



**GPS 機能付ウォッチ
YK39
[JS023]**

**取扱説明書
INSTRUCTION MANUAL**

この度は弊社製品をお買い上げいただき、
誠にありがとうございました。

この取扱説明書は保証書と一体になっており、
巻末に保証規定と保証書記入欄がございます。

必ず、お買い上げ日、販売店などの記入をお確かめください。

ご使用の前にこの説明書をよくお読みの上、
正しくご愛用くださいますよう、お願い申し上げます。

なお、この説明書はお手元に保管し、必要に応じてご覧ください。

- ※ 金属バンドの調整は、お買い上げ店にご依頼ください。
ご贈答、ご転居などにより、お買い上げ店での調整が受けられない場合は、弊社お客様相談窓口へご依頼ください。お買い上げ店以外では有料もしくはお取扱いいただけない場合があります。
- ※ 商品に傷防止用の保護シールがはられている場合があります。
必ずはがしてお使いください。はられたままにしておくと、汚れ、汗、ゴミ、水分などが付着してさび発生の原因となります。

はじめに

この度は、SOMA ウォッチをお買い上げいただき、ありがとうございます。

ご使用前に、本取扱説明書をよくお読みの上、正しくご使用ください。

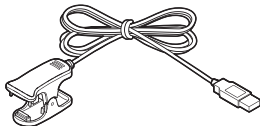
また、不明点を解決したり、正しくメンテナンスを行うために、すぐに取り出し見られる場所に保管してください。

■ 機能の紹介 (本機でできること)

本機は、GPS 衛星から位置情報と時間情報を受信し、走行距離、走行スピード、ペースを自動で測定する GPS 機能付きランニングウォッチです。オートラップ計測機能などランナーに役立つ機能が搭載されており、PC アプリケーション「SOMA Run」によるデータ管理が可能です。また、GPS 機能により時刻を自動調整することもできます。

■ 本体と付属品

[USB ケーブル]



[ウォッチ本体]



[取扱説明書 (本書)]



目次

はじめに	1	データモード	21
機能の紹介（本機でできること）	1	ランデータの見方	21
本体と付属品	1	データの削除	22
目次	2	PC アプリケーション「SOMA Run」 によるデータ管理	23
使用上のご注意とお手入れの方法	3	タイマーモード	24
各モードの説明	7	タイマーの設定	24
マークの説明	8	タイマーの開始・停止・リセット	25
各部の名称と働き	9	アラームモード	26
充電する	10	アラームの設定	26
充電方法	10	アラームの ON/OFF	27
フル充電性能	11	アラーム音の停止	27
電池残量確認	11	設定モード	28
電池についてのご願いとご注意	12	ラン表示の設定	28
モードの切替	13	オートラップ機能の設定	29
バックライト	13	体重の設定	30
タイムモード	14	GPS タイムアウト時間の設定	30
時刻・カレンダーの設定	14	アシスト GPS の有効期限の確認	31
報時音・操作確認音の ON/OFF	15	GPS による自動時刻調整	32
ランモード	16	12-/24- 時間制の選択	32
GPS 機能の起動	16	画面のコントラストの調整	33
表示項目の設定	17	表示言語の選択	33
オートラップ機能	18	製品仕様	34
計測の開始・停止・保存・リセット	19		
メモリー使用量の確認	20		

使用上のご注意とお手入れの方法



危険

取り扱いを誤った場合に、人が死亡または重傷を負う危険が差し迫って生じることが想定される内容を示しています。



警告

取り扱いを誤った場合に、重傷を負うなどの重大な結果になる危険性が想定されることを示しています。



注意

取り扱いを誤った場合に、軽傷を負う危険性や物質的損害をこうむることが想定されることを示しています。

●装着・携行等でご注意いただきたいこと



危険

■充電時のご注意

- ・ 本機専用のケーブル以外で充電をしないで下さい。
- ・ USB コネクタを PC 以外 (携帯の供給電源など) に差し込まないで下さい。発熱や発火の原因となります。

■飛行機内の使用について

- ・ 飛行機内など他の電子機器の動作に影響を与える可能性がある場所では GPS を OFF 状態にして下さい。



警告

- ・ 携行時の転倒や他人との接触などにおいて、時計の装着が原因で思わぬけがを負う場合がありますのでご注意ください。
- ・ 乳幼児を抱いたりする場合は、時計との接触でけがを負ったり、アレルギーによるかぶれを起こしたりする場合がありますのでご注意ください。
- ・ 装着状態の動作によっては、時計が大切な器物と接触損傷したり、時計の故障となる可能性があるため取り扱いには十分ご注意ください。
- ・ 電子レンジ、IT 調理器など火気の有る場所に放置しないで下さい。本体が加熱し発熱や発火の原因となります。



