

# EPSON

GPS Sports Monitor

## WristableGPS

MZ-500 《ファームウェア Ver.02.00.00 以降》

### ナビゲーション機能ガイド

トレッキングの計画～振り返り



# 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、必ず同梱のクイックガイドと合わせて、電子マニュアル「ユーザーズガイド」「ナビゲーション機能ガイド（本書）」「スマートフォン活用ガイド」をお読みください。製品同梱のクイックガイドは、不明な点をいつでも解決できるように、すぐに取り出して見られる場所に保管してください。

## ナビゲーション機能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。本書の内容に従わず誤った取扱いをすると、本製品の故障や、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]	本製品の画面に出てくるメニュー項目を示しています。
[A] / [B] / [C] / [D] / [E]	本製品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。
- Windows は米国 Microsoft Corporation の米国およびその他の国における登録商標です。
- macOS および OS X は、米国および他の国々で登録された Apple Inc.の商標です。
- 「ヤマレコ」は、株式会社ヤマレコの登録商標であり、株式会社ヤマレコが運営する登山専用ソーシャルネットワークサービスです。
- 「山と自然ネットワーク コンパス」は、インフカム株式会社の登録商標であり、公益社団法人日本山岳ガイド協会とインフカム株式会社が企画・開発した登山者向け山岳情報ネットワークサービスです。
- 本製品に内蔵されている百名山ルートには、©昭文社「山あるきデータ」の「日本百名山おすすめ登山コース」を使用しています。
- 百名山ルートの作成にあたっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の基盤地図情報を使用しています。(承認番号 平 27 情使、第 68 号)
- 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。
- 本製品を使用したことにより発生した、お客様本人及び第三者のいかなる損害に対しても、弊社はその責任を負いかねます。お客様の責任でご使用ください。
- 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。

## ナビゲーション機能を使用するにあたってのご注意

- トレッキング中は本製品を注視しないでください。転倒や滑落の危険があります。  
ご使用の際は周囲の安全にご注意ください。
- GPS 機能やセンサー機能によってデータを計測しています。GPS 受信状況や気圧/温度の急激な変化により、ルート/距離/ペースなどの計測値が正確に表示されないことがありますので、ご注意ください。
- 本製品を強力な磁気を発する機器の近くや磁場の強い場所で使用すると、現在地情報/距離/方位などの計測に誤差が生じたり、計測不能になったりすることがありますので、ご注意ください。
- 本製品が表示するデータ及びインストール済みのトレッキングコースデータは、実際の緯度、経度、標高と異なることがあります。安全上、コンパスや地図などを携帯してください。
- トレッキング後は、データをすみやかに Web アプリケーションにアップロードしてください。

## マニュアルの記載内容について

本マニュアルは以下のアプリケーション及びファームウェアのバージョンに基づき記載しています。

- NeoRun Ver.4.5.5
- MZ-500 ファームウェア Ver.02.10.02
- Epson Run Connect for Trek (Android) Ver.1.2.1
- Epson Run Connect for Trek (iOS) Ver.1.2.2

## マニュアルで使用しているイラスト・画面について

- 本体イラスト…MZ-500B、MZ-500S
- 本体画面…ファームウェア Ver.02.00.00

### 参考

以下のモデルの画面は、ご購入時の白黒の表示が、本マニュアル記載の画面と反転しています。

- MZ-500L
- MZ-500Y
- MZ-500MS

画面表示の切り替えについて、詳しくは電子マニュアル「ユーザーズガイド」をご覧ください。

## やりたいことから探す

やりたいこと	方法/参照先
計画を作成したい	<p>計画は Web アプリケーション（NeoRun）を使って、以下の方法で作成できます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">🔗 「地図から新しいルートを作成する」 15 ページ</a></li> <li><a href="#">🔗 「GPX から読み込んだルートを利用する」 23 ページ</a></li> <li><a href="#">🔗 「NeoRun にアップロードしたルートを利用する」 25 ページ</a></li> <li><a href="#">🔗 「「ヤマレコ」で作成した計画を NeoRun に取り込む」 26 ページ</a></li> </ul>
作成した計画を本製品に書き込みたい	<p>作成した計画は、PC/スマートフォンアプリケーション「Epson Run Connect for Trek」で本製品に書き込みます。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• パソコンの場合 <ul style="list-style-type: none"> <li><a href="#">🔗 「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ</a></li> </ul> </li> <li>• スマートフォンの場合 <p>詳しくは、電子マニュアル「スマートフォン活用ガイド」をご覧ください。</p> </li> </ul>
過去に行ったルートをもう一度使いたい	<p><a href="#">🔗 「履歴ルート」 12 ページ</a></p>
日本百名山のおすすめコースを使いたい	<p><a href="#">🔗 「百名山ルート」 12 ページ</a></p>
本製品でナビゲーション機能を使いたい	<p>本体画面でルートなどを確認しながら、目的値までのナビゲーションができます。</p> <p><a href="#">🔗 「ルートナビゲーションを使う」 33 ページ</a></p>
今まで歩いてきたルートを戻りたい	<p><a href="#">🔗 「トラックバックを使う」 36 ページ</a></p>
登録した地点に向かいたい	<p><a href="#">🔗 「ウェイポイントによるナビゲーション」 39 ページ</a></p>

# ナビゲーション機能の概要

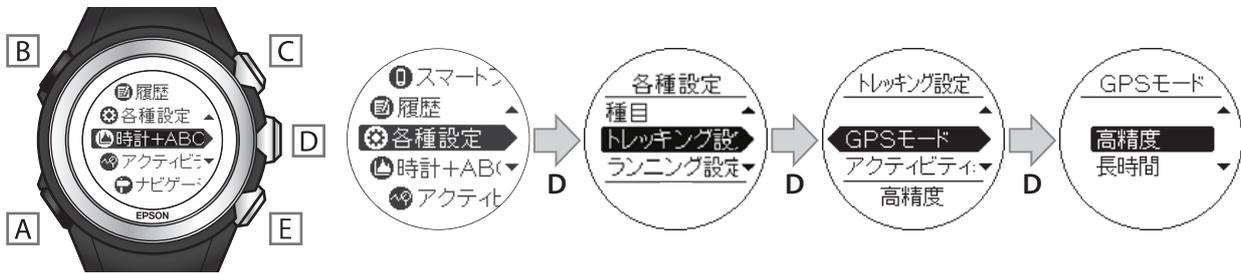
本製品に搭載されているナビゲーション機能の概要について説明します。

## ！重要

本製品が表示するナビゲーションデータは、実際の緯度、経度、標高と異なることがあります。安全上、コンパスや地図などを携帯してください。

## 参考

- ナビゲーション機能は、[高精度] モードで使用します。[A] > [各種設定] > [トレッキング設定] > [GPSモード] で [高精度] を選択し、[D] で決定してください。



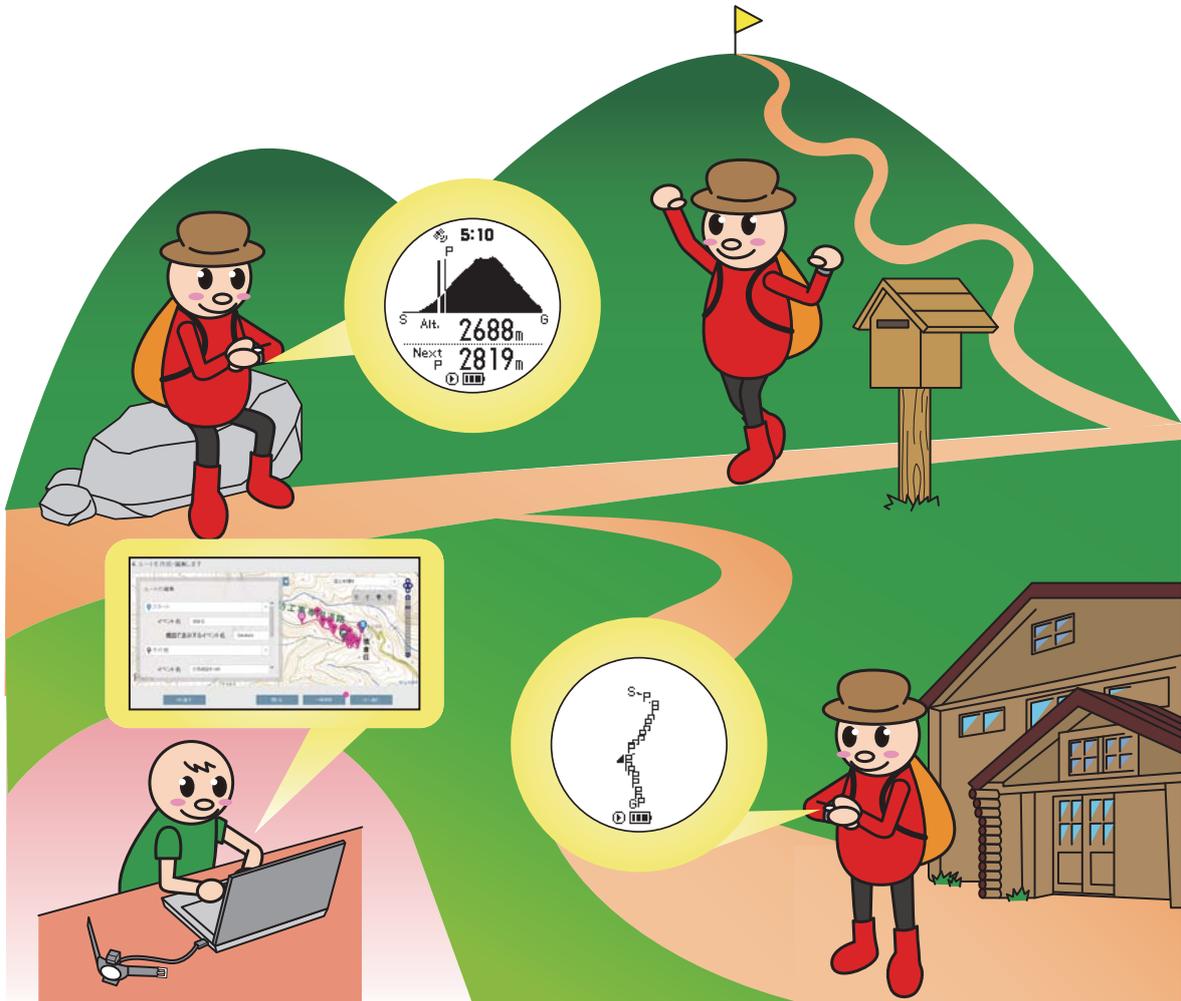
- ナビゲーション機能がいくつかありますが、2つ以上の機能を併用できません。

概要については、以下のページをご覧ください。

- [「ルートナビゲーション」 6 ページ](#)
- [「ルートナビゲーション \(トラックバック\)」 7 ページ](#)
- [「その他のナビゲーション」 7 ページ](#)

## ルートナビゲーション

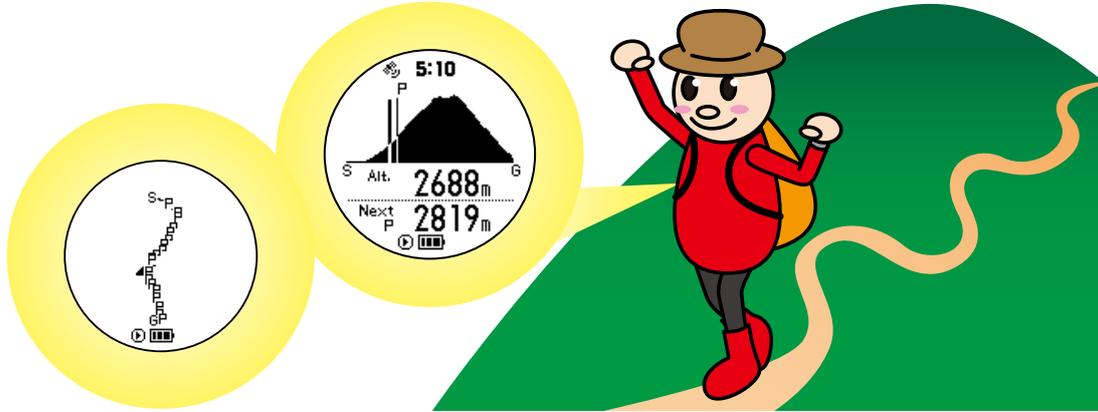
本製品で記録（ログ）したルートや、Web アプリケーション（NeoRun）から取り込んだルートをもとに、目的地までのナビゲーションをする機能です。



