

EPSON

GPS Sports Monitor

RUNSENSE

SF-850

應用軟體使用手冊



前言

非常感謝您購買GPS Sports Monitor「RUNSENSE」。

為能正確使用本產品，請務必詳閱隨附的簡易使用說明、使用手冊以及本應用軟體使用手冊。

產品隨附的簡易使用說明請存放於可隨手取閱之處，以便立即解決任何問題。

本書將分別說明於電腦上及智慧型手機上，使用應用程式的情況。

 [第5頁 “電腦上的資料管理”](#)

 [第47頁 “於智慧型手機上管理資料”](#)

使用手冊中的說明

 重要說明：	記載務必遵守的內容。如忽視該內容而錯誤操作，則可能導致產品故障或運作不良。
附註：	內容包括附加說明及相關資訊。
[選單名稱]	內容包括主機畫面顯示的選單項目。
[A]/[B]/[C]/[D]	標示主機的按鈕。
	表示相關內容的參照頁。參照頁以藍字記載時，只要點擊藍字部分，就能顯示該參照頁。

商標

EPSON 及 EXCEED YOUR VISION 為 Seiko Epson Corporation 之註冊商標。

Microsoft 及 Windows 為 Microsoft Corporation 在美國與其他國家之註冊商標。

Android 及 Google Play 為 Google Inc. 之商標或註冊商標。

iPhone 為 Apple Inc. 在美國與其他國家註冊之商標。

OS X 為美國 Apple Inc. 在美國及其他國家之商標或註冊商標。

App Store 為由 Apple Inc. 所經營，可下載 iPhone 用 App 軟體的服務名稱。

IOS 為 Cisco Systems, Inc. 在美國及其他國家之商標或註冊商標，本產品係基於其授權使用。

Bluetooth® 的文字商標及標誌為 Bluetooth SIG, Inc. 所屬的註冊商標，Seiko Epson Corporation 係根據授權使用相關商標。

其他產品名稱為所屬公司之商標或註冊商標。

注意：

- 本手冊嚴禁在未經許可之情況下擅自轉載部分或全部內容。
- 本手冊如有任何變動，恕不另行告知。
- 本手冊務求提供準確資訊，如有疑問或發現任何錯誤內容，請與我們聯繫。
- 即便有上述條款，任何因手冊上的錯誤內容而造成操作不當，恕本公司概不負責。
- 因未遵循本手冊內容操作，或主機並非由隸屬於 EPSON 或 EPSON 指定之第三方進行錯誤操作、維修或調整而導致故障，恕本公司概不負責。

目錄

前言

電腦上的資料管理

應用程式之概要.....	6
應用程式之準備.....	7
安裝軟體 (Epson Run Connect)	8
建立帳號.....	10
上傳資料 (Epson Run Connect)	12
確認跑步資料 (RUNSENSE View)	16
啟動方法.....	16
畫面顯示.....	18
其他功能.....	21
確認活動資料 (PULSENSE View)	24
啟動方法.....	24
畫面顯示.....	26
其他功能.....	32
機器主機的測量設定.....	34
啟動方法.....	36
設定自動分圈功能.....	38
設定目標配速功能.....	40
設定航向點功能.....	42
設定間歇訓練模式功能.....	45

於智慧型手機上管理資料

應用程式之概要.....	48
應用程式之準備.....	49
開啓藍牙設定.....	50
安裝軟體 (Epson Run Connect)	51
建立 / 設定帳號.....	51
連結主機與智慧型手機 (配對)	53
開始藍牙通訊.....	55
上傳跑步資料.....	56
確認跑步資料.....	59
上傳運動紀錄資料.....	60
確認運動紀錄資料.....	61
其他功能.....	62
縮短GPS定位時間 (AGPS)	62
登錄體重、體脂率資料 (身體狀況)	63

疑難排解

問題排解.....	65
無法開啓RUNSENSE View / 無法登入RUNSENSE View.....	65

目錄

與主機的通訊斷線/無法與主機通信.....	66
無法上傳跑步資料或運動紀錄資料.....	67
無法排除問題時.....	67
解除與智慧型手機的配對.....	68
在智慧型手機上的操作.....	68
主機上的操作.....	71
本產品相關洽詢方式.....	73

電腦上的資料管理

 [第6頁 “應用程式之概要”](#)

 [第7頁 “應用程式之準備”](#)

 [第8頁 “安裝軟體（Epson Run Connect）”](#)

 [第10頁 “建立帳號”](#)

 [第12頁 “上傳資料（Epson Run Connect）”](#)

 [第16頁 “確認跑步資料（RUNSENSE View）”](#)

 [第16頁 “啟動方法”](#)

 [第18頁 “畫面顯示”](#)

 [第21頁 “其他功能”](#)

 [第24頁 “確認活動資料（PULSENSE View）”](#)

 [第24頁 “啟動方法”](#)

 [第26頁 “畫面顯示”](#)

 [第32頁 “其他功能”](#)

 [第34頁 “機器主機的測量設定”](#)

 [第36頁 “啟動方法”](#)

 [第38頁 “設定自動分圈功能”](#)

 [第40頁 “設定目標配速功能”](#)

 [第42頁 “設定航向點功能”](#)

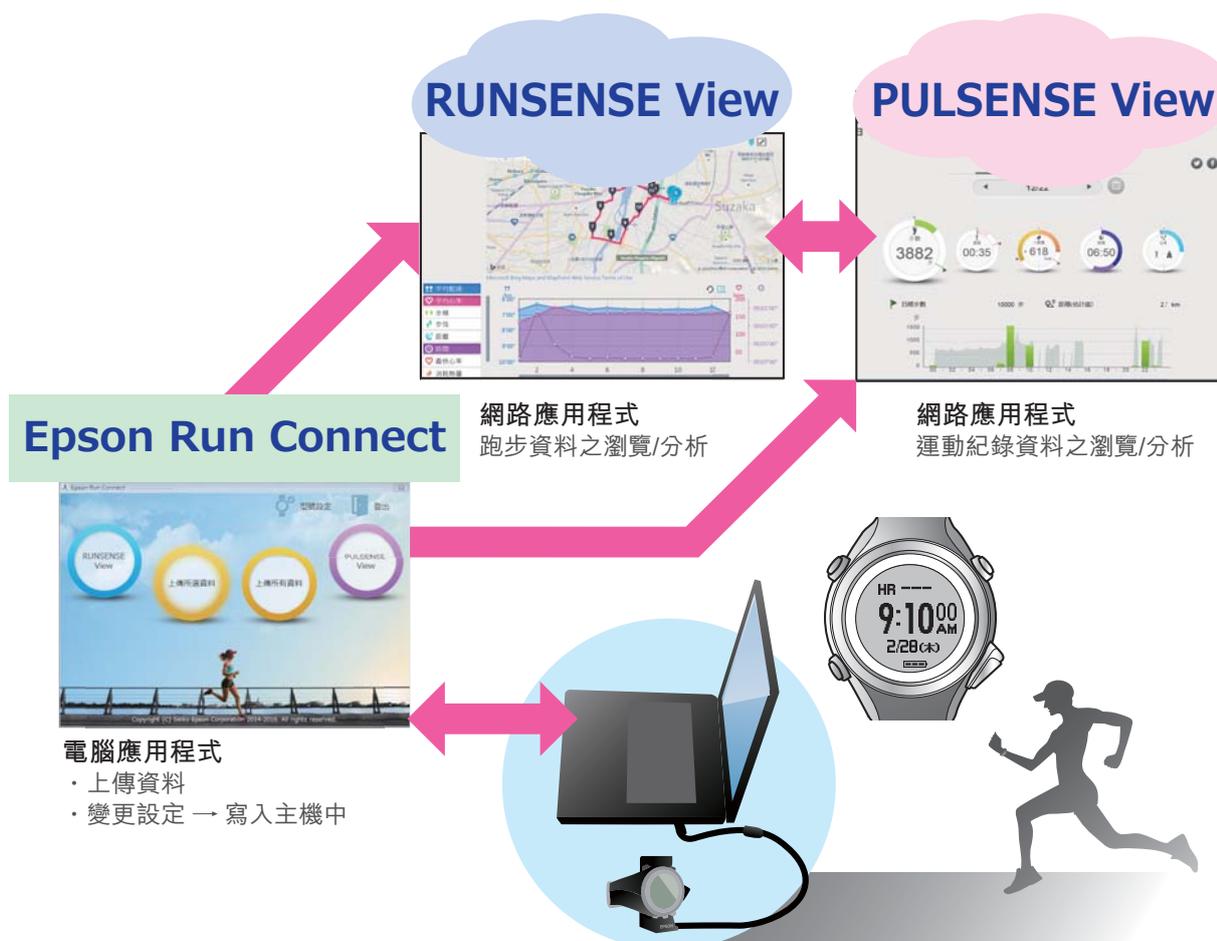
 [第45頁 “設定間歇訓練模式功能”](#)

應用程式之概要

RUNSENSE當中，含以下應用軟體。

- ❑ 上傳紀錄資料用的智慧型手機與電腦用應用程式「Epson Run Connect」
- ❑ 查看與分析上傳之跑步資料用的網路應用程式「RUNSENSE View」
- ❑ 查看與分析上傳之運動紀錄資料用的網路應用程式「PULSENSE View」

按下「RUNSENSE View」與「PULSENSE View」按鈕，即可直接切換。



本書將分別說明於電腦上及智慧型手機上，使用應用程式的情況。

👉 第5頁 “電腦上的資料管理”

👉 第47頁 “於智慧型手機上管理資料”

應用程式之準備

使用應用程式前需進行準備。請以下列流程準備。



使用的電腦是否已安裝最新版的Epson Run Connect ?

※請開啓以下網頁，確認Epson Run Connect是否為最新版本。

<http://www.epson.com.tw/CustomerAndDownload>

Epson Run Connect安裝。

 [第8頁 “安裝軟體 \(Epson Run Connect\)”](#)

是否已有帳號?

建立帳號。

 [第10頁 “建立帳號”](#)

※已曾登錄電子信箱時，代表已擁有帳號，因此不須重新建立。

登入Epson Run Connect。

 [第12頁 “上傳資料 \(Epson Run Connect\)”](#)

上傳資料，並於RUNSENSE View與PULSENSE View上進行確認。

安裝軟體 (Epson Run Connect)

欲將測量資料上傳至網路應用程式時，須安裝Epson Run Connect。

請按以下步驟，將Epson Run Connect安裝至電腦中。

重要說明：
請安裝最新版的Epson Run Connect。
使用之電腦上已曾安裝NR Uploader時，Epson Run Connect執行安裝操作後，將自動移除NR Uploader。