注意

- ・ バンド中留部の構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

⚠ 注意

■周囲の受信環境によって受信感度が異なります。

○：受信に適した場所

- 周りに電波をさえぎる障害物がなく、空が見える視界の広い場所。

△：受信に適していない場所

- ビル街、駅や空港、屋内、木々の近くなど、電波をさえぎる障害物がある場所（位置情報の誤差が大きくなる場合があります）。

×：受信できない場所

- 地下やトンネルの中、窓のない屋内、水中、電波を発する機器の近く。

■高温環境でのご注意

高温環境（真夏の車の中など）に放置しないで下さい。
故障の原因となります。

●日常のお手入れ

⚠ 注意

- ケースやバンドは肌着類と同様に直接肌に接しています。汚れたままにしておくことで錆で衣類の袖口を汚したり、かぶれの原因となりますので常に清潔にご使用ください。
- 時計を外したときは、柔らかい布で汗や水分を拭き取るだけで、ケース・バンド・パッキンなどの寿命が違ってきます。
- 化学薬品（ベンジン、シンナー、アルコール類、洗剤等の有機溶剤）で洗うと、化学変化で時計が劣化することがありますので、ご注意ください。

〈軟質プラ製バンド〉

蛍光灯や太陽光の下に長時間放置したり、汚れが染み込んだりすることによって、色あせ・変色や硬くなったり切れたりする場合があります。特に、半透明のウレタン製のバンドは、変色が目立ちやすく、使用条件によっては数か月で起こり始める場合があります。湿気が多い場所に保管したり、汗や水に濡れたまま放置しておく、早く変化することがありますので、汚れた時は、石けん水で洗ってください。バンドは化学合成製品ですので、溶剤によっては変質することがありますのでご注意ください。

⚠ 警告

- お客様による分解・改造は行わないでください。発熱や発火の原因となります。

●かぶれやアレルギーについて

⚠ 注意

- バンドは多少余裕を持たせ、通気性をよくしてご使用ください。
- かぶれやすい体質の人や、体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれをきたすことがあります。
- かぶれの原因として考えられるのは、
 - ①金属・皮革に対するアレルギー
 - ②時計本体やバンドに発生した錆、汚れ、付着した汗などです。
- 万一肌などに異常が生じた場合は、ただちに使用を中止して、医師にご相談ください。

●防水性能

時計の文字板または裏ぶたにある防水性能表示をご確認の上、使用可能範囲にそって正しくご使用ください。

時計の防水表示	使用例		洗顔や雨など一時的にかかると水滴	水泳や水仕事など長時間水に触れる場合	空気ポンベを使用しないスキュービング	空気ポンベを使用する本格的な潜水およびヘリウムガスを使用する潜水(飽和潜水)
	防水の水準					
WATER RESISTANT の表示のある時計	日常生活用防水		○	×	×	×
WATER RESISTANT 5/10/20 Barの表示のある時計	日常生活用	5気圧防水	○	○	×	×
	強化防水	10/20気圧防水	○	○	○	×

⚠ 警告

- 日常生活用強化防水(10/20気圧防水)の時計は、飽和潜水や空気潜水には絶対に使用しないでください。
- 日常生活用強化防水(5気圧防水)の時計は、素潜りを含め、すべての潜水行為には絶対に使用しないでください。
- 水中では絶対にボタンを操作しないでください。浸水により破損する可能性があります。

⚠ 注意

- 日常生活用防水(3気圧)の時計は、水の中に入れてしまうような環境では絶対に使用しないでください。

⚠ 注意

- 日常生活用強化防水の時計を海水等の環境下でのご使用後は、なるべく早く塩分などを洗浄してください。錆の原因となる場合があります。水道蛇口下での洗浄は、過度な水圧が加わり、防水不良の原因となる場合がありますので、容器内洗浄で過度な水圧が加わらぬように注意してください。