[🔗 「ルートナビゲーション」 10 ページ](#)

## ルートナビゲーション（トラックバック）

直前に記録（ログ）したルートを使用して、現在地から出発地点に戻るルートをナビゲーションできます。

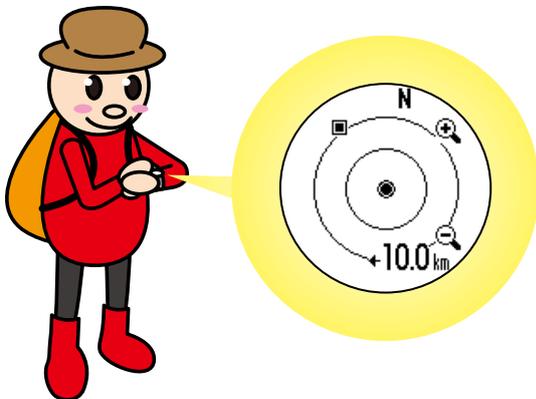


[🔗 「トラックバックを使う」 36 ページ](#)

## その他のナビゲーション

### ウェイポイントによるナビゲーション

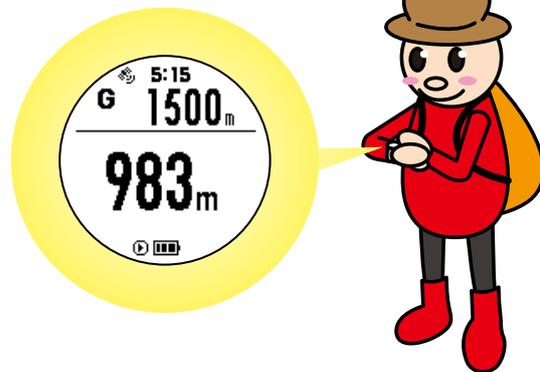
マーキング機能で登録した位置情報（ウェイポイント）をもとに、ウェイポイントまでの標高、距離、方向を確認できます。



[🔗 「ウェイポイントによるナビゲーション」 39 ページ](#)

### 目標標高

目標とする標高と、現在地の標高を確認できます。



[🔗 「目標標高」 42 ページ](#)

# もくじ

---

## はじめに

---

やりたいことから探す .....	4
------------------	---

---

## ナビゲーション機能の概要

---

ルートナビゲーション .....	6
ルートナビゲーション（トラックバック） .....	7
その他のナビゲーション .....	7

---

## ルートナビゲーション

---

ルートナビゲーション機能の操作の流れ .....	11
トレッキングで使用するルートの種類 .....	12
計画ルート .....	12
履歴ルート .....	12
百名山ルート .....	12
計画ルートを準備する .....	13
計画ルート作成の流れ .....	13
NeoRun を起動する .....	14
計画ルートを作成する .....	15
計画ルートを本製品に書き込む .....	30
本製品でルート情報を確認する .....	32
ルートナビゲーションを使う .....	33
トラックバックを使う .....	36

---

## その他のナビゲーション

---

ウェイポイントによるナビゲーション .....	39
ウェイポイントを登録する .....	39
ウェイポイント情報を確認する .....	39
ウェイポイントによるナビゲーションを使う .....	40
目標標高 .....	42

---

## Web アプリケーション「NeoRun」でのデータ管理

---

データのアップロード .....	45
データの確認 .....	47
ヤマレコへのアップロード .....	47

## もくじ

手動でアップロードする .....	47
自動でアップロードする .....	48

---

## 付録

---

マニュアルについて .....	50
紙マニュアル .....	50
電子マニュアル .....	50
参考情報 .....	50
本製品に関するお問い合わせ先 .....	51

---

# ルートナビゲーション

---

本製品では記録（ログ）したルートや、GPX ファイルから取り込んだルートなどをもとに、目的地までのナビゲーションができます。

ここでは、パソコンを使用したナビゲーションルートの設定、ナビゲーション画面の見方/操作方法を説明しています。

 [「ルートナビゲーション機能の操作の流れ」 11 ページ](#)

 [「ルートナビゲーション機能の操作の流れ」 11 ページ](#)

 [「計画ルート」 12 ページ](#)

 [「履歴ルート」 12 ページ](#)

 [「百名山ルート」 12 ページ](#)

 [「計画ルートを準備する」 13 ページ](#)

 [「計画ルート作成の流れ」 13 ページ](#)

 [「NeoRun を起動する」 14 ページ](#)

 [「計画ルートを作成する」 15 ページ](#)

 [「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ](#)

 [「本製品でルート情報を確認する」 32 ページ](#)

 [「ルートナビゲーションを使う」 33 ページ](#)

 [「トラックバックを使う」 36 ページ](#)

## 参考

パソコン画面のキャプチャーには、以下を使用しています。

- Windows®画面  
Microsoft® Windows® 7  
（使用ブラウザ）Internet Explorer® 11
- macOS 画面  
OS X Mavericks

# ルートナビゲーション機能の操作の流れ

ここでは、ルートナビゲーション機能を使用するために、出発前の準備からトレッキングをして、トレッキング後までの操作の流れを説明しています。

**出発前（自宅で）**

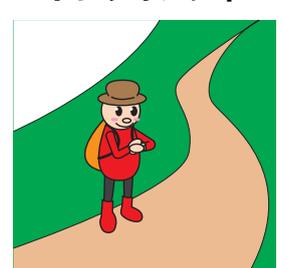


**トレッキングで使用するルートを準備しましょう。**  
本製品では以下3種類のルートが使用できます。

- 計画ルート  
Web アプリケーション（NeoRun）を使用して作成します。「ヤマレコ」で作成した山行計画や、外部ウェブサイトから取得した GPX ファイルを利用することもできます。
- 履歴ルート  
本製品で記録（ログ）したルートを使用します。
- 百名山ルート  
©昭文社「山あるきデータ」の「日本百名山おすすめ登山コース」が本製品に内蔵されています。

使用するルートによって、事前の準備が必要です。以下のページを参照してください。  
[「トレッキングで使用するルートの種類」12 ページ](#)

**トレッキング中**



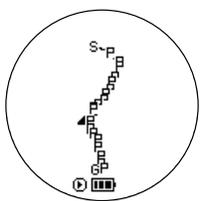
**ルートナビゲーション機能を使ってみましょう。**

- 標高グラフでは、トレッキングルートのスタートからゴールまでの標高の変化を表示します。現在地と次のポイントの標高を確認できます。
- 平面ルートでは、トレッキングルートのスタートからゴールまでのルートを平面図で表示します。現在地も確認できます。画面は拡大、縮小できます。



標高グラフ

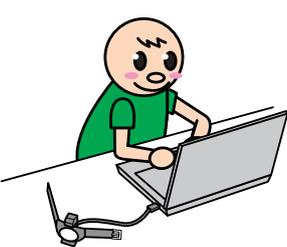
➔



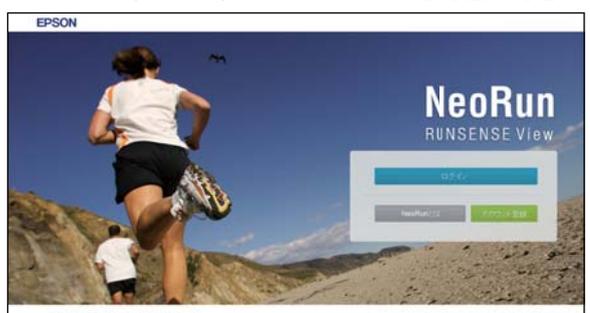
平面ルート

[「ルートナビゲーションを使う」33 ページ](#)  
上記ページは、印刷し、トレッキングに持参することをおすすめします。

**トレッキング後（自宅で）**



**記録したトレッキングデータを Web にアップロードしましょう。**  
本製品は、トレッキングのルート、距離、タイム、標高差、歩数などの記録したデータを、Web アプリケーション（NeoRun）にアップロードして管理できます。



[「Web アプリケーション「NeoRun」でのデータ管理」44 ページ](#)

## トレッキングで使用するルートの種類

本製品のルートナビゲーション機能で使用できるルートは以下の3種類です。

---

### 計画ルート

計画ルートは、Web アプリケーション (NeoRun) を使用して作成します。作成した計画ルートは、本製品へ書き込み、ナビゲーションに使用できます。計画ルートの作成には、以下の4つの方法があります。

- 地図から新しいルートを作成する  
NeoRun の地図上でポイントをつないで、ルートを新規に作成します。
- GPX から読み込んだルートを利用する  
NeoRun に取り込んだ GPX ファイルを利用して、ルートを作成します。
- NeoRun にアップロードしたルートを利用する  
本製品で記録 (ログ) し、NeoRun にアップロードしたトレッキング結果を利用して、ルートを作成します。
- 「ヤマレコ」で作成した計画を NeoRun に取り込む  
登山専用のコミュニティサイト「ヤマレコ」で作成した山行計画を NeoRun に取り込み、ルートを作成します。  
スマートフォンでも山行計画を取り込むことができます。詳しくは、電子マニュアル「スマートフォン活用ガイド」をご覧ください。

以下のページへ進み、計画ルートを作成しましょう。

[🔗 「計画ルートを準備する」 13 ページ](#)

#### 参考

Web アプリケーション (NeoRun) のヘルプでも、計画ルートの作成方法を説明しています。  
[https://go-wellness.epson.com/neo-run/contents/JP/help\\_ja.html?ver=4.40#howToCreatePlan](https://go-wellness.epson.com/neo-run/contents/JP/help_ja.html?ver=4.40#howToCreatePlan)

---

### 履歴ルート

本製品で記録 (ログ) したルートを使用して、ナビゲーションをします。

以下のページへ進み、使用するルートを確認しましょう。

[🔗 「本製品でルート情報を確認する」 32 ページ](#)

使用するルートの確認後、ルートナビゲーション機能を使ってみましょう。

[🔗 「ルートナビゲーションを使う」 33 ページ](#)

---

### 百名山ルート

本製品には、©昭文社「山あるきデータ」の「日本百名山おすすめ登山コース」が内蔵されています。

以下のページへ進み、使用するルートを確認しましょう。

[🔗 「本製品でルート情報を確認する」 32 ページ](#)

