

Mobile Action Inc 日本国内販売代理店株式会社アシター商事

Q-68HR

i-gotU Q-Band HR+

Bluetooth[®] Smart Wristband for Healthy Life

ユーザーズマニュアル

このたびは、本製品をお買い上げいただき誠にありがとうございます。 このマニュアルでは操作方法と安全にお取り扱いいただくための注意事項 を記載しています。

ご使用前に、必ずお読みください。また、このマニュアルを読み終わった あとは、大切に保管してください

パッケージ内容の確認

i-gotU Q-Band HR+(Q68HR) 本体 · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	1	個
リストバンド・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	個
充電用専用 USB ケーブル・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	1	本
ユーザーズマニュアル (国内用)・・・・・・・・・・・・・	1	部
ユーザーズマニュアル (別紙)・・・・・	1	部

■i-gotU Life オンラインマニュアル サイト URL http://www.ashiter.com/?page_id=811

Q-Band HRは3次元加速度センサーを活用しています。 u-bang HHIZ3次元加速度センワーを活用しています。 独自の客号現世によってな物動やや姿勢の変化をとうえ、加速度と活動強度のデータを収集し、 さまざま応急動を識別し活動量を算出します。 消費カロリーや器防燃焼量などは、年齢や性別、体格などを反映し、それぞれの身体活動ごとに 活動量の増定式を作り上げています。

■使用上の注意事項

- ●本製品は定期的に外して、リストバンドを乾かしてお使いください。
- お肌に合わない時(かゆくなったり、不快感があるときなど)は、使用をお止めください。
- 激しいスポーツにはご使用いただけません。 ● 画面を見るときは周囲に十分注意してください。運転中などに画面を見ないでください。

■充電中の取り扱いについて

- 充電は、極度に高温または低温の環境で行わないでください。
- 水のかかる場所での充電は行わないでください。濡れた手で充電を行わないでください。
- 充電中に本製品を装着しないでください。
- 充電の際には、本体をリストバンドから外した状態で行ってください。 ● 充電したまま長時間放置しないでください。
- 傷んだケーブルは充電に使用しないでください。

■健康に関する免責事項

- ●本製品は医療機器ではありません。本製品およびアプリケーションは、いかなる病気や症状の 診断、治療、予防にはお使いいただけません。
- 減量や運動療法を行うときは、自分だけで判断せず、医師または専門家の指導を受けてください。 ●本製品は過度な運動や減量を推進する機器ではありません。運動中に身体の疲れや痛みを感じ た場合は、必ず休憩をとってください。痛みや不快感などの症状が続くような場合は、医師の
- 診察を受けてください。
- アレルギー体質やお肌が敏感な方は使用しないでください。
- 装着場所に、傷や骨折、かぶれや湿疹、しびれや腫れなどの異常がある場合は使用しないでく ださい。
- 注意:本製品を廃棄するときは、お住まいの地域の条例および法令に従って処分してください。



はじめて使用する

初めて使用するときは、必ず最初に充電をおこなってください。

【充電方法】PCなどの USB ポートに充電ケーブルを挿し込み、付属の USB 充電ボック スに Q-Band HR+センサーコアに設置します。充電が始まると、充電中であることを示 すバッテリアイコンがスクリーンに表示されます。完全に充電されるまで、約2時間程度 かかります。

USB を先に接続し、Q-Band HR+本体裏面の接点と充電 ボックスの接点をあわせます。 液晶画面が充電中の表示がされ てから、フタをしめてください。

(2) i-gotU Life アプリをインストールします。

iOS の場合 対応 OS バージョン: iOS7.0以降/ iPhone4S 以降 App Store アプリを起動し、検索窓に i-gotU Life と入力してください。 i-gotU Life アプリが表示されるので、アプリをダウンロードしてください。 ※iPad にインストールする場合、アプリの検索条件を iPhone のみに設定してください。 ※iPad からの Apple ヘルスケアとの同期はできません。