■防水異常時のご注意

- 本体内部のガラス面に水滴がついた状態では、充電を行わず、販売店または弊社ウオッチお客様相談室にご相談ください。

●保管について

時計を使用しないときは、次の事項が、時計の破損や劣化、故障の原因等となる場合がありますのでご注意ください。

- ① 「-5℃～+50℃からはずれた温度」環境下では、性能が劣化したり、停止する場合があります。
- ② 直射日光の当たるところ、高温になるところ、低温になるところに長時間置くと時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。
- ③ 磁気の影響(テレビ、スピーカ、携帯電話、磁気ネックレス等)があるところに放置すると、時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。

- ④ 強い振動のあるところに放置すると、破損や時刻精度の遅れや進みの原因となる場合があります。
- ⑤ 薬品の蒸気が発散しているところや薬品に触れるところに放置すると時計の劣化や破損の原因となります。
薬品例) ベンジン、シンナー、マニキュア、化粧品などのスプレー液、クリーナー剤、トイレ洗剤、接着剤、水銀、ヨウ素系消毒液、防虫剤など
- ⑥ 温泉入浴、殺虫剤の入った収納場所など、特殊な環境に放置すると時計の劣化の原因となる場合があります。
- ⑦ 長時間時計を外しておく時は、箱などに入れて、風通しのよい場所に保管することをお勧めします。

●定期点検について

- 長く安心してご愛用いただくために、2～3年に1度程度の分解掃除による点検調整をお勧めします。
ご使用状況によっては、パッキン等の部品の劣化が進み、汗や水分の浸入などで防水性能が損なわれる場合があります。分解掃除による点検調整をお買い上げ店にご依頼ください。
- 部品交換の際は、「弊社指定の純正部品」とご指定ください。
- 定期点検の際は、パッキンやバネ棒の新品交換も合わせてご依頼ください。

各モードの説明

※画面下部にモードマークが表示されます。

タイムモード (時刻・カレンダー機能)

時刻とカレンダーを設定し、表示します。
表示時刻は、GPSにより自動調整することもできます。

ランモード (クロノグラフ計測機能)

ラップタイムとスプリットタイムを計測し、記録します。

- ・GPS 機能
走行スピード、走行距離、ペースの測定を自動で行います。
- ・オートラップ機能
設定した距離ごとに自動的にラップタイムを計測することができます。

データモード (データ呼び出し機能)

ランモードで記録されたデータを確認できます。

タイマーモード (タイマー機能)

設定した時間をカウントダウンするタイマーです。

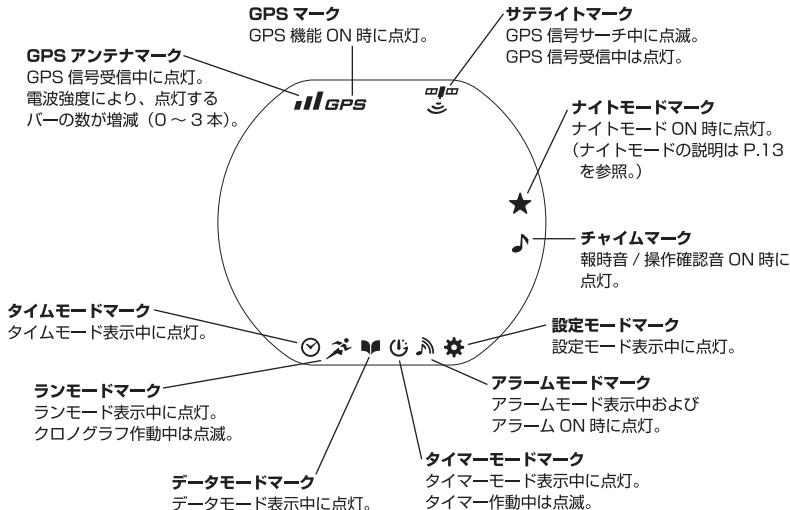
アラームモード (アラーム機能)

設定した時刻にアラームを鳴らすデイリーアラームです。

設定モード (各種設定機能)