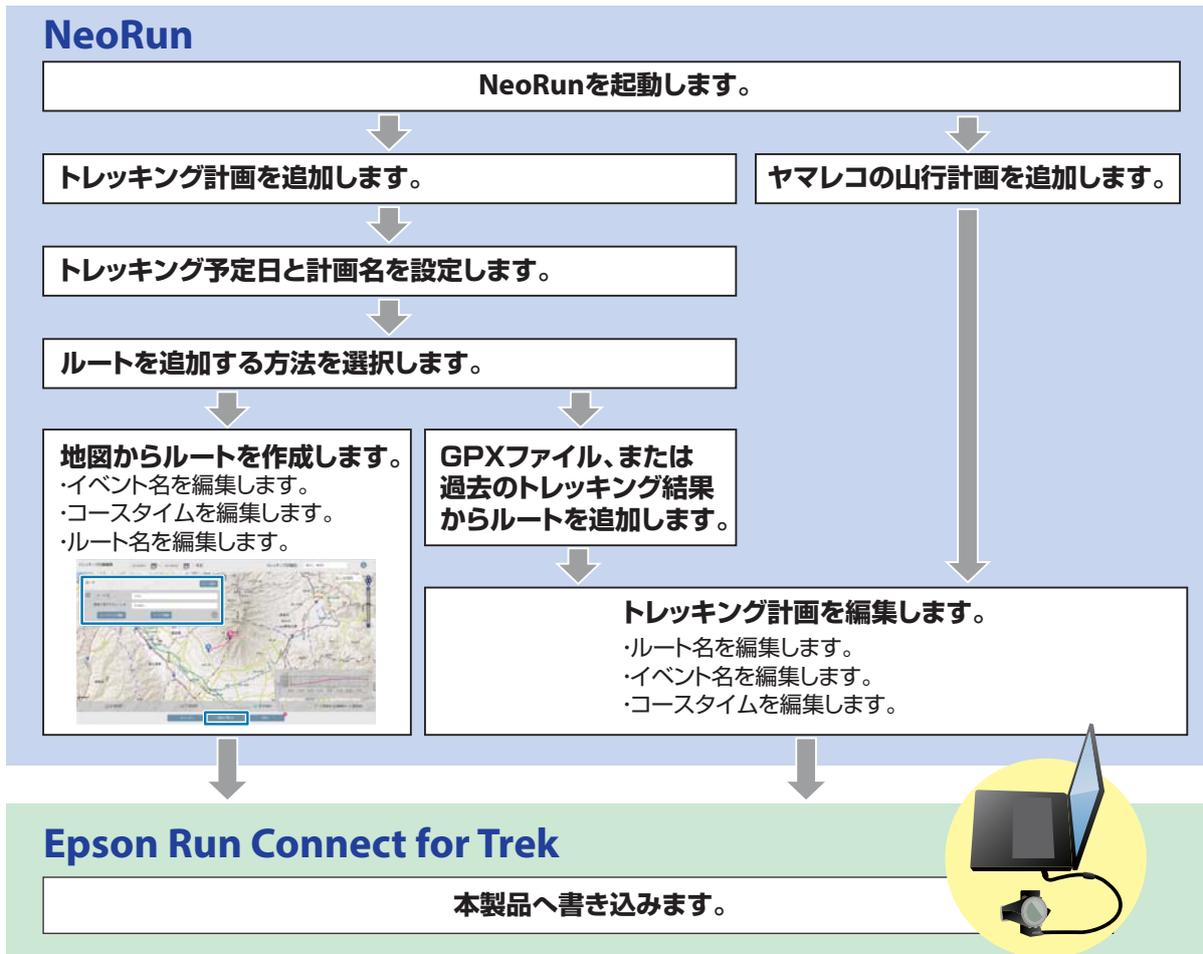
使用するルートの確認後、ルートナビゲーション機能を使ってみましょう。

[🔗 「ルートナビゲーションを使う」 33 ページ](#)

## 計画ルートを準備する

Web アプリケーション（NeoRun）で作成したトレッキングの計画ルートや、「ヤマレコ」を使って作成した山行計画を、本製品へ書き込みできます。書き込んだ計画ルートは、本製品でのナビゲーションに使用できます。

### 計画ルート作成の流れ



## NeoRun を起動する

計画ルートを作成するときに、Web アプリケーション (NeoRun) が必要になります。



以下のいずれかの方法で起動してください。

- 🔗 [「Web サイトにアクセスする」14 ページ](#)
- 🔗 [「Epson Run Connect for Trek のアイコンから起動する」14 ページ](#)
- 🔗 [「Epson Run Connect for Trek から起動する」14 ページ](#)

### ■Web サイトにアクセスする

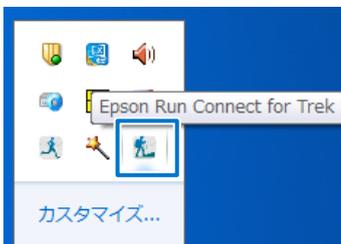
<https://go-wellness.epson.com/neo-run/>

NeoRun のログイン画面が表示されます。

### ■Epson Run Connect for Trek のアイコンから起動する

#### Windows® の場合

タスクバーに登録されている Epson Run Connect for Trek のアイコンを右クリックして、[NeoRun 起動] を選択します。



#### macOS の場合

メニューバーに登録されている Epson Run Connect for Trek のアイコンをクリックして、[NeoRun] を選択します。



### ■Epson Run Connect for Trek から起動する

- 1 本体をセットしたクレードルをパソコンに接続します。

セット方法は以下をご覧ください。

🔗 [「データのアップロード」45 ページ](#)

- 2 [NeoRun] をクリックします。



Web アプリケーション (NeoRun) が起動し、ダッシュボード画面が表示されます。

## 計画ルートを作成する

### ！重要

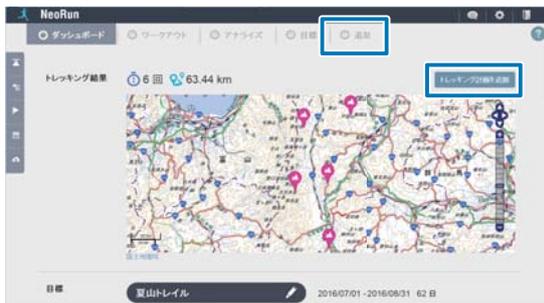
計画ルート作成中は、こまめに保存してください。  
保存していない状態が30分以上続くとタイムアウトになり、正しく保存されません。

## 地図から新しいルートを作成する

### 1 NeoRun を起動します。

[「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

### 2 【追加】 タブまたは 【トレッキング計画を追加】 をクリックします。

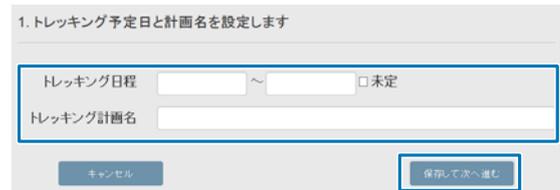


### 3 B の 【追加】 をクリックします。



### 4 【トレッキング日程】 と 【トレッキング計画名】 を入力して、【保存して次へ進む】 をクリックします。

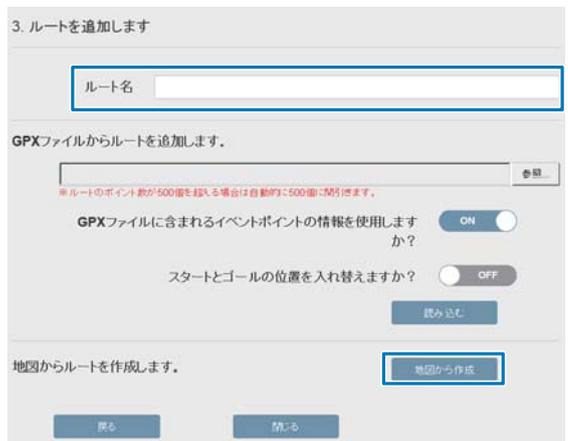
【未定】 をチェックすると、トレッキング日程を保留にすることができますが、なるべく日付を入力することをおすすめします。【未定】 をチェックした計画ルートを本製品に書き込むことはできません。



### 5 【作成】 をクリックします。



### 6 【ルート名】 を入力して、【地図から作成】 をクリックします。



地図が表示されます。

## 7 ルートを作成・編集します。

ルートの作成には、ルートポイントとイベントポイントを使用します。

### ルートポイント とは

点と点の間を結ぶことによってルートを作成します。その点のことをルートポイントと言います。1つのルートにつき、最大 500 個使用できます。

### イベントポイント とは

任意のルートポイントに、イベントの種類（スタート/ゴール/山頂/食事/休憩など）を登録できます。イベントの種類を登録したポイントのことを、イベントポイントと言います。1つのルートにつき、最大 50 個使用できます。

### アイコンについて

	
	ルートポイントを追加して、ルートを作成したり変更したりできます。
	ルートポイントを削除して、ルートを変更できます。
	任意のルートポイントをイベントポイントに変更し、イベントの種類を登録できます。
	イベントポイントの設定を解除し、ルートポイントに戻すことができます。

#### 参考

計画ルートの作成には、他にも以下の3つの方法があります。

[「GPX から読み込んだルートを利用する」 23 ページ](#)

[「NeoRun にアップロードしたルートを利用する」 25 ページ](#)

[「「ヤマレコ」で作成した計画を NeoRun に取り込む」 26 ページ](#)

いずれの方法でも、ルートを編集するとき（ルートポイントの追加・削除、イベントポイントの種類の変更）は、本手順をご覧ください。

## ルートポイントの追加

ルートポイント追加アイコン  をクリックして、黒く表示させます。



スタートとする地点をクリックします。クリックした地点にルートポイントが表示されます。直前に追加したルートポイントは  で表示されます。



次の通過する地点をクリックします。クリックした地点にルートポイントが追加され、直前に追加したルートポイントと線につながります。



上記を繰り返して、スタート地点、山頂など、ゴール地点までのルートを作成します。

#### 参考

- イベントポイント（経由地点）や分岐点だけでなく、トレッキングルートの曲線に従って細かくルートポイントを追加すると、曲線に沿ったルートが作成できます。

- ポイントの登録可能件数
  - ルートポイント: 500 件/1 ルート
  - イベントポイント: 50 件/1 ルート

### ルートポイントの削除

ルートポイント削除アイコン  をクリックして、黒く表示させます。



↓ 削除するルートポイントをクリックします。



↓ クリックしたルートポイントが削除されました。



### ルートの途中にルートポイントを追加する

ルートポイント追加アイコン  をクリックして、黒く表示させます。



↓ 追加する地点の直前のルートポイントをクリックします。クリックしたルートポイントに  が表示されます。



↓ 追加したい地点をクリックします。ルートポイントが追加され、ルートが変更されました。



### ルートポイントをイベントポイント（経由地点）に変更する

追加したルートポイントは、単に通過点を示しているだけで、山頂、宿泊、休憩、食事など経由地点としての情報は持っていません。経由地点として表示するためには、ルートポイントをイベントポイントに変更してください。

**！重要**

ルートには、スタートとゴールを含めて、3点以上のイベントポイントが必要です。イベントポイントが3点以上設定されていないと、ルートを本製品に書き込むことができません。

イベントポイント追加アイコン  をクリックして、黒く表示させます。  
（スタート）と （ゴール）のイベントポイントが表示されます。



 山頂、宿泊、休憩、食事などイベントポイントに変更したいルートポイントをクリックします。



 イベントポイントは  で表示されます。また、画面左にイベントが「その他」として追加されますので、一覧からイベントの種類を選択します。



 イベント名を入力します。



イベント名	NeoRun 上に表示されます。
機器で表示するイベント名	本体画面に表示されません。32文字以内の半角英数字で入力します。

### イベントポイント（経由地点）の設定を解除する

イベントポイント削除アイコン  をクリックして、黒く表示させます。



 設定を解除したいイベントポイントをクリックします。



 イベントポイントの設定が解除され、画面左のイベントも削除されます。



**8** ルートポイントの追加とイベントポイントへの変更が終了したら、[次へ進む] をクリックします。



**9** [コースタイム] を適宜編集して、[保存して次へ進む] をクリックします。



**10** トレッキング計画編集画面が表示されます。  
[機器で表示するルート名] を適宜編集して、  
[保存して閉じる] をクリックします。

[機器で表示するルート名] は半角英数字で入力してください。



トレッキング計画編集画面については、次のページをご覧ください。

[「トレッキング計画編集画面について」21ページ](#)