Android OS の場合 対応 OS バージョン: 4.3 以降/Bluetooth® 4.0 以降 Google Play より i-gotU Life アプリをダウンロードし、お持ちのアンドロイド搭載の スマートフォンにインストールしてください。

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobileaction.ilife



APKダウンロード: http://global.mobileaction.com/download/apk Q-Band HR+に適合の Android スマートフォンの最新のリストは、 以下のリンクに掲載されています。 http://ww2.voiis.com/ghand/devices.html

定額制や WiFi 接続以外のデータ通信サービスを利用して、アプリをダウンロードする 場合は、別途パケット通信料が必要になる場合がございます。

製品仕様 商品名 i-gotU Q-Band HR+ 型番 Q-68HB サイズ(約) : 25 x 1 65 x 0 96cm 重量(約) 15g(リストバンド、留め金含む) ディスプレイ: 128 x 64pxl OLEDディスプレイ Bluetooth : Bluetooth® Smart 4.0 Law Energy 雷波周波数 : 2.4GHz带 诵信距離 : 最大半径 約10m以内(障害物がない場合) 省電力3次元加速度センサー/光学心拍センサー センサー 防水仕様 : IPX7(防適型) リストバンド:低アレルギー性 TPUラバー バンドサイズ:約13.5~19cm(装着可能な手首サイズ) メモリ 最大7日分(本体で確認できるデータは当日分のみ) 振動モーター:スリープ解除と無音アラーム(アラーム、通知用など) バッテリ :リチウムポリマーバッテリ 標準充電時間:約2時間 連続使用期間:約10日間(※ご使用方法により、異なります) 動作保障温度:-10~50℃ 専用アプリ : igot-U Life(各アプリストアからダウンロード) ※ファームウェアのアップデートあり 対応言語 :日本語、英語、中国語、オランダ語、フランス語、ドイツ語 イタリア語、スペイン語、韓国語、ロシア語、タイ語

Bluetooth®ワイヤレス(無線)についての注意事項

本製品は Bluetooth®4 O Smart Low Fenergy 2 4GHz 帯全域を使 用する無線設備であり、移動体識別装置の帯域が回避可能です。

本製品を使用する前に、近くで「他の無線局◎」が運用されていないか確認 してください。

万一、本製品と「他の無線局**」との間に電波干渉が発生した場合は、使用 場所を変更するか、または本製品の使用を停止してください。

※「他の無線局」とは、本製品と同じ2.4GHz 帯を使用する産業・科学・医 療機器のほか、他の同種無線局、工場の生産ラインなどで使用される免許を 要する移動体識別用構内無線局、免許を要しない特定小電力無線局、アマ チュア無線局を示します

※本製品は日本国内で使用可能な技術基準適合証明取得済製品です。

【3)iPhone /スマートフォン端末の Bluetooth® 接続をオンにします。

iOSの場合:ホーム画面で「設定」アイコンをタッチ。Bluetooth®をオンにします。 Android OS の場合:機種により異なります。 例:メニューキーを押して、「設定」をタッチ「無線とネットワーク」より、 Bluetooth をオンにします。

(**4**) [i-gotU Life] アプリで、初期設定をする。

必ず、WiFi 環境のある所で、初期設定をしてください。 初期設定時に Q-Band HR+のファームウェアアップデートの確認がありますが、 3G、4G の電波回線では更新できません。



i-gotU Life が起動し、デバイス設定が画面が表示されます。 「はい、初めてです。」を選択してください。



00

※フル充電まで、約2時間程度かかります。 Q-Band HR+を iPhone/ スマートフォンと接続します。

携帯端末側の Bluetooth® の設定がオンになっていないと 認識されません。 画面上にQ-Band HB±が表示されたら、ボタンを一度押してください。 Q-Band HR+とi-gotU Life アプリの接続を確定する為 30 秒以内に Q-Band のボタンを2回押してください。