Windows的情況

- 1 請開啓以下網頁，下載Epson Run Connect。

<http://www.epson.com.tw/CustomerAndDownload>

- 2 執行下載的檔案。

螢幕顯示安裝畫面。

- 3 [我接受授權合約中的條款]後，再按下[安裝]。

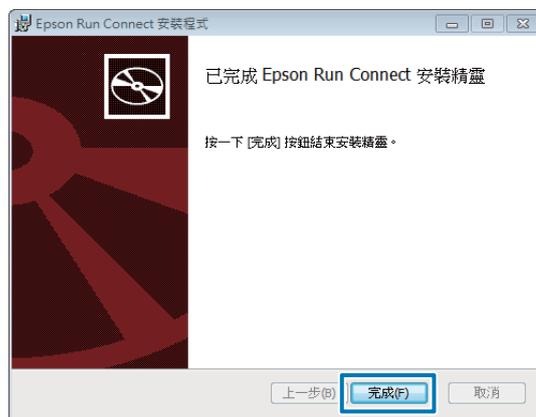


安裝程式將會啓動。

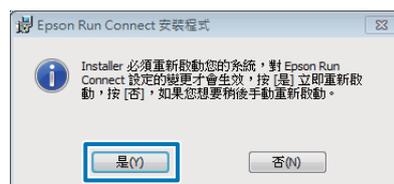
之後請依循畫面之指示進行操作，直到出現完成畫面為止。

附註：
過程中可能會顯示安全性的相關訊息，請直接執行。

- 4 螢幕顯示完成畫面時，請按下[完成]。



- 5 螢幕顯示確認是否重新啓動電腦的畫面時，請按下[是]，重新啓動電腦。



安裝作業至此完成。

OS X的情況

- 1 請開啓以下網頁，下載Epson Run Connect。

<http://www.epson.com.tw/CustomerAndDownload>

- 2 執行下載的檔案。



安裝程式將會啓動。

之後請依循畫面之指示進行操作，直到出現完成畫面為止。

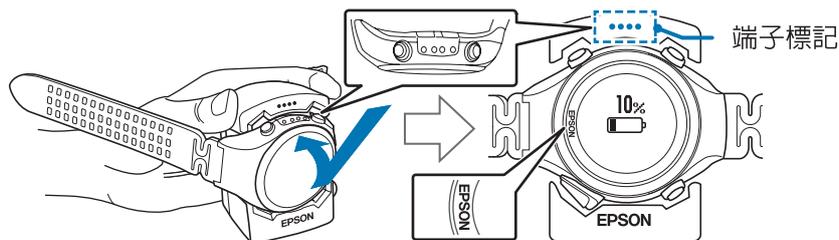
建立帳號

首次使用RUNSENSE View時，需建立帳號。請依照以下步驟建立帳號。

已曾建立RUNSENSE View之帳號，使用相關產品時，可直接以該帳號使用本產品。

1 將主機裝入底座。

讓主機朝向可看見玻璃面的方向。將主機連接端子朝上，確認並對準底座的連接端子標誌與位置。請先將主機放在底座底部後，再慢慢壓入直到頂端固定為止。

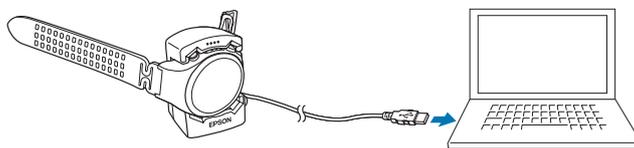


! 重要說明：

- ❑ 主機請勿反向安裝。否則恐造成主機及底座損壞。
- ❑ 主機沾水或汗等污垢時，請勿置於底座。

2 將底座的USB插頭，插入安裝Epson Run Connect之電腦的USB插槽中。

並不保證所有電腦都能動作。請將底座直接連接電腦，勿透過USB集線器。



Epson Run Connect將會啟動。

附註：

未顯示Epson Run Connect的畫面時，請將底座的連接線拔出，並等待幾秒後再重新插入。此時請勿將主機從底座上取下。

3 按下[建立帳號]。



4 請輸入[登入 ID]（電子郵件地址）、[密碼]等內容後，再按下[建立帳號]。

建立新帳號
(登錄 Epson Sensing ID)

登入 ID (電子郵件地址) *

重新輸入: 登入 ID *

密碼 *

密碼 (重新輸入) *

(僅需下列任何字數與種族兩種以上的組合: 輸入 8 - 32 個半角字元: 小寫字元、大寫字元、數字、符號。)

1870/01/01 生日 *

國家/地區 *

Taiwan (台灣)

☑ 已閱讀並同意隱私權政策及網站使用條款。

建立帳號

之後請依照畫面指示完成建立帳號的作業。

帳號建立完成後，請前往下個項目的步驟**4**。

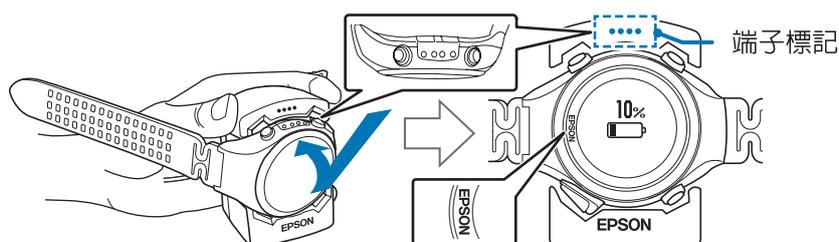
 第12頁 “上傳資料 (Epson Run Connect)”

上傳資料 (Epson Run Connect)

將資料上傳至網路應用程式。

1 將主機裝入底座。

讓主機朝向可看見玻璃面的方向。將主機連接端子朝上，確認並對準底座的連接端子標誌與位置。請先將主機放在底座底部後，再慢慢壓入直到頂端固定為止。

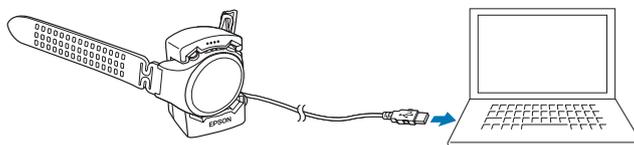


重要說明：

- ❑ 主機請勿反向安裝。否則恐造成主機及底座損壞。
- ❑ 主機沾水或汗等污垢時，請勿置於底座。

2 將底座的USB插頭，插入安裝Epson Run Connect之電腦的USB插槽中。

並不保證所有電腦都能動作。請將底座直接連接電腦，勿透過 USB 集線器。



Epson Run Connect將會啟動。

附註：

未顯示Epson Run Connect的畫面時，請將底座的連接線拔出，並等待幾秒後再重新插入。此時請勿將主機從底座上取下。

3 按下[有帳戶的使用者]。



電腦上的資料管理

- 4 輸入[登入帳號]和[密碼]，然後按下[登入]。



- 5 在Windows版本上，請按下[上傳所有資料]，在OS X版本上，請按下[上傳]。

Windows的情況



OS X的情況



電腦上的資料管理

附註：

在Windows版本上按下[上傳所選資料]時，將自動上傳運動紀錄資料，並接著顯示跑步資料的一覽表畫面。請選擇欲上傳之跑步資料後，再按下[上傳]。



OS X版本無[上傳所選資料]的功能。

6 資料將被上傳至網路應用程式。

上傳時將依照運動紀錄資料、跑步資料的順序上傳。



接著再上傳跑步資料。



上傳完成後，網路應用程式「RUNSENSE View」將自行啟動，並顯示儀表板畫面。

[第18頁 “畫面顯示”](#)

電腦上的資料管理

附註：

在無跑步資料的狀態下上傳時，僅會上傳運動紀錄資料，並啓動網路應用程式「PULSESENSE View」。

 [第26頁 “畫面顯示”](#)

確認跑步資料（RUNSENSE View）

網路應用程式「RUNSENSE View」可管理已上傳的跑步資料（路線、距離、速度、心率、燃燒的卡路里等）。由於能以各種格式顯示路線地圖、速度 / 距離圖表、統計（特定月份 / 完整期間）等內容，因此可進行資料分析等動作。此外由於能以 GPX 格式匯出，因亦能於其他應用程式上活用跑步資料。

啟動方法

請以以下其中一種方式啟動。

 第16頁 “■開啓網頁”

 第16頁 “■Epson Run Connect以圖示啟動”

 第17頁 “■由Epson Run Connect啟動”

■開啓網頁

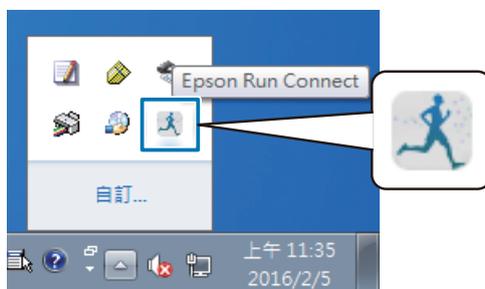
<https://go-wellness.epson.com/neo-run/>

將顯示RUNSENSE View之登入畫面。[登入 ID]與[密碼]後，按下[登入]。

■Epson Run Connect以圖示啟動

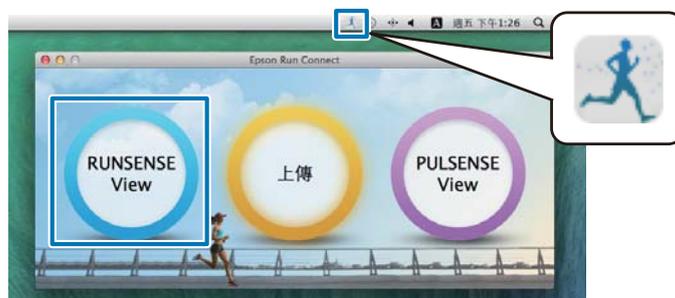
Windows的情況

於工作列中的Epson Run Connect圖示上按下滑鼠右鍵，選擇[啟動 RUNSENSE View]。



OS X的情況

按下選單列中的Epson Run Connect圖示上，選擇[RUNSENSE View]。



網路應用程式「RUNSENSE View」將會啟動，並顯示儀表板畫面。

■由Epson Run Connect啟動

1 將裝有主機的底座連接電腦。

安裝方法請瀏覽以下內容。

[🔗 第12頁 “上傳資料 \(Epson Run Connect\)”](#)

2 按下[RUNSENSE View]。

Windows的情況



OS X的情況



網路應用程式「RUNSENSE View」將會啟動，並顯示儀表板畫面。

畫面顯示

針對主要畫面進行說明。

儀表板



1 健行成績

顯示以MZ系列測得之健行資料。

無資料時，可在應用程式設定中切換為隱藏狀態。

2 顯示目標

設定目標距離與期間後，可確認目標的進度。

關於目標設定，請瀏覽以下內容。

[第22頁 “設定目標距離。”](#)

3 每月訓練

以行事曆格式管理紀錄。可確認單週、單月的跑步距離。

此外點選日期時，將顯示當日實施之運動。

點選[運動名稱]時，可確認詳細內容。

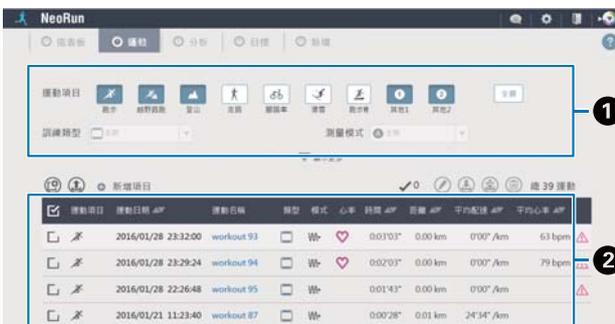
[第20頁 “運動詳細資訊”](#)

4 上傳資料

顯示最近上傳的資料。[運動名稱]時，可確認詳細內容。

[第20頁 “運動詳細資訊”](#)

運動



1 可利用運動項目等類別，篩選顯示的運動。

2 可以一覽表方式確認上傳的運動。

點選[運動名稱]時，可確認詳細內容。

[第20頁 “運動詳細資訊”](#)

分析



可分析運動與身體的狀態。

- ❑ 在運動摘要畫面中，可利用圖表方式回顧單月或全年等的固定期間運動內容。
- ❑ 在運動比較畫面中，可自由比較測量結果。
- ❑ 在身體測量值畫面中，將以圖表方式顯示輸入的體重與體脂肪率。並且會一併顯示由測量結果推算出的VO2Max。

附註：

- ❑ 上傳使用主機測得之跑步資料後，將自動登錄測量資料時的主機設定體重。
- ❑ 由主機上傳跑步資料前，已登錄體重時，不會登錄主機設定之體重。

目標

名稱	期間	姓名	目標	結果	百分比	資訊
2016/01/26 - 2016/04/16 Nagami Mar...			200 km	1 km	0%	4 次數 / 82 天數
2015/12/01 - 2015/12/31 Training it...			200 km	66 km	33%	55 次數 / 31 天數
2015/11/25 - 2015/11/30 Training a...			10 km	410 km	4105%	23 次數 / 6 天數

可確認設定之目標。或是新增、刪除目標。

[👉 第22頁 “設定目標距離。”](#)

新增



可登錄未使用主機時的運動內容。

[👉 第22頁 “登錄未使用主機時的運動內容。”](#)

運動詳細資訊

The screenshot displays the NeoRun application interface for a workout named "workout52". The interface is divided into several sections:

- Summary Section:** Displays key statistics such as time (1:14'03"30), distance (11.228 km), average pace (6'35"/km), and calories burned (817 kcal).
- Maximum Oxygen Consumption (VO2max):** A bar chart showing a predicted maximum oxygen consumption of 41.8 ml/kg/min.
- Map:** A map showing the running route in Suzaka, Japan, with numbered markers (1-13) indicating specific segments.
- Heart Rate and Pace Charts:** Two line charts showing heart rate (bpm) and average pace (min/km) over time (1-13 segments).
- Segment Summary Table:** A table at the bottom providing a detailed breakdown of the run by segment, including distance, segment time, distance, segment time, average pace, and average heart rate.