#### 参考

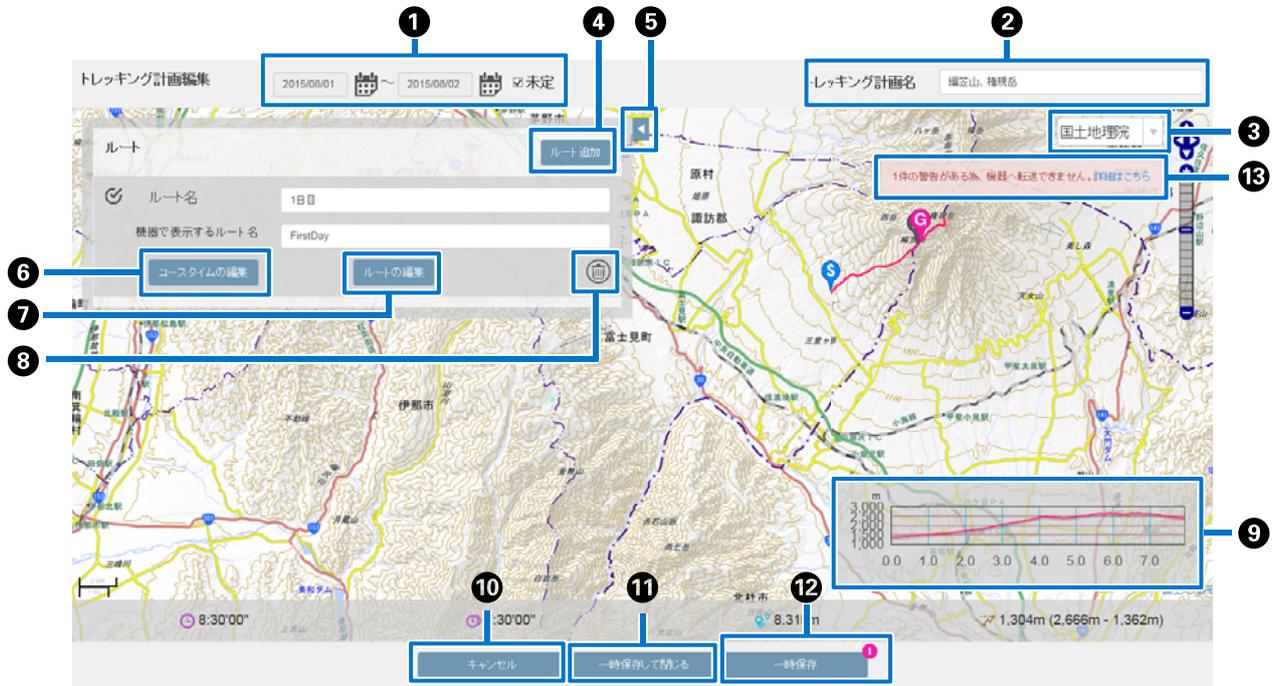
- 作成したルートにエラーがある場合、画面右に警告が表示されます。この警告表示が出ているルートは、本製品に書き込むことができません。内容を確認して、正しく設定してください。
- 警告が表示されていても、[一時保存して閉じる] をクリックして保存できますが、本製品に書き込むことはできません。

この後は、作成した計画ルートを、本製品に書き込みます。以下のページをご覧ください。

 [「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ](#)

## トレッキング計画編集画面について

トレッキング計画編集画面では、読み込んで編集したルートの内容を確認し、必要に応じて再編集することができます。編集する計画のワークアウト詳細画面で、 をクリックして表示できます。



①	トレッキング日程	トレッキング日程を編集します。本製品に書き込むときは、[未定]のチェックを外してください。
②	トレッキング計画名	トレッキング計画の名前を編集します。
③	地図の種類	ルートを表示する地図の種類 (国土地理院、MapQuest、Bing Maps) を選択します。
④	ルート追加	別のルートを作成します (1つの計画に対して、複数のルートを作成できます)。
⑤	 (閉じる)	ルート名の編集画面を閉じて、地図だけを表示します。
⑥	コースタイムの編集	スタートやゴールなどの時刻を変更できます。
⑦	ルートの編集	ルート/イベント名を編集します。
⑧	 (削除)	ルートを削除します。
⑨	標高グラフ	ルートの標高変化を確認できます (Bing Mapsの標高データを使用しています)。
⑩	キャンセル	編集を保存せずに、画面を閉じます。
⑪	保存して閉じる/一時保存して閉じる	編集を保存して、画面を閉じます。
⑫	保存/一時保存	編集を保存します。

## ルートナビゲーション

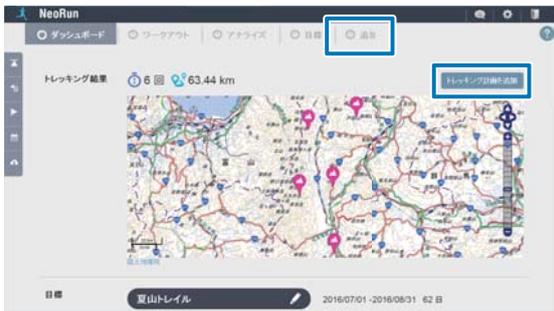
13	X件の警告がある為、機器へ転送できません。	作成した計画ルートに未入力または入力不備があると表示されます。このメッセージが表示されたままでも、NeoRunに保存することはできますが、本製品に書き込むことはできません。メッセージをクリックしてエラーの内容を確認し、エラーを解決してください。
----	-----------------------	--

## GPX から読み込んだルートを利用する

**1** 外部の Web サイトからルートを取得します。  
本製品に取り込めるルート情報のファイル形式は GPX です。登山者向けコミュニティサイトなどで公開されているルート（GPX ファイル）をダウンロードしてください。

**2** NeoRun を起動します。  
[「NeoRun を起動する」 14 ページ](#)

**3** [追加] タブまたは [トレッキング計画を追加] をクリックします。



**4** B の [追加] をクリックします。



**5** [トレッキング日程] と [トレッキング計画名] を入力して、[保存して次へ進む] をクリックします。

[未定] をチェックすると、トレッキング日程を保留にすることができますが、なるべく日付を入力することをおすすめします。[未定] をチェックした計画ルートを本製品に書き込むことはできません。

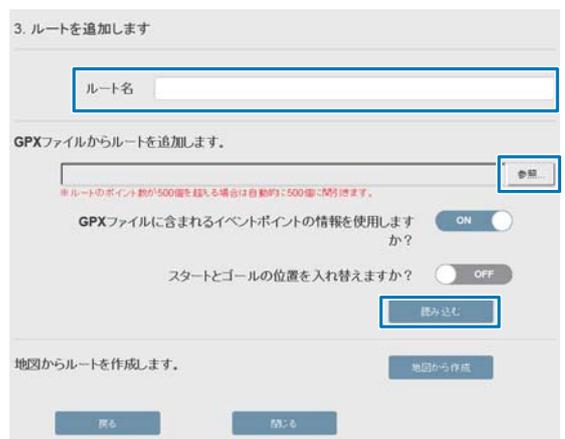


**6** [作成] をクリックします。



**7** [ルート名] を入力し、外部ルート（GPX ファイル）を選択して、[読み込む] をクリックします。

GPX ファイルは、[参照] をクリックして読み込んでください。



GPX ファイル読み込み時に以下の設定もできます。

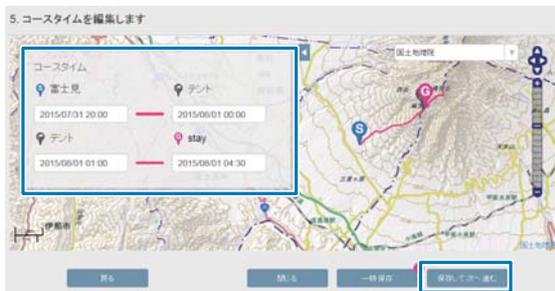
GPX ファイルに含まれるイベントポイントの情報を使用しますか？	[OFF] の場合は、イベントポイント（経由地点）の有無にかかわらず、イベントポイントの情報が無いルートを作成します。
スタートとゴールの位置を入れ替えますか？	[ON] の場合は、GPX ファイルからルートを追加する際に、スタート地点とゴール地点を逆転します。

**8** 読み込んだルートのイベント名（スタート地点/経由地点/ゴール地点）を適宜編集して、[次へ進む] をクリックします。



イベント名	NeoRun 上に表示されます。
機器で表示するイベント名	本体画面に表示されます。32 文字以内の半角英数字で入力します。

**9** [コースタイム] を適宜編集して、[保存して次へ進む] をクリックします。



**10** トレッキング計画編集画面が表示されます。[ルート名] と [機器で表示するルート名] を適宜編集して、[保存して閉じる] をクリックします。

[機器で表示するルート名] は半角英数字で入力してください。



トレッキング計画編集画面については、以下のページをご覧ください。

[「トレッキング計画編集画面について」21 ページ](#)

**参考**

- 作成したルートにエラーがある場合、画面右に警告が表示されます。この警告表示が出ているルートは、本製品に書き込むことができません。内容を確認して、正しく設定してください。
- 警告が表示されていても、[一時保存して閉じる] をクリックして保存できますが、本製品に書き込むことはできません。

この後は、作成した計画ルートを、本製品に書き込みます。以下のページをご覧ください。

[「計画ルートを本製品に書き込む」30 ページ](#)

以下の項目も編集できます。

- ルートポイントの追加・削除
- イベントポイントの種類の変更

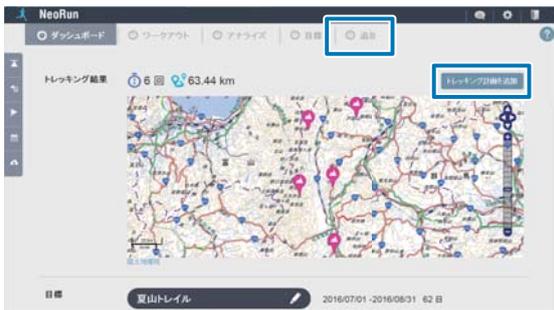
ルートの編集方法は、以下の手順 **7** をご覧ください。  
[「地図から新しいルートを作成する」15 ページ](#)

## NeoRun にアップロードしたルートを利用する

1 NeoRun を起動します。

[「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

2 [追加] タブまたは [トレッキング計画を追加] をクリックします。



3 B の [追加] をクリックします。



4 [トレッキング日程] と [トレッキング計画名] を入力して、[保存して次へ進む] をクリックします。

[未定] をチェックすると、トレッキング日程を保留にすることができますが、なるべく日付を入力することをおすすめします。[未定] をチェックした計画ルートを本製品に書き込むことはできません。

1. トレッキング予定日と計画名を設定します

トレッキング日程  ~   未定

トレッキング計画名

5 [一覧から選択] をクリックします。



6 追加するルートを選択して、[保存して次へ進む] をクリックします。



### 参考

[スタートとゴールの位置を入れ替える] が [ON] の場合は、GPX ファイルからルートを追加する際に、スタート地点とゴール地点を逆転します。

7 トレッキング計画編集画面が表示されます。  
[ルート名] と [機器で表示するルート名] を適宜編集して、[保存して閉じる] をクリックします。



トレッキング計画編集画面については、以下のページをご覧ください。

[「トレッキング計画編集画面について」21 ページ](#)

**参考**

- 作成したルートにエラーがある場合、画面右に警告が表示されます。この警告表示が出ているルートは、本製品に書き込むことができません。内容を確認して、正しく設定してください。
- 警告が表示されていても、[一時保存して閉じる] をクリックして保存できますが、本製品に書き込むことはできません。

この後は、作成した計画ルートを、本製品に書き込みます。以下のページをご覧ください。

[🔗 「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ](#)

以下の項目も編集できます。

- ルートポイントの追加・削除
- イベントポイントの種類の変更

ルートの編集方法は、以下の手順 **7** をご覧ください。

[🔗 「地図から新しいルートを作成する」 15 ページ](#)

