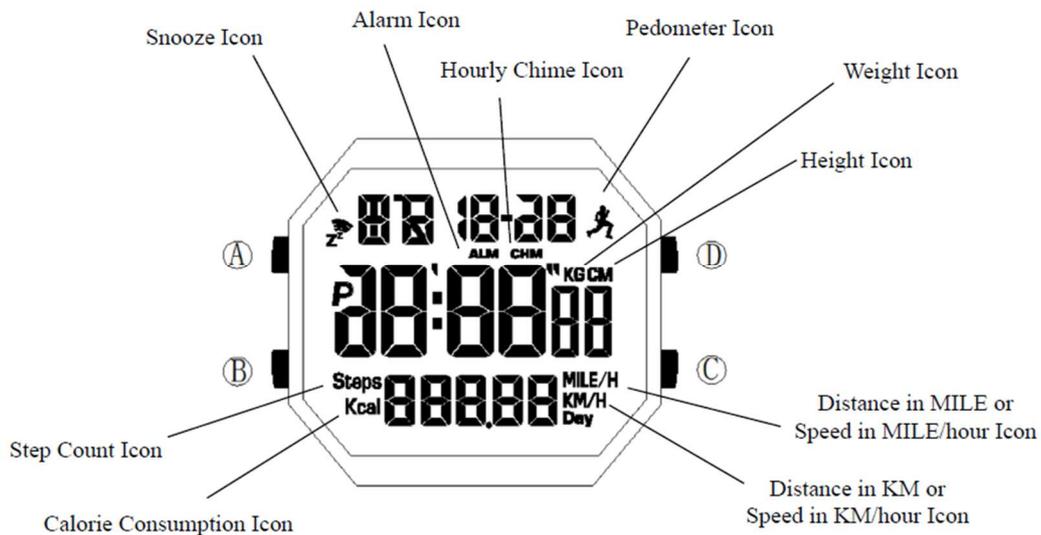


取扱説明書

主な機能

- 時刻表示(12/24 時間表示切替)、カレンダー
- 歩数計測、距離計測、消費カロリー表示、データ保存機能(最大 7 日間)
- アラーム、時報チャイム、ストップウォッチ(最大 24 時間未満)
- インディグロ® ナイトライト(バックライト機能)
- 日常 3 気圧防水



液晶表示

- Snooze スヌーズ
- Alarm アラーム
- Hourly Chime 時報チャイム
- Pedometer 歩数計
- Weight 体重
- Height 身長
- Step Count 歩数
- Calorie Consumption 消費カロリー
- Distance in MILE or Speed in MILE/hour 距離/時速スピード(マイル表示)
- Distance in KM or Speed in KM/hour 距離/時速スピード(キロ表示)

ボタン

- A ボタン: 短く押すとバックライトが点灯します。3 秒ほど長押しすると設定モードになります。
- B ボタン: 押すたびにモードが切り替わります。設定モードで押すと数値などを変更します。時刻表示モードで 3 秒ほど長押しすると測定中のデータを消去できます。
- C ボタン: 時刻表示モードで 3 秒ほど長押しすると歩数計測のオンとオフを切り替えられます。
- D ボタン: ストップウォッチモードで押すたびに、計測のスタートとストップを行えます。設定モードで押すと数字を変更し、長押しすると数字が早く変更できます。

モードの切り替え:

- B ボタンを押すたびに以下の順にモードが移り替わります。

時刻表示 → アラーム → ストップウォッチ

※どのモードにおいても、A ボタンを押すとインディグロ®ナイトライトが点灯します。

歩数計測モード

1. 時刻表示モードで C ボタンをおよそ 3 秒長押しし、歩数計測のオンとオフを切り替えます。オンの場合は歩数計のアイコンが液晶に表示されます。ただし休憩等を挟んだ場合は再計測までに最低 15 歩以上歩く必要があります。3 分以上計測が感知されない場合、歩数計は省電力モードになります。
2. 時刻表示モードで D ボタンを押すと、歩数、カロリー、距離、速度、最後の履歴データが表示されます。現在の日時はそのまま、下側に歩数、カロリー、距離、速度データが表示されます。
3. 履歴が表示されている間に C ボタンを押すと、過去 7 日間の歩数データが表示されます。一番上の行には履歴の日付が表示されます。同じ日付に保存された歩数、カロリー、距離のデータが 1 つずつ自動で切り替えて表示されます。
4. 時刻表示モードで B ボタンを 3 秒ほど長押しすると、現在の計測データを消去できます。

時刻、日付、プロフィール設定

1. 時刻表示モードで A ボタンを 3 秒ほど長押しすると、設定モードに入ります。
2. 設定モードになると秒の箇所が点滅します。
3. 表示されている時点の秒が 00~29 秒までの場合は D ボタンを押すとゼロに戻り、30~59 秒の場合に D ボタンを押すと秒はゼロに戻り分が 1 分進みます。
4. B ボタンを押し時の設定に移り、D ボタンを押して任意の時を設定します(この際、A が表示される場合は 12 時間表示の午前を、P が表示される場合は午後を示します)。
5. B ボタンを押すたびに月、日、年、プロフィールの設定に移り、それぞれの項目で D ボタンを押して任意の数を設定します。
6. 設定を終えたら A ボタンを押して終了するか、60 秒以上操作されないと設定モードは終了し時刻表示モードに戻ります。

アラームモードと時報チャイム

1. 時刻表示モードで B ボタンを押してアラームモードにします。
2. C ボタンを押してアラーム 1、アラーム 2 を切り替えます。
3. D ボタンを押して、アラームと時報がオフ、アラームがオン、時報がオン、アラームと時報がオンの 4 つの状態を切り替えます。

アラームの設定とスヌーズ機能

1. アラームモードで A ボタンを 3 秒ほど長押しし、設定モードに入ります。
2. 設定モードに入ると分の箇所が点滅します。
3. D ボタンを押して任意のアラーム時刻を選択し、B ボタンを押して同じ要領で時とスヌーズ機能のオンとオフを選択します。
4. 設定を終えたら A ボタンを押して終了するか、60 秒以上操作されないと設定モードは終了し時刻表示モードに戻ります。
5. スヌーズ機能がオンになっている場合、5 分おきに最大 5 回アラーム音が鳴ります。

ストップウォッチモード

1. ストップウォッチモードで D ボタンを押すとストップウォッチが起動し、ストップウォッチが起動中に D ボタンを押すと計測が一時停止し、ふたたび D ボタンを押すと計測が再開します。
2. ストップウォッチが停止中に C ボタンを押すとストップウォッチがリセットされゼロに戻ります
3. スプリットタイムを計測するにはストップウォッチの起動中に C ボタンを押し、ふたたび C ボタンを押すと新たなスプリットタイムを計測します。
4. ストップウォッチは最大 23 時間 59 分 59 秒まで計測できます。