

EPSON

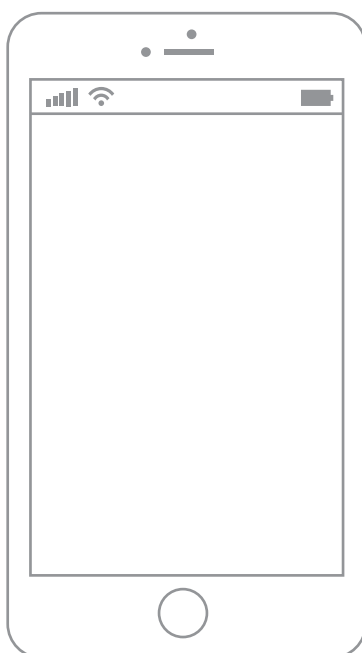
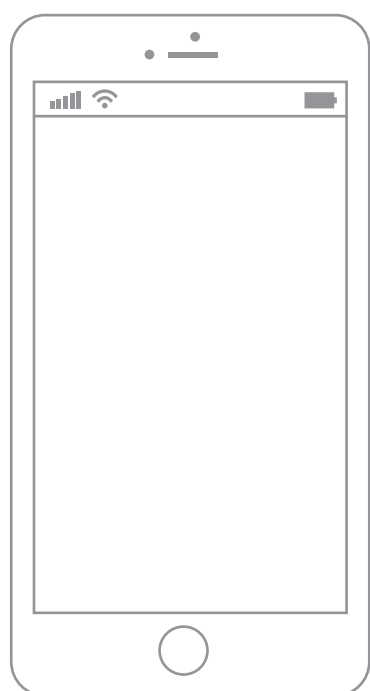
GPS Sports Monitor

WristableGPS

スマートフォン活用ガイド

iPhone版

《Epson Run Connect Ver. 1.4.0 以降》



はじめに

GPS Sports Monitor「WristableGPS」をお買い求めいただき誠にありがとうございます。

本製品を正しくご使用いただくために、クイックガイドやユーザーズガイドと合わせて、このスマートフォン活用ガイドをお読みください。

スマートフォン活用ガイドのイラストや画面は SF-710 および SF-110 で表示しています。

スマートフォン活用ガイドの記載について

	必ず守っていただきたい内容を記載しています。この内容を無視して誤った取り扱いをすると、製品の故障や、動作不良の原因になる可能性があります。
	補足説明や参考情報を記載しています。
[メニュー名]	本体画面に出てくるメニュー項目を示しています。
[A] / [B] / [C] / [D]	本体のボタンを示しています。
	関連した内容の参照ページを示しています。参照先が青字で記載されているときは、青字の部分をクリックすると該当のページが表示されます。

商標

EPSON および EXCEED YOUR VISION はセイコーエプソン株式会社の登録商標です。

iPhone は、米国その他の国で登録された Apple Inc.の商標です。

App Store は、Apple Inc.が運営する iPhone 向けアプリケーションソフトウェアのダウンロードを行えるサービスの名称です。

IOS の商標は、Cisco の米国およびその他の国のライセンスに基づき使用されています。

Bluetooth® のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc.が所有する登録商標であり、セイコーエプソン株式会社はこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。

その他の製品名は各社の商標または登録商標です。

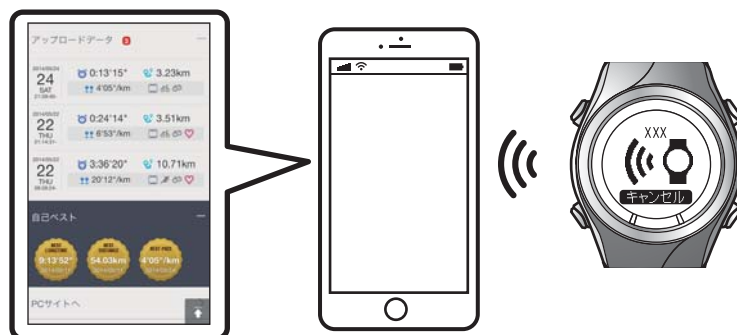
ご注意

- 本書の内容の一部または全部を無断転載することを禁止します。
- 本書の内容は将来予告なしに変更することがあります。
- 本書の内容にご不明な点や誤り、記載漏れなど、お気付きの点がありましたら弊社までご連絡ください。
- 運用した結果の影響については前項に関わらず責任を負いかねますのでご了承ください。
- 本製品が、本書の記載に従わずに取り扱われたり、不適當に使用されたり、弊社および弊社指定以外の、第三者によって修理や変更されたことなどに起因して生じた障害等の責任は負いかねますのでご了承ください。

スマートフォンを活用してできること

本製品は、iPhone と Bluetooth 通信することで、計測したデータを専用の Web アプリケーション（NeoRun）で管理できます。

距離、速度、心拍数、消費カロリー、ランニングの軌跡などを管理することで、蓄積したデータを振り返り活用できます。



参考

本ガイドでは、iPhone に転送して Web アプリケーション（NeoRun）で管理する方法について説明しています。パソコンを経由して管理する方法については、ユーザーズガイドをご覧ください。

対応機器

iPhone 4S / iPhone 5 / iPhone 5C / iPhone 5S / iPhone 6 / iPhone 6 Plus

※本製品と通信するためには、Bluetooth 4.0 に対応した iPhone をご利用ください。

対応 OS

iOS 6 以降 （2014 年 9 月現在）

iPhone 用アプリケーション（Epson Run Connect）

本製品と iPhone を連携して活用いただくために、iPhone 用アプリケーション「Epson Run Connect」を用意しています。

Epson Run Connect には、以下の機能があります。

- Web アプリケーション（NeoRun）へ計測データをアップロードする
- Web アプリケーション（NeoRun）にアクセスして計測データを閲覧する
- Web アプリケーション（NeoRun）にアクセスして体重・体脂肪情報を入力する
- オートラップ、目標ペース、ウェイポイント、インターバルなどの計測設定やユーザー設定、システム設定を変更する
- GPS の測位時間を短縮する（iPhone 用のみ）
- 本製品と iPhone を Bluetooth 通信するためにペアリング（認証手続き）する
- Web アプリケーション（NeoRun）のアカウントを管理する



もくじ

はじめに 2

スマートフォンを活用してできること 3

安全にお使いいただくために 5

記号の意味 5

使用上のご注意 6

製品本体ならびに付属品について 6

クレードルについて 7

HR モニター（オプション）について 8

保管上のご注意 8

電波に関するご注意 9

準備 11

iPhone に Epson Run Connect をインストールする 12

NeoRun のアカウントを作成/設定する 13

アカウントを作成する 13

アカウントを設定する 15

iPhone の Bluetooth 設定をオンにする 16

iPhone に本製品を登録する 17

計測データをアップロードして確認する 20

計測データをアップロードする 21

アップロードした計測データを確認する 25

Web アプリケーション（NeoRun）について 26

体重・体脂肪データを登録する 26

設定を変更する 28

設定 29

設定方法 29

設定一覧 33

拡張機能設定（対応機種のみ） 38

拡張機能設定画面を表示する 38

オートラップ機能を設定する 39

目標ペース機能を設定する 42

ウェイポイント機能を設定する 46

インターバル機能を設定する 48

GPS の測位時間を短縮する（AGPS） 52

困ったときは 54

トラブルを解決する 55

ペアリングを解除する 57

iPhone での操作 57

本体での操作 59

本製品に関するお問い合わせ先 60

安全にお使いいただくために

本製品を安全にお使いいただくために、お使いになる前には必ず以下の本製品の取扱説明書をお読みください。

- クイックガイド（同梱シート）
- ユーザーズガイド（PDF）
- スマートフォン活用ガイド（PDF：本取扱説明書）

本製品の取扱説明書の内容に従わずに取り扱くと、故障や事故の原因になります。

- 本製品の取扱説明書は、製品の不明点をいつでも解決できるように手元に置いてお使いください。
- **本製品は日本国内でのみお使いください。**
- 本製品は医療機器ではありません。運動の目安としてお使いください。