してください。

右のように「Q-Band が接続されました。」 と表示されれば、「次へ」をタップしてください。





ファームウェア更新完了後、プロフィール入力画面に遷移するので、 任意のデータを入力してください。 ※この設定は、設定完了後でも変更が可能です。 入力後、「次へ」をタップしてください。

Bluetooth®ペアリングの要求が表示されるので、「ペアリング」をタップ

入力したデータを Q-Band HR+に自動で設定されます。 ※未入力の場合も、未入力データが設定されます。





内臓バッテリについての注意事項

バッテリは、正常に使用した場合でも劣化する消耗部品です。バッテリーの 消耗は、特性であり故障ではありません。保証期間内においても内蔵バッテ リーは有償修理となります。

●周囲温度が低い環境では、持続時間が短くなります。 ●内蔵リチウムポリマーバッテリは、長時間低電圧の状態になると破損する 場合があります。バッテリが長持ちするように、しばらく使用しない場合 でも、バッテリは3ヵ月に1回は充電することをお勧めします。 ●本製品を使用せず、長期間保管していた場合、バッテリ性能は低下します。 ●本製品は内部電池にリチウムポリマー電池を使用しています。リチウムポ

リマー電池はリサイクル可能な資源です。

防水性能についての注意事項

防水性能について:本製品は IPX7に準拠した防滴性能を備えておりますが、 下記に注意してご使用ください。

雨中、手を洗う時に着用および使用できますが、水に浸すことはできません。 ウォータースポーツや海水、プールなどでは使用できません。水中での使用 はできません。

高温、蒸気および水ジェットにより、内部に結露が発生し、デバイスが損傷 する恐れがあります。シャワーやサウナ /スチーム入浴など湿度の高い場所で は絶対に使用しないでください。

水没による故障は製品保証の対象外です。ご了承ください。

▲ 警告

●誤動作により重大な影響を及ぼす恐れのある機器では使用しないでくださ い。まれに外部から同じ周波数の電波や携帯電話の電波の影響を受け、誤 動作する、動作が低下する、または動作しなくなることがあります。 ●病院など、電波使用が禁止されている場所では本製品を使用しないでくだ さい。本製品の電波で電子機器や医療機器(例えばペースメーカー)など に影響を及ぼす恐れがあります。 ●航空機の安全運航に支障をきたすおそれがあるため、本製品を航空機内で

使用することは、航空法で禁止されています。 ご搭乗前に、端末の Bluetooth® 機能を OFF にし、「igot-U Life」

アプリを閉じたうえで、ご搭乗後には常にご使用にならないようにお願い いたします。

※本製品の故障等により事故や社会的な損害などが生じても、弊社ではいか なる責任も負いかねますので、ご了承ください。

▲ 危険

液もれした場合は使用しないでください。 内蔵の充電池より液もれがあった場合は、液もれした充電池は使用しないでくださ い。発熱、破壊させる原因となります。 本製品の異常に気づいたら使用を中止してください。 液もれ、変色、変形、その他今までと異なることに気づいたら使用しないでください。 そのまま使い続けると、発熱、破裂するおそれがあります。 本製品から漏れた液が体や衣服についたら、きれいな水で洗い流してください。 内蔵の充電池の中の液が皮膚や衣服につくと、皮膚に傷害をおこす原因となります。 内蔵の充電池の中の液が目に入った場合は失明の原因になることもあるので、こす らずにすぐに綺麗な水で充分洗い流し、直ちに医師の治療を受けてください。