分段數	總距離	分段時間	距離	分段時間	平均配速	平均心率
1	1.00 km	0:06'40"	1.00 km	0:06'40'37"	6'40"/km	132 bpm
2	1.21 km	0:08'04"	0.21 km	0:01'21'79"	6'19"/km	154 bpm
10	9.00 km	0:59'20"	1.00 km	0:06'37'03"	6'37"/km	158 bpm
11	10.00 km	1:06'00"	1.00 km	0:06'39'95"	6'39"/km	159 bpm
12	11.00 km	1:12'27"	1.00 km	0:06'27'08"	6'27"/km	161 bpm
13	11.22 km	1:14'03"	0.22 km	0:01'35'60"	6'56"/km	162 bpm

- 1 顯示圖示之義涵等。
- 2 可分享運動內容，或投稿至SNS。
- 3 顯示跑步距離、平均配速、心率等。
- 4 顯示由運動期間的脈搏推算出之最大攝氧量（最大攝氧量）。此外也會依據推算之最大攝氧量，顯示各距離的預估賽程時間。最大攝氧量，請瀏覽「使用手冊」。
<http://www.epson.com.tw/Customer-AndDownload>
- 5 於地圖上顯示測得分圈之地點。
- 6 可在地圖上確認以GPS測得之路線。
按下 後，將顯示地圖。
- 7 以圖表顯示各種資訊。
使用 與 設定縱軸與橫軸。
- 8 設定顯示圖表的縱軸。
- 9 顯示運動期間的脈搏變化。
以 設定橫軸。
- 10 設定顯示圖表的橫軸。
- 11 顯示各心率區的停留時間。
- 12 選擇顯示的圖表。
- 13 顯示各分圈的平均配速與心率等。

其他功能

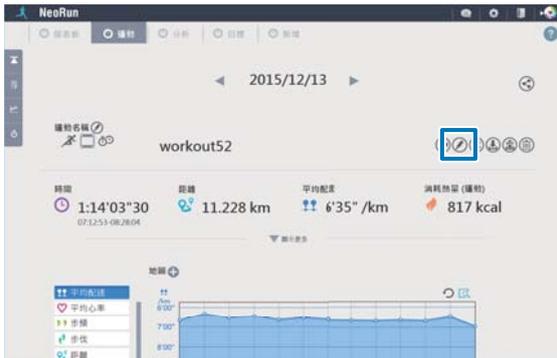
編輯跑步資料

編輯已上傳的跑步資料。

1 點選希望編輯之資料的[運動名稱]。

顯示運動詳細資訊畫面。

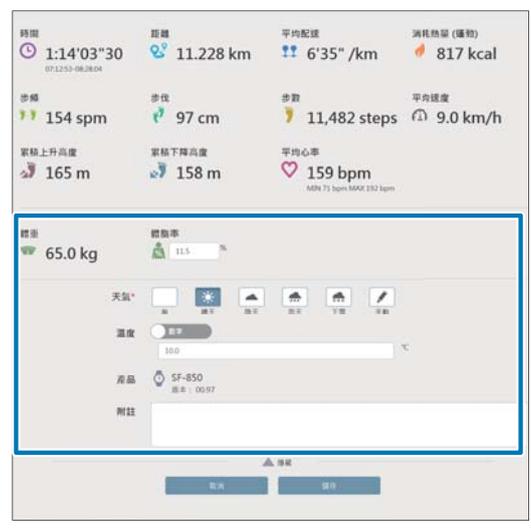
2 按下 。



3 編輯[運動名稱]、[運動項目]、[訓練類型]。



附註：
按下  後，可輸入天氣、溫度、附註等。



4 按下[儲存]。



運動的編輯操作至此完成。

設定目標距離。

設定目標距離與期間。設定目標的進度，可於儀表面板上確認。

1 按下[目標]選單。



2 按下 。



3 輸入[目標期間]、[姓名]、[目標]後，按下[設定]。



附註：

可設定一個以上的目標，但目標期間不可重複。

目標設定操作至此完成。

登錄未使用主機時的運動內容。

可將非使用主機測量之運動內容，登錄至RUNSENSE View。

1 按下[新增]選單。



2 按下正在新增運動的[新增]。

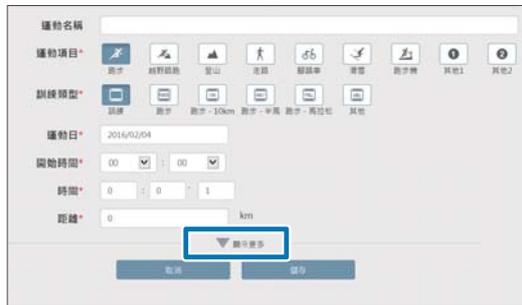


3 輸入[運動名稱]、[運動項目]、[運動日]、[距離]等。



附註：

按下  後，可輸入體重、天氣、溫度、附註等。



運動名稱

運動項目

訓練類型

運動日

開始時間

時間

距離

儲存




體重

體重率

天氣

溫度

排名

附註

儲存

4 按下[儲存]。



新增運動

運動名稱

運動項目

訓練類型

運動日

開始時間

時間

距離

儲存

新增運動的操作至此完成。

連結其他應用程式

1 按下  後，再點選[已連結的應用程式]。



2 於希望連結的運用程式上，按下[允許]。



3 之後請依據選擇之應用程式畫面中的指示，完成連結操作。

附註：

- 需在欲連結的應用程式上登錄為使用者。
- 對資料連結進行設定時，請於完成連結後，按下[設定]。



確認活動資料（PULSENSE View）

可將活動資料，上傳至網路應用程式「PULSENSE View」。活動資料包含脈搏率、步數、運動、卡路里、睡眠、心情，可以單日或單週等期間進行確認，或以圖表確認。

啟動方法

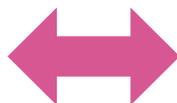
請以下列之一的方法啟動。

-  [第24頁](#) “[由RUNSENSE View啟動](#)”
-  [第24頁](#) “[由Epson Run Connect啟動](#)”
-  [第25頁](#) “[開啓網頁](#)”

■由RUNSENSE View啟動

按下畫面右上方的PULSENSE View圖示（）後，將切換為PULSENSE View。
以相同方式PULSENSE View按下畫面右上方的RUNSENSE View圖示（）後，將返回RUNSENSE View。

RUNSENSE View



PULSENSE View



■由Epson Run Connect啟動

- 1 將裝有主機的底座連接電腦。

安裝方法請瀏覽以下內容。

-  [第12頁](#) “[上傳資料（Epson Run Connect）](#)”

Epson Run Connect將會啟動。

2 按下[PULSENSE View]。

Windows的情況



OS X的情況



網路應用程式「PULSENSE View」將會啟動，並顯示每日畫面。

■開啓網頁

<https://go-wellness.epson.com/pulsense-view/>

螢幕將顯示PULSENSE View的登入畫面，請輸入[登入 ID]與[密碼]後，按下[登入]。

附註：

- 首次PULSENSE View使用時，請依據畫面指示，再次設定個人資料等內容。
- 曾在主機上設定目標時，亦請在應用程式上設定目標。
- 曾在主機上變更體重等個人資料資訊時，亦請在應用程式上變更設定內容。

畫面顯示

共通項目



①	顯示關於PULSESENSE View之通知。
②	輸入飲食紀錄、體重、睡眠。
③	設定個人資料與目標等的應用程式設定項目。
④	登出。
⑤	切換為網路應用程式「RUNSENSE View」。
⑥	以單日、單週、單月為單位，顯示步數、卡路里等活動資料。 第27頁 “每日”
⑦	可利用以單週、單月為單位的顯示圖表，確認睡眠與心情等項目。 第31頁 “分析”
⑧	變更顯示期間。
⑨	變更顯示日期。
⑩	以由行事曆中選擇日期的方式，變更顯示活動資料的日期。
⑪	前往說明頁面。

每日

可以單日、單週、單月為單位，確認步數、運動、卡路里、睡眠、心情。

點擊運動紀錄之馬錶，切換顯示項目。



-  第27頁 “確認步數與距離。”
-  第28頁 “確認運動時間。”
-  第29頁 “確認攝取卡路里與燃燒的卡路里之比例。”
-  第30頁 “確認睡眠時間與睡眠狀態。”
-  第30頁 “確認興奮狀態與放鬆狀態。”

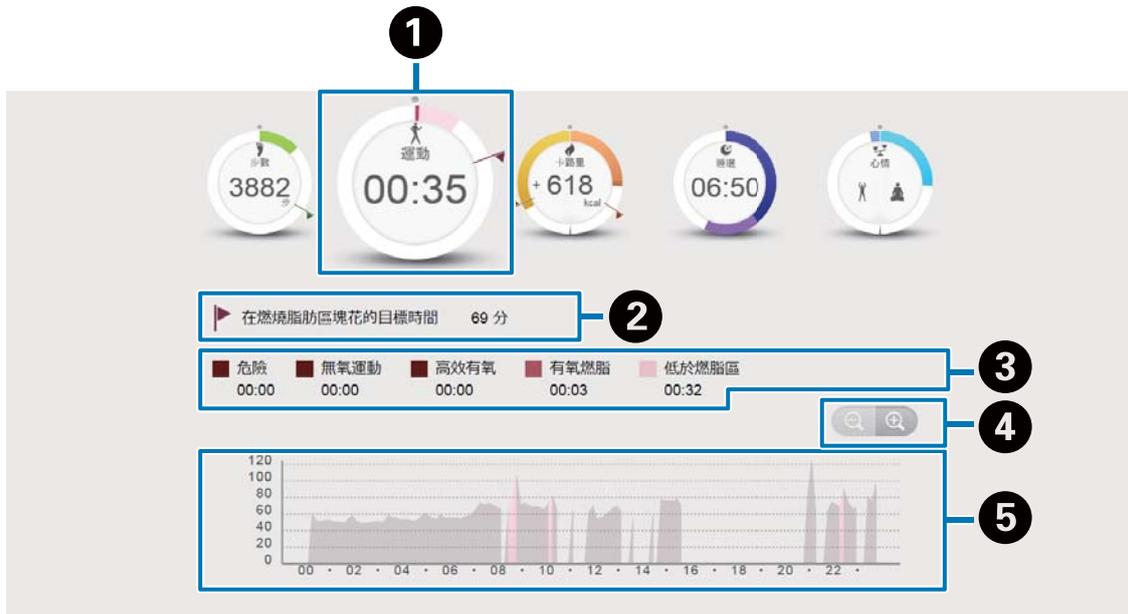
確認步數與距離。



1	顯示步數。
2	顯示啓動PULSE SENSE View時設定之目標值。 曾在主機上設定目標時，亦請在應用程式上設定目標。
3	顯示移動距離（依據步數以及個人資料中輸入之身高計算）。
4	顯示各小時的步數。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的步數。
5	顯示體重與體脂率。[身體]後，可輸入體重與體脂率。

電腦上的資料管理

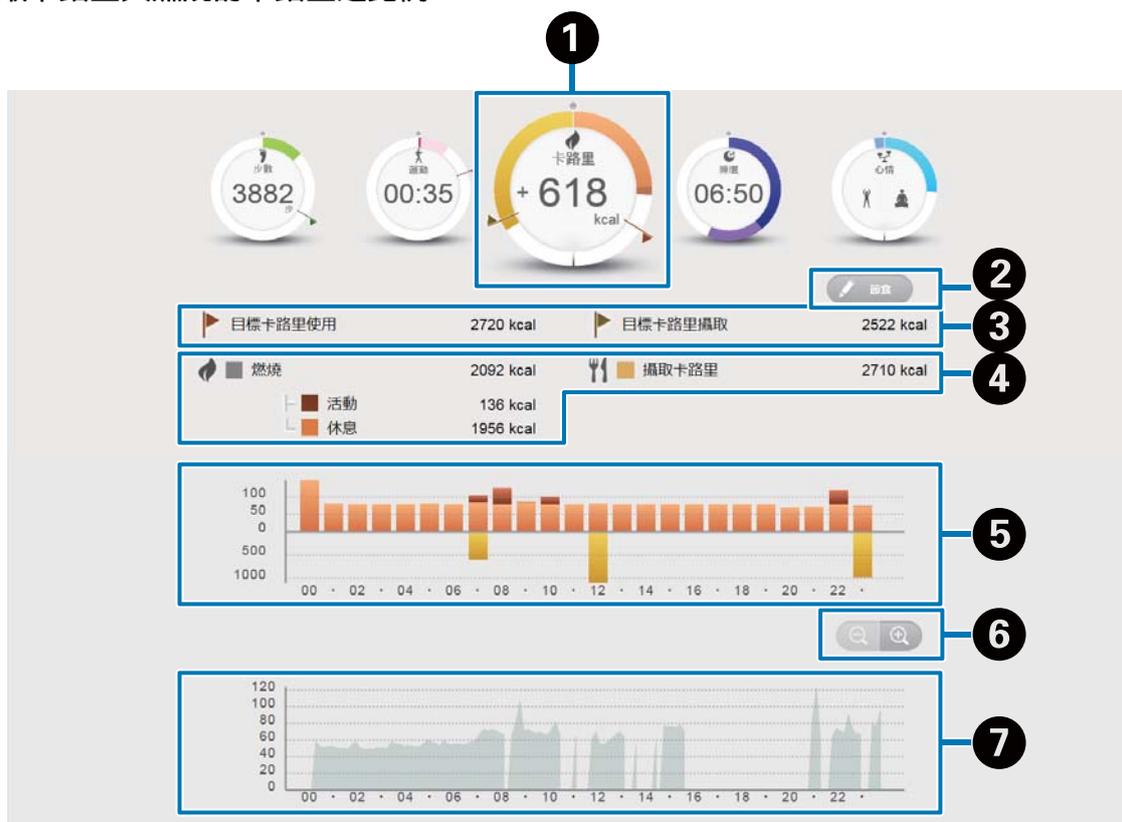
確認運動時間。



①	顯示運動時間。
②	顯示啓動PULSESENSE View時設定之目標值。 曾在主機上設定目標時，亦請在應用程式上設定目標。
③	依據測得之脈搏率，顯示停留在各種運動強度區域中的時間。
④	可放大/縮小圖表。可以10分鐘、1分鐘、20秒為單位，確認脈搏率的變化。
⑤	以圖表顯示脈搏率之變化。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的脈搏率。並且可依據不同顏色，確認運動強度的變化。