記号の意味

本製品の取扱説明書では、お客様や他の人々への危害や財産への損害を未然に防止するために、危険を伴う操作やお取り扱いを次の記号で警告表示しています。内容をご理解の上、本文をお読みください。

警告

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が死亡または重傷を負う可能性が想定される内容を示しています。

注意

この表示を無視して誤った取り扱いをすると、人が傷害を負う可能性および財産の損害の可能性が想定される内容を示しています。



この記号は、必ず行っていただきたい事項（指示、行為）を示しています。



この記号は、してはいけない行為（禁止行為）を示しています。

使用上のご注意

製品本体ならびに付属品について

⚠ 警告	
	 運動は体調に合わせて行ってください。急な運動や無理な運動は危険です。運動の途中で気分が悪くなるなど体調の変化を感じた場合は運動を中止し、医師などの診察を受けてください。
	運動中に製品を注視しないでください。転倒や交通事故等を起こす恐れがあります。ご使用の際は周囲の安全にご注意ください。
	スキューバダイビングには使用しないでください。
	本製品は精密な機械、電子部品で作られています。次のような場所での使用や保管はしないでください。感電/火災/動作不良/故障の原因となります。
	• 温度、湿度変化の激しい場所 • 揮発性物質のある場所 • 油煙やホコリの多い場所 • 火気のある場所 • 強い磁気の近く（スピーカーの近くなど）
	お客様による分解/修理はしないでください。感電/事故の原因となります。
	小さなお子様の手の届くところには、本製品を放置しないでください。

⚠ 注意	
	 本体を装着して、アレルギーやかぶれを起こした場合は、直ちに使用を中止し、皮膚科など専門医にご相談ください。
	本体は 5 気圧防水仕様となっております。水泳などに使用できますが、水中あるいは水滴がついた状態でボタン操作をしないでください。防水不良になる恐れがあります。
	直接蛇口から強い流水をかけることは避けてください。水道水は非常に水圧が高く、防水不良になる恐れがあります。
	入浴やサウナの際はご使用を避けてください。蒸気や石鹸、温泉の成分などが防水性能の劣化やサビの原因となります。

クレードルについて

警告



破損したクレードルを使用しないでください。故障/火災の原因となります。破損したときは、修理センターにご相談ください。

煙が出たり、変なにおいや音ができるなど異常状態のまま使用しないでください。火災の原因となります。

異常が発生したときはすぐにクレードルのケーブルを抜き、修理センターにご相談ください。

異物や水などの液体が内部に入ったときは、そのまま使用しないでください。感電/火災の原因となります。すぐにクレードルのケーブルを抜き、修理センターにご相談ください。

クレードルのケーブルは、ホコリなどの異物が付着した状態で使用しないでください。火災の原因となります。

クレードルで他の商品を充電しないでください。また、クレードル以外で充電はしないでください。故障/感電/火災の原因となります。

HR モニター（オプション）について

⚠ 警告	
	誤って HR モニターの電池を飲み込んだ場合は、直ちに医師の診察を受けてください。
	HR モニターの電池を交換する際は、怪我等に注意して行ってください。
	HR モニターの電池を廃棄する際は、お住まいの自治体の分別ルールに従って廃棄してください。
	HR モニターの電池を交換する際は、指定以外の電池を入れないでください。また+-極を正しく入れてください。
	電池または電池の入った HR モニターを火中に投げないでください。

保管上のご注意

⚠ 注意	
	磁気や電磁波の影響を受ける場所（テレビの上など）に置かないでください。データが壊れ消失することがあります。
	化学物質が発散している場所や薬品にふれる場所に放置しないでください。ガソリン、マニキュア、化粧品などのスプレー液、クリーナー液、トイレ用洗剤、接着剤などが付着すると本体/バンドが変色したり、破損したりすることがあります。

電波に関するご注意

本製品は Bluetooth® Smart 技術搭載機器です。対応するスマートデバイスの動作時に計測データを無線通信で製品本体と送受信する機能を有します。

本製品は電波法に基づく小電力データ通信システムとして認証を受けています。よって、本製品を使用するときに、無線局の免許は必要ありません。以下の行為をすると法律で罰せられることがあります。

- 本製品の分解および改造
- 本製品の証明および認証番号を消去

VCCI クラス B 情報技術装置

この装置は、クラス B 情報技術装置です。この装置は家庭環境で使用することを目的としていますが、この装置がラジオやテレビジョン受信機に近接して使用されると、受信障害を引き起こすことがあります。

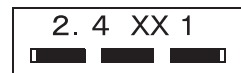


認証情報

ご使用機種の電子マニュアル（ユーザーズガイド）をご確認ください。

周波数について

本製品は、2.402GHz～2.480GHz の周波数を使用しています。他の無線機器も同じ周波数を使っていることがあります。他の無線機器との電波干渉を防止するため、下記事項に注意してご使用ください。



無線通信使用上の注意

本製品の使用周波数帯は 2.4GHz 帯です。

この周波数では、電子レンジ等の産業・科学・医療用機器のほか工場の製造ライン等で使用されている移動体識別用の構内無線局（免許を要する無線局）及び特定小電力無線局（免許を要しない無線局）並びにアマチュア無線局（免許を要する無線局）が運用されています。

1. この機器を使用する前に、近くで移動体識別用の構内無線局及び特定小電力無線局並びにアマチュア無線局が運用されていないことを確認してください。
2. 万一、この機器から移動体識別用の構内無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合には、速やかに使用周波数帯を変更するか又は電波の発射を停止した上、「本製品に関するお問い合わせ先」にご連絡頂き、混信回避のための処置等（例えば、パーティションの設置など）についてご相談してください。
3. その他、この機器から移動体識別用の特定小電力無線局あるいはアマチュア無線局に対して有害な電波干渉の事例が発生した場合など何かお困りのことが起きたときは、「本製品に関するお問い合わせ先」に記載の弊社インフォメーションセンターにご相談ください。

📄 [「本製品に関するお問い合わせ先」 60 ページ](#)

⚠ 警告

	万一、肌などに異常が生じた場合には直ちに使用を中止し、専門の医師にご相談ください。
	航空機内や病院など使用を制限された区域では、現場の指示（機内アナウンス等）に従ってください。
	本製品を手術室/集中治療室などに持ち込んだり、医療用電気機器の近くで使用しないでください。本製品からの電波が医療用電気機器に影響を及ぼすことがあり、誤動作により事故の原因となります。

 注意



本製品からの電波は、心臓ペースメーカーなど、植え込み型医療機器に影響を及ぼすおそれがあります。植え込み型医療機器側の指示や注意に従ってご使用ください。

準備

ご使用にあたって、以下の準備が必要です。

 [「iPhone に Epson Run Connect をインストールする」 12 ページ](#)

 [「NeoRun のアカウントを作成/設定する」 13 ページ](#)

