



この度はエフランハートメーターをお買い上げ頂きまして有難うございました。

当商品は、時計表面についているセンサーを指で押すだけで心拍数を素早く感知し、正確に表示することが出来る最新のリストウオッチです。

心拍データを最大で20本記憶し、後から呼び出すことも出来ます。又、クロノグラフ機能も充実し最大で42本のラップ・スプリットタイムを計測メモリーし、後から呼び出すことができる本格的なランニングウオッチです。

当商品は10気圧防水機能ですので、水泳での使用が可能です。（水中でのボタン操作は不可）

ご使用の前に本説明書を良くお読みの上、正しくご愛用下さいますようお願い申し上げます。

- 水中でのボタン操作は防水不良の原因となりますので絶対に行わないで下さい。



心拍計ご使用時の注意点

1. 裏ボタンがセンサーとなっています。
計測時には肌にしっかりと密着させて下さい。
 2. 水泳中での使用が可能です。
但し水中でのボタン操作は厳禁です。
 3. ご使用後は裏ボタン及び表面の汚れを濡れタオル
等で拭き取り、清潔に保って下さい。
 4. 快適にご使用頂く為に、腕密着部と指先は常に
汚れのない状態を保って下さい。
 5. 腕のセンサー接点部、及び指先が乾燥している
場合には、水等で湿らしてからご使用下さい。
 6. 運動中や、その時の体の状態によって計測に
時間を有する場合があります。
 7. 不整脈があつたり、血圧の状態によっては、
正常に計測できない事があります。
- 水中でのボタン操作は防水不良の原因となりますので
絶対に行わないで下さい。



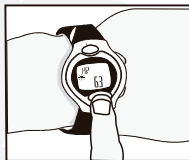
ボタンの諸機能





心拍数計測 全てのモード下で測れます。 片方の腕に時計をしっかりとはめてください。

時計裏ボタンがセンサーです。 下部センサーを指で押し続けて下さい。
腕にしっかりと密着させて 約8秒前後で“ピッ”音と同時に
計測して下さい。 正確に計測します。



腕に時計をしっかりとはめた
状態で計測して下さい。



F-RUNハートメーター 各種の機能

1. 時計
2. アラーム
3. 心拍数呼び出し
4. ピッチ計
5. クロノグラフ
計測タイム呼び出し
6. タイマー
7. デュアルタイム

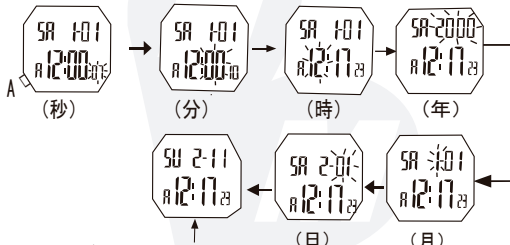


1. 時計

A ボタンを押し時計画面を呼び出します。

A ボタンを3秒程長押ししますと秒がフラッシュします。

更にC ボタンを押す毎に次の順序で切り替わります。



次にボタンAを押しセット完了

C ボタンを押すと12/24hの切り替えが出来ます。

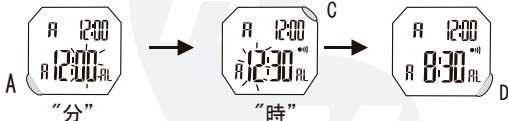
D ボタンを押すと時報のON/OFF切り替えが出来ます。



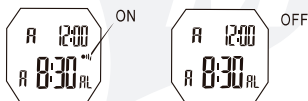
2. アラーム

A ボタンを押しアラーム画面にして下さい。

A ボタンを3秒程長押ししますと“分”がフラッシュします。次にC ボタンを押しますとフラッシュが“時”に移動します。任意の所で止めD ボタンにて修正して下さい。更にA ボタンを押しセット完了です。



D ボタンを押しますとアラームのON/OFF切り替えが出来ます。



C ボタンを押しますとアラーム音を聞くことが出来ます。



3-1 心拍数呼び出し

アラーム画面の次に、Aボタンを押し心拍数呼び出し画面にして下さい。



上記の画面が交互に表示されます。(心拍数と計測日時)
心拍数と計測日時は最大で20本まで記録表示されます。

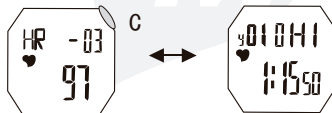


3-2 心拍数の呼び出し

Dボタンを押しますと最大(H), 小(L)心拍数が交互に表示されます。



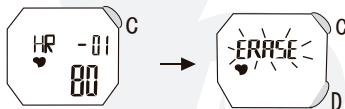
Cボタンを押しますと心拍数が古い順にリコールできます。
心拍数と計測日時が交互に表示されます。