電腦上的資料管理

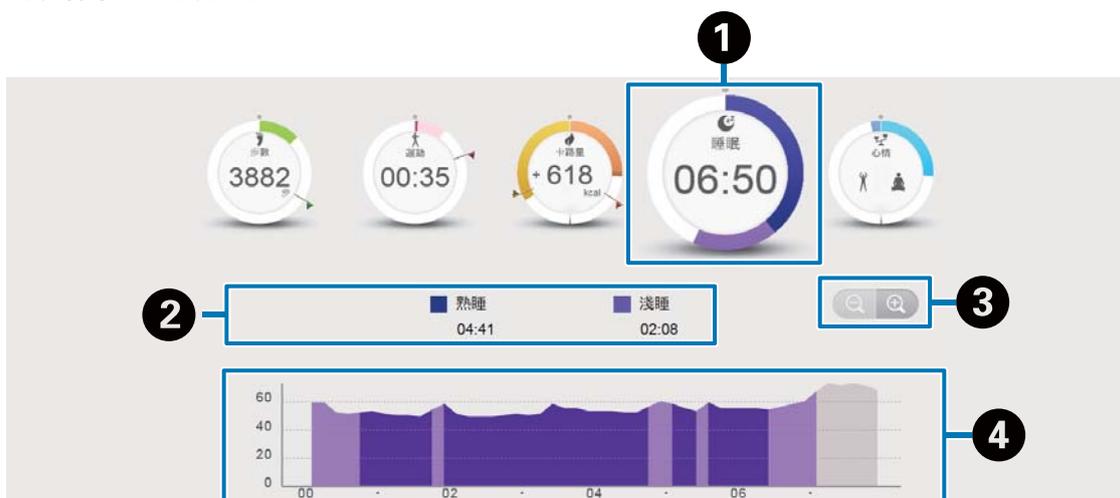
確認攝取卡路里與燃燒的卡路里之比例。



①	顯示攝取卡路里與燃燒的卡路里之間的差異量。燃燒的卡路里大於攝取卡路里時，數值將變為負值。
②	輸入飲食的時間與份量。程式將依據輸入之內容計算攝取卡路里。 🔗 第32頁 “登錄攝取卡路里”
③	顯示啟動PULSESENSE View時設定之目標值。 曾在主機上設定目標時，亦請在應用程式上設定目標。
④	顯示燃燒與攝取卡路里。 燃燒為活動（因運動而燃燒的卡路里）與休息（身體幾乎靜止的狀態下燃燒的卡路里）之合計值。
⑤	以圖表顯示燃燒的卡路里總量與攝取卡路里的推算量。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的卡路里。
⑥	可放大/縮小圖表。可以10分鐘、1分鐘、20秒為單位，確認脈搏率的變化。
⑦	以圖表顯示脈搏率之變化。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的脈搏率。

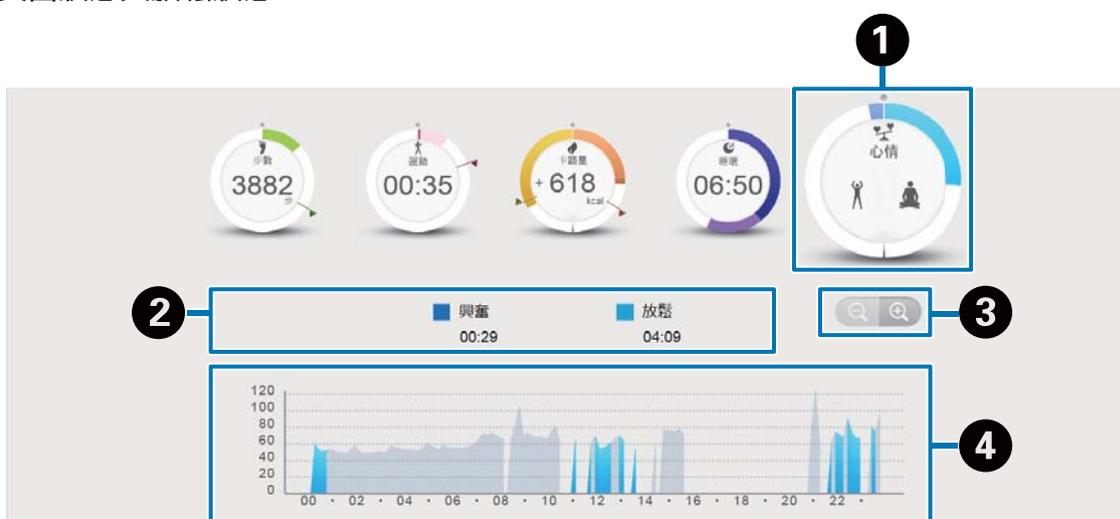
電腦上的資料管理

確認睡眠時間與睡眠狀態。



①	顯示睡眠時間。
②	顯示熟睡（脈搏率低於一定數值的睡眠，可能處於安眠狀態中）與淺睡（脈搏率高於一定數值的睡眠，可能較偏向淺層睡眠）的時間。
③	可放大/縮小圖表。可以10分鐘、1分鐘、20秒為單位，確認脈搏率的變化。
④	以圖表顯示脈搏率之變化。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的脈搏率。並且可依據不同顏色，確認睡眠狀態的變化。

確認興奮狀態與放鬆狀態。



①	以比例方式，顯示未進行運動時，脈搏率處於上升狀態與平穩狀態的時間。
②	顯示興奮（運動量較少的日常行動時，脈搏率較高的狀態）與放鬆（運動量較少的日常行動時，脈搏率較低的狀態）的時間。
③	可放大/縮小圖表。可以10分鐘、1分鐘、20秒為單位，確認脈搏率的變化。
④	以圖表顯示脈搏率之變化。將滑鼠的游標移動至圖表上時，可確認該時間的脈搏率。並且可依據不同顏色，確認心情的變化。

分析

可將運動紀錄資料排成縱列，對多個項目建立關聯性進行分析。

1 按下[分析]。

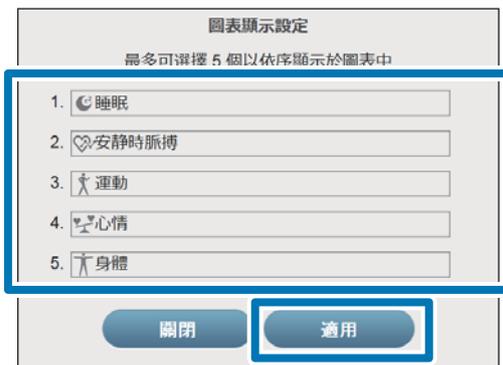


首次使用分析功能時，須設定顯示之運動紀錄的項目與順序。請瀏覽步驟2與3。

2 按下[圖表顯示設定]。



3 設定顯示之運動紀錄的項目與順序後，按下[適用]。



4 將顯示設定之運動紀錄的項目。



可顯示的運動紀錄資料

最多可顯示以下運動紀錄資料中的5個項目。

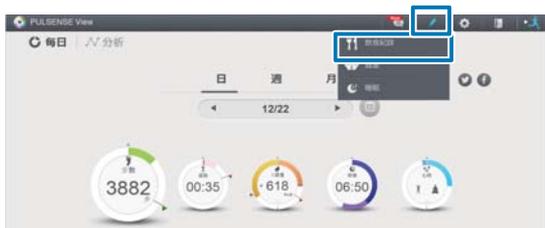
身體	輸入之體重與體脂率的變動情況
運動	運動時間的變動情況
睡眠	睡眠時間與睡眠狀態的變動情況
步數	步數與距離的變動情況
卡路里	攝取卡路里與燃燒的卡路里之變動情況
心情	興奮狀態與放鬆狀態的變動情況
安靜時脈搏	安靜時的脈搏率變動情況

其他功能

登錄攝取卡路里

登錄攝取卡路里後，可確認與燃燒的卡路里之間的比例。

1 按下 ，選擇[飲食紀錄]。



2 選擇[飲食時刻]與[飲食量]。



將顯示攝取卡路里的概估量。

3 按下[適用]。



附註：

亦可透過由每日的卡路里畫面點選[節食]的方式，登錄攝取卡路里。

[第29頁](#) “確認攝取卡路里與燃燒的卡路里之比例。”

攝取卡路里的登錄操作至此完成。

登錄體重及體脂率。

登錄體重與體脂率後，可在分析畫面中以圖表確認身體的變化。

1 按下 ，選擇[體重]。



2 輸入[體重]與[體脂率]。



附註：

- ❑ 登錄之日期測得之跑步資料已上傳至 RUNSENSE View時，將自動輸入當時主機中登錄的體重。
- ❑ 曾在主機上變更體重等個人資料資訊時，亦請在應用程式上變更設定內容。

3 按下[OK]。



附註：

亦可透過每日畫面，點選[身體]的方式，登錄體重與體脂率。

[第27頁](#) “每日”

體重與體脂率的登錄操作至此完成。

於此處輸入之體重與體脂率，將套用至RUNSENSE View的身體測量值畫面中。

[第19頁](#) “分析”

登錄睡眠時間

可在未使用主機睡眠時，或是無法順利測得睡眠時間時，輸入與修正睡眠時間。

- 1 按下 ，選擇[睡眠]。



- 2 輸入[睡眠時間]與[喚醒時間]。



- 3 按下[適用]。



睡眠時間的登錄操作至此完成。

機器主機的測量設定

Epson Run Connect除了可將測量資料上傳至網路應用程式「RUNSENSE View」、「PULSESENSE View」外，亦可由電腦設定自動分圈、目標配速、間歇訓練模式等測量項目※。

