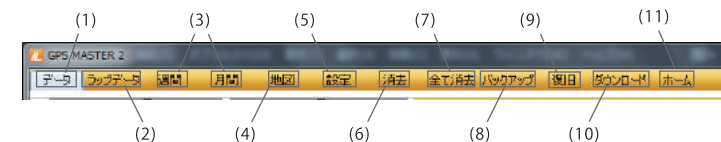


M-1 ソフトウェアについて：各機能の説明

ソフトウェアの機能について

ソフトウェアでは運動履歴データをさまざまな形式でまとめて確認できるほか、データの管理や時計内の設定の変更ができます。

ホーム画面で「データ」「ラップデータ」「地図」のいずれかをクリックすると、メイン画面とタブメニューが開きます。ここではタブメニューの各項目について説明します。

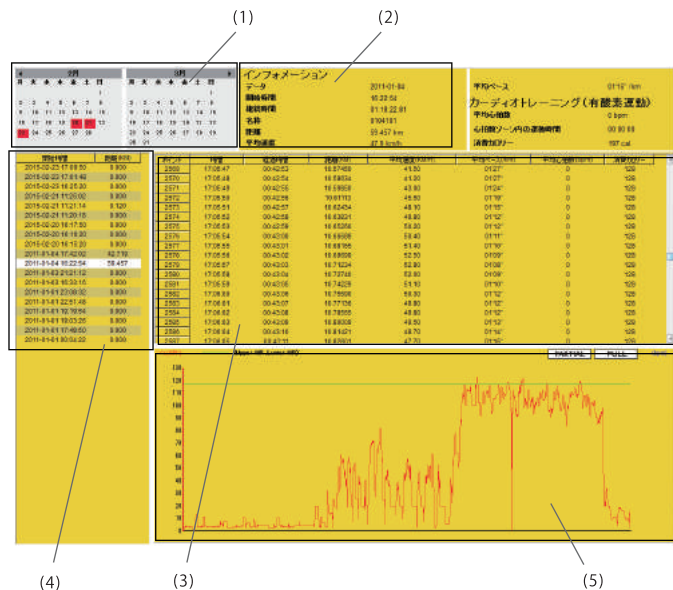


- (1) データ…………… 運動履歴データの移動距離、平均速度、平均ペースの推移を確認できます。
- (2) ラップデータ… 記録したラップの時間、距離、速度のグラフを確認できます。
- (3) 週間 / 月間…… 記録したデータを週間 / 月間のグラフにまとめて確認できます。
- (4) 地図…………… GPS 電波を受信した状態で移動したルートを Google Map を利用して確認できます。
- (5) 設定…………… 時計内の時刻、プロフィール、アラーム、表示の設定を PC から変更できます。
(時計が接続されている時のみメニューを開く事ができます。)
- (6) 消去…………… 「データ」「ラップデータ」「地図」いずれかのタブを開いた状態で押すと、閲覧中のデータ 1 つを消去します。
- (7) 全て消去……… 現在ソフトウェアに保存されている運動履歴データを全て消去します。
- (8) バックアップ… 現在ソフトウェアに保存されているデータを dat ファイルにして保存します。
- (9) 復旧…………… 「バックアップ」メニューから生成した dat ファイルを読み込みます。
- (10) ダウンロード… 接続中の時計内のデータをダウンロードします。
- (11) ホーム…………… ホーム画面へ戻ります。

注意：ソフトウェアには心拍数関連の項目がありますが、本製品 (GPS MASTER II) では心拍数の計測を行う事ができません。本説明書では使用可能な機能のみを解説しています。

M-2 ソフトウェアについて：データメニュー

データメニュー画面の説明



- (1) カレンダー…… 現在記録されているデータの日付をカレンダーで確認できます。
- (2) データ詳細①… 閲覧中データの記録開始時間、運動継続時間、移動距離、平均ペースを確認できます。
- (3) データ詳細②… 閲覧中データの秒毎の速度、ペース、移動距離、消費カロリーの推移を確認できます。
- (4) データ一覧…… 現在記録されているデータの一覧です。クリックで(2)(3)(5)の表示切り替えができます。
- (5) グラフ…………… 閲覧中データの時速の推移をグラフで表しています。