 [「iPhone の Bluetooth 設定をオンにする」 16 ページ](#)

 [「iPhone に本製品を登録する」 17 ページ](#)

iPhone に Epson Run Connect をインストールする

Web アプリケーション（NeoRun）に計測データをアップロードするためには、iPhone 用の Epson Run Connect が必要です。

App Store にアクセスして、Epson Run Connect をインストールしてください。



！重要

Epson Run Connect は App Store から無料でダウンロードできますが、App Store へ接続する際の通信料はお客様の負担となります。

参考

App Store で検索する場合は、以下のキーワード等で検索してください。
RunConnect/エプソン/EPSON/NeoRun/スポーツモニター

NeoRun のアカウントを作成/設定する

アカウントを作成する

初めて使用するときは、Web アプリケーション（NeoRun）のアカウントを作成します。

参考

今までに NeoRun のアカウントを作成して、ご使用いただいていた場合は、本製品でも引き続き同じアカウントでご使用いただけます。

🔗 [「アカウントを設定する」15 ページ](#)

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [OK] をタップします。



参考

Epson Run Connect を 2 回目以降に起動する場合は、以下の画面が表示されます。[アカウント管理] をタップして、手順 3 に進んでください。



3 [アカウント作成] をタップします。

NeoRunのログインIDとパスワードを設定してください。

ログインID

パスワード

設定

解除

NeoRunを初めて使用するときは、[アカウント作成]をタップして、アカウントを作成してください。

アカウント作成

[ログインIDを忘れたら](#)

[パスワードを忘れたら](#)

4 アカウントを作成します。

ログイン ID（メールアドレス）、パスワード（任意）を入力してください。

利用規約をご確認のうえ、チェックを付けてから [アカウント作成] をタップします。

戻る アカウント作成

EPSON NeoRun

アカウントの新規作成
(Epson Sensing ID 登録)

ログインID
XXXXXXXX@XXXX.XX.XX

再入力: ログインID
XXXXXXXX@XXXX.XX.XX

パスワード
●
(半角で英小文字、英大文字、数字、記号から少なくとも8種類の文字を使用してください)

再入力: パスワード

☒ プライバシーポリシーの内容を確認し、利用規約に同意します

アカウント作成

参考

入力欄が赤く表示されるときは、入力条件を満たしていません。画面に表示されるメッセージを確認して入力内容が条件を満たしているか確認してください。

5 アカウントの作成完了を確認したら、画面の指示に従って、セットアップを進めてください。

戻る アカウント作成

EPSON NeoRun

Epson Sensing ID のアカウント作成に成功しました。

ログインID
XXXXXXXX@XXXX.XX.XX

XXXXXXXX@XXXX.XX.XX にサービス開始のメールを送信いたしました。
数分以内にメールが届かない場合は、登録内容の確認をお願いいたします。
メールは neo-run@esc.epson.co.jp、info@esc.epson.co.jp から送信されます。

引き続き、下記セットアップを実施してください。

1. サービスのセットアップを行ってください。
性別、生年月日、お住まいの地域をセットアップ

プロフィールセットアップ

製品情報 | お問い合わせ | 店舗検索 | よくあるご質問 | プライバシーポリシー | 利用規約

アカウントを設定する

作成したアカウントを設定してください。

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [アカウント管理] をタップします。



3 ログイン ID、パスワードを入力し、[設定] をタップします。



4 アカウント情報の設定完了を確認して、[OK] をタップします。



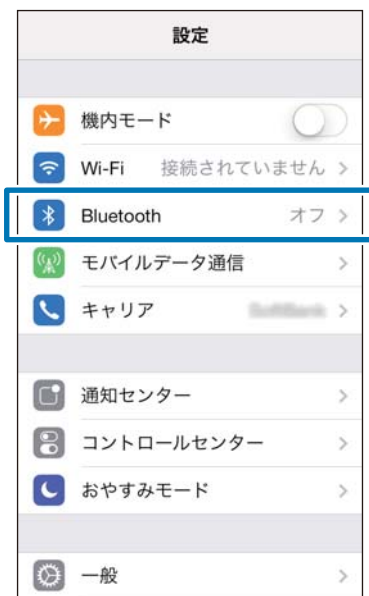
iPhone の Bluetooth 設定をオンにする

本製品と通信する前に、iPhone の Bluetooth 設定をオンにする必要があります。

1 iPhone で設定をタップします。



2 [Bluetooth] をタップします。



3 [Bluetooth] をオンにします。



iPhone に本製品を登録する

iPhone と通信する前に、iPhone に本製品を登録する必要があります。

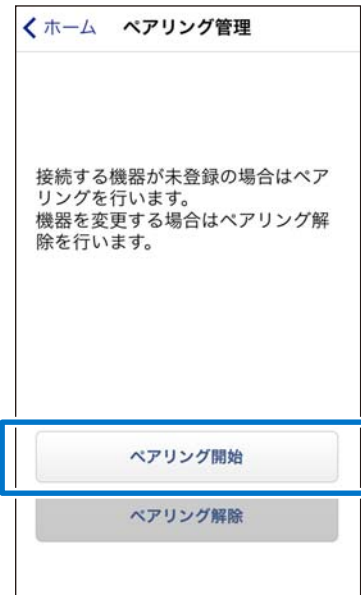
1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [ペアリング] をタップします。



3 [ペアリング開始] をタップします。



4 本製品で Bluetooth 通信を開始します。

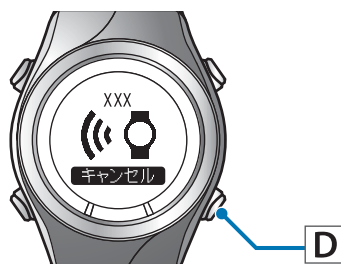
ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

1. [D] を押して [メニュー] を表示する。
2. [C] または [D] で [スマートフォン] を選択して [A] で決定する。
3. [C] または [D] で [通信開始] を選択して [A] で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合
【D】 を長押しする。



5 iPhone で **【OK】** をタップします。



6 本製品に表示されたパスキー（6桁の数字）を、**iPhone** に入力して、**【ペアリング】** をタップします。



参考

iOS 6 の場合は、画面が若干異なります。**【ペアリング】** をタップしてください。

- 7 ペアリング完了を確認して、[OK] をタップします。



計測データをアップロードして確認する

計測データをアップロードして確認する手順を説明します。

 [「計測データをアップロードする」 21 ページ](#)

 [「アップロードした計測データを確認する」 25 ページ](#)

 [「体重・体脂肪データを登録する」 26 ページ](#)

計測データをアップロードする

計測データを Web アプリケーション（NeoRun）にアップロードします。

iPhone を経由してアップロードする場合は、通信状況を考慮して、以下の 2 段階で行います。

（パソコンを経由してアップロードする場合は、一度に行います。）

概要データのアップロード

距離、速度、心拍数、消費カロリーなどをアップロードします。

詳細データのアップロード

概要データの他に、ランニングの軌跡をアップロードします。

！重要

- 計測データをアップロードするには、NeoRun にログインし、iPhone に本製品を登録する必要があります。
🔗 [「準備」11 ページ](#)
- 計測データをアップロードする前に、iPhone の Bluetooth 設定をオンにしてください。
🔗 [「iPhone の Bluetooth 設定をオンにする」16 ページ](#)
- アップロードする際の通信料はお客様の負担となります。