※ Epson Run Connect OS X版本無設定機器主機之測量項目的功能。

首頁畫面



在型號設定中，可由電腦設定自動分圈、目標配速、航向點、間歇訓練模式。

型號設定 - 自動分圈設定畫面



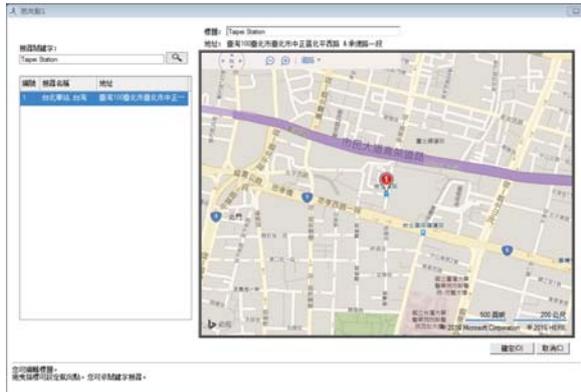
在自動分圈功能中，可自由對各區間設定分圈的時間或距離。

型號設定 - 目標配速設定畫面



在目標配速功能中，可自由對各區間設定欲作為目標之配速。

型號設定 - 航向點設定畫面



在航向點功能中，可於地圖上登錄航向點。

型號設定 - 間歇訓練模式設定畫面

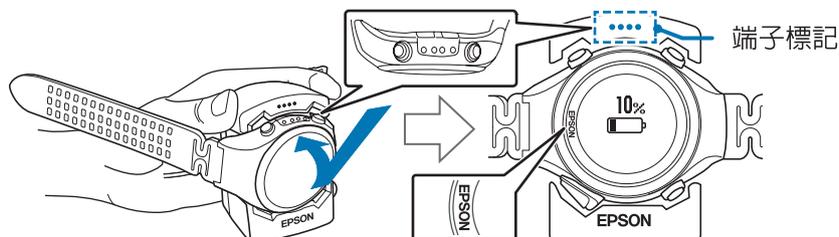


在間歇訓練模式功能中，可自由設定間歇訓練的內容。

啓動方法

1 將主機裝入底座。

讓主機朝向可看見玻璃面的方向。將主機連接端子朝上，確認並對準底座的連接端子標誌與位置。請先將主機放在底座底部後，再慢慢壓入直到頂端固定為止。

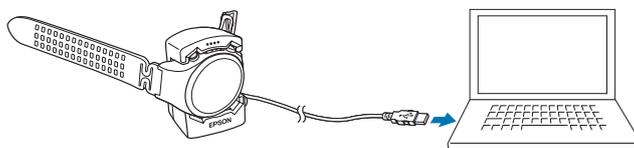


重要說明：

- ❑ 主機請勿反向安裝。否則恐造成主機及底座損壞。
- ❑ 主機沾水或汗等污垢時，請勿置於底座。

2 將底座的USB插頭，插入安裝Epson Run Connect之電腦的USB插槽中。

並不保證所有電腦都能動作。請將底座直接連接電腦，勿透過 USB 集線器。



Epson Run Connect將會啓動。

附註：

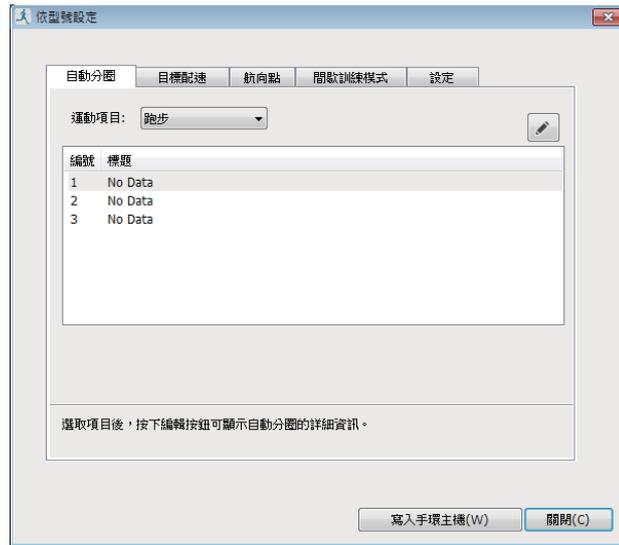
未顯示Epson Run Connect的畫面時，請將底座的連接線拔出，並等待幾秒後再重新插入。此時請勿將主機從底座上取下。

3 於Epson Run Connect畫面上按下[型號設定]。



電腦上的資料管理

主機的設定值將被讀取至Epson Run Connect中，並顯示型號設定畫面。

**附註：**

按下[設定]選單後，可選擇距離的單位。但此處設定的單位不會套用至主機上。

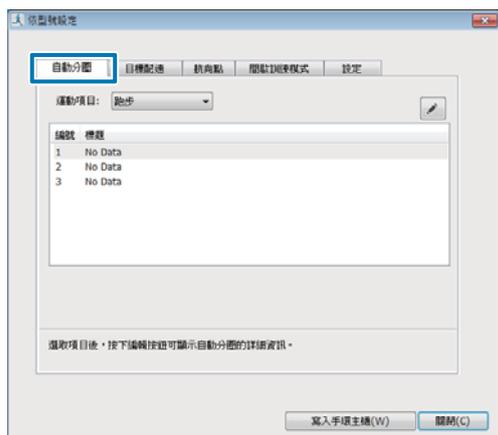
設定自動分圈功能

在自動分圈功能中，可自由對各區間設定分圈的時間或距離。

- 1 顯示Epson Run Connect的型號設定畫面。

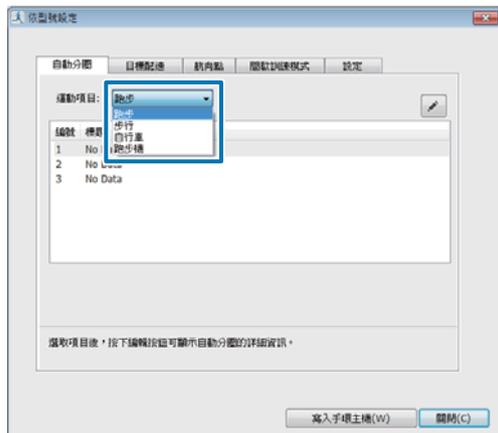
 第36頁 “啓動方法”

- 2 按下[自動分圈]選單。

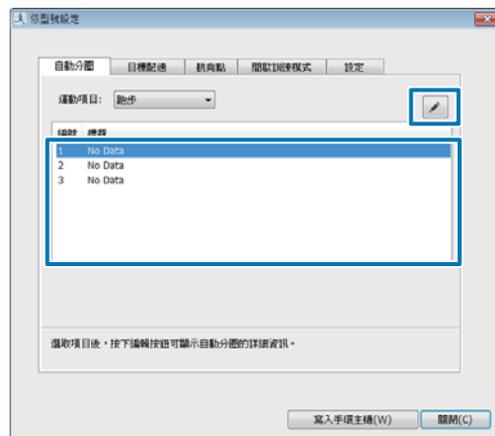


- 3 選擇[運動項目]。

可分別對各活動類型設定自動分圈功能。

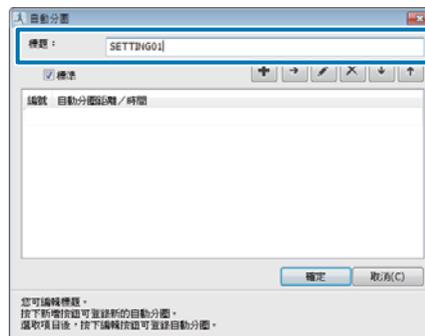


- 4 欲新增時，請選擇[No Data]後，再按下[編輯]按鈕。
欲編輯已登錄的設定時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下[編輯]按鈕。

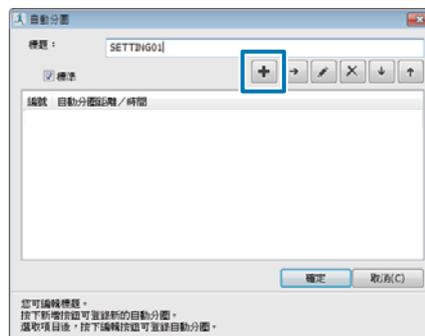


- 5 輸入或編輯[標題]。

請輸入半形英數符號、空格、連字號 (-)、句點 (.) 或底線 (_) 作為標題文字。



- 6 按下[新增]按鈕。

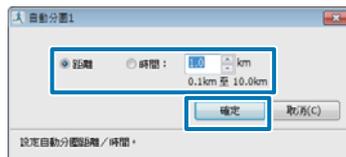


以下將說明新增的步驟。

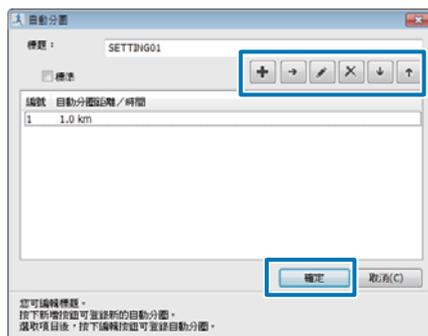
欲編輯已登錄之設定值時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下各按鈕。

按鈕		說明
	新增	登錄新設定。
	插入	在已登錄設定之前插入新設定。
	編輯	編輯已登錄之設定值。
	刪除	刪除已登錄之設定值。
	下移	將已登錄之設定值向下移動。
	上移	將已登錄之設定值向上移動。

- 7** 設定分圈的距離或時間後，按下[確定]。

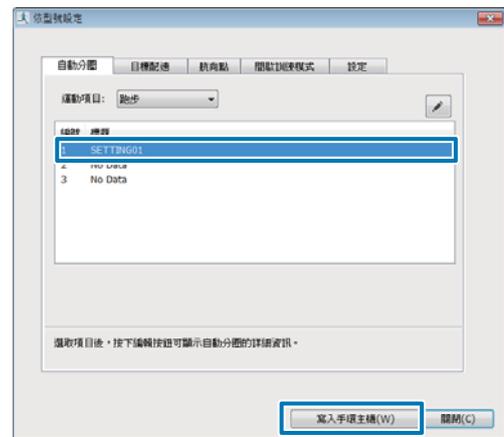


- 8** 登錄多個項目或進行編輯時，請按下按鈕並執行操作。完成設定後，請按下[確定]。



附註：
勾選[標準]時，所有區間的設定值皆會變為標準，無法登錄多個設定值。

- 9** 選擇欲寫入主機的設定值後，再按下[寫入手環主機]。



- 10** 按下[是]。

設定值將被寫入主機中。

- 11** 按下[關閉]。

設定操作至此完成。

叫出寫入主機中的自動分圈設定值，進行測量。操作方法請瀏覽「使用手冊」。

設定目標配速功能

在目標配速功能中，可自由對各區間設定欲作為目標之配速。

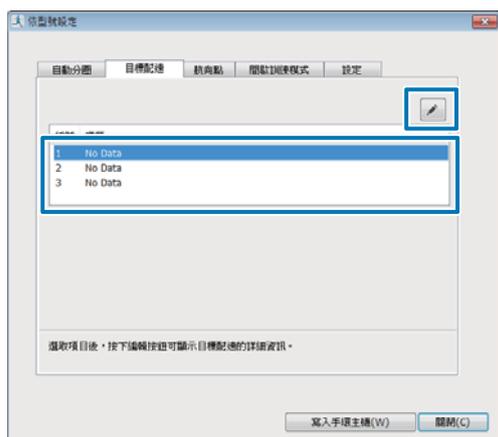
- 1 顯示Epson Run Connect的型號設定畫面。

 第36頁 “啓動方法”

- 2 按下[目標配速]選單。

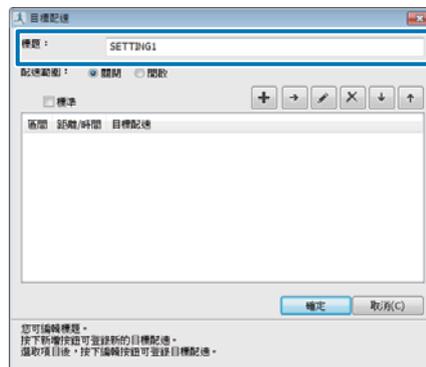


- 3 欲新增時，請選擇[No Data]後，再按下[編輯]按鈕。
欲編輯已登錄的設定時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下[編輯]按鈕。

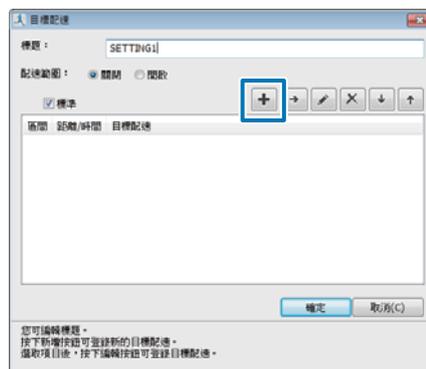


- 4 輸入或編輯[標題]。

請輸入半形英數符號、空格、連字號 (-)、句點 (.) 或底線 (_) 作為標題文字。



- 5 按下[新增]按鈕。



以下將說明新增的步驟。

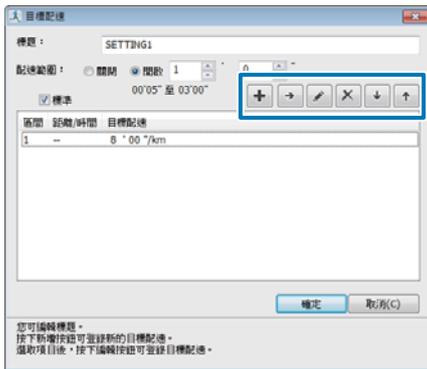
欲編輯已登錄之設定值時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下各按鈕。