## 「ヤマレコ」で作成した計画を NeoRun に取り込む

「ヤマレコ」の山行計画を NeoRun に取り込み、計画ルートを作成できます。

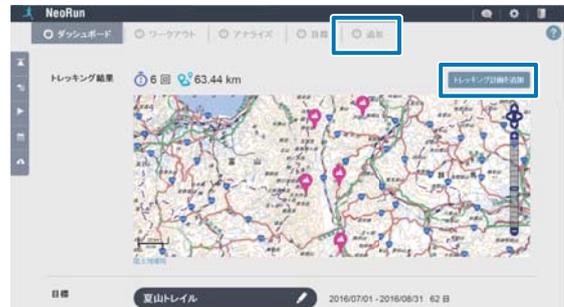
**参考**

- 事前に「ヤマレコ」でのユーザー登録と、山行計画の作成が必要です。
- 「ヤマレコ」の山行計画を、以下の条件で取り込みます。
  - 「ヤマブラ」を利用して作成した計画の場合、「山のデータ」に登録されている地点付近を通るルートポイントが、イベントポイントとして設定されます。
  - 「山のデータ」の分類（山頂、水場など）が設定されていない地点は、イベントポイントとして設定されません。
  - イベントポイントは、1 ルートに、スタートとゴールを含めて最大 50 点まで設定できます。取り込むデータのイベントポイントの数が 50 点を超過している場合は、自動で 50 点以下まで調整されます。

### 1 NeoRun を起動します。

[🔗 「NeoRun を起動する」 14 ページ](#)

### 2 [追加] タブまたは [トレッキング計画を追加] をクリックします。



### 3 C の [追加] をクリックします。



**参考**

- 「ヤマレコ」との連携設定が必要です。  
[🔗 「自動アップロード設定の確認方法」 48 ページ](#)
- 「ヤマレコ」と連携していない場合は、「ヤマレコ」のログイン画面が表示されますので、ログインしてください。

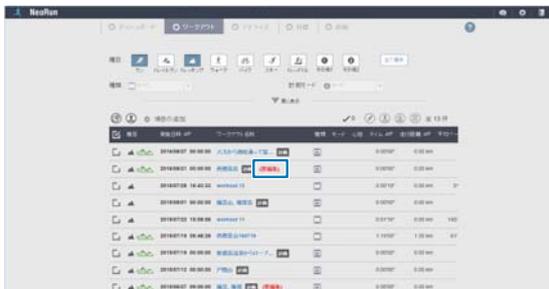
**4** 「ヤマレコ」から NeoRun に追加したい山行計画を選択して、[追加する] をクリックします。



「ヤマレコ」の山行計画が NeoRun に取り込まれ、ワークアウト一覧画面が表示されます。

**5** [要編集] をクリックします。

「ヤマレコ」から取り込んだ山行計画には、 が表示されます。



トレッキング計画編集画面が表示されます。

**6** 以下の項目を必要に応じて編集し、[保存して閉じる] をクリックします。

トレッキング日程	「ヤマレコ」から取り込んだ山行計画の日程が未定の場合は、[トレッキング日程] を入力し、[未定] のチェックを外してください。[未定] をチェックした計画ルートを本製品に書き込むことはできません。
----------	--

機器で表示するルート名	本体画面に表示されます。本製品に登録されている計画ルートと区別できるような名前にしてください。
機器で表示するイベント名	本体画面に表示されます。32文字以内の半角英数字で入力します。他のイベントポイントと区別できるように名前にしてください。
コースタイム	本体画面に表示されます。イベントポイントごとに発着予定時間を設定してください。

トレッキング計画編集画面については、以下のページをご覧ください。

[🔗 「トレッキング計画編集画面について」 21 ページ](#)

**参考**

- 作成したルートにエラーがある場合、画面右に警告が表示されます。この警告表示が出ているルートは、本製品に書き込むことができません。内容を確認して、正しく設定してください。
- 警告が表示されていても、[一時保存して閉じる] をクリックして保存できますが、本製品に書き込むことはできません。

この後は、作成した計画ルートを、本製品に書き込みます。以下のページをご覧ください。

[🔗 「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ](#)

以下の項目も編集できます。

- ルートポイントの追加・削除
- イベントポイントの種類の変更

ルートの編集方法は、以下の手順 **7** をご覧ください。

[🔗 「地図から新しいルートを作成する」 15 ページ](#)

## 作成した計画にルートを追加する

1つの計画につき、複数のルートを作成できます。行きと帰りのルート、1日目と2日目のルートなどの作成にご使用ください。

### 参考

1つの計画につき、最大10のルートを作成できます。

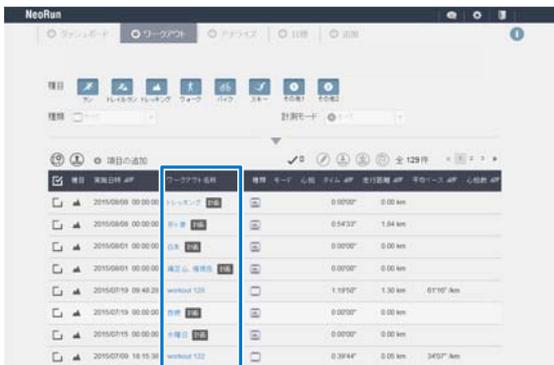
### 1 NeoRun を起動します。

[「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

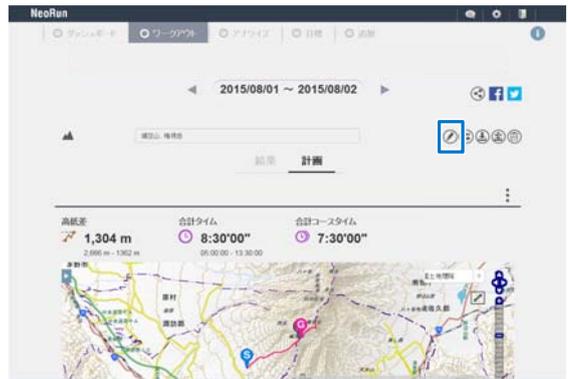
### 2 [ワークアウト] タブをクリックします。



### 3 ルートを追加したい計画（ワークアウト名称）をクリックします。



### 4 編集アイコン をクリックします。



### 5 [ルート追加] をクリックします。



### 6 [ルート名] を入力して、以下のいずれかの方法でルートを作成します。

- 地図から新しいルートを作成する  
[地図から作成] をクリックします。



ルートの作成方法は、以下の手順 **7** をご覧ください。

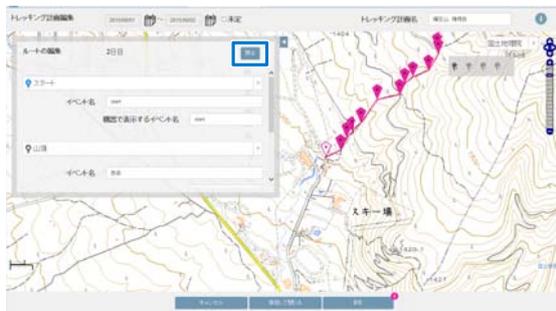
[「地図から新しいルートを作成する」15 ページ](#)

- GPX から読み込んだルートを利用する

GPX ファイルを選択して、[読み込む] をクリックします。



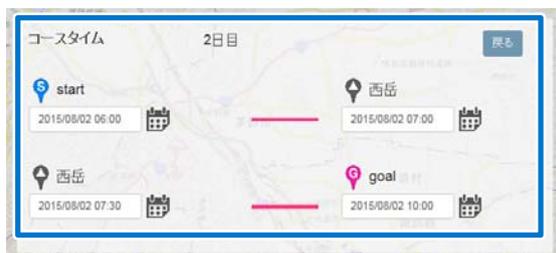
7 作成したルートのイベント名を適宜編集して、[戻る] をクリックします。



8 [コースタイムの編集] をクリックします。



9 [コースタイム] を適宜編集して、[戻る] をクリックします。

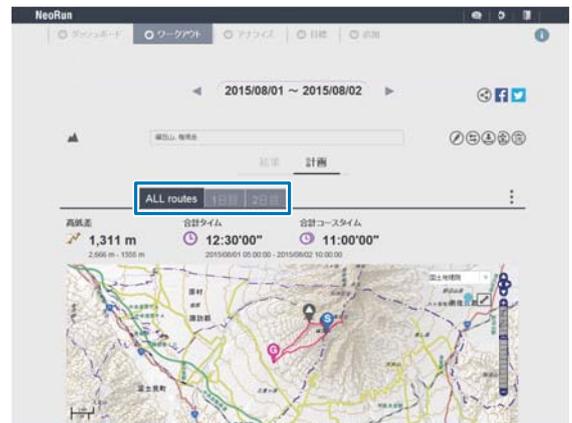


10 [機器で表示するルート名] を適宜編集して、[保存して閉じる] をクリックします。

[機器で表示するルート名] は、半角英数字で入力してください。



1つの計画に2つのルートが作成できました。ルート名タブをクリックして、表示するルートを切り替えてください。



この後は、作成した計画ルートを、本製品に書き込みます。以下のページをご覧ください。

[🔗 「計画ルートを本製品に書き込む」 30 ページ](#)

## 計画ルートを本製品に書き込む

NeoRun で作成した計画ルートを本製品に書き込む方法を説明します。

### 参考

計画ルートはスマートフォンを使って、本製品に書き込むこともできます。詳しくは、電子マニュアル「スマートフォン活用ガイド」をご覧ください。  
<http://www.epson.jp/support/wgps/manual.htm>

- 1 本体をクレードルにセットしてパソコンと接続し、**Epson Run Connect for Trek** を起動します。

### 参考

Epson Run Connect for Trek をインストールしていない場合は、以下の Web サイトにアクセスして、対象商品を選択し、ドライバー・ソフトウェアダウンロードのタブから Epson Run Connect for Trek をダウンロードしてインストールしてください。  
[http://www.epson.jp/support/support\\_menu/ks/121.htm](http://www.epson.jp/support/support_menu/ks/121.htm)

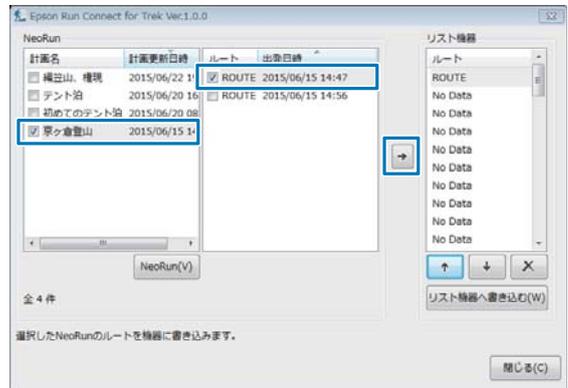
- 2 [計画の書き込み] をクリックします。

ここでは Windows<sup>®</sup> の画面を例に説明しますが、macOS も同様の手順で操作できます。



- 3 書き込むルートを選択します。

[計画名] > [ルート] の順に選択して、矢印アイコンをクリックします。

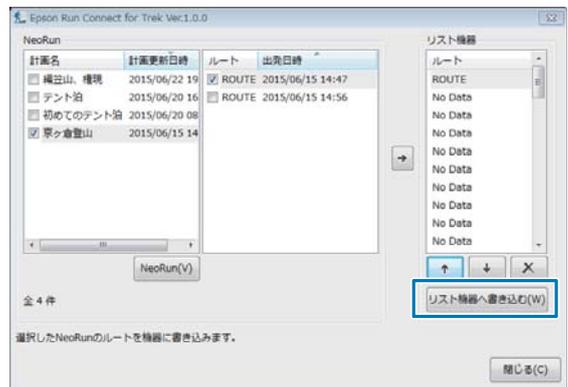


[リスト機器] の [ルート] に、書き込むルートが表示されます。

### 参考

トレッキング日程の [未定] にチェックを入れた計画は、ここに表示されません。その場合は、トレッキング編集画面に戻って、[未定] のチェックを外してください。  
[「トレッキング計画編集画面について」 21 ページ](#)