M-3 ソフトウェアについて：ラップデータメニュー

ラップデータ画面の説明

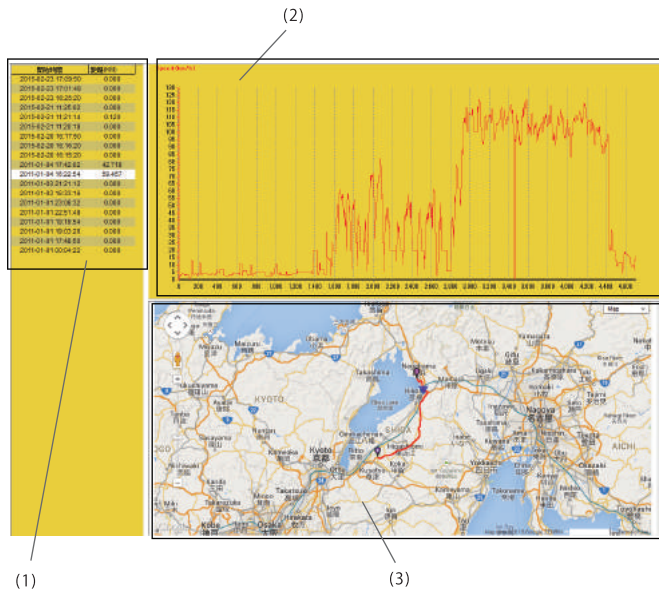
- (1) カレンダー…… 現在データが記録されている日付をカレンダーで確認できます。
- (2) データ詳細…… 閲覧中データの記録開始時間、運動継続時間、移動距離、平均ベースを確認できます。
- (3) ラップ一覧…… 閲覧中データのラップタイム一覧を確認できます。
- (4) オートラップ一覧…… 閲覧中データのオートラップ一覧を確認できます。
- (5) グラフ…… 閲覧中データのラップごとのタイム/移動距離/時速の推移がグラフで確認できます。

M-4 ソフトウェアについて：週間/月間メニュー

週間/月間画面の説明

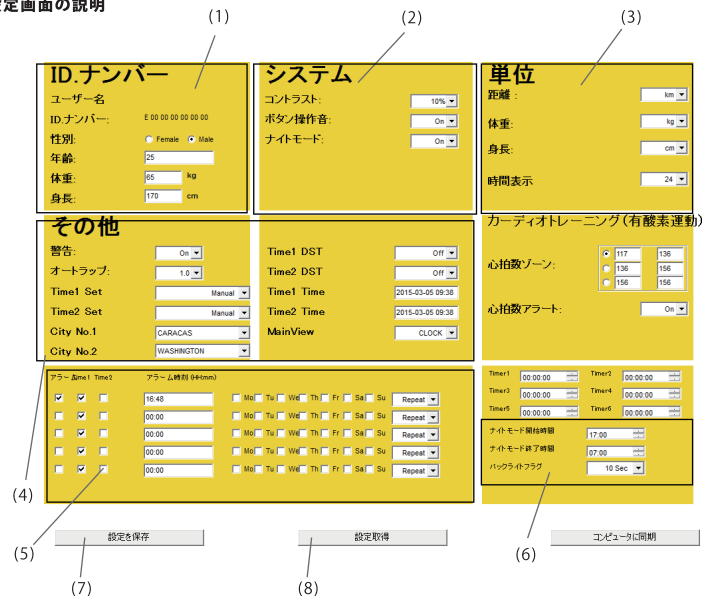
- (1) 週間グラフ…… 1週間の移動距離の推移がグラフで確認できます。
- (2) 表示期間切替…… グラフに表示する期間を設定できます。
- (3) データ合計…… 1週間の合計移動距離/平均時速/合計時間/合計消費カロリーが確認できます。
- (4) 月間グラフ…… 1ヶ月の移動距離の推移がグラフで確認できます。
- (5) 表示期間切替…… グラフに表示する期間を設定できます。
- (6) データ合計…… 1ヶ月の合計移動距離/平均時速/合計時間/合計消費カロリーが確認できます。

地図画面の説明



- (1) データ一覧…… 現在記録されているデータの一覧です。クリックで表示を切り替えます。
- (2) グラフ……… 閲覧中データの時速の推移がグラフで確認できます。
- (3) 地図……… 閲覧中データのルートが地図で確認できます。GPSを受信せずに記録したデータでは正しい地図が表示されません。

設定画面の説明



- (1) ID. ナンバー……… 性別、年齢、体重、身長が設定できます。
- (2) システム……… 画面の明るさ、操作音のON/OFF、ナイトモードのON/OFFが設定できます。
- (3) 単位……… 表示単位が設定できます。距離・体重・身長の単位は連動して切り替わります。
- (4) その他……… 時刻設定の方法、オートラップのON/OFF、アラームのON/OFFなどが設定できます。
- (5) アラーム……… アラーム関連の項目が設定できます。
- (6) ナイトモード……… ナイトモードの開始時間、終了時間、ライトの点灯秒数を設定できます。
- (7) 設定を保存……… 現在表示中の設定を腕時計本体に保存します。
- (8) 設定取得……… 腕時計本体の設定を読み込んで表示します。