GPSによる自動時刻調整のON/OFFのほか、各種の設定を行うことにより、ウォッチをユーザーのニーズに合わせてカスタマイズすることができます。

マークの説明



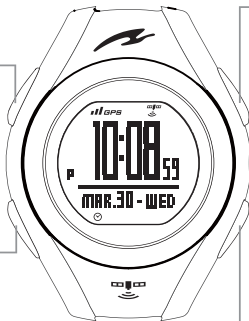
各部の名称と働き

LIGHT ボタン

バックライトの点灯に使用します。

MODE ボタン

モード選択や設定項目切替で使用します。



START/STOP ボタン

計測時のスタート・ストップ、設定時の数値合わせなどで使用します。

VIEW ボタン

このボタンで設定状態にできます。また、ランモードでGPS機能のON/OFFにも使用します。

LAP/SAVE ボタン

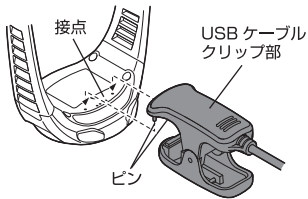
ラップの計測、記録の保存、設定時の数値合わせなどで使用します。

※反転液晶搭載のモデルでは、液晶表示の白黒が上図と逆になります。

充電する

このウォッチは、充電式の電池を使用しています。お買い上げ後初めてご使用になる時や、電池残量が少なくなった時には、必ず付属の USB ケーブルを PC に接続して、約 3 時間を目安に充電してください。

■ 充電方法

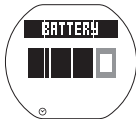


- 1 USB ケーブルのクリップを開き、両端 2 箇所のパインをウォッチ裏面の穴にしっかりと差し込み、クリップ部の 4 つの端子がウォッチの接点に接続していることを確認し、挟みます。

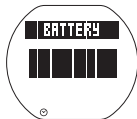
※ご注意：ウォッチの接点に付着した水分や汚れは、乾いた綿棒等で拭き取ってご使用ください。

- 2 USB ケーブルを PC の USB 端子に接続します。
※必ず、ウォッチに USB ケーブルを接続した後に、USB ケーブルを PC の USB 端子に接続してください。PC 側から先に接続すると故障の原因となります。

- 3 充電中は、左図の画面が表示され、電池残量を表すマークがひとつずつ点滅から点灯へと変わります。すべてのマークが点灯したら、充電は完了となります。



[充電中]



[充電完了]

■ フル充電性能

フル充電した場合、電池の持続時間は以下の通りです。

- ・ GPS 機能を使用しない場合 : 約 1 年間
- ・ GPS 機能を使用する場合 : 約 10 時間

※上記の持続時間は目安であり、バックライトなどの機能の使用頻度、ウォッチの使用環境および使用年数などにより異なります。

■ 電池残量確認



LAP/SAVE
ボタン

タイムモードで **LAP/SAVE** ボタンを押すと、電池残量表示が約 3 秒間表示されます。電池残量マークが 0 になると、ランニングの途中で強制的に GPS 受信を終了します（ラン計測のみ継続します）。

電池残量表示を目安に早目の充電を心掛けてください。

[電池残量表示]



電池についてのごお願いとご注意

●電池の寿命について

⚠注意

- 製品本体に内蔵の充電電池はご自身で交換することができません。
- 長期間の使用により、満充電後の使用可能時間が低下した場合は、電池の寿命と考えられますので、販売店または弊社ウオッチお客様相談室にご相談ください。
- 電池交換は、有償にて承ります。

●電池交換

⚠注意

- 電池交換時、時計内部のデータが全て失われる可能性があるため、データは事前にパソコンに保存して下さい。
- 電池交換時にデータの保存は保証できません。

⚠注意

- 常温 (5℃～ 35℃) から外れた環境で長時間保存しないでください。電池寿命が短くなったり、電池漏液による故障などの原因となる場合があります。

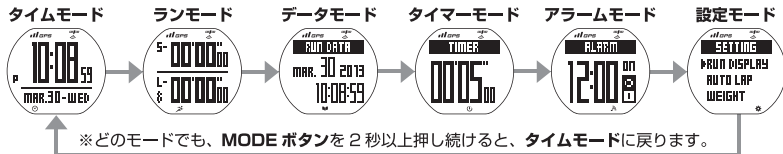
●長期保管時について

⚠注意

- 電池残量が低下した状態での長期保管は、電池性能を劣化させます。本製品を使用しない場合でも、「6 ヶ月に一度の充電」は、必ず行ってください。

モードの切替

MODE ボタンを押すたびに、モードが次の順序で切り替わります。表示したいモードに切り替わるまで MODE ボタンを繰り返し押します。画面の下部にモードマークが点灯します。



バックライト

LIGHT ボタン



どのモードでも、**LIGHT ボタン**を押すごとに、バックライトが10秒間点灯します。

■ ナイトモード



どのモードでも、**LIGHT ボタン**を2秒間押し続けるごとに、ナイトモードのON/OFFが切り替えられます。ナイトモードをONすると、ナイトモードマーク(★)が点灯し、どのボタンを押してもバックライトが10秒間点灯します。