按鈕	說明
	新增 登錄新設定。
	插入 在已登錄設定之前插入新設定。
	編輯 編輯已登錄之設定值。
	刪除 刪除已登錄之設定值。
	下移 將已登錄之設定值向下移動。
	上移 將已登錄之設定值向上移動。

- 6 設定區間的距離或時間，再設定該區間之目標配速後，按下[確定]。

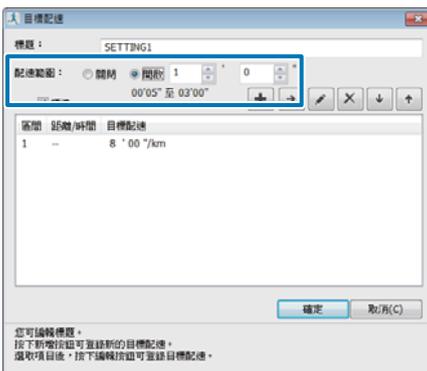


- 7 登錄多個項目或進行編輯時，請按下按鈕並執行操作。

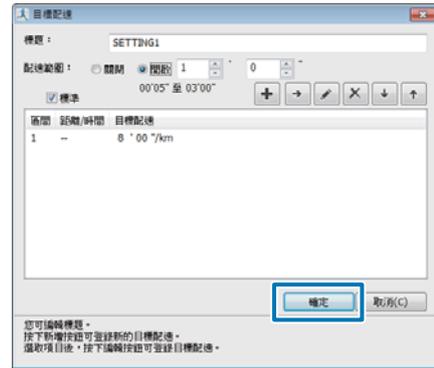


附註：
由於選擇[標準]時會設定大約 1 公里的目標時間，因此您無法登錄多個項目。

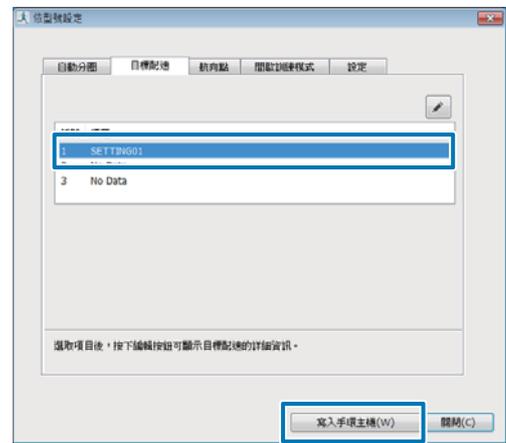
- 8 設定希望維持目標配速的範圍。
若超出設定的配速範圍，主機會發出警示音。



- 9 完成設定後，請按下[確定]。



- 10 選擇欲寫入主機的設定值後，再按下[寫入手環主機]。



- 11 按下[是]。
設定值將被寫入主機中。

- 12 按下[關閉]。

設定操作至此完成。

叫出寫入主機中的目標配速設定值，進行測量。操作方法請瀏覽「使用手冊」。

設定航向點功能

在航向點功能中，可於地圖上登錄航向點。

- 1 顯示Epson Run Connect的型號設定畫面。

[第36頁 “啓動方法”](#)

- 2 按下[航向點]選單。



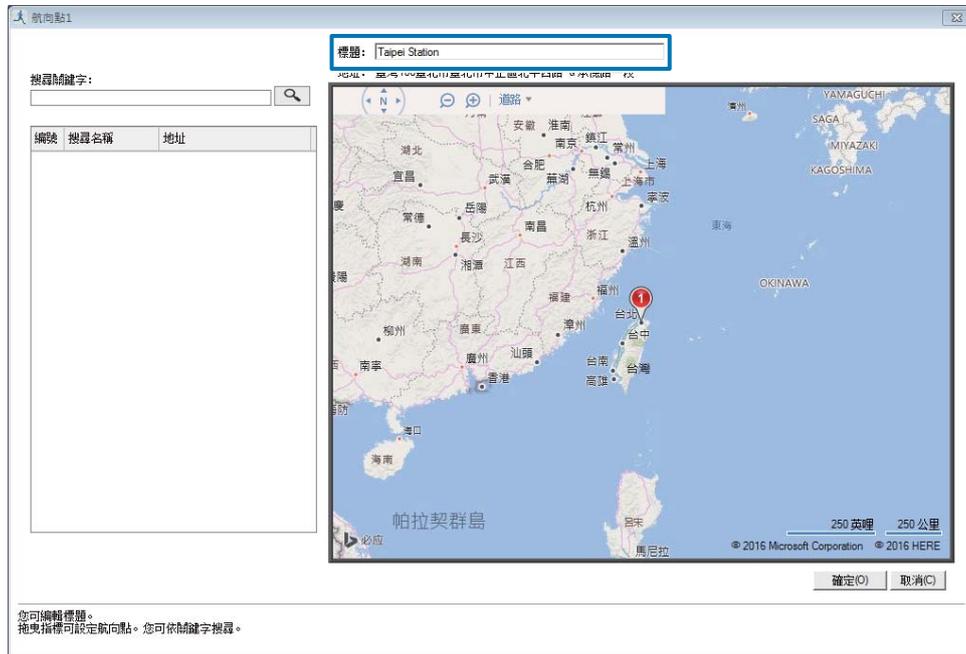
- 3 欲新增時，請選擇[No Data]後，再按下[編輯]按鈕。
欲編輯已登錄的設定時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下[編輯]按鈕。



電腦上的資料管理

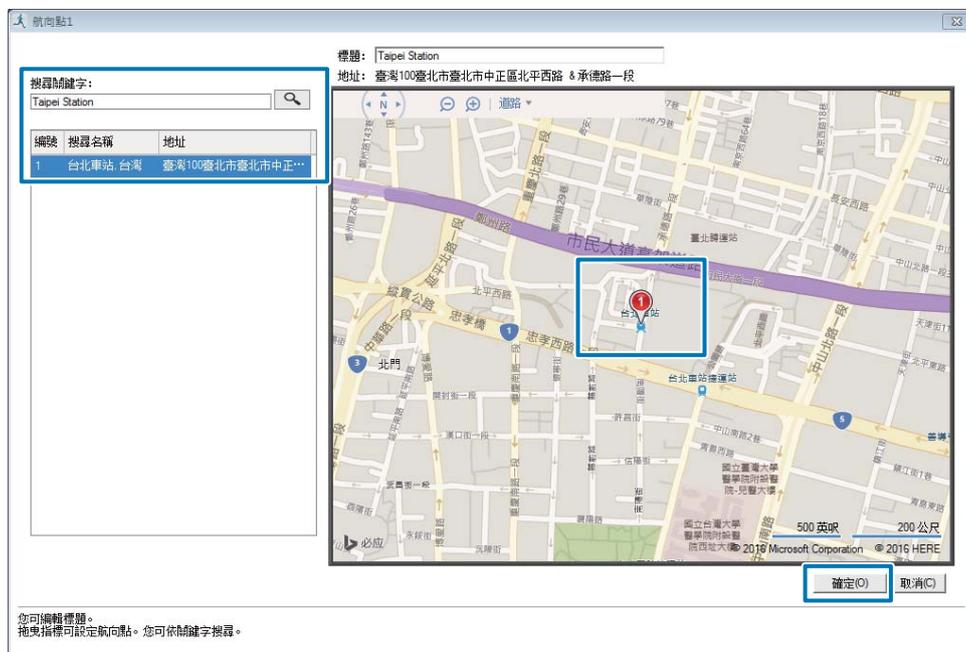
4 輸入或編輯[標題]。

請輸入半形英數符號、空格、連字號 (-)、句點 (.) 或底線 (_) 作為標題文字。



5 拖曳地圖上的大頭針，設定航向點後，再按下[確定]。

亦可透過搜尋文字的方式設定航向點。



電腦上的資料管理

- 6** 選擇欲寫入主機的設定值後，再按下[寫入手環主機]。

**附註：**

按下[在地圖上全部檢視]後，可於地圖上確認已設定之所有航向點。

- 7** 按下[是]。

設定值（位置資訊 / 標題）將被寫入主機中。

- 8** 按下[關閉]。

設定操作至此完成。

叫出寫入主機中的航向點設定值，進行測量。操作方法請瀏覽「使用手冊」。

設定間歇訓練模式功能

在間歇訓練模式功能中，可自由設定間歇訓練的內容。

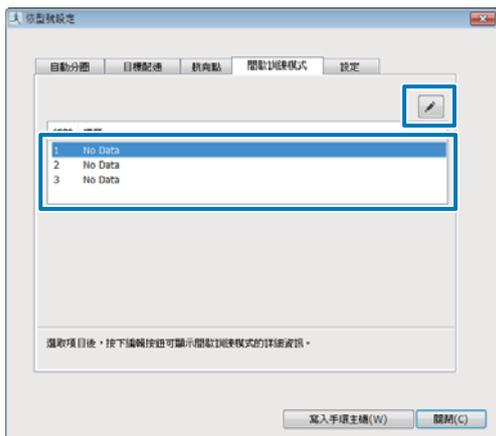
- 1 顯示Epson Run Connect的型號設定畫面。

 第36頁 “啓動方法”

- 2 按下[間歇訓練模式]選單。

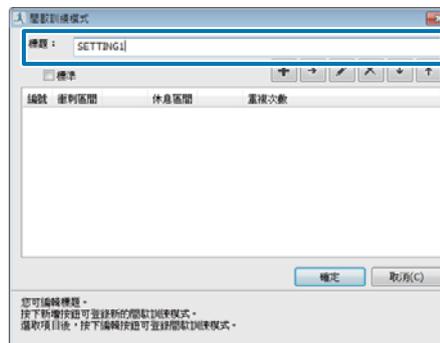


- 3 欲新增時，請選擇[No Data]後，再按下[編輯]按鈕。
欲編輯已登錄的設定時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下[編輯]按鈕。

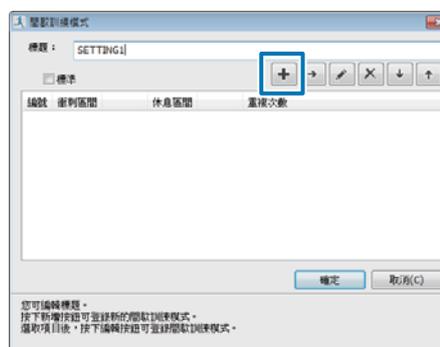


- 4 輸入或編輯[標題]。

請輸入半形英數符號、空格、連字號 (-)、句點 (.) 或底線 (_) 作為標題文字。



- 5 按下[新增]按鈕。

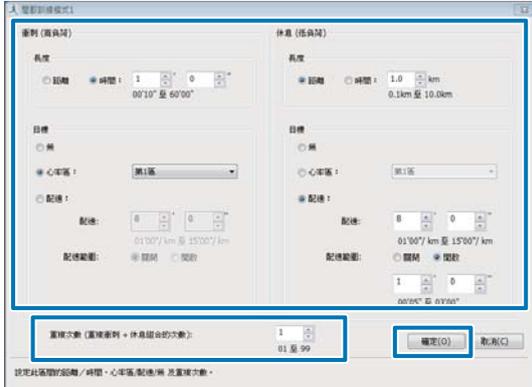


以下將說明新增的步驟。

欲編輯已登錄之設定值時，請選擇欲編輯之設定值後，再按下各按鈕。

按鈕		說明
	新增	登錄新設定。
	插入	在已登錄設定之前插入新設定。
	編輯	編輯已登錄之設定值。
	刪除	刪除已登錄之設定值。
	下移	將已登錄之設定值向下移動。
	上移	將已登錄之設定值向上移動。

- 6** 設定衝刺區間（高負荷） / 休息區間（低負荷）區間的距離或時間，以及心率區或配速。並設定[重複次數]後，按下[確定]。

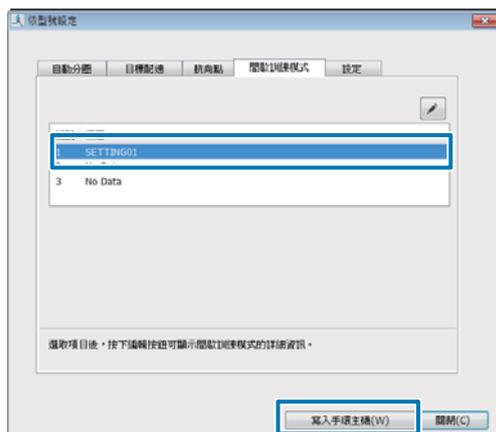


- 7** 登錄多個項目或進行編輯時，請按下按鈕並執行操作。完成設定後，請按下[確定]。



附註：
由於選擇[標準]時設定會統一重複，因此您無法登錄多個項目。

- 8** 選擇欲寫入主機的設定值後，再按下[寫入手環主機]。



- 9** 按下[是]。
設定值將被寫入主機中。

- 10** 按下[關閉]。

設定操作至此完成。

叫出寫入主機中的間歇訓練模式設定值，進行測量。操作方法請瀏覽「使用手冊」。

於智慧型手機上管理資料

 [第48頁 “應用程式之概要”](#)

 [第49頁 “應用程式之準備”](#)

 [第51頁 “安裝軟體（Epson Run Connect）”](#)

 [第50頁 “開啓藍牙設定”](#)

 [第51頁 “建立 / 設定帳號”](#)

 [第53頁 “連結主機與智慧型手機（配對）”](#)

 [第55頁 “開始藍牙通訊”](#)

 [第56頁 “上傳跑步資料”](#)

 [第59頁 “確認跑步資料”](#)

 [第60頁 “上傳運動紀錄資料”](#)

 [第61頁 “確認運動紀錄資料”](#)

 [第62頁 “其他功能”](#)

 [第62頁 “縮短GPS定位時間（AGPS）”](#)

 [第63頁 “登錄體重、體脂率資料（身體狀況）”](#)

應用程式之概要

RUNSENSE內含智慧型手機用應用程式「Epson Run Connect」。

可連接網路應用程式「RUNSENSE View」、「PULSESENSE View」，使用以下功能。

- 上傳已記錄之資料
- 瀏覽 / 分析已上傳的跑步資料。
- 瀏覽 / 分析已上傳的運動紀錄資料。



應用程式之準備

使用應用程式前需進行準備。請以下列流程準備。



將智慧型手機的藍牙設定設為開啓。

 [第50頁 “開啓藍牙設定”](#)



使用的智慧型手機是否已安裝最新版的Epson Run Connect ?