不要データの消去方法

Cボタンを押し不要HR-N0を呼び出します。
Cボタンを押しながらDボタンを押します。



”ERASE”がフラッシュした所で両指を離し、Aボタンで消去します。



HR-N0は繰り返上がります。
全データ、一括消去は
出来ません。



4. ピッチ計

(40~180ピッチ / 1 分間)

A ボタンを押すとピッチ計モードになります。更に A ボタンを3秒程長押ししますとピッチ数がフラッシュします。



D ボタンを押し任意の ピッチ数にします。

『40~180ピッチ / 1 分間当り』
5 ピッチ間隔で移動します。



A ボタンを押しセット完了です。



スタート・ストップは D ボタンにて行います。
スタート後に A ボタンにてクロノグラフ画面に戻しクロノグラフをスタートしますとピッチ計との併用ができます。



5. クロノグラフ

最大で42本のラップ・スプリットタイムが記憶出来ます。

Aボタンを押しクロノグラフ画面にし、Cボタンにてスタートします。



Dボタンを押しラップタイムを計測します。計測後5秒間タイムを表示した後、元のタイムに復帰します。Cボタンを押し計測を終了します。



続けてDボタンを押し計測タイムを呼び出します。

〈計測タイムのリセット方法〉



呼び出し終了後には再度“Cボタンを押した後にDボタンを3秒程長押し”しますと画面はリセットします。

最大計測時間は9時間59分59秒99までです。

HEART METER

6. タイマー

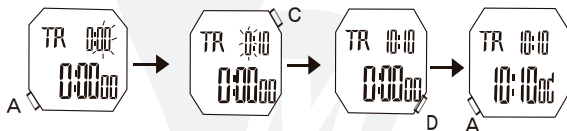
A ボタンを押しタイマー画面にして下さい。

A ボタンを2秒間程長押ししますと“分”がフラッシュします。

更にCボタンを押しますと“時”がフラッシュします。

フラッシュしている箇所で止め、Dボタンにて修正して下さい。

次にAボタンを押しセット完了です。前回のタイマー時間が画面に残っている場合にはDボタンを押しリセットして下さい。



C ボタンを押すとタイマーがスタートします。

23時間59分までの計測ができます。

5秒前よりカウントダウンし0秒で終了します。

終了時にはアラームが鳴り2秒後に止まります。

再スタートする場合にはCボタンを押し、
リセットし、再スタートして下さい。



7. デュアルタイム

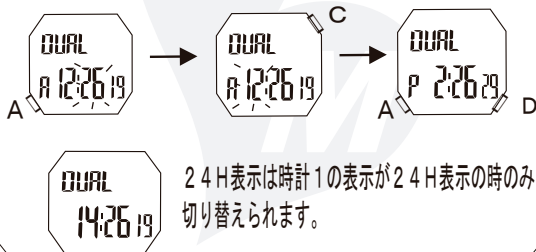
Aボタンを押しデュアルタイム画面にして下さい。

Aボタンを2秒間程長押ししますと“分”がフラッシュします。

次にCボタンを押しますと“時”がフラッシュします。

任意の場所で止めDボタンにて修正して下さい。

Aボタンを押しセット完了です。



使用電池 CR2032 10気圧防水
電池寿命 約2年
生産国 中国



保証書

保障期間中に取扱説明書に沿った使用状態で故障した場合には、無料で修理調整致します。

次のような場合には保障期間中でも有料となります。

- 1 使用上の誤り、改造、不当な修理による故障及び損傷
- 2 機械本体以外の付属品の交換
- 3 使用中に生じる外装の変化（キズ、よごれ、消耗等）
- 4 火災、災害、地震等、天災地変による故障又は損傷
- 5 本保証書に販売店名、お買い上げ年月日の記入の無き場合、又は本保証書の提示が無い場合

（免責事項）

本製品にて発生、又はそれらに関連した直接的、間接的、付随的特殊な損傷、損失、費用についての一切の法的責任は負いません。

- 水中でのボタン操作は防水不良の原因となりますので絶対に行わないで下さい。

製造元：ファースト・ランニング株式会社 〒110-0016
東京都台東区台東4丁目24番7号
TEL 03-5818-5290



保証書

お買い上げ日 平成 年 月 日

保障期間 お買い上げ日より1年間

ご住所

お名前

販売店名