タイムモード

■ 時刻・カレンダーの設定



- ① **VIEW ボタン**を2秒間押し続けると、秒表示が点滅します。
START/STOP ボタンまたは**LAP/SAVE ボタン**を押すと0秒に戻ります。
- ② **MODE ボタン**を押すと、分表示が点滅します。
- ③ **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**LAP/SAVE ボタン**を押すと、点滅している数値に戻ります。これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。
- ④ **VIEW ボタン**を押すと、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されます。
※操作を行わない状態が約3分間続くと、自動的にすべての設定が保存されます。

● GPS データによる自動時刻調整

設定モードで「TIME ADJUST」を ON にすることにより、ランモードで GPS 機能を起動し信号が受信状態になると、時刻・カレンダーは、GPS 衛星より受信する時刻情報に従い自動調整されます。詳細は、P. 32 の「GPS による自動時刻調整」をご参照ください。

■ 報時音・操作確認音の ON/OFF



START/STOP
ボタン

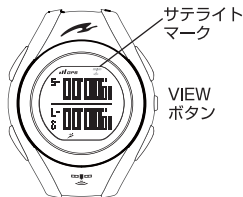
タイムモードで、**START/STOP** ボタンを押すごとに、報時音および操作確認音の ON/OFF が切り替えられ、チャイムマーク「♪」がついたり消えたりします。チャイムマーク「♪」がついているときには、毎正時報音し、ボタンを押すごとに操作確認音が鳴ります。



ランモード

■ GPS 機能の起動

走行距離、走行スピード、ペースなどのデータを測定し、リアルタイムで画面に表示するためには、GPS 信号を受信した状態でラン計測を行ってください。



- 1 **VIEW ボタン**を約 2 秒間押し続けると、「GPS ON」が約 3 秒間表示された後、ラン表示に戻り、サテライトマークが点滅します。

※サテライトマーク点滅中は、まだ受信されていません。GPS 機能を OFF にするには、**VIEW ボタン**をもう一度 2 秒間押し続けます。

- 2 GPS 信号の受信状態により以下の画面が表示されます。



GPS 信号は正常に受信されています。



設定モードで設定したタイムアウト時間内に GPS を探知できませんでした (P. 30 参照)。

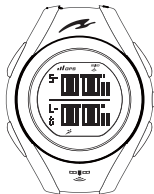


GPS は探知しましたが、信号が正常に受信されていません。

※正常に受信するためには、障害物のない、視界の広い場所に移動してください。

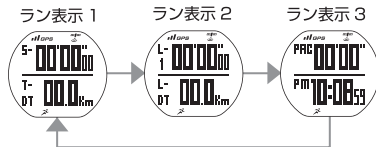
※正常に受信するためには、障害物のない、視界の広い場所に移動し、もう一度 **VIEW ボタン**を操作して GPS 機能を起動してください。

■ 表示項目の設定



VIEW
ボタン

VIEW ボタンを押すごとに、ラン表示が下記の順に切り替わります。走行中にメインで表示させたい画面にします。



スプリットタイム	S-
総走行距離	T- DT
ラップタイム	L- I
ラップ間走行距離	L- DT
ペース	PAC
現在時刻	PM
走行スピード	SPD
消費カロリー	CAL

- 各ラン表示の表示内容は、ニーズに合わせ、左の項目の中から選択し、カスタマイズすることができます。表示内容の設定は、**設定モード**で行います。詳細は、P. 28の「ラン表示の設定」をご参照ください。

※ラップタイムとスプリットタイム以外のデータを計測するためには、GPS機能をONにし、信号を受信することが必要です(P. 16 参照)。

■ オートラップ機能

設定した距離ごとに自動的にラップタイムを計測することができます。

オートラップ機能の ON/OFF およびラップ距離の設定は、**設定モード**で行います。詳細は、P. 29「オートラップ機能の設定」をご参照ください。

※オートラップ機能を使用する際は、必ず**ランモード**で GPS 機能を ON に設定してください (P. 16 参照)。

■ 計測の開始・停止・保存・リセット



① **START/STOP ボタン**を押すと、ランの計測が開始されます。

② **LAP/SAVE ボタン**を押すごとにラップタイムが記録されます。

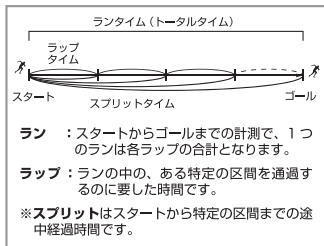
※ラップタイムは、各ランで最大 99 ラップまで記録可能です。99 ラップを超える計測は記録することができません。