※請開啓以下網頁，確認Epson Run Connect是否為最新版本。

<http://www.epson.com.tw/CustomerAndDownload>



Epson Run Connect安裝。

 [第51頁 “安裝軟體 \(Epson Run Connect\) ”](#)



是否已有帳號?



設定帳號。

 [第51頁 “建立 / 設定帳號”](#)



建立帳號。

 [第51頁 “建立 / 設定帳號”](#)

※已曾登錄電子信箱時，代表已擁有帳號，因此不須重新建立。



在智慧型手機上註冊主機。

 [第53頁 “連結主機與智慧型手機 \(配對\) ”](#)



上傳資料，並於RUNSENSE View與PULSENSE View上進行確認。

開啓藍牙設定

與主機進行通訊前，必須先將智慧型手機的藍牙設定設為開啓。

附註：

操作方法會因為使用的智慧型手機機種而改變。詳情請參閱您目前使用之智慧型手機的使用說明書。

iOS的情況

- 1 於iPhone上點選設定。



- 2 點選[藍牙]。



- 3 將[藍牙]設為開啓。



Android的情況

- 1 於智慧型手機上點選設定。



- 2 將[藍牙]設為開啓。



安裝軟體 (Epson Run Connect)

欲將測量資料上傳至網路應用程式時，須有智慧型手機用的Epson Run Connect。

請開啓App Store或Google Play (Play商店)，安裝Epson Run Connect。



重要說明：

- ❑ Epson Run Connect可由App Store或Google Play (Play商店) 免費下載，但連接App Store或Google Play (Play商店) 時產生的傳輸費用，須由使用者自行負擔。
- ❑ 欲確認跑步資料與運動紀錄資料時，須將智慧型手機與網際網路連線。

附註：

於App Store中搜尋時，請使用以下的關鍵字搜尋。
RunConnect/愛普生/EPSON/RUNSENSE View/Sport Monitor

建立 / 設定帳號

欲有效活用Epson Run Connect時，須有網路應用程式「RUNSENSE View」之帳號。已曾建立RUNSENSE View之帳號，使用相關產品時，可直接以該帳號使用本產品。

請依照以下步驟設定帳號。

1 在智慧型手機上開啓Epson Run Connect。



2 確認軟體授權同意書之內容後，點選[接受]。

SEIKO EPSON CORPORATION
軟體授權協議書

重要提示：請務必詳讀此軟體授權之協議。您必須同意此協議書中所列之各事項，才能安裝並使用此軟體及/或資料，包括所附的書面說明「軟體」。只要您安裝或使用此軟體，其表示您同意此協議書中所列之各項內容，因此在安裝或使用此軟體之前，請您務必詳讀此協議書。若您對於以下的內容不表贊同，您將無法安裝或使用本軟體。

1. 授權 愛普生及其供應商給予您個人的、免費的、適用的權限，以透過網路或直接安裝的方式來使用本軟體於任何電腦。本軟體可供其他連接至您的電腦的使用者一同來使用。您必須遵守以下注意事項：(a) 確保所有的使用者遵守協議中各項內容(b) 使用此軟體必須是在該電腦與網路連接或區域網路的狀態下執行(c) 使用者若違反此協議書中任何一項規定，則導致愛普生及其供應商連帶到任何成本、費用、債務或其他損失，則必須予以賠償。若您需要權的或是有權業的用途，您可複製本軟體，但必須完整地將此項權限協議書包含其中。在此處，「軟體」包括軟體的複製、媒體、複製資料，以及任何經由愛普生及其供應商授權的升級、修改、新增及更新版本。愛普生及其供應商保留所有此處所授與的權利。
2. 其他權利與限制 您必須同意不可修改、改造成或翻譯本軟體，亦不可有改變軟體設計、編譯、拆解之軟體。您不可嘗試找出軟體的原始碼。任何分享、贈與本軟體之權限都是不被允許的。然而，您可將軟體由您手中轉移給他人或合法單位，但您必須遵守此份協議書。所有的複製資料、更新以及之前的版本一起轉移過去，以確保自己不留下任何資料，包括電腦中所儲存的檔案。此項規定不適用於某些地區，因此或許不適用於您。
3. 所有權 本軟體的所有權、智慧財產權以及任何複製資料均歸於愛普生及其供應商所有，並非使用者。因此您不可將之作為私人銷售之用途。本軟體受到當地版權法以及國際版權法之保護，其如同其他智慧財產權及協定。除了此協議書的內容之外，您皆不可複製此軟體。您亦必須同意不可移動或更改軟體及其複製品的結構及其他所有權資料。
4. 保護及安全 您必須同意盡力維護本軟體之權益，防止任何未經授權的人使用此軟體，並且阻止任何未經授權的複製、出版及流通檔案。您必須了解軟體本身擁有許多的機密資訊以及交易秘密，其價值極高，未經授權之複製或使用將被視為是對愛普生及其供應商的傷害，因此身為使用者有義務去維護本軟體之權益。
5. 有限保證 若您的軟體是經由愛普生或其經銷商取得，我們保證您自取得那天起90天內得以合理方式使用本軟體，並保證其良好無瑕。若您在90天使用期間內發現本軟體有任何瑕疵，可將之退回愛普生或其經銷商進行檢驗。若經檢驗屬實，且使用者之使用保證並無誤用、濫用、廢損或造成損壞之虞時，愛普生將盡在合理您的軟體及所有複製資料之後替您更換軟體。在此所提供的所有保證(包括虛假性能以及作為某一特定用途之功能)都僅限於上述條件之使用期間內。

您必須同意自承擔使用本軟體之風險。本軟體提供現行版本。若有更新您不通知，亦不負保證責任。愛普生及其供應商並不保證本軟體之使用效果。上述內容是針對於破壞愛普生及其供應商的權益所做出的保護。某些地區不允許排除保證或是對於保證的期間長短有不同的規定，因此本規定或許不適用於您。此保證賦予您特定的合法權利，而依地區的不同，您所擁有的權利亦不同。

不論是在合約、授權(包括核心之行為)、屬精之義務、保證之破壞或是誤傳的情形之下，愛普生皆不負任何法律責任。對於任何直接的、間接的、偶發的或連帶的損害(包括任何間接、特別或懲罰性)皆不負責任。

3 確認內容，並點選[下一個]。



4 螢幕顯示以下畫面時，點選[建立帳戶]。



附註：
已擁有RUNSENSE View之帳號時，請前往步驟 7。

5 輸入登入 ID（電子郵件地址）與密碼後，點選[建立帳號]。



附註：

輸入欄位以紅色顯示者，表示輸入資訊不正確。請檢視畫面上顯示的訊息，確認輸入內容是否滿足條件。

之後請依照畫面指示，完成建立帳號的作業。

6 帳號建立完成後，將返回Epson Run Connect。

- 7** 輸入登入帳號（電子信箱）與密碼後，點選[登入]。



顯示以下畫面時，請點選[確定]。



接著請於智慧型手機上註冊主機。

[第53頁 “連結主機與智慧型手機（配對）”](#)

連結主機與智慧型手機（配對）

與智慧型手機進行通訊前，必須先對智慧型手機登錄本產品。

- 1** 確認智慧型手機的藍牙通訊是否設為有效。

螢幕上方顯示藍牙圖示時，代表藍牙通訊處於有效狀態。

未顯示時，請將藍牙設定設為開啓。

[第50頁 “開啓藍牙設定”](#)

- 2** 點選[開始配對]。



- 3** 於主機上開始藍牙通訊。

關於操作方法，請瀏覽以下內容。

[第55頁 “開始藍牙通訊”](#)

4 於智慧型手機上點選[確定]。



5 點選與（僅適用Android）主機顯示之編號相同的機器。



6 （僅適用Android）點選[配對]。



附註：

部分智慧型手機機種，可能不會自動顯示密碼金鑰輸入畫面。此時請至通知列（狀態列）等處點選顯示。

- 7 將主機顯示之密碼金鑰（6位數數字）輸入智慧型手機中，並點選[配對]或[確定]。



- 8 確認配對完成後，點選[確定]。



設定作業至此完成。

開始藍牙通訊

操作按鈕



- 顯示選單。
在時間畫面按下[D]。
- 選擇[智慧型手機]。
選擇[C] / [D]，然後按[A]。



- 選擇[通訊]。
選擇[C] / [D]，然後按[A]。



上傳跑步資料

將跑步資料上傳至網路應用程式「RUNSENSE View」。

透過智慧型手機上傳時，考慮到通訊狀況，必須分成下列兩個階段上傳。

(透過電腦上傳時，只需一次即可完成上傳。)

上傳概要資料

上傳距離、速度、心率、燃燒的卡路里等。

上傳詳細資料

上傳不包含在概要資料中的跑步路線。

重要說明：

- ❑ 上傳資料時，必須先登入RUNSENSE View，並將主機登錄至智慧型手機中。
🔗 [第49頁 “應用程式之準備”](#)
- ❑ 上傳資料前，請先將智慧型手機的藍牙設定設為開啓。
🔗 [第50頁 “開啓藍牙設定”](#)
- ❑ 上傳時的傳輸費用需由使用者自行負擔。

附註：

上傳時間長達數個小時的馬拉松大會等跑步資料時，建議透過電腦進行傳送（以智慧型手機上傳時的參考時間：4小時的詳細資料 約12分鐘）。關於於電腦上上傳的方法，請瀏覽以下內容。

🔗 [第12頁 “上傳資料（Epson Run Connect）”](#)

1 點選[上傳運動數據]。



2 於主機上開始藍牙通訊。

關於操作方法，請瀏覽以下內容。

🔗 [第55頁 “開始藍牙通訊”](#)

3 於智慧型手機上點選[確定]。

主機將發出提示音，並開始上傳概要資料。



附註：

無法建立連線時，請嘗試再次執行。

4 資料量較多時，請點選[取得下一個資料]。

唯有資料量較多時，才會顯示[取得下一個資料]。



概要資料的上傳動作至此完成。

由手環主機資料清單中，選擇[手腕裝置資料清單]，再點選[RUNSENSE View] (iOS的情況) 或[瀏覽運動訓練] (Android的情況) 時，將顯示運動詳細資訊畫面。

☞ 第20頁 “運動詳細資訊”

希望上傳詳細資料時，請前往下個步驟。

5 點選欲上傳之資料後，再點選[上傳]。

iOS的情況



Android的情況



6 於主機上開始藍牙通訊。

關於操作方法，請瀏覽以下內容。

☞ 第55頁 “開始藍牙通訊”