参考

フルマラソン大会の計測データ等、数時間以上のデータをアップロードする場合は、本体をクレードルにセットし、パソコンを経由してアップロードすることをおすすめします（iPhone でのアップロード時間の目安：4 時間の詳細データ 約 12 分）。パソコンでのアップロード方法は、ユーザーズガイドの「Web アプリケーション（NeoRun）でのデータ管理」をご覧ください。

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 「リスト機器データ一覧」をタップします。



3 本製品で Bluetooth 通信を開始します。

ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

- 【D】を押して【メニュー】を表示する。
- 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。
- 【C】または【D】で【通信開始】を選択して【A】で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合
【D】を長押しする。



4 iPhone で【OK】をタップします。

本製品のアラームが鳴り、概要データのアップロードが始まります。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

5 計測データが多い場合は、[次のデータを取得]をタップします。

計測データが多い場合のみ、[次のデータを取得]が表示されます。

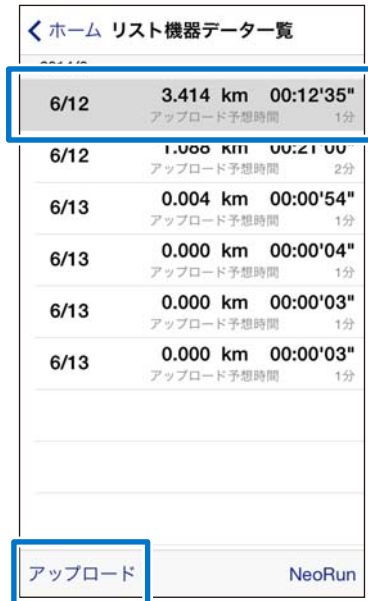


以上で、概要データのアップロードは終了です。
確認したい概要データを [リスト機器データ一覧] から選択し、右下の [NeoRun] をタップすると、
[トレーニング詳細] 画面が表示されます。

[「Web アプリケーション \(NeoRun\) について」](#)
26 ページ

詳細データをアップロードする場合は、次の手順 6 に進んでください。

- 6 アップロードするデータをタップして、[アップロード] をタップします。



- 7 本製品で Bluetooth 通信を開始します。

ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

1. 【D】を押して【メニュー】を表示する。
2. 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。
3. 【C】または【D】で【通信開始】を選択して【A】で決定する。



- SF-110 以外の機種をご使用の場合
【D】を長押しする。



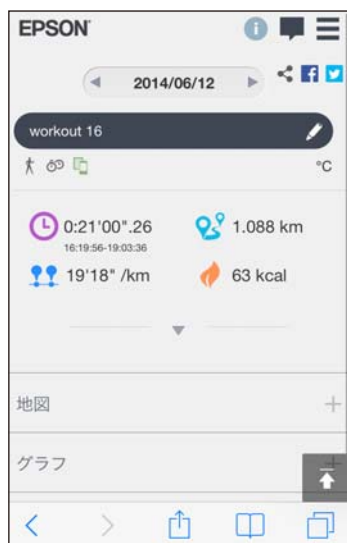
- 8 iPhone で【OK】をタップします。



本製品のアラームが鳴り、詳細データのアップロードが始まります。



アップロード後、NeoRun の画面が表示されます。



参考

- 通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。
- アップロードした詳細データは、[リスト機器データ一覧] から削除されます。データは NeoRun でご確認ください。
- [リスト機器データ一覧] から複数の詳細データをアップロードする場合は、手順 6~8 を繰り返してください。

アップロードした計測データを確認する

アップロードした計測データを確認するために、Web アプリケーション（NeoRun）にアクセスしてください。

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [ダッシュボード] をタップします。



3 確認したいデータをタップします。



参考

アイコンが表示されている計測データは、概要データのみアップロードされています。ランニングの軌跡を確認したい場合は、詳細データもアップロードしてください。

🔗 [「計測データをアップロードする」21 ページ](#)

Web アプリケーション (NeoRun) について

iPhone で閲覧できる Web アプリケーション (NeoRun) では、以下のデータを閲覧できます。

ダッシュボード

カレンダー形式で記録を管理。いつでも簡単に過去の走りを振り返ることができます。



ワークアウト詳細

距離、ペース、心拍数、軌跡、消費カロリーなどが表示されます。トレーニングをさまざまな角度から分析できます。



地図

GPS 機能搭載により、ランニングした軌跡を地図に残すことができ、思い出の大会や旅先でのランニングコースなどを、いつでも振り返ることができます。

参考

Web アプリケーション (NeoRun) の使い方については、NeoRun のヘルプをご覧ください。

体重・体脂肪データを登録する

体重・体脂肪データを Web アプリケーション (NeoRun) に登録します。

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 【ボディーコンディション】 をタップします。



4 【保存】 をタップします。

入力した【体重】・【体脂肪】が登録されます。



3 【体重】 または 【体脂肪】 の入力欄をタップして、数値を入力します。



設定を変更する

オートラップ、目標ペース、ウェイポイント、インターバルなどの計測設定やユーザー設定、システム設定を変更できます。

！重要

ご使用の機種によっては、本体のファームウェアのバージョンが古いと各機能が使用できません。最新版のファームウェアをダウンロードしてご使用ください。

<http://www.epson.jp/download/>

 **「設定」 29 ページ**

 **「拡張機能設定（対応機種のみ）」 38 ページ**

 **「GPS の測位時間を短縮する（AGPS）」 52 ページ**

設定

計測や本体に関する各種設定を変更できます。
設定できる項目の詳細は、以下を参照してください。

🔗 [「設定一覧」 33 ページ](#)

ご使用の機種によって設定できる項目は異なります。

カテゴリ	設定項目
ユーザー設定	身長
	体重
	生年月日
	性別
	心拍ゾーン 1~5
システム設定	距離単位
	時制
	サマータイム
	タイムゾーン
	日付表示
	表示反転
	コントラスト
	オートスリープ
	オートライト
	アラーム
	操作音

カテゴリ	設定項目
計測設定	種目
	インターバル
	オートラップ
	オートポーズ
	目標ペース
	ウェイポイント
	心拍
	タップ操作
	画面設定

設定方法

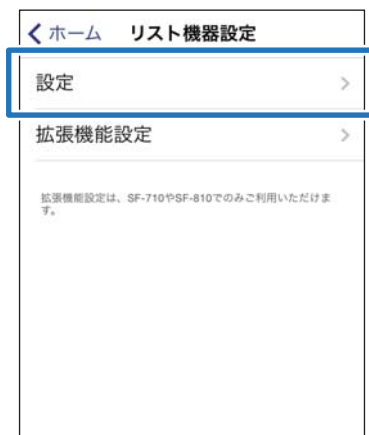
- 1 iPhone で **Epson Run Connect** を起動します。



2 [リスト機器設定] をタップします。



3 [設定] をタップします。



4 本製品で **Bluetooth** 通信を開始します。

ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

1. [D] を押して [メニュー] を表示する。
2. [C] または [D] で [スマートフォン] を選択して [A] で決定する。
3. [C] または [D] で [通信開始] を選択して [A] で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合
[D] を長押しする。