注意：「設定を保存」ボタンを押した際に、「Hr zone is invalid」というエラー表示が出て設定が保存できないことがあります。表示を一度他のタブに切り替えてからもう一度設定メニューを開く事で設定が保存できるようになります。

N-1 トラブルシューティング

画面が表示されない

充電切れの可能性があります。腕時計の充電について詳しくは P6 をご覧ください。

GPS 電波が受信できない

原因として、以下の理由が考えられます。

- GPS 電波探知中画面のまま次へ進めない
電波を受信しにくい環境にいる可能性があります。P7 の GPS 電波受信の手順、P41 の「GPS について」を確認し、電波を受信しやすい場所へ移動して下さい。
- GPS 受信設定を ON にできない
腕時計本体の充電が残り少ない可能性があります。十分に充電をしてから再度お試しください。
腕時計の充電については P6 をご確認ください。

時計の日時をリセットしたい

A ボタン、B ボタン、C ボタン、E ボタンを同時に 5 秒間長押しすると時計の日時のリセットができます。リセットすると日時は規定値にセットされます。
運動履歴データやプロフィールデータはリセット後にも消去されません。

残電池表示が正確に表示されない

時計の電池を完全に空にし、その後満タンに充電してください。(途中で充電を中断しないで下さい) 電池状態が良好でも、1～2ヶ月に一度再充電することを推奨します。

防水について

この時計は 3 気圧防水 (日常生活防水) を備えています。水に浸かる危険性がある場面では使用を避け、水がかかった時は水分をよく拭き取り風通しのいい場所で乾燥させてください。
注意: 長時間水に浸すと電気系統がショートして、火傷や炎症を引き起こす可能性があります。

処分について

時計を処分する場合は、電子機器廃棄物として適切に処理して下さい。この時計は、再充電可能なりチウム電池を使っています。家庭ゴミとして廃棄することはできないため、適切な処置をお願いします。

商品について

この商品は医療器具ではありません。エクササイズを計画する際は身体状態とトレーニング計画について医師と相談することを強く推奨します。

O-1 その他の注意、情報

時計の取り扱いについて

時計のお手入れは湿った布や清浄液を使用し、プラスチックに損害を与える化学薬品は使用しないでください。空ぶきの際は乾いた布を使って下さい。

時計に深刻な損害を与える可能性があるため、長時間極端な気温の場所に保存しないでください。

GPS について

GPS(Global Positioning System) は 24 以上の衛星ネットワークを利用したナビゲーションシステムです。GPS は晴天下において最も良く機能し、24 時間世界中で使用できます。

GPS 電波は地下トンネル内、屋内、磁気を発する機器の近くでは受信する事ができません。また大きな建物や樹木の近く、橋や高架下など上空が見えない場所、駅や空港など混雑した場所、雨、雪、曇天などの悪天候の際も電波が受信しづらくなる可能性があります。

FCC 証明について

本機器は FCC 法規の第 15 部に準拠しています。本機器の利用にあたっては次の 2 つの条件が適用されます。

- (1) 本デバイスは有害な干渉を及ぼすことはありません。
- (2) 本機器は、不適切な操作の原因となる干渉を含め受信した全ての干渉を受け取ります。

警告: 準拠に関する責任当事者の明示的な承認なしに改造などを行うと、ユーザーは機器を使用する権利を損失することがあります。

注意: 本機器はテストの結果、FCC 規則 15 条に準ずる ClassB デジタルデバイスの制限に従ってることが認められています。これらの制限は、本機器が居住地域においてインストールされたときに、有害な干渉に対する適切な保護を提供するためのものです。本機器は、無線周波数エネルギーを生成、使用、または放射します。

製造元の指示に従わずにインストール、使用した場合、有害な干渉の原因となる可能性があります。ただし、特別なインストールを行った場合、有害な干渉の原因にならないことは保障できません。本機器がラジオもしくはテレビの受信に有害な干渉を及ぼす原因かどうかは、本機器のオンとオフを切り替えることにより確認することができます。本機器が原因の場合、次の方法をいくつかお試しください。干渉を修正するようお勧めします。

- 受信アンテナの方向や位置を変える。
- 本機器と受信機の間隔を広げる。