※走行中**VIEW**ボタンを押すごとにラン表示が切り替わります。

③ **START/STOP ボタン**を押すと、計測が停止し、ひとつのランが終了します。

※再び **START/STOP ボタン**を押すと、計測を再開することができます。

④ **LAP/SAVE** を押すと、ランデータが保存され、リセット状態に表示が切り替わります。



ラン : スタートからゴールまでの計測で、1つのランは各ラップの合計となります。

ラップ : ランの中の、ある特定の区間を通過するのに要した時間です。

※**スプリット**はスタートから特定の区間までの途中経過時間です。

■ メモリー使用量の確認



LAP/SAVE
ボタン

ラン計測がリセットされている状態で **LAP/SAVE ボタン**を押すと、現在使用中のメモリーの量がパーセンテージで表示されます。使用量が95%に達すると警告マークが表示され、容量一杯になると「X」マークが表示され、ラン計測が起動しなくなります。

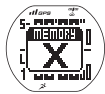
メモリーが少なくなったら、**データモード**でデータを削除してください(P. 22「データの削除」を参照)。



メモリー使用量
20%



メモリー使用量
95%以上



メモリー使用量
100%

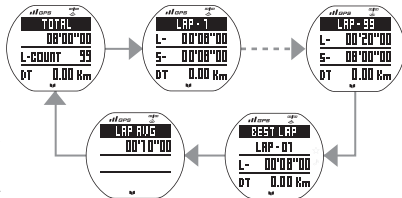
データモード

ランデータの見方



- ① **LAP/SAVE ボタン**を押すごとに、保存されたランデータが最新のランから順に表示されます。計測年月日を目安に、見たいランが表示されるまで、繰り返し **LAP/SAVE ボタン**を押してください。
- ② **START/STOP ボタン**を押すごとに、選択したランのデータ（トータルタイム、各ラップのラップタイムとスプリットタイム、ベストラップタイム、平均ラップタイム）が順に表示されます。

- ウォッチをPCと接続し、PCアプリケーションを利用することにより、計測したより詳細なデータを管理することができます。詳細は、PCアプリケーション「SOMA Run」によるデータ管理の取扱説明書をご参照ください。



■ データの削除



- 1 **VIEW ボタン**を押すと、「ALL CLEAR OK?」と、データが削除されることを確認する画面が表示されます。

※データを削除しない場合は、**VIEW ボタン**を離せば、データは削除されず、画面はランデータ表示に戻ります。

- 2 データを削除する場合は、**VIEW ボタン**を約2秒以上押し続けます。「ALL CLEAR」が表示され、約3秒後にすべてのデータが削除されたことを示す画面が表示されます。



PC アプリケーション「SOMA Run」によるデータ管理

本機を USB クリップで PC とリンクさせることにより、専用アプリケーション「SOMA Run」で詳細なデータを管理することができます。計測したデータを管理するには、インターネットに接続できる環境の PC が必要です。

■対応 OS : Windows XP SP3 以降、Windows Vista SP2 以降、Windows 7、Windows 8 ;
Mac OS X10.7 以降

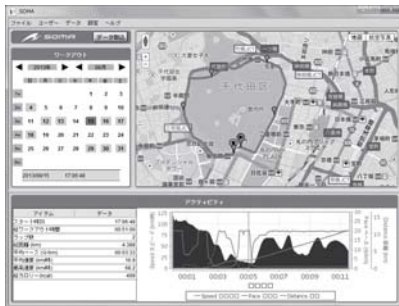
- 1 下記 Web サイトへアクセスし、専用アプリケーション「SOMA Run」をダウンロードし、PC にインストールして下さい。

<http://www.soma-sportswatch.com/products/gps>

- 2 USB ケーブルのクリップを開きウォッチを挟みます。

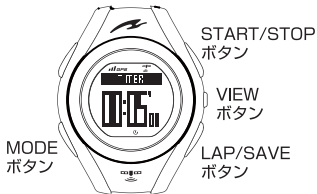
※ウォッチ裏面の接点に4つの端子がしっかり接続してあることを確認して下さい。また、USB ケーブルを PC 側から先に接続すると故障の原因となります。