▲ 警告

●本製品に水や金属片などの異物が入ったときは、すぐに使用を中止してください。 そのまま使用すると、火災や感電の原因になります。

- ●本製品を落としたり、ぶつけたりしないでください。
- 万一、本製品が破損した場合は、すぐに使用を中止してください。 破損したまま使用すると、火災や感雷の原因になります。
- ●本製品の分解や改造、修理などをしないでください。
- 火災や感電、故障の原因になります。
- 故障時の保証の対象外となります。
- ●本製品を火中に投入しないでください。 破裂により火災やけがの原因になります。
- ●本製品を水に浸したり、海水、塩水、温泉などで使用しないでください。
- サウナやシャワールームなどでも内部結露の原因になります。 ●小さなお子様の手の届くところに保管しないでください
- 誤って飲み込むと窒息する恐れがあります。万一飲み込んだと思われる場合は、

すぐに医師の診察を受けてください。

⚠注意

本製品を次のようなところには置かないでください。 日のあたる自動車内、直射日光のあたるところ 暖房器具の周辺など高温になるところ 多湿なところ、結露をおこすところ 平坦でないところ、振動が発生するところ マグネットの近くなどの磁場が発生するところ ほこりの多いところ 肌に直接触れる部分に異常を感じたら使用を中止してください。

そのまま使用すると炎症やかぶれなどの原因になることがあります。 定期的に充電してください。 本製品を長期間使用しない場合でも、必ず1ヶ月に1度を目安に充電してください。 バッテリーが膨張したり、劣化の原因となります。



Q-Band HR+ について

Q-Band HR+ デバイスは丸いボタンをタップすることで画面が表示されます。 一度起動させると、充電が切れるまで、本体からは電源オフにすることはできません。 Q-Band HR+は、タッチボタンを押すことで液晶画面表示を変更することが可能です。



Q-Band HR+ の各モードについて

Q-Band HR+ は4つのモード切替が可能です。 それぞれのモードは i-gotU Life アプリと連携します。



ボタンを2回タップでモード選択画面が 表示 項目はボタンを押す度に、点滅が移動し ます 選択したい項目へ、点滅を移動後、

3秒でモード変更画面に移動します。

○ 日常モード

日中の通常モードです。歩数や消費カロリーを含む日常生活のデータを表示します。 睡眠から目が覚めた際、このモードに変更してください。(心拍数は設定時のみ)

▲ 睡眠モード

睡眠パターンや睡眠の質をトレースします。寝る前にこのモードに変更してください。 本モードでも、i-gotU Life アプリ上で登録したアラーム時間設定に応じて、バイブ レーションします。※各アプリからの着信バイブはオフになります。

C スポーツモード

トレーニングを開始し、継続時間、歩数、消費カロリー、心拍数(設定時のみ)及び トレーニング中に移動した距離を含む情報を表示します。

(の) 仮眠モード

i-gotU Life アプリ上で登録した仮眠時間設定に応じて、バイブレーションでアラーム します。 ※各アプリからの着信バイブはオフになります。



「i-gotU Life」アプリは、Q-Band HR+で取得した活動時間をデータ管理することができるア プリです。また Q-Band の細かな設定や目標設定も、アプリから行なうことができます。

「i-gotU Life」アプリのより詳しい使用方法や設定につきましては、下記 URLのオンラインマニュ アルにてご確認ください。

※アプリのガイドには英語のみの表示になるため、下記のUBLで日本語のオンラインマニュア ルをご確認いただけます。

i-gotU Life オンラインマニュアル http://www.ashiter.com/?page id=811



※Q-Band HR+ の設定は i-gotU Life アプリから行ないます。

※Q-Band シリーズは、同時に2つの端末で接続することはできません。 1台の iPhone/スマートフォンに1台の Q-Band のみ接続することができます。

※Q-Band HR+ は日常生活の活動を記録する活動量計の為、電源オフにする機能はあ りません。アプリ上でデバイスをスリープモードにすることが可能です。

使用方法について

Q-Band HR+は3次元加速度センサーを活用しています。 独自の信号処理によって体の動きや姿勢の変化をとらえ、加速度と活 動強度のデータを収集し、さまざまな活動を識別し活動量を算出しま す。正しい使い方で計測してください。