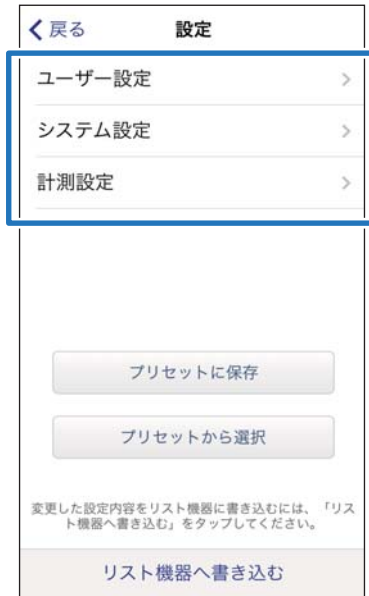
5 iPhone で [OK] をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

6 設定したいカテゴリをタップします。



7 設定したい項目をタップします。
画面は、[ユーザー設定] の場合です。



8 設定を変更します。
画面は、[身長] の場合です。



9 [設定] をタップします。



10 本製品で **Bluetooth** 通信を開始します。

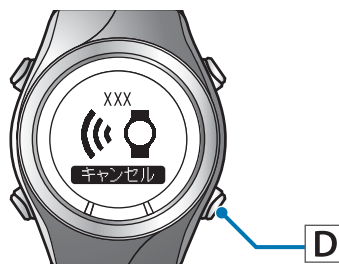
ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

1. 【D】を押して【メニュー】を表示する。
2. 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。
3. 【C】または【D】で【通信開始】を選択して【A】で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合
【D】を長押しする。



11 **【リスト機器へ書き込む】をタップします。**



参考

【プリセットに保存】をタップすると【設定名】を指定して現在の設定を保存できます。保存した設定は、【プリセットから選択】をタップすると選択できます。トレーニング内容によって設定を切り替えることができます。

12 **【OK】をタップします。**



13 **リスト機器への書き込みの完了を確認したら【OK】をタップします。**

設定一覧

ユーザー設定

使用者の情報を設定します。

設定値の（）内の数値は初期設定です。

ご使用の機種によって設定できる項目は異なります。

設定項目	設定値	説明
身長	(170 cm)	身長を設定します。
体重	(60 kg)	体重を設定します。
生年月日	(1975.01.01)	生年月日を設定します。
性別	男性（初期設定）	性別を設定します。
	女性	
心拍ゾーン	ゾーン 1 (30～100 bpm)	心拍数の上限と下限を設定します。 運動強度に応じて 5 つのゾーンを設定できます。
	ゾーン 2 (101～130 bpm)	
	ゾーン 3 (131～160 bpm)	
	ゾーン 4 (161～190 bpm)	
	ゾーン 5 (191～240 bpm)	

システム設定

本体のシステムに関わる設定をします。

設定値の（ ）内の数値は初期設定です。

ご使用の機種によって設定できる項目は異なります。

設定項目	設定値	説明
距離単位	km（初期設定）	距離の表示単位を設定します。
	mile	
時制	12 時制（初期設定）	表示時刻の時制を設定します。
	24 時制	
サマータイム	オン	サマータイムを設定します。
	オフ（初期設定）	
タイムゾーン	自動（初期設定）	使用する場所のタイムゾーンを設定します。 〔自動〕をオンにすると、〔時刻合わせ〕をすることで、タイムゾーンが自動的に設定されます。 〔自動〕をオフにすると、〔時差〕を-12:00～+14:00 の範囲で設定できます。
日付表示	日月	日付の表示方法を設定します。
	月日（初期設定）	
表示反転	オン	画面の表示方法を設定します。 〔オン〕を選択すると、黒地に白文字で表示されます。 〔オフ〕を選択すると、白地に黒文字で表示されます。
	オフ（初期設定）	
コントラスト	（4）	画面のコントラストを設定します。
オートスリープ	オン（初期設定）	静止状態でしばらく置くと、自動的にスリープ状態にする機能を設定します。 スリープ状態にすることで、電力消費を抑えることができます。
	オフ	
オートライト	オン	画面が遷移する時に、ライトを自動的に点灯する機能を設定します。一定時間が経過すると自動的に消灯します。
	オフ（初期設定）	
アラーム	音（初期設定）	アラームの方法と鳴動時間（1"～10"）を設定します。
	振動（バイブレーション）	
	音＋振動（バイブレーション）	
	オフ	

設定を変更する

設定項目	設定値	説明
操作音	オン（初期設定）	操作音のオン/オフを設定します。
	オフ	

計測設定一覧

ご使用の機種によって設定できる項目は異なります。

設定項目	設定値	説明
種目	ラン（初期設定）	ランニング、ジョギングをするときに設定します。
	ウォーク	ウォーキング（ゆっくりしたペースでの運動）をするときに設定します。
	バイク	自転車等の腕振りを伴わない運動をするときに設定します。 また、乗り物（自動車、電車等）に乗るときは、バイクモードでの設定をおすすめします。
インターバル	SETTING 01～03	運動負荷の高い運動（スプリント）と低い運動（レスト）の運動内容とくり返し回数を設定します。
オートラップ	SETTING 01～05	あらかじめ設定した時間または距離を走ったときに、自動でラップを記録する機能です。
	オフ（初期設定）	ラップを区切る時間または距離を設定します。 時間または距離を以下の範囲で 5 つ設定できます。 時間：01'00"～60'00"（1 分刻み） 距離：0.1～10.0km（0.1km 刻み）
オートポーズ	オン	立ち止まった時に自動で計測を停止し、動き出した時に自動で計測を再開する機能です。
	オフ（初期設定）	
目標ペース	SETTING 01～03	1km あたりの目標時間とペース範囲を設定します。設定したペース範囲から外れると、アラームでお知らせします。 目標ペースを以下の範囲で 3 つ設定できます。 目標ペース：1'00"/km～15'00"/km（1 秒刻み） ペース範囲：00'05"～03'00"/km（1 秒刻み）
	オフ（初期設定）	
ウェイポイント	オン	登録したウェイポイントを指定すると、そのポイントまでの方角、距離、標高差※を表示することができます。また、指定したポイント付近に到達したとき、アラームでお知らせします。
	オフ（初期設定）	
心拍	オン	心拍数を計測できます。 SF-810 は初期設定がオンになっています。
	オフ（初期設定）	
タップ操作 （計測画面のみ対応）	ラップ区切り	計測中に画面をタップする（指で少し強めに画面をたたく）ことで、ここで設定した機能を 1 つだけ操作できます。 〔種目〕で〔バイク〕を選択した場合は、走行中の路面状況によって、自動的にタップ機能が動作してしまう場合があります。その場合は、〔オフ〕にすることをおすすめします。
	ライト点灯	
	画面切り替え	
	オフ（初期設定）	

設定を変更する

設定項目	設定値	説明
画面設定	画面 1	計測画面は最大 4 画面表示できます。各画面で、画面パターンと表示内容を変更できます。 また、[ラップ区切り画面] も変更できますが、インターバル機能では表示されません。
	画面 2	
	画面 3	
	画面 4	
	ラップ区切り画面	

※ iPhone でウェイポイントを設定する際、標高は入力する必要があります。

拡張機能設定（対応機種のみ）

ご使用の機種によって設定できる項目は異なります。オートラップ、目標ペース、ウェイポイント、インターバルの計測設定が、スマートフォンからできます。

オートラップ

オートラップ機能において、ラップを区切る時間または距離を区間ごと自由に設定できます。

🔗 [「オートラップ機能を設定する」 39 ページ](#)

目標ペース

目標ペース機能において、目標とするペースを区間ごと自由に設定できます。

🔗 [「目標ペース機能を設定する」 42 ページ](#)

ウェイポイント

ウェイポイント機能において、地図上でウェイポイントを登録できます。

🔗 [「ウェイポイント機能を設定する」 46 ページ](#)