- 3 「SOMA Run」をインストールした PC に、USB ケーブルを接続します。計測した詳細データを管理することができます。



タイマーモード

■ タイマーの設定



- ① **VIEW ボタン**を2秒間押し続けると、秒表示が点滅します。
- ② **START/STOP ボタン**を押すと、点滅している数値が進み、**LAP/SAVE ボタン**を押すと、点滅している数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせてください。
※押し続けると数値が早送りできます。
- ③ **MODE ボタン**を押すごとに、点滅している表示が切り替わります。
②から③を繰り返して、タイマーの秒・分・時を設定します。
※タイマーを設定できる時間は10秒～99時間59分59秒です。
- ④ **VIEW ボタン**を1秒間以上押し続けると、点滅状態が終了し、タイマーの設定が保存されます。
※操作を行わない状態が約3分間続くと、自動的に設定が保存されます。

■ タイマーの開始・停止・リセット



- ① **START/STOP ボタン**を押すと、タイマーが開始されます。
タイムアップ約 3 秒前から予告音が鳴り、その後タイムアップ音が約 3 秒間なります。**いずれかのボタン**を押せば、タイムアップ音は止まります。
- ② 途中でタイマーを止めるには、**START/STOP ボタン**を押します。
※再開する場合も**START/STOP ボタン**を押します。
- ③ タイマー終了後、自動的に設定したタイマー時間にリセットされます。途中でリセットする場合はタイマーをストップした後に**LAP/SAVE ボタン**を押します。

アラームモード

■ アラームの設定

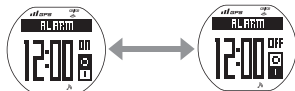


- ① **VIEW ボタン**を 2 秒間押し続けると、分表示が点滅します。
- ② **START/STOP ボタン**を押すと点滅している数値が進み、**LAP/SAVE ボタン**を押すと数値が戻ります。これらのボタンで数値を合わせます。
※押し続けると数値が早送りできます。
- ③ **MODE ボタン**を押すと、時表示が点滅します。
②から④を繰り返して、分・時を設定します。
- ④ **VIEW ボタン**を押すと、点滅状態が終了し、すべての設定が保存されアラームが ON になります。設定した時刻にアラーム音が約 30 秒間鳴ります。
※操作を行わない状態が約 3 分間続くと、自動的にすべての設定が保存されます。

■ アラームの ON/OFF



START/STOP ボタンを押すごとに、アラームの ON/OFF が切り替わります。



■ アラーム音の停止

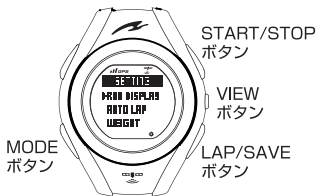


設定した時刻にアラームが鳴ったら、いずれかのボタンを押せばアラームは止まります。

設定モード

各モードで使用する設定など、各種の設定を行います。

■ ラン表示の設定

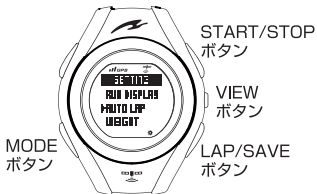


ランモードのラン表示 1、2、3 の表示項目を設定します。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「RUN DISPLAY」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押すと、ラン表示 1 の上段の項目が点滅します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で表示したい項目を選択します。
※押し続けるとが早送りできます。
- ④ **MODE ボタン**を押すと、下段の項目が点滅します。
③から④を繰り返して、ラン表示 1 から 3 の上下段の項目を設定します。
- ⑤ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニューの画面に戻ります。

※操作を行わない状態が約 3 分間続くと、自動的に設定が保存され、画面は**タイムモード**に戻ります。これは、以下のすべての項目の設定の際も同様です。

■ オートラップ機能の設定



ランモードで使用するオートラップ機能の ON/OFF およびラップ距離の設定を行います。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「AUTO LAP」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、オートラップ画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**でオートラップ機能の ON/OFF を設定します。
- ④ **MODE ボタン**を押すと、ラップ距離が点滅します。
- ⑤ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**でラップ距離を設定します。
※押し続けるとが早送りできます。
※オートラップ設定可能距離は、0.1 ~ 10.0km で初期設定は 1.0km です
- ⑥ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

■ 体重の設定



ランモードでカロリー消費量を計算するため体重を設定します。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「WEIGHT」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、体重設定画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で体重を設定します。
※押し続けるとが早送りできます。
- ④ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