●計測された値が少ない、または多い

- 以下の場合には正しく測定できないことがあります。
- ・手首以外に装着した場合。 不規則な歩き方(すり足など)やゆっくり歩いた場合。
- ・歩数計は腕の振り幅で計測する為、極端に腕の振りが少ないまたは、動か
- していない場合は計測されません。 睡眠データは睡眠モードにしないと計測されません。また睡眠の質は腕の
- 振りにより、計測されます。 ・ランニングなどの運動の場合、スポーツモードに変更の上、御使用ください。
- ●電池の消耗が速い
- ·何度もデータの転送をするとQ-Bandの電池の消耗が早くなります。 データの転送回数を減らしてください。
- 画面を何度も表示をさせると電池の消耗が早くなります。
- ●端末にデータが転送できない。
- 本製品の充電がされているか確認してください。
- ・Q-Band と iPhone/スマートフォンの距離を3m以内に保ってください。 ・充電中にはデータ転送できません。充電が終わった後でデータを転送して
- ください。 端末の Bluetooth®機能を一度 OFFにしてから、ONにしてください。 「i-gotU Life」アプリを強制終了した後で、アプリを再起動してください。 Q-Band HR+とiPhone/スマートフォンの接続を一度解除してから、 再度接続してください。

●Q-Band HB+とiPhone / スマートフォンの接続を解除するときは

 iPhone/スマートフォンの Bluetooth®機能を解除してください。 ・ペアリング機能を解除した場合は再度、アプリとの初期設定を行ないます。 「Q-Band HR+について」項目の Q-Band HR+のデバイスの初期化、お よび iPhone/スマートフォンの Blootooth®設定からペアリング項目を削 除し再度接続設定をしてください。

●充電ができない

・充電専用ケーブルとの接点を確認してください。また USBハブなどをご使 用の場合、最大送雷容量をご確認ください。



「i-gotU Life」のアイコンをタップし、アプリを起動させ、Q-Band を

接続されると「接続されました」と表示され、計測データが転送されます。

再度、接続したいときは、同様に、アイコンをタップしてください。

(3) 測定中データを Q-Band HR+ で確認する。

ボタンを押す度に表示されるデータが変わります。

ボタンを押すのをやめると10秒後に表示が消えます。(設定変更で最長15秒) ※i-gotU Life アプリで表示時間の変更が可能です。

各画面表示については別添マニュアルにて機能詳細を記載しております。

※計測データは Q-Band HR+に 10 日間分保存され 10 日を超えると自動的に古い データから削除されます。

4) そのほかの Q-Band HR+の機能

Q-Band HR+のバイブレーションを使用した無音アラームにより、睡眠から起こす手助けを します。Q-Band HR+のタッチボタン長押しすることで、アラームを止めることができます。 アラームに気付かなかった場合、Q-Band HR+は5分後に再度アラームを発します。 アラームは以下の手順で設定できます。 i-gotU Life アプリ起動→ 1000アプリ画面左上のアプリメニュー表示→無音アラーム

電話の着信や SMS、メールまたはソーシャルアプリからのアラートをバイブレーションでお 知らせします。Q-Band HR+のボタンを長押しすることにより、電話の着信のお知らせを無 視することができます。お知らせ機能は以下の手順で設定できます。 i-gotU Life アプリ起動→ 🚾 アプリ画面左上のアプリメニュー表示→通知

Q-Band HR+の画面表示方向を変更することができます。 i-gotU Life アプリ起動→ Impアプリ画面左上のアプリメニュー表示→設定→画面回転

ジェスチャーで画面をオンにする Q-Band HR+をボタンを押さないで、動きで電源をオンにする機能です。手首を素早く動か すことで液晶画面を表示させます。※個人差がございます。

i-gotU Life アプリ起動→ Impアプリ画面左上のアプリメニュー表示→設定→ジェスチャーで 画面をオンにする

液晶ディスブレイの表示時間を変更する Q-Band HR+は、省電力タイプの為、常時液晶ディスプレイにデータが表示されません。但 し、データの画面表示時間を変更することが可能です。