インターバル

インターバル機能において、インターバルのリピートを自由に設定できます。

🔗 [「インターバル機能を設定する」 48 ページ](#)

拡張機能設定画面を表示する

1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [リスト機器設定] をタップします。



3 [拡張機能設定] をタップします。



4 本製品の【D】を長押しします。

Bluetooth 通信が始まります。



参考

本製品の各種設定メニューでも Bluetooth 通信を開始できます。詳細はユーザーズガイドの「設定」をご覧ください。

5 iPhone で [OK] をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

この後は、以下の手順に進んで設定してください。

- 🔗 「オートラップ機能を設定する」 39 ページ
- 🔗 「目標ペース機能を設定する」 42 ページ
- 🔗 「ウェイポイント機能を設定する」 46 ページ
- 🔗 「インターバル機能を設定する」 48 ページ

オートラップ機能を設定する

オートラップ機能で適用するラップを区切る時間または距離を区間ごと自由に設定できます。

1 Epson Run Connect の拡張機能設定画面を表示します。

🔗 「拡張機能設定画面を表示する」 38 ページ

2 「オートラップ」 をタップします。



3 本製品の【D】を長押しします。

Bluetooth 通信が始まります。



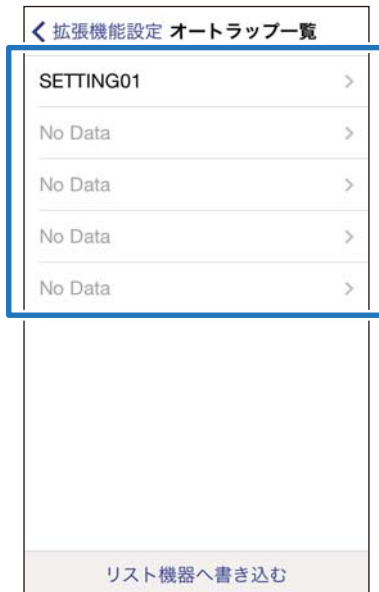
4 iPhone で [OK] をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

5 新規に登録するときは、[No Data] をタップします。
登録済の設定を編集するときは、対象の設定をタップします。



6 タイトルを入力または編集します。

タイトルは半角英数字、スペース、- (ハイフン)、. (ピリオド)、_ (アンダーバー) で入力してください。



7 複数のラップを組み合わせるときは [プログラマブル] をオンにします。



参考

ご使用の機種によっては、プログラマブル機能は使用できません。

- 8 ラップをタップして、[距離] または [時間] を設定します。

複数のラップを設定しないときは、手順 10 に進みます。

- 9 [+] をタップしてラップを追加し、各ラップの [距離] または [時間] を設定します。

参考

【編集】をクリックすると、ラップの削除と登録順が変更できます。

- 10 [戻る] をタップします。

- 11 [リスト機器へ書き込む] をタップします。

- 12** **【OK】** をタップします。
設定が本体に書き込まれます。



- 13** リスト機器への書き込みの完了を確認したら **【OK】** をタップします。

目標ペース機能を設定する

目標ペース機能で適用する、目標とするペースとペースを外れたときにアラームで知らせる機能を設定できます。

- 1** **Epson Run Connect** の拡張機能設定画面を表示します。

[「拡張機能設定画面を表示する」 38 ページ](#)

- 2** **【目標ペース】** をタップします。



- 3** 本製品の **【D】** を長押しします。

Bluetooth 通信が始まります。



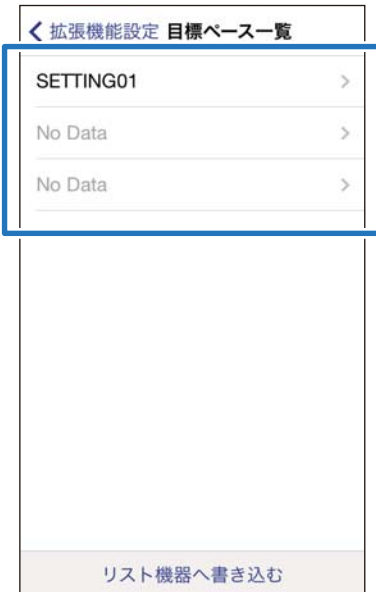
4 iPhone で [OK] をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

5 新規に登録するときは、[No Data] をタップします。登録済の設定を編集するときは、対象の設定をタップします。



6 タイトルを入力または編集します。

タイトルは半角英数字、スペース、- (ハイフン)、. (ピリオド)、_ (アンダーバー) で入力してください。



7 複数の目標ベースを組み合わせるときは [プログラマブル] をオンにします。



参考

ご使用の機種によっては、プログラマブル機能は使用できません。

- 8** 修正する目標ペースをタップして、[区間] の [距離] または [時間] と [目標ペース] を設定し、[戻る] をタップします。

複数の目標ペースを設定しないときは、手順 10 に進みます。



- 9** [+] をタップして目標ペースを追加し、各目標ペースの [区間] と [目標ペース] を設定して [戻る] をタップします。



参考

[編集] をクリックすると、目標ペースの削除と登録順が変更できます。

- 10** 設定した範囲のペースを外れたときにアラームで知らせるときは、[目標ペース範囲設定] をオンにします。



- 11** [目標ペース範囲] を設定します。



12 [戻る] をタップします。



13 [リスト機器へ書き込む] をタップします。



14 [OK] をクリックします。

設定が本体に書き込まれます。



15 リスト機器への書き込みの完了を確認したら [OK] をクリックします。

ウェイポイント機能を設定する

地図上でウェイポイントを登録できます。

参考

ご使用の機種によっては、ウェイポイント機能は使用できません。

1 Epson Run Connect の拡張機能設定画面を表示します。

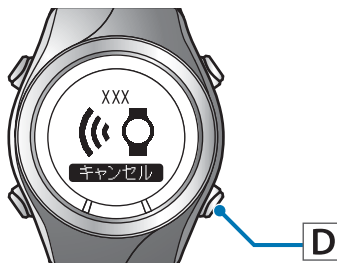
 「拡張機能設定画面を表示する」 38 ページ

2 「ウェイポイント」をタップします。



3 本製品の【D】を長押しします。

Bluetooth 通信が始まります。



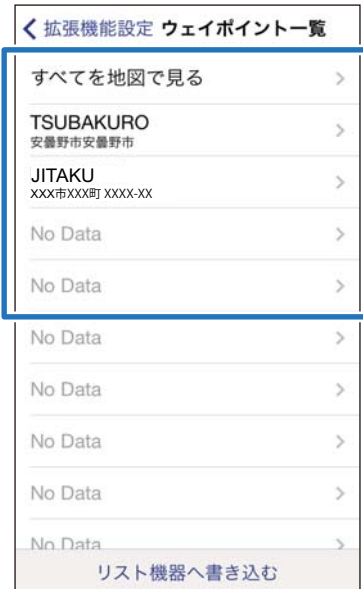
4 iPhone で【OK】をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