- 4 [リスト機器へ書き込む] をクリックします。

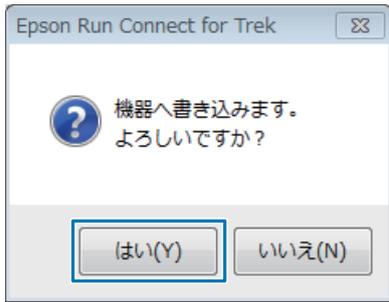


### 参考

以下のボタンでルートの順番を変更/削除できます。

- 選択したルートを 1 つ上に移動します。
- 選択したルートを 1 つ下に移動します。
- 選択したルートを削除します。

**5** [はい] をクリックします。



**!重要**

[はい] をクリックした後、以下の画面が表示されることがあります。ネットワークが利用可能か確認してください。



以上で計画ルートを使用するための設定は完了です。  
次ページへ進み、書き込んだルートを確認してみましょう。

## 本製品でルート情報を確認する

計画ルート、百名山ルート、履歴ルートは、以下の操作で確認できます。  
ここでは、履歴ルートの内容を確認する手順を説明します。

**1** **[A]** (MENU/BACK) を押します。

メニューが表示されます。

**2** **[C]** / **[E]** で [ルート情報] を選択して、**[D]** で決定します。



ルート情報が表示されます。

**3** **[C]** / **[E]** で確認するルートの種類を選択して、**[D]** で決定します。

ここでは、[履歴ルート] を選択します。

**参考**

- NeoRun から書き込んだルートを確認するときは [計画ルート] を選択します。
- 本製品に内蔵の百名山ルートを確認するときは、[百名山ルート] を選択します。

**4** **[C]** / **[E]** で確認するルートを選択して、**[D]** で決定します。

トレッキングデータを記録 (ログ) した日時を参考にして、確認するルートを選択します。

**参考**

- [計画ルート] を選択した場合は、Web アプリケーション (NeoRun) で設定した [機器で表示するルート名] が表示されます。
- [百名山ルート] を選択した場合は、地域 > 山の名前の順に選択します。

**5** **[D]** でルートの概要表示を切り替えて、内容を確認します。

コース概要		標高グラフ	
	総距離	S	スタート地点
	所要時間	G	ゴール地点
	標高差	Start	スタート地点の標高
	経由地点の数	Goal	ゴール地点の標高

平面ルート		ルート行程表示	
S	スタート地点	Altitude	標高
P	経由地点	Course Time	所要時間
	山頂	<b>[C]</b> / <b>[E]</b> で表示を切り替えて、スタートからゴールまでの情報を確認できます。	
G	ゴール地点		

次ページへ進み、ルートナビゲーション機能を使ってみましょう。

# ルートナビゲーションを使う

ルートナビゲーションの開始/終了方法と、ナビ画面の見方/操作方法を説明します。

ルートナビゲーション機能で利用できるルートは以下の3種類です。

計画ルート	計画ルートを使用するときは、事前にルートを作成し、本製品に書き込んでください。 ☞「 <a href="#">計画ルートを作成する</a> 」15 ページ	通常のナビゲートのほかに、作成したルートを逆順にナビゲートすることもできます。
履歴ルート	記録（ログ）したルート上で、イベントポイントを1点も登録していなかった場合は、履歴ルートが表示されません。	通常のナビゲートのほかに、作成したルートを逆順にナビゲートすることもできます。
百名山ルート	本製品に内蔵されています。	ルートを逆順にナビゲートすることはできません。

ルートの概要については、以下のページをご覧ください。

☞「[トレッキングで使用するルートの種類](#)」12 ページ

ここでは、履歴ルートを使用する手順を説明します。

## 参考

ルートナビゲーションを使用する前に、下記手順でキャリブレーションを実施してください。

[A] > [各種設定] > [センサー設定] > [コンパス] > [キャリブレーション]

### 1 [C] (LOG) を押します。

GPS アイコンが点滅し、GPS 信号を受信します。

### 2 [C] / [E] で [ナビ選択] を選択して、[D] で決定します。



### 3 [C] / [E] で使用するルートの種類を選択して、[D] で決定します。

ここでは、[履歴ルート] を選択します。

## 参考

- NeoRun から書き込んだルートを使用するときは [計画ルート] を選択します。
- 本製品に内蔵の百名山ルートを使用するときは、[百名山ルート] を選択します。

### 4 [C] / [E] で使用するルートを選択して、[D] で決定します。

トレッキングデータを記録（ログ）した日時を参考にして、使用するルートを選択します。

## 参考

- [計画ルート] を選択した場合は、Web アプリケーション (NeoRun) で設定した [機器で表示するルート名] が表示されます。
- [百名山ルート] を選択した場合は、地域 > 山の名前の順に選択します。

**5** 【D】でルート of 概要表示を切り替えて、内容を確認します。

コース概要		標高グラフ	
	総距離	S	スタート地点
	所要時間	G	ゴール地点
	標高差	Start	スタート地点の標高
	経由地点の数	Goal	ゴール地点の標高

平面ルート		ルート行程表示	
S	スタート地点	Altitude	標高
	経由地点	Course Time	所要時間
	山頂	【C】 / 【E】で表示を切り替えて、スタートからゴールまでの情報を確認できます。	
G	ゴール地点		

**6** 【C】 / 【E】で選択したルートの開始ポイントを選択し、【D】で決定します。



**G**のポイントを選択すると、ルートを逆順にナビゲートします。

ただし、逆順にナビゲートした場合は、実際のコースタイムが異なることがありますので十分ご注意ください。

- 参考**
- [開始ポイント選択] 画面は、手順 3 で [計画ルート] または [履歴ルート] を選択した場合には表示されます。
  - [百名山ルート] を選択した場合は、開始ポイントを選択できません。

**7** 【C】 / 【E】で【ログ開始】を選択して、【D】で決定します。

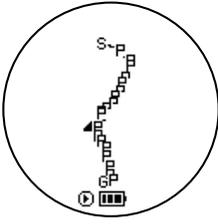
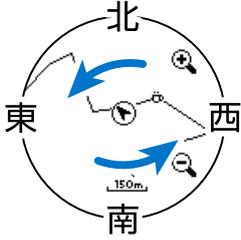


- 参考**
- GPS 信号を受信していること\*を確認してから、ログを開始することをおすすめします。  
\* が点灯し、 が 2 本以上立っていること
  - GPS 信号が未受信の状態では【ログ開始】をすると、ルートの軌跡が記録されません。
  - 画面下に記録可能時間が表示されます（最大 100 時間）。
  - 記録（ログ）中に本製品のメモリーの残量がなくなると、それまでのデータがメモリーに保存され、記録（ログ）が中断または、終了します。  
詳しくは、電子マニュアル「ユーザーズガイド」をご覧ください。
  - 記録（ログ）中は、一部メニューが操作できません。
  - ナビゲーションするルートを変更したいときは、[ナビ選択] を選択し、手順 3 で以降を繰り返します。

データの記録（ログ）とナビゲーションが開始されます。記録（ログ）中は、電池アイコンの左側にログ中アイコンが表示されます。

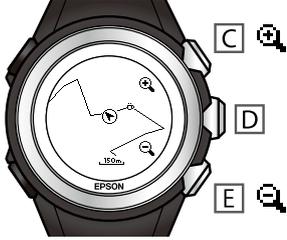
**8** 【D】でルートナビゲーションの詳細表示（2画面）を切り替えて、内容を確認します。

標高グラフ			
			現在地 (縦の線)
		⌂	次の経由地点
S	スタート地点	G	ゴール地点
Alt.	現在の標高	Next ⌂	次の経由地点の 標高
<p>グラフの見方 グラフの横軸は距離、縦軸は標高を示しています。現在地と次の経由地点は縦線で表示されます。断面的に、現在地と次の経由地点までの標高変化を確認できます。</p>			

平面ルート		
	S	スタート地点
	⌂	経由地点
	▲	山頂
	G	ゴール地点
	Ⓐ	現在地 現在地アイコンが回転します。アイコンの先端がルートに沿うように、体の向きを調整してください。
	<p>方位の見方 本製品の12時方向が北になります。</p>	

**9** イベントポイント（経由地点）に近づく、「到着しました」と表示されます。【B】以外のボタンを押すと、次のイベントポイントが目標となります。

**10** 【A】を押すと、以下の項目が表示されます。【C】 / 【E】でいずれかの項目を選択して、【D】で決定します。

拡大/縮小*1	<p>平面ルート表示の縮尺を変更できます。(全体 &gt; 150m &gt; 50m) 【C】で拡大、【E】で縮小します。縮尺を変更したら【D】で決定します。【D】で決定すると、現在地アイコンが回転します。</p> 
ポイント送り	<p>【C】 / 【E】でルートの行程表示を選択して、【D】で決定します。 【A】を押して、標高グラフの⌂の位置が移動していることを確認します。</p>
ルートポイント情報*2	ナビゲーションに使用しているルートのコースタイムを表示します。
ナビ変更*2	ナビゲーションに使用するルートを変更できます。
ナビ終了	ナビゲーションを終了します。
メニュー	メニューに戻ります。

\*1:平面ルートで【A】を押したときに表示されます。

\*2:ログ中断中に表示されます。

**11** ゴール地点に近づく、「到着しました」と表示されます。【D】を押して、ナビゲーションを終了させます。

ナビゲーションが終了しても、データの記録（ログ）は継続しています。記録（ログ）を終了するときは、【C】を押し、【C】 / 【E】で「ログ終了」を選択して、【D】で決定してください。

# トラックバックを使う

現在地から出発地点に戻るルートナビゲーションができます。GPSを受信して、直前に記録（ログ）したルートを使用しますので、トラックバックは、トレッキングデータの記録（ログ）中に使用できます。

**1** トレッキングデータの記録（ログ）を中断します。

**！重要**

【ログ終了】を選択して、ログを終了しないでください。トラックバックが使用できなくなります。

【C】（LOG）を押し、【C】 / 【E】で【ログ中断】を選択して、【D】で決定します。



**2** 【C】（LOG）を押し、【C】 / 【E】で【トラックバック開始】を選択して、【D】で決定します。

トラックバックが開始されます。

**参考**

- ナビゲーション機能を使用しているときは、ナビゲーションを終了してください。【A】を押し、【C】 / 【E】で【ナビ終了】を選択して、【D】で決定します。
- 【トラックバック開始】は以下の場合に表示されません。
  - GPS 信号を受信した状態で、200m 以上移動している
  - 直前で記録（ログ）したルート上で、イベントポイントを1点以上登録している

**3** 【D】でルートナビゲーションの詳細表示（2画面）を切り替えて、内容を確認します。

### 標高グラフ

			現在地 (縦の線)
			次の経由地点
S	スタート地点	G	ゴール地点
Alt.	現在の標高	Next P	次の経由地点の標高

**グラフの見方**  
 グラフの横軸は距離、縦軸は標高を示しています。現在地と次の経由地点は縦線で表示されます。断面的に、現在地と次の経由地点までの標高変化を確認できます。

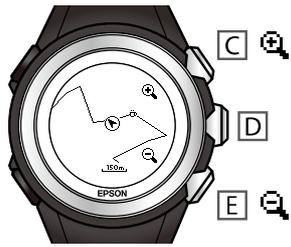
### 平面ルート

	S	スタート地点
	P	経由地点
	▲	山頂
	G	ゴール地点
	▲	現在地 現在地アイコンが回転します。アイコンの先端がルートに沿うように、体の向きを調整してください。

**方位の見方**  
 本製品の12時方向が北になります。

**4** イベントポイント（経由地点）に近づくと、「到着しました」と表示されます。【B】以外のボタンを押すと、次のイベントポイントが目標となります。

**5** 【A】を押すと、以下の項目が表示されます。  
【C】 / 【E】でいずれかの項目を選択して、【D】  
で決定します。

<p>拡大/縮小*<sup>1</sup></p>	<p>平面ルート表示の縮尺を変更できます。(全体 &gt; 150m &gt; 50m) 【C】で拡大、【E】で縮小します。縮尺を変更したら【D】で決定します。【D】で決定すると、現在地アイコンが回転します。</p> 
<p>ポイント送り</p>	<p>【C】 / 【E】でルートの行程表示を選択して、【D】で決定します。 【A】を押して、標高グラフの□の位置が移動していることを確認します。</p>
<p>ルートポイント情報*<sup>2</sup></p>	<p>トラックバックする前に記録（ログ）したルートのコースタイムを表示します。</p>
<p>ナビ変更*<sup>2</sup></p>	<p>ナビゲーションに使用するルートを変更できます。</p>
<p>ナビ終了</p>	<p>ナビゲーションを終了します。</p>
<p>メニュー</p>	<p>メニューに戻ります。</p>