■ GPS タイムアウト時間の設定



ランモードで GPS 機能を起動する際の GPS 探知までのタイムアウト時間を設定します。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「GPS TIME OUT」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、タイムアウト時間設定画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で 5 分または 30 分を選択します。
- ④ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

■ アシスト GPS の有効期限の確認

アシスト GPS は、GPS 衛星の軌道情報を事前にウォッチに保存・更新することにより、GPS 信号探知に要する時間を短縮する方法です。インターネットに接続された PC にウォッチを接続することにより、アシスト GPS データは、PC アプリケーション「SOMA Run」からウォッチに転送され、更新されます。

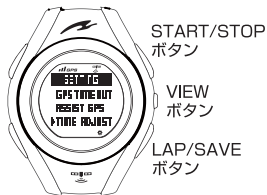
本ウォッチは、アシスト GPS 機能を常に ON 状態にしていますが、アシスト GPS データは毎日更新されており、有効期限があります。

設定モードで定期的に有効期限を確認し、必要な場合は PC に接続してアシスト GPS データを更新してください。詳細は、PC アプリケーション「SOMA Run」の取扱説明書をご参照ください。



- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「ASSIST GPS」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、有効期限を確認します。
- ③ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

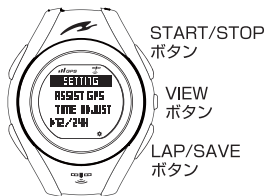
■ GPS による自動時刻調整



タイムモードで表示する時刻・カレンダーを GPS 信号により自動調整する機能の ON/OFF を設定します。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「TIME ADJUST」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、自動時刻調整設定画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で自動時刻調整機能の ON/OFF を設定します。
- ④ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

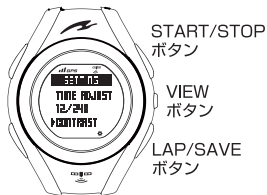
■ 12-/24- 時間制の選択



時刻表示の時制を 12 時間制か 24 時間制か設定します。この設定はすべてのモードに適用されます。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「12/24H」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、12/24 時間制設定画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で「12H」または「24H」を選択します。
- ④ **VIEW ボタン**を押し、設定モードメニュー画面に戻ります。

■ 画面のコントラストの調整



画面の明るさを 7 段階で調整できます。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「CONTRAST」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、コントラスト調整画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で画面の明るさを調節します。(L: 暗い、H: 明るい)
- ④ **VIEW ボタン**を押して、設定モードメニュー画面に戻ります。

■ 表示言語の選択



ウォッチに表示する言語を「日本語」と「英語」から選択します。

- ① **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で設定モードメニュー画面から「LANGUAGE」を選択します。
- ② **VIEW ボタン**を押して、言語設定画面を表示します。
- ③ **START/STOP ボタン**または **LAP/SAVE ボタン**で「ENGLISH」または「JAPANESE」を選択します。
- ④ **VIEW ボタン**を押して、設定モードメニュー画面に戻ります。

製品仕様

クロノグラフ機能	1/100 秒計測 最大 99 時間 59 分 59 秒 99 オートラップ機能 GPS 機能
ラップメモリー	各ラン最大 99 ラップ (最大 114 ラン)
タイマー機能	最大 100 時間計測
アラーム機能	1ch デイリーアラーム
防水性能	5 気圧防水
作動温度範囲	-0℃ ~ +50℃

素材

ケース	プラスチック
バンド	ポリウレタン
ガラス	ミネラルガラス

携帯精度：

- ・平均月差 ±90 秒 (気温 5℃～ 35℃において)
- ・GPS 機能による自動時刻調整機能付き

持続時間：

- ・GPS 機能を使用しない場合：約 1 年間
 - ・GPS 機能を使用する場合：約 10 時間
- ※上記の持続時間は目安であり、バックライトなどの機能の使用頻度、ウォッチの使用環境および使用年数などにより異なります。



※上記の製品仕様は、改良のため予告なく変更することがあります。

保証書

GUARANTEE

本保証書は日本国内でのみ有効です。
This guarantee is valid only in Japan.

製品名(品番)												
側型式番号											製造番号	
お客さま	ご住所	〒 _____ TEL. _____									様方	
	フリガナ ご氏名	様										
お買い上げ日		年	月	日	保証期間			お買い上げ日より1年間				
販売店	〒 _____ TEL. _____											

本保証書は再発行いたしませんので、大切に保管してください。
お客様情報につきましては、アフターサービス目的にのみ使用いたします。

SOMA

Ver. 3.0
May, 2016