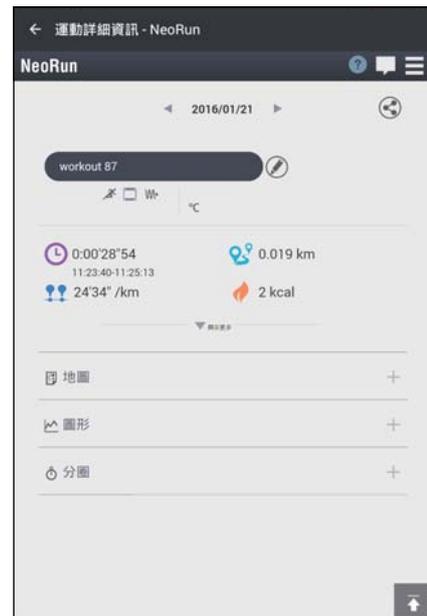
7 於智慧型手機上點選[確定]。



主機將發出提示音，並開始上傳詳細資料。



上傳後將顯示RUNSENSE View的畫面。



附註：

- ❑ 無法建立連線時，請嘗試再次執行。
- ❑ 上傳後的詳細資料，將由[手腕裝置資料清單]中刪除。資料請於RUNSENSE View上確認。
- ❑ 希望同時由[手腕裝置資料清單]上傳多筆詳細資料時，請重複步驟6~7的操作。

確認跑步資料

1 點選[查看運動數據]。



2 點選[運動]。



3 點選希望確認的資料。

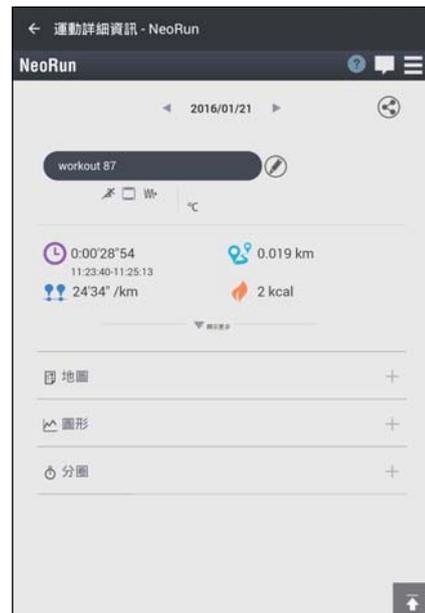


附註：

顯示  圖示的資料，代表僅上傳概要資料。希望確認跑步路線時，請一併上傳詳細資料。

 [第56頁 “上傳跑步資料”](#)

4 確認跑步資料。



關於RUNSENSE View畫面的瀏覽方法，請見以下內容。

 [第20頁 “運動詳細資訊”](#)

上傳運動紀錄資料

可將使用主機測得之運動紀錄資料，上傳至網路應用程式「PULSE Sense View」。

1 點選[上傳活動資料]。



2 於主機上開始藍牙通訊。

關於操作方法，請瀏覽以下內容。

[🔗 第55頁 “開始藍牙通訊”](#)

3 點選[上傳所有資料]或[上傳今天的資料]。



4 點選[確定]。



上傳運動紀錄資料的操作至此完成。

附註：
將顯示[上傳所有資料]所需的參考時間。

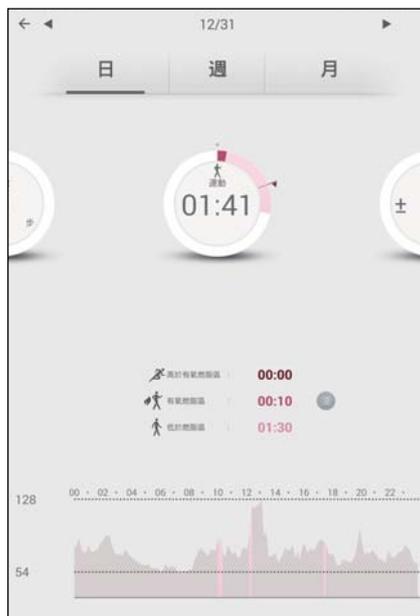
確認運動紀錄資料

可於網路應用程式「PULSESENSE View」上，確認上傳的運動紀錄資料。

1 點選[查看活動資料]。



2 確認運動紀錄資料。



關於PULSESENSE View畫面的瀏覽方法，請見以下內容。

[🔗 第26頁 “畫面顯示”](#)

其他功能

介紹可由智慧型手機應用程式進行操作之其他功能。

縮短GPS定位時間（AGPS）

重要說明：

- ❑ 下載GPS衛星之輔助資料時產生之傳輸費用，由使用者自行負擔。
- ❑ 本項操作不需離開室內即可進行。

1 點選[AGPS]。



2 於主機上開始藍牙通訊。

關於操作方法，請瀏覽以下內容。

[🔗 第55頁 “開始藍牙通訊”](#)

3 點選[更新]。



4 確認寫入至手腕裝置的動作已完成後，再點選[確定]。



附註：

無法通訊時，請確認智慧型手機的信號狀況後，再重新執行。

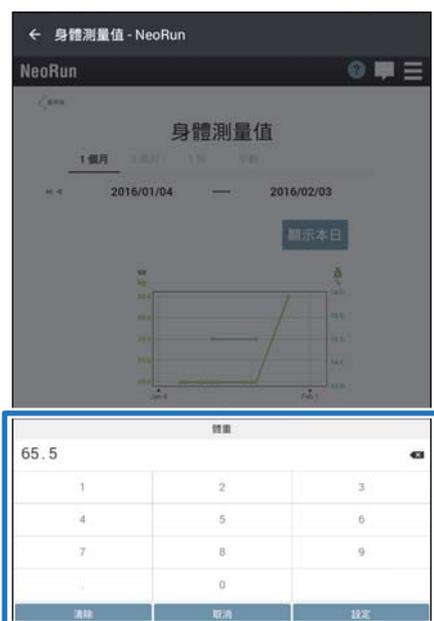
登錄體重、體脂率資料（身體狀況）

將體重及體脂率資訊登錄至網路應用程式（RUNSENSE View）。

1 點選[身體狀況]。



2 點選[體重]或[體脂率]的輸入欄位，並輸入測量數值。



3 點選[儲存]。

輸入之[體重]、[體脂率]將被登錄至程式中。



附註：

- 體重與體脂率之數值亦可由電腦輸入。
- 上傳使用主機測得之資料時，測量資料當時的主機設定體重，亦會自動輸入至RUNSENSE View中。
- 曾在主機上變更體重等個人資料資訊時，亦請在應用程式上變更設定內容。

疑難排解

以下將說明使用期間發生故障時的排除方法。

 [第65頁 “問題排解”](#)

 [第68頁 “解除與智慧型手機的配對”](#)

 [第68頁 “iOS的情況”](#)

 [第70頁 “Android的情況”](#)

 [第71頁 “主機上的操作”](#)

 [第73頁 “本產品相關洽詢方式”](#)

問題排解

請檢查以下各項。

附註：

僅記載主要的訊息內容。顯示未記載的訊息時，請依照其內容進行排除。無法以上述方式排除問題時，請聯絡本公司客服中心。

 [第73頁 “本產品相關洽詢方式”](#)

無法開啓RUNSENSE View / 無法登入RUNSENSE View

畫面	訊息內容	解決方法
上傳運動數據 查看運動數據 帳號設定 運動詳細資訊 AGPS	登入ID或密碼錯誤。 此外連續登入失敗超過10次時，之後30分鐘將無法進行登入。	請確認登入資訊，輸入正確的登入ID（電子郵件地址）與密碼。 連續登入失敗超過10次時，之後30分鐘將無法登入。此時請等待30分鐘以上後，再重新輸入正確登入ID（電子郵件地址）與密碼。
	無法與網頁通訊。 請確認是否能連上網路。	請確認使用之網路與網際網路的連線狀態後，再重新操作。
	網頁正在維護中。 請等到維護作業結束。	請等待RUNSENSE View的維護作業結束後，再重新操作。
上傳活動資料 查看活動資料	尚未完成服務登錄。 請登錄服務。	請依照顯示之畫面的指示，完成RUNSENSE View的登錄作業。

與主機的通訊斷線/無法與主機通信

畫面	訊息內容	解決方法
手腕裝置資料清單 AGPS	與手腕裝置間的通訊已斷線。 請重新取得列表或再度進行通訊。	<p>請執行以下操作後，重新點選各選單。</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> 對主機充電 <input type="checkbox"/> 將主機設為可通訊狀態後，放置於手邊。 <input type="checkbox"/> 將智慧型手機的藍牙功能設為開啓 <p>無法以上述方式排除問題時，請先清除配對資訊後重新配對，然後點選各選單。</p> <p> 第68頁 “解除與智慧型手機的配對”</p>
	無法偵測到手腕裝置。請至iOS/Android裝置的藍牙設定開啓功能後，再於手腕裝置上開始藍芽通訊，重新取得列表（或通訊）。	
	無法與已配對的手腕裝置通訊。 請重新進行通訊。	
	無法讀取已配對的手腕裝置資訊。 請重新取得列表。	
	無法與手腕裝置通訊。 請至iOS/Android裝置的藍牙設定開啓功能後，重新取得列表（或通訊）。	
	手腕裝置沒有回應。 請以手腕裝置開啓藍芽通訊，重新進行取得清單（或通訊）的動作。	

無法上傳跑步資料或運動紀錄資料

畫面	訊息內容	解決方法
上傳運動數據 上傳活動資料	無法偵測到手腕裝置。 請至iOS/Android裝置的藍牙設定開啓功能後，再於手腕裝置上開始藍芽通訊，並重新上傳。	<p>請先實施以下項目後，再上傳。</p> <ul style="list-style-type: none"> ❑ 對主機充電 ❑ 將主機設為可通訊狀態後，放置於手邊。 ❑ 將智慧型手機的藍牙功能設為開啓 <p>無法以上述方式排除問題時，請先清除配對資訊後重新配對，再進行上傳。</p> <p> 第68頁 “解除與智慧型手機的配對”</p>
	無法與已配對的手腕裝置通訊。 請重新進行通訊。	
	無法讀取已配對的手腕裝置資訊。 請重新進行上傳。	
	無法與手腕裝置通訊。 請至iOS/Android裝置的藍牙設定開啓功能後，重新進行上傳。	
	手腕裝置沒有回應。 請以手腕裝置開啓藍芽通訊，重新進行上傳。	

無法排除問題時

無法以上述方式排除問題時，請聯絡本公司客服中心。

 [第73頁](#) “本產品相關洽詢方式”

解除與智慧型手機的配對

智慧型手機與主機無法正常進行通訊，或欲與已配對之主機以外的其他主機配對時，請先解除配對。

在智慧型手機上的操作

iOS的情況

- 1 於iPhone上開啓Epson Run Connect。



- 2 點選畫面左上方的 。



- 3 點選[配對]。



- 4 點選[解除配對]。



- 5 確認解除配對的資訊後，點選[確定]。



- 6 於iPhone上點選設定。



- 7 點選[藍牙]。



- 8 點選[SF Series]的[i]記號。

iOS6顯示的圖示有所不同。



- 9 點選[忘記此裝置設定]。



- 10 點選[忘記裝置設定]。



Android的情況

- 1 在智慧型手機上開啓Epson Run Connect。



- 2 點選畫面右上方的 。



- 3 點選[配對]。



- 4 點選[解除配對]。



- 5 確認解除配對的資訊後，點選[確定]。



- 6 點選[SF]的設定圖示。



- 7 點選[解除配對]。



主機上的操作

操作按鈕



- 1 顯示選單。

在時間畫面按下[D]。

- 2 選擇[智慧型手機]。

選擇[C] / [D]，然後按[A]。



- 3 選擇[忘記裝置]。

選擇[C] / [D]，然後按[A]。



- 4 選擇[是]。

選擇[C] / [D]，然後按[A]。



5 結束通訊設定。

請按下[A]。



設定作業至此完成。

本產品相關洽詢方式

- ❑ Epson 台灣官方網站 <http://www.epson.com.tw>
提供各種產品情報、最新促銷活動、Epson 產品的驅動程式下載以及相關技術支援服務。
- ❑ MyEpson 網站 <http://myepson.epson.com.tw>
台灣愛普生原廠購物網站，提供Epson產品耗材選購、產品註冊以及保固查詢等服務。
- ❑ Epson 客服中心
電話 0800-881-080

- ❑ Epson 授權服務中心
TekCare捷修網股份有限公司
網站 <http://www.tekcare.com.tw>
電話 (02) 8227-3300

EPSON
EXCEED YOUR VISION

GPS Sports Monitor
RUNSENSE

SF-850

<http://www.epson.com.tw>