\*1:平面ルートで【A】を押したときに表示されます。

\*2:ログ中断中に表示されます。

**6** ゴール地点に近づくとき「到着しました」と表示されます。【D】を押して、ナビゲーションを終了させます。

ナビゲーションが終了しても、データの記録（ログ）は継続しています。記録（ログ）を終了するときは、【C】を押し、【C】 / 【E】で【ログ終了】を選択して、【D】で決定してください。

---

# その他のナビゲーション

---

本製品には、ルートナビゲーション機能の他にも、ウェイポイントによるナビゲーションと目標標高の2つのナビゲーション機能があります。

ここでは、その他のナビゲーション設定方法、ナビゲーション画面の見方/操作方法を説明しています。

 **「ウェイポイントによるナビゲーション」 39 ページ**

 「ウェイポイントを登録する」 39 ページ

 「ウェイポイント情報を確認する」 39 ページ

 「ウェイポイントによるナビゲーションを使う」 40 ページ

 **「目標標高」 42 ページ**

## ウェイポイントによるナビゲーション

マーキング機能で登録した位置情報（ウェイポイント）をもとに、ウェイポイントまでの標高、距離、方向を確認しながらナビゲートします。

### ウェイポイントを登録する

ウェイポイントによるナビゲーションを使用するには、事前にウェイポイントを本製品に登録してください。

- 1 登録する地点に到着したら、**[E] (MARK)** を押します。

位置情報が取得されます。

データ記録（ログ）中の場合、ポイント登録が表示されます。次の手順に進んでください。

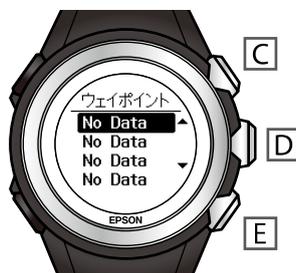
データを記録（ログ）していない場合は、手順 **3** に進んでください。

#### 参考

位置情報が取得できない（エラー）場合は、屋外の頭上が開けた場所に移動して、再度、**[E] (MARK)** を押してください。

- 2 （記録（ログ）中の場合）**[C] / [E]** で **[ウェイポイント]** を選択して、**[D]** で決定します。

- 3 **[C] / [E]** で **[No Data]** のいずれかを選択して、**[D]** で決定します。



位置情報がウェイポイントとして登録されました。ウェイポイントは最大 100 件登録できます。登録済みの設定を選択すると上書きされます。

### ウェイポイント情報を確認する

- 1 **[A] (MENU/BACK)** を押します。  
メニューが表示されます。

- 2 **[C] / [E]** で **[ルート情報]** を選択して、**[D]** で決定します。



- 3 **[C] / [E]** で **[ウェイポイント]** を選択して、**[D]** で決定します。



- 4 **[C] / [E]** で確認するウェイポイントを選択して、**[D]** で決定します。



- 5 **[D]** でウェイポイントの詳細表示（3 画面）を切り替えて、内容を確認します。

表示の見方については、次ページをご覧ください。

## ウェイポイントによるナビゲーションを使う

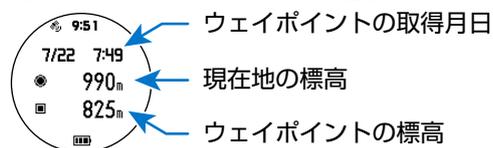
- 1 **[C] (LOG)** を押します。  
GPS アイコンが点滅し、GPS 信号を受信します。
- 2 **[C] / [E]** で **[ナビ選択]** を選択して、**[D]** で決定します。



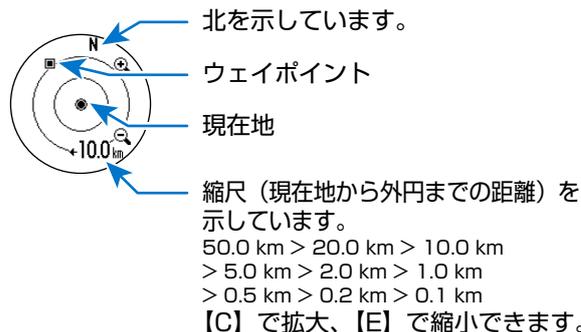
ナビ選択が表示されます。

- 3 **[C] / [E]** で **[ウェイポイント]** を選択して、**[D]** で決定します。  
登録されているウェイポイントが表示されます。  
選択できるウェイポイントは1つのみです。
- 4 **[C] / [E]** で目的地として指定するウェイポイントを選択して、**[D]** で決定します。  
ウェイポイントの詳細が表示されます。
- 5 **[D]** でウェイポイントの詳細表示 (3 画面) を切り替えて、内容を確認します。

### 現在地とウェイポイントの標高

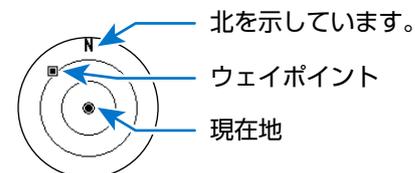


### 現在地とウェイポイントとの距離関係



方位を確認しながら、現在地からウェイポイントまでの距離変化を確認できます。

### 現在地とウェイポイントとの方向関係



現在地からウェイポイントまでの方位変化を確認できます。

- 6 **[C] / [E]** で **[ログ開始]** を選択して、**[D]** で決定します。



### 参考

- GPS 信号を受信していること\*を確認してから、ログを開始することをおすすめします。  
\*GPS が点灯し、■が2本以上立っていること
- GPS 信号が未受信の状態でも [ログ開始] をすると、ルート軌跡が記録されません。
- 画面下に記録可能時間が表示されます (最大 100 時間)。
- 記録 (ログ) 中に本製品のメモリーの残量がなくなると、それまでのデータがメモリーに保存され、記録 (ログ) が中断または、終了します。  
詳しくは、電子マニュアル「ユーザーズガイド」をご覧ください。
- 記録 (ログ) 中は、一部メニューが操作できません。
- ナビゲーションするルートを変更したいときは、[ナビ選択] を選択し、手順 3 以降を繰り返します。

以下の表示がされるときは、8の字に本製品を動かし、方位を調整してください。



データの記録（ログ）とナビゲーションが開始されます。

記録（ログ）中は、電池アイコンの左側にログ中アイコンが表示されます。

**7** **[D]** でウェイポイントの詳細表示（3画面）を切り替えて、内容を確認します。

表示内容は手順**5**と同じです。

ウェイポイントが中心の現在地に近づくよう進みます。

**8** **[A]** を押すと、以下の項目が表示されます。  
**[C]** / **[E]** でいずれかの項目を選択して、**[D]** で決定します。

ナビ変更*	ナビゲーションに使用するルートを変更できます。
ナビ終了	ナビゲーションを終了します。
メニュー	メニューに戻ります。

\*:ログ中断中に表示されます。

**9** ゴール地点に近づくとき「到着しました」と表示されます。**[D]** を押して、ナビゲーションを終了させます。

ナビゲーションが終了しても、データの記録（ログ）は継続しています。記録（ログ）を終了するときは、**[C]** を押し、**[C]** / **[E]** で **[ログ終了]** を選択して、**[D]** で決定してください。

## 目標標高

目標とする標高と、現在地の標高を確認できます。

### 1 【C】 (LOG) を押します。

GPS アイコンが点滅し、GPS 信号を受信します。

### 2 【C】 / 【E】 で [ナビ選択] を選択して、【D】 で決定します。



ナビ選択が表示されます。

### 3 【C】 / 【E】 で [目標標高] を選択して、【D】 で決定します。

目標標高の設定が表示されます。

### 4 【C】 / 【E】 で目標標高の値を選択して、【D】 で決定します。

【C】 / 【E】 を長押しすると値を早送りできます。

### 5 【C】 / 【E】 で [ログ開始] を選択して、【D】 で決定します。



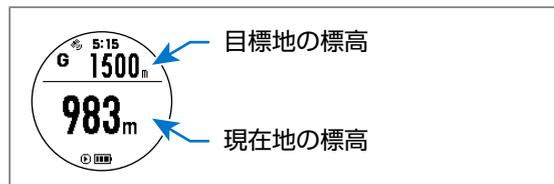
### 参考

- GPS 信号を受信していること\*を確認してから、ログを開始することをおすすめします。  
\* が点灯し、 が2本以上立っていること
- GPS 信号が未受信の状態では [ログ開始] をすると、ルートの軌跡が記録されません。
- 画面下に記録可能時間が表示されます (最大 100 時間)。
- 記録 (ログ) 中に本製品のメモリーの残量がなくなると、それまでのデータがメモリーに保存され、記録 (ログ) が中断または、終了します。  
詳しくは、電子マニュアル「ユーザーズガイド」をご覧ください。
- 記録 (ログ) 中は、一部メニューが操作できません。
- ナビゲーションするルートを変更したいときは、[ナビ選択] を選択し、手順 5 以降を繰り返します。

データの記録 (ログ) とナビゲーションが開始されます。

記録 (ログ) 中は、電池アイコンの左側にログ中アイコン が表示されます。

### 6 目標標高のナビゲーション表示を確認します。



現在地の標高が目標地の標高に近づくように確認しながら進みます。

### 7 【A】 を押すと、以下の項目が表示されます。【C】 / 【E】 でいずれかの項目を選択して、【D】 で決定します。

ナビ変更*	ナビゲーションに使用するルートを変更できます。
ナビ終了	ナビゲーションを終了します。
メニュー	メニューに戻ります。

\*:ログ中断中に表示されます。

**8** ゴール地点に近づくと「到着しました」と表示されます。**[D]** を押して、ナビゲーションを終了させます。

ナビゲーションが終了しても、データの記録（ログ）は継続しています。記録（ログ）を終了するときは、**[C]** を押し、**[C] / [E]** で **[ログ終了]** を選択して、**[D]** で決定してください。

---

# Web アプリケーション「NeoRun」でのデータ管理

---

本製品は、記録したトレッキング/ランニングのルート、距離、タイム、標高差、歩数などを Web アプリケーション (NeoRun) にアップロードして管理することで、データを確認し、振り返ることができます。  
また、NeoRun にアップロードしたデータを、登山専用のコミュニティサイト「ヤマレコ」にアップロードすることもできます。

-  [「データのアップロード」 45 ページ](#)
-  [「データの確認」 47 ページ](#)
-  [「ヤマレコへのアップロード」 47 ページ](#)
  -  [「手動でアップロードする」 47 ページ](#)
  -  [「自動でアップロードする」 48 ページ](#)

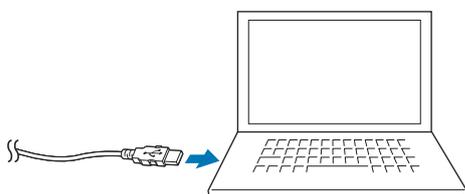
# データのアップロード

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

**1** クレードルに本体をセットします。

**2** **Epson Run Connect for Trek** をインストールしたパソコンの **USB** ポートに、クレードルの **USB** プラグを接続します。

すべてのパソコンでの動作を保証するものではありません。USB ハブ等は介さず、クレードルとパソコンを直接接続してください。



Epson Run Connect for Trek が起動します。

### 参考

Epson Run Connect for Trek が起動しないときは、クレードルのケーブルを抜き、数秒経ってから再度差し込んでください。このとき本体はクレードルから外さないでください。