5 新規に登録するときは、【No Data】をタップします。 登録済の設定を編集するときは、変更する設定をタップします。



参考

「すべてを地図で見る」をタップすると登録したすべてのウェイポイントを地図上で確認できます。

6 タイトルを入力または編集します。

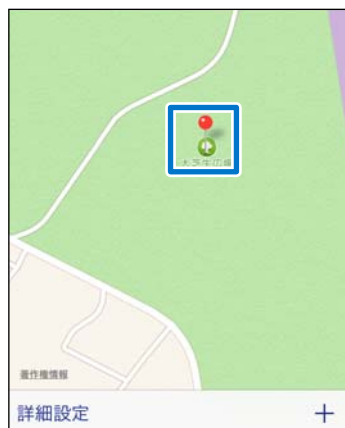
タイトルは半角英数字、スペース、-（ハイフン）、.（ピリオド）、_（アンダーバー）で入力してください。



7 ウェイポイント周辺の地図を表示させ、ウェイポイントを設定したい場所を長押しするか、[+]をタップします。



8 ピンをスライドして、設定したい場所に移動します。



参考

「[詳細設定]」をタップすると、標高を設定できます。標高をオンにして数値を入力し、「[決定]」をタップします。

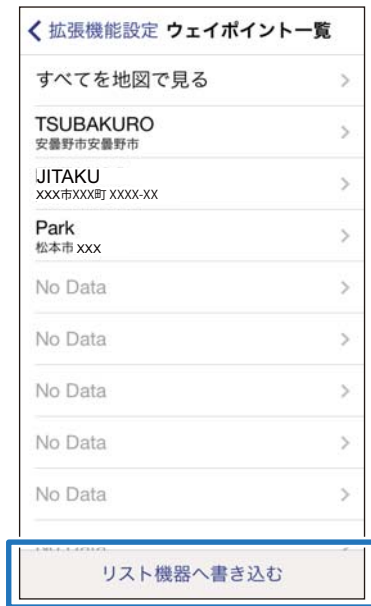


iPhone でウェイポイントを設定する場合、「[標高]」は入力が必要です。

9 「戻る」をタップします。



10 [リスト機器へ書き込む] をタップします。



11 [OK] をクリックします。 設定が本体に書き込まれます。



12 リスト機器への書き込みの完了を確認したら [OK] をクリックします。

インターバル機能を設定する

インターバル機能で適用する、スプリントとレストの運動内容を自由に設定できます。

参考

ご使用の機種によっては、インターバル機能は使用できません。

1 Epson Run Connect の拡張機能設定画面を表示します。

[「拡張機能設定画面を表示する」 38 ページ](#)

2 [インターバル] をタップします。



3 本製品の [D] を長押しします。

Bluetooth 通信が始まります。

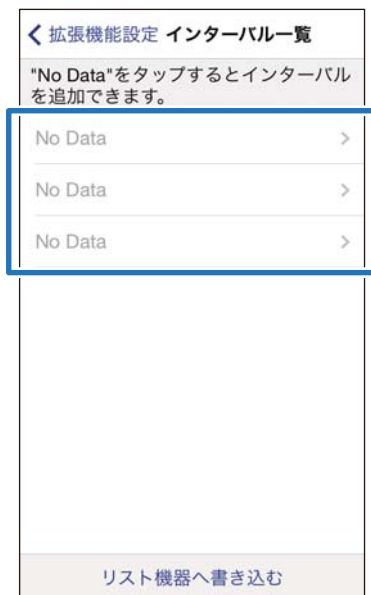


- 4** iPhone で [OK] をタップします。
データのアップロードが始まります。



参考
通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

- 5** 新規に登録するときは、[No Data] をタップします。
登録済の設定を編集するときは、対象の設定をタップします。



- 6** タイトルを入力または編集します。
タイトルは半角英数字、スペース、- (ハイフン)、. (ピリオド)、_ (アンダーバー) で入力してください。



- 7** 複数のインターバルリストを組み合わせるときは
[プログラマブル] をオンにします。



参考
ご使用の機種によっては、プログラマブル機能は使用できません。

- 8 変更するインターバルリストをタップして、[スプリント] [レスト] [繰り返し] の各項目を設定し、[戻る] をタップします。

複数のインターバルリストを設定しないときは、手順 10 に進みます。

- 9 [+] をタップしてインターバルリストを追加し、各項目を設定して [戻る] をタップします。

参考

インターバルリストが複数登録されているときに、[編集] をクリックすると、インターバルリストの削除と登録順が変更できます。

- 10 [戻る] をタップします。

- 11 [リスト機器へ書き込む] をタップします。

- 12** **【OK】** をクリックします。
設定が本体に書き込まれます。



- 13** リスト機器への書き込みの完了を確認したら **【OK】** をクリックします。

GPS の測位時間を短縮する (AGPS)

ランニングなどを開始する前に GPS 衛星のアシストデータをリスト機器にダウンロードすることで測位時間を短縮します。

! 重要

- GPS 衛星のアシストデータをダウンロードする際の通信料はお客様のご負担となります。
- 本操作を行う際に屋外に出る必要はありません。

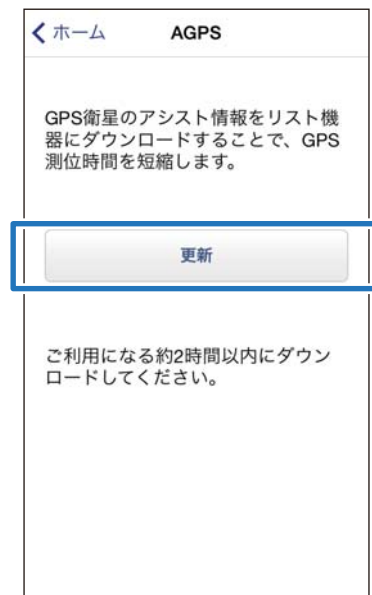
1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



2 [AGPS] をタップします。



3 [更新] をタップします。



4 本製品で Bluetooth 通信を開始します。

ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をして Bluetooth 通信を開始してください。

SF-110 をご使用の場合

1. 【D】を押して【メニュー】を表示する。
2. 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。

3. 【C】 または 【D】 で [通信開始] を選択して
【A】 で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合

【D】 を長押しする。



5 iPhone で [OK] をタップします。



参考

通信が失敗する場合は、もう一度実行してみてください。

6 リスト機器への書き込みの完了を確認したら [OK] をタップします。

困ったときは

ご使用の際に発生するトラブルの対処方法を説明します。

 [「トラブルを解決する」 55 ページ](#)

 [「ペアリングを解除する」 57 ページ](#)

 [「本製品に関するお問い合わせ先」 60 ページ](#)

トラブルを解決する

それぞれの項目を確認してください。

画面	現象	メッセージ内容	対処方法
リスト機器データ一覧 アップロード リスト機器設定 AGPS	リスト機器との通信が切断された。	リスト機器との通信が切断されました。 再度一覧の取得または通信を行ってください。	以下を実施してから、再度各メニューをタップしてください。 • リスト機器を充電する • リスト機器を通信状態にして、手元に置く • iOS の Bluetooth 機能をオンにする 上記を行っても解決できない場合は、ペアリング情報を解除してから、再度ペアリングし、各メニューをタップしてください。 🔗 「ペアリングを解除する」57 ページ
リスト機器データ一覧 リスト機器設定 AGPS	リスト機器との通信ができない。	リスト機器を検出できません。 iOS の Bluetooth 設定において機能をオンにし、リスト機器で Bluetooth 通信を開始し、再度一覧の取得（または通信）を行ってください。 ペアリングしたリスト機器と通信できません。 再度通信を行ってください。 ペアリングしたリスト機器の情報が読み込めません。 再度一覧の取得を行ってください。 リスト機器と通信できません。 iOS の Bluetooth 設定において機能をオンにし、再度一覧の取得（または通信）を行ってください。 リスト機器から応答がありません。 リスト機器で Bluetooth 通信を開始し、再度一覧の取得（または通信）を行ってください。	以下を実施してから、再度各メニューをタップしてください。 • リスト機器を充電する • リスト機器を通信状態にして、手元に置く • iOS の Bluetooth 機能をオンにする 上記を行っても解決できない場合は、ペアリング情報を解除してから、再度ペアリングし、各メニューをタップしてください。 🔗 「ペアリングを解除する」57 ページ