以下の手順で設定できます。 i-gotU Life アブリ起動→ ■アブリ画面左上のアブリメニュー表示→設定→OLED ディスプ レイタイマーをタップ→5 秒~ 15 秒の間で設定可能です。※常時表示設定はありません。

【重要】設定を変更した場合は必ずアプリ画面右上 🌀 をタップし Q-Band HR+へ設定を同期させてください。

i-qatU Q-Band HR+

Bluetooth Smart Wristband for Healthy Life

カスタマーサポート

アプリ画面上部の左記アイコンをタップしてください。

i-got Lifeの使い方や初期設定については http://www.ashiter.com/?page id=811 上記ウェブページをご覧ください。 【お問い合わせ】 株式会社アシター商事 カスタマーサポート support@ashiter.com 受付時間:平日11:00 ~ 18:00(土日祝祭日は定休日)

接続端末に近づけます(約3m以内)。

切断されると「切断」と表示されます。

■保証内容

Ľŕfe

i-gotU Life

G

保証規定 弊社が定める保証期間(本製品ご購入日から起算されます。)内に、適切な使用環境で発生した本製 品の故障に限り、無償で本製品を修理または交換いたします。 ■無償保証範囲

2. 以下の場合には、保証対象外となります。

(1) 保証書および故障した本製品をご提出いただけない場合。 (2) 保証書に販売店ならびに購入年月日の記載がない場合、またはご購入日が確認できる証明書(レ シート・納尽書など)をご提示いただけない場合。

(3)保証書や製品に偽造・改変などが認められた場合。

(4) 弊社および弊社が指定する機関以外の第三者ならびにお客様による改造、分解、修理により故障

した場合。

- (5)弊社が定める機器以外に接続、または組み込んで使用し、故障または破損した場合。 (6) 通常一般家庭内で想定される使用環境の範囲を超える温度、温度、振動等により故障した場合。
- (7)本製品を購入いただいた後の輸送中に発生した衝撃、落下等により故障した場合。
- (8) 地震、火災、落雷、風水害、その他の天変地異、公害、異常電圧などの外的要因により故障した場合。

(9) その他、無償修理または交換が認められない事由が発見された場合。

■修理 3. 修理のご依頼は、本保証書を本製品に添えて、お買い上げの販売店にお持ちいただくか、弊社カス タマーサポートセンターに送付してください。

- 4.弊社カスタマーサポートセンターへご送付いただく場合の送料はお客様のご負担となります。また、 ご送付いただく際、適切な梱包の上、紛失防止のため受渡の確認できる手段(宅配便など)をご利用く ださい。尚、弊社は運送中の製品の破損、紛失については一切の責任を負いかねます。 5. 同機種での交換ができない場合は、保証対象製品と同等またはそれ以上の性能を有する他の製品と 交換させていただく場合があります。販売終了の場合、ご返金させていただく場合がございます。 6. 有償、無償にかかわらず修理により交換された旧部品または旧製品等は返却いたしかねます。 製品交換、修理を実施した際は、データの保全は行ないません。お客様ご自身の手でアプリ側にバッ
- クアップを保存いただきますようお願い申し上げます。 8.修理の際は、必ず商品が到着した際のバッケージを含むすべてを同梱の上、ご返送ください。 不足品がある場合は保証対象外となります。またパッケージ底面のシリアルナンバーで製品管理してお

ります。シリアルナンバーが剥がされたものはご対応できません。 ●免責事項

8. 本製品の故障について、弊社に故意または重大な過失がある場合を除き、弊社の債務不履行および 不法行為等の損害賠償責任は、本製品購入代金を上限とさせていただきます。 9. 本製品の故障に起因する派生的、付随的、間接的および精神的損害、逸失利益、ならびにデータ損 害の補償等につきましては、弊社は一切責任を負いかねます。