**3** **[アカウントをお持ちの方]** をクリックします。



### 参考

2 回目以降のログイン (ID やパスワードが設定済みの場合) では、ID やパスワードの入力は不要になります。

**4** **[ログイン ID]** (メールアドレス) と **[パスワード]** を入力し、**[ログイン]** をクリックします。

### 参考

Epson Run Connect for Trek を有効に利用するためには、Epson Global ID (アカウント) が必要です。今までに Epson Global ID のアカウントを作成してご使用いただいている場合は、本製品でも引き続き同じアカウントをご使用いただけます。



Epson Run Connect for Trek 画面が表示されます。

**5** **Windows®** 版では **[全アップロード]**、**macOS** 版では **[アップロード]** をクリックします。

### Windows® の場合

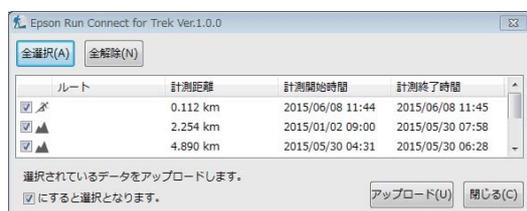


### macOS の場合



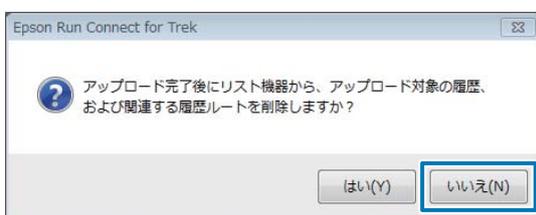
**参考**

Windows®版で [選択アップロード] をクリックすると、データの一覧画面が表示され、アップロードするデータを選択できます。



macOS 版には、[選択アップロード] の機能はありません。

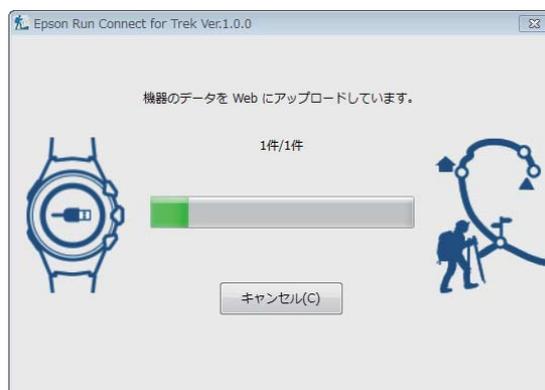
**6** アップロードしたデータを本製品から削除するかどうかを選択します。



**参考**

- [はい] を選択すると、アップロードしたデータは、本製品から削除されます。削除されるデータは、履歴データおよびルートナビゲーションでの履歴ルートです。
- [いいえ] を選択すると、アップロードしたデータは、本製品に残ります。アップロード後も本製品でデータを確認したり、履歴ルートとして使用したりすることができます。
- 本体メモリー（記憶容量）の残量がなくなる前に、本製品からアップロード済みのデータを定期的に削除することをおすすめします。本体メモリーの残量は、本製品の時計+ABC表示で【C】を押して表示される画面で確認できます。データの削除方法やメモリー残量の確認方法について、詳しくは電子マニュアル「ユーザーズガイド」をご覧ください。

**7** Web アプリケーション（NeoRun）へデータがアップロードされます。



アップロードが完了すると、Web アプリケーション（NeoRun）が起動し、ダッシュボード画面が表示されます。

**！重要**

同じデータは再度アップロードできません。アップロードしたデータは、NeoRun で保管してください。

## データの確認

アップロードした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 NeoRun を起動します。

[「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

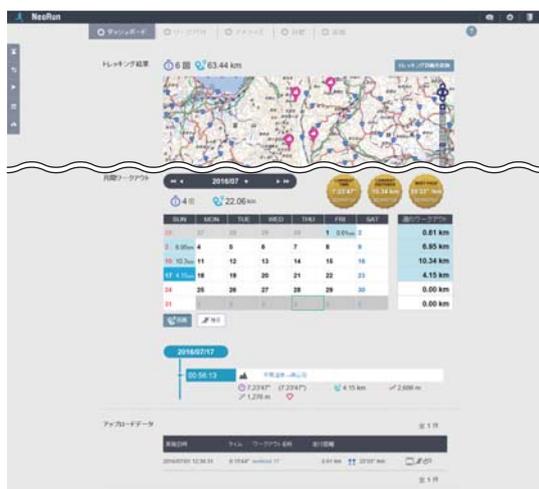
### 2 NeoRun にログインします。

#### 参考

2 回目以降のログイン (メールアドレスやパスワードが設定済みの場合) では、メールアドレスやパスワードの入力は不要になります。



### 3 アップロードしたデータをクリックして確認します。



Web アプリケーション (NeoRun) の使い方については、NeoRun のクイックリファレンスやヘルプをご覧ください。

## ヤマレコへのアップロード

NeoRun にアップロードしたトレッキングデータを、「ヤマレコ」にもアップロードすることができます。また、「ヤマレコ」から取り込んだ山行計画 (計画ルート) を使ってナビゲーションし、データを記録 (ログ) した場合は、「ヤマレコ」の山行計画と対になる山行記録としてアップロードできます。

### 手動でアップロードする

#### 1 NeoRun を起動します。

[「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

#### 2 NeoRun にログインします。

#### 3 [ワークアウト] タブをタップします。

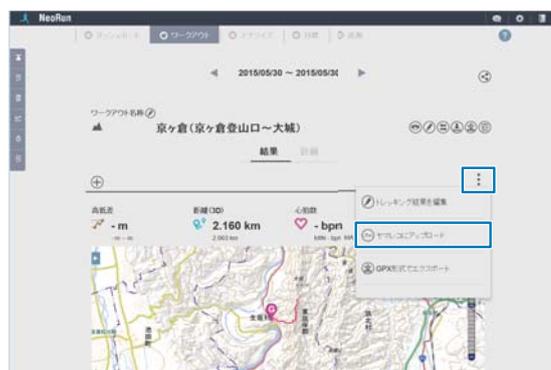
#### 4 「ヤマレコ」にアップロードするデータをクリックします。

トレッキングデータには、種目に  が表示されています。

#### 5 詳細画面で、 > [ヤマレコにアップロード] の順にクリックします。

#### 参考

- 「ヤマレコ」との連携設定が必要です。  
[「自動アップロード設定の確認方法」48 ページ](#)
- 「ヤマレコ」と連携していない場合は、「ヤマレコ」のログイン画面が表示されますので、ログインしてください。



ワークアウト名称の横に  が表示され、「ヤマレコ」にデータがアップロードされます。

以上で、トレッキングデータを手動で「ヤマレコ」にアップロードする操作は終了です。

 > [ヤマレコで見る] の順にクリックすると、「ヤマレコ」の山行記録を確認できます。

## 自動でアップロードする

以下の条件を満たしている場合、トレッキングデータを Web アプリケーション（NeoRun）にアップロードすると、同時に「ヤマレコ」にも山行記録としてアップロードされます。

- 「ヤマレコ」との連携を許可している
  - [アップロード時に自動で同期] が有効になっている
- 自動アップロードの設定については次の説明をご覧ください。

## 自動アップロード設定の確認方法

**1** NeoRun を起動します。

 [「NeoRun を起動する」14 ページ](#)

**2** NeoRun にログインします。

**3**  > [連携アプリケーション] の順にクリックします。

**4** 「ヤマレコ」と連携していない場合は、[許可する] をクリックします。



「ヤマレコ」のログイン画面が表示されますので、ログインしてください。

**5** 「ヤマレコ」欄の [設定] をクリックします。



[データ連携設定] 画面が表示されます。データを自動でアップロードする設定にしたい場合は、[アップロード時に自動で同期] を [ON] にして、[設定する] をクリックしてください。



以上で、自動アップロード設定の確認は終了です。

---

# 付録

---

- ☞ **「マニュアルについて」 50 ページ**
  - ☞ 「紙マニュアル」 50 ページ
  - ☞ 「電子マニュアル」 50 ページ
- ☞ **「参考情報」 50 ページ**
- ☞ **「本製品に関するお問い合わせ先」 51 ページ**

# マニュアルについて

## 紙マニュアル

紙マニュアルは本製品に同梱されています。

使用上のご注意	本製品を安全にご使用いただくために、禁止事項や注意事項を説明しています。
クイックガイド	本製品のセットアップ方法とトレッキング中に本製品でデータを記録・確認するときの使用方法を説明しています。
山岳災害情報 受信機能の使い方	「山と自然ネットワーク コンパス」が発信する山岳災害情報の通知を本製品でお知らせする方法について説明しています。

## 電子マニュアル

電子マニュアルは、エプソンの Web サイトからダウンロードしてご覧ください。

[http://www.epson.jp/support/support\\_menu/ks/121.htm](http://www.epson.jp/support/support_menu/ks/121.htm)

ユーザーズガイド	<p>本製品の使用方法や詳細情報について説明しています。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 本製品の使用方法（トレッキング時・ランニング時）</li> <li>• Web アプリケーション（NeoRun）を使った計測データの管理</li> <li>• 各種設定、トラブル対処方法</li> </ul>
ナビゲーション機能ガイド （本書）	ナビゲーション機能を使用するために必要な準備と、機能の使用方法を説明しています。
スマートフォン活用ガイド （Android™版/iPhone 版）	スマートフォン専用アプリケーション「Epson Run Connect for Trek」の使用方法を説明しています。

## 参考情報

### 国土地理院サイト

- 各地の磁気偏角一覧

[http://vldb.gsi.go.jp/sokuchi/geomag/menu\\_01/](http://vldb.gsi.go.jp/sokuchi/geomag/menu_01/)

### ©昭文社「山あるきデータ」の「日本百名山おすすめ登山コース」

#### 国土地理院 基盤地図情報（承認番号 平 27 情使、第 68 号）

この地図の作成にあたっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の基盤地図情報を使用した。

#### 国土地理院 電子地形図（タイル）6、13、15~19、21、23~26、28~29、46 ページ（承認番号 平 27 情複、第 346 号）

この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図(タイル)を複製したものである。

## 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。

ウォッチ・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。

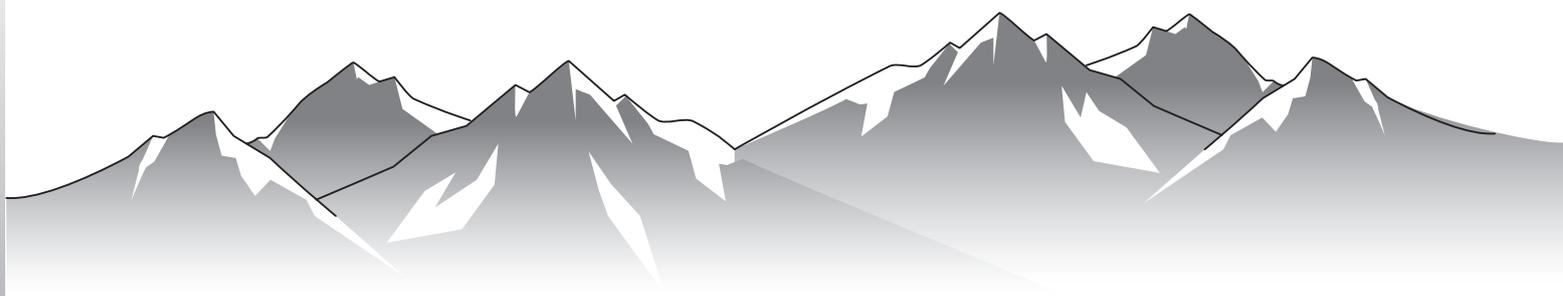
受付時間等、引取修理サービス(ドアto ドアサービス)について最新の情報は、

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

**MZ-500** 《ファームウェア Ver.02.00.00 以降》

[http://www.epson.jp/support/support\\_menu/ks/121.htm](http://www.epson.jp/support/support_menu/ks/121.htm)