困ったときは

画面	現象	メッセージ内容	対処方法
アップロード	リスト機器との通信ができない。	リスト機器を検出できません。 iOS の Bluetooth 設定において機能をオンにし、リスト機器で Bluetooth 通信を開始し、再度アップロードを行ってください。	以下を実施してから、再度 [アップロード] をタップしてください。 • リスト機器を充電する • リスト機器を通信状態にして、手元に置く • iOS の Bluetooth 機能をオンにする 上記を行っても解決できない場合は、ペアリング情報を解除してから、再度ペアリングし、[アップロード] をタップしてください。  「ペアリングを解除する」57 ページ
		ペアリングしたリスト機器と通信できません。 再度通信を行ってください。	
		ペアリングしたリスト機器の情報が読み込めません。 再度アップロードを行ってください。	
		リスト機器と通信できません。 iOS の Bluetooth 設定において機能をオンにし、再度アップロードを行ってください。	
		リスト機器から応答がありません。 リスト機器で Bluetooth 通信を開始し、再度アップロードを行ってください。	

上記の対処を行っても解決しない場合は、弊社インフォメーションセンターにご相談ください。

ペアリングを解除する

iPhone と本製品の通信が正常にできないときや、ペアリング済みの本製品と異なる本製品をペアリングする際は、一度、ペアリングを解除してください。

iPhone での操作

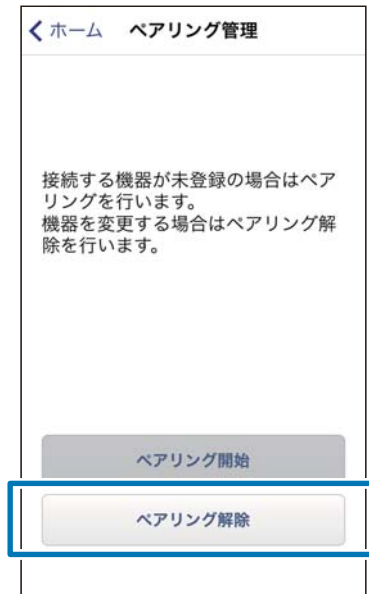
- 1 iPhone で Epson Run Connect を起動します。



- 2 [ペアリング] をタップします。



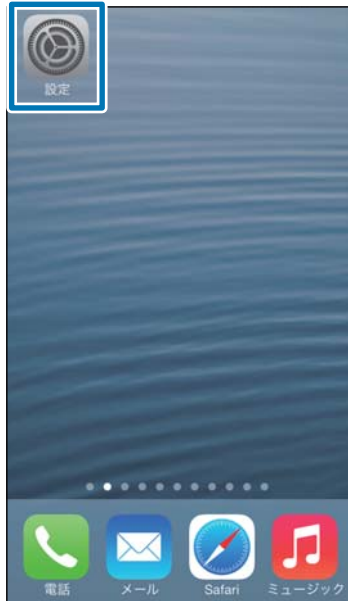
- 3 [ペアリング解除] をタップします。



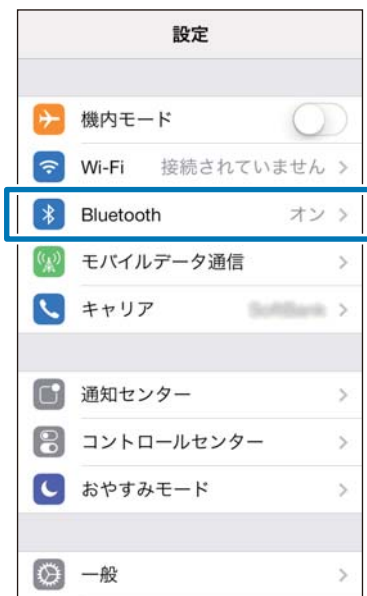
- 4 ペアリング解除の情報を確認して、[OK] をタップします。



5 iPhone で設定をタップします。



6 [Bluetooth] をタップします。



7 [SF Series] の [i] マークをタップします。

iOS6 ではアイコンが異なります。



8 [このデバイスの登録を解除] をタップします。



9 「デバイスの登録を解除」をタップします。



本体での操作

操作するボタン



- 1 メニューの「スマートフォン」を選択します。
ご使用の機種によって操作方法が異なります。いずれかの操作をしてメニューの「スマートフォン」を選択してください。

SF-110 をご使用の場合

1. 時計画面で【D】を押して【メニュー】を表示する。
2. 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。



SF-110 以外の機種をご使用の場合

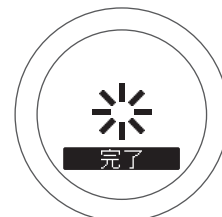
1. 時計画面で【B】を長押しして【各種設定】メニューを表示する。
2. 【C】または【D】で【通信設定】を選択して【A】で決定する。
3. 【C】または【D】で【スマートフォン】を選択して【A】で決定する。



- 2 「登録解除」を選択します。
【C】 / 【D】で選択して、【A】で決定してください。



- 3 通信設定を完了します。
【A】を押してください。



- 4 設定を完了します。
【A】を長押ししてください。
時計画面に戻ります。

本製品に関するお問い合わせ先

●製品に関するご質問・ご相談先(インフォメーションセンター)

製品に関するご質問・ご相談に電話でお答えします。

【電話番号】 050-3155-8280

*上記電話番号をご利用できない場合は、042-585-8590 へお問い合わせください。

*記載の内容は予告無く変更になる場合がございます。

受付時間等、最新の情報はエプソンのホームページをご確認ください。<http://www.epson.jp/support/>

●修理品送付先

下記修理センターまでご送付ください。

ウオッチ・ウェアラブル修理センター

【所在地】 〒191-8501 東京都日野市日野421-8 セイコーエプソン(株)

【電話番号】 042-847-3378

*記載の内容は予告無く変更になる場合がございます。

受付時間等、修理について最新の情報は、エプソンのホームページでご確認ください。

<http://www.epson.jp/support/>

●引取修理サービス(ドアto ドアサービス)に関するお問い合わせ

引取修理サービス(ドアto ドアサービス)とはお客様のご希望日に、ご指定の場所へ、指定業者が修理品をお引取りにお伺いし、修理完了後弊社からご自宅へお届けする有償サービスです。*梱包は業者が行います。

【電話番号】 050-3155-7150

上記電話番号をご利用できない場合は、0263-86-9995 へお問い合わせください。

*記載の内容は予告無く変更になる場合がございます。

受付時間等、引取修理サービス(ドアto ドアサービス)について最新の情報は、エプソンのホームページでご確認ください。<http://www.epson.jp/support/>

●オプション品・消耗品ご購入

お近くのエプソン商品取扱店及びエプソンダイレクト(ホームページアドレス <http://www.epson.jp/shop/> または通話料無料 0120-956-285)でお買い求めください。

WGPS 2017.3

GPS Sports Monitor

WristableGPS

<http://www.epson.jp/support/>