■有効範囲 この保証書は、日本国内においてのみ有効です。

11.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。

©2017 Ashiter Co., Ltd. All Rights Reserved

Q-68HR

- ユーザーズマニュアル (日本語版) 2017年7月7日 第18 本書の著作権は、株式会社アシター商事が保有しています。 本書の内容の一部または全部を無断で複製 / 転載することを禁止させて いただきます。 本書の内容に関するご意見、ご質問がございましたら、株式会社アシター 商事 カスタマーサポートまでご連絡ください
 - 本製品の仕様および外観は、製品の改良のため予告なしに変更する場合 があります。
 - 本製品を使用したことによる他の機器の故障や不具合等につきましては 責任を負いかねますのでご了承ください。
 - ・iPhone、iPad、iPad Air 、iPad mini、Mac、および Mac ロゴ は Apple inc. の商標です。
- · iPhone 商標は、アイホン株式会社のライセンスに基づき使用されます。
- Android、Android ロゴは Google Inc. の商標または登録商標です。 • Bluetooth® ワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG. Inc. が
- 所有する商標であり、Mobile Action Incはこれら商標を使用する許
- 可を受けています。
- その他本書に記載されている会社名・製品名等は、一般に各社の商標ま たは登録商標です。



必ず商品が到着した際のパッケージを含むすべてを同梱の上、ご返送ください。不足品がある場合、 保証対象外になります。またパッケージ底面のシリアルナンパ(一て製品管理しております。 シリアルナンバ(一が剥がされたものはご対応できません。

エアロビックゾーンについて

心拍センサーについて

心拍センサー機能は Q-Band HR+ で、スポーツ中また 登録されたプロフィール情報に基づいて、あなたの心拍 は日常の心拍数を計測する機能です。使用方法を説明い 数ゾーンが設定されます。 たします。初期設定では、スポーツモード選択時のみ、 心拍数を検出することによって、最大心拍数から算出さ 心拍センサーが動作します。(設定変更可能です) れたエアロビックゾーンが表示されます。 【心拍数ゾーンの定義】 て スポーツモード .ul 🗣 🗙 10:28 0:最大心拍数の<50% 1:最大 HR の 50%~60% スポーツモードで、ハートマークが表示され 0-105 2: 最大 HR の 60%~70% ていることを確認し、ディスプレイボタンを 1h 22 3: 最大 HR の 70%~80% 5'22 タップすると、左記画面が表示されます。 4:最大 HR の 80%~90% 5: 最大 HR の 90%~100% 一般的な指標として、エアロビックゾーン3に到達する ことにより、最適なトレーニングで脂肪を燃やしている 図 上部表示の「0」の数値はエアロビックゾーン。 状況とされています。 図 上部表示の「105」の数値は現在の心拍数。

心拍センサー設定の変更

心拍センサーの設定の変更方法について説明します。設定は i-gotU Life アプリ上で行います。



※1心拍モニターについて

心拍モニターは別売りの i-gotU HRM10 と連携して使用する機能の為、設定は「無効」のままにしてください。 なを HRM-10 と Q-Band HR+の同時使用はできません。

【心拍センサーの使用可能時間について】

超低消費電力光心拍センサーは、約 80 時間連続して心拍数を検出することができます。継続的な心拍数のモニタリングをすることで、 運動中にリアルタイムの心拍数ゾーンを使用して運動を最適化することでフィットネス・プランに到達できます。初期設定では、心拍セン サーは、スポーツモードの間だけ機能します。

日常モード時の動作変更の設定も i-gotU Life で変更可能です。初期設定では、スポーツモードから、日常モードや睡眠モードに変更すると、オフになります。

心拍センサー機能が「オフ」の場合、使用方法により異なりますが、満充電のバッテリーは約10日間持続します。

i-gotU Q-Band HR+の各表示画面

