

EPSON

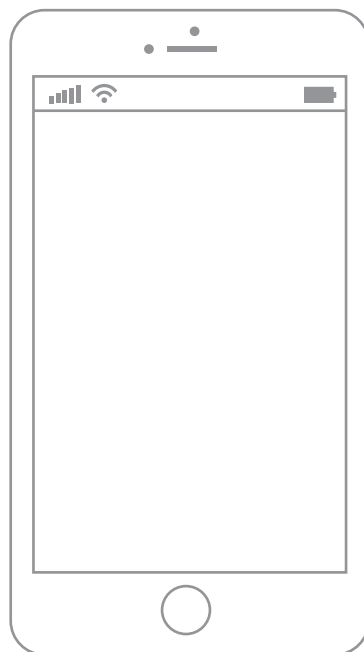
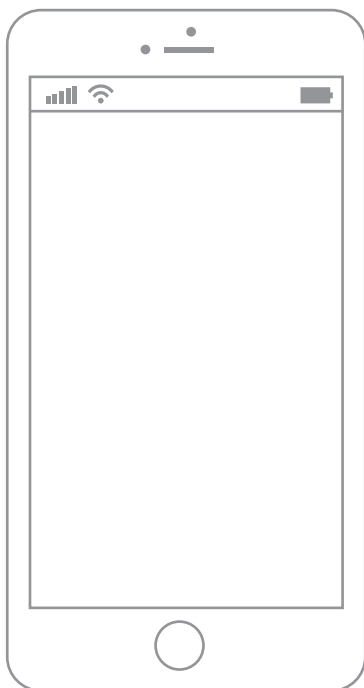
Moniteur GPS de sport

RUNSENSE

Guide d'utilisation pour smartphone

pour iPhone

«Run Connect 1.3.0»





Introduction

Merci d'avoir acheté ce moniteur de sports GPS "RUNSENSE".

Lisez le Guide d'utilisation pour smartphone ainsi que le Guide de démarrage rapide et le Guide de l'utilisateur pour savoir comment utiliser correctement le produit.

Les illustrations et les écrans figurant dans le Guide d'utilisation pour smartphone s'appliquent au modèle SF-710.

Descriptions figurant dans le Guide d'utilisation pour smartphone

 Important :	Indique des actions à faire ou ne pas faire. Ignorer ces instructions ou mal utiliser cet appareil peut entraîner le mauvais fonctionnement du produit.
Remarque :	Fournit des explications supplémentaires et des informations associées.
Nom de menu	Indique les options de menu affichées à l'écran de l'appareil.
A/B/C/D	Indique les boutons de l'appareil.
	Indique des pages associées. Cliquez sur le lien en bleu pour afficher la page associée.

Marques commerciales

EPSON et EXCEED YOUR VISION sont des marques déposées de Seiko Epson Corporation.

iPhone est une marque déposée d'Apple Inc aux États-Unis et dans d'autre pays.

App Store est le nom d'un service fourni par Apple Inc. permettant aux utilisateurs d'iPhones de télécharger des applications logicielles.

La marque IOS est utilisée conformément à la licence de Cisco aux États-Unis et dans d'autres pays.

La marque et les logos Bluetooth® sont des marques déposées de Bluetooth SIG, Inc. et Seiko Epson Corporation les utilise sous licence.

Les autres noms de produit sont des marques commerciales ou des marques déposées de leurs détenteurs respectifs.

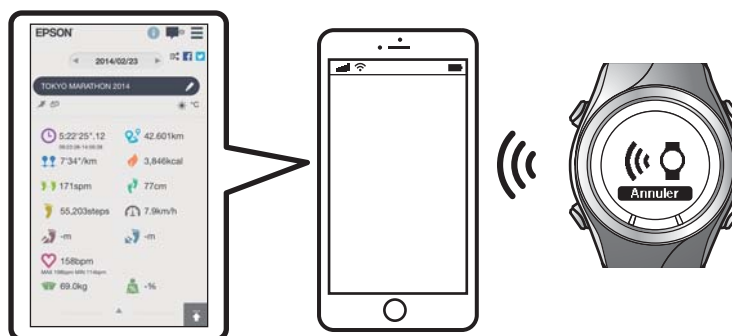
Attention :

- La copie non autorisée de tout ou partie de ce guide est strictement interdite.
- Le contenu de ce guide peut faire l'objet de modifications sans préavis.
- Bien que tous les efforts aient été faits pour assurer l'exactitude de ce guide, contactez-nous si vous avez des questions ou constatez des erreurs dans les descriptions figurant dans ce guide.
- En dépit de la clause précédente, nous ne pourrions être tenus responsables d'une mauvaise utilisation résultant d'erreurs contenues dans ce guide.
- Nous déclinons toute responsabilité en cas de blessures ou d'obstructions survenues parce que l'utilisateur ignore le contenu de ce guide, ne manipule pas correctement l'appareil ou fait effectuer des réparations ou des modifications par un tiers non désigné par notre société.

Introduction

À quoi sert cette application pour smartphone ?

Cette application vous permet de communiquer via Bluetooth avec votre produit RUNSENSE et de partager des données à distance avec l'application Web RUNSENSE View à des fins d'analyse. Vous pouvez également envoyer et enregistrer des paramètres produit de l'appareil RUNSENSE vers votre téléphone, et inversement.



Remarque :

Ce guide décrit la procédure de transfert de données vers un iPhone et leur gestion à l'aide de l'application Web (RUNSENSE View).

Reportez-vous au Guide de l'utilisateur pour apprendre comment gérer les données à l'aide d'un ordinateur personnel.

Appareils pris en charge

iPhone 4S, iPhone 5, iPhone 5C, iPhone 5S et iPhone 6

* Servez-vous d'iPhones prenant en charge Bluetooth 4.0 pour communiquer avec ce produit.

iOS pris en charge

iOS 6 ou version ultérieure

Application pour iPhone (Run Connect)

Run Connect propose les fonctionnalités suivantes.

- Téléchargement de données mesurées vers l'application Web (RUNSENSE View)
- Accès à l'application Web (RUNSENSE View) pour visualiser les données mesurées
- Accès à l'application Web (RUNSENSE View) afin d'entrer les informations relatives au poids et au taux de masse grasseuse.
- Mise à jour de paramètres tels que Tour auto., Allure cible, Point de passage et Intervalle (entraînement fractionné), des paramètres définis par l'utilisateur et des paramètres du système.
- Amélioration du temps de positionnement GPS (iPhone uniquement)
- Appairage de l'appareil RUNSENSE et de l'iPhone pour permettre la communication via Bluetooth
- Gestion des paramètres de votre compte RUNSENSE.

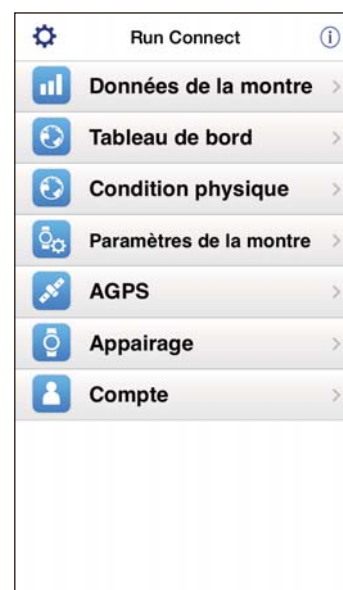


Table des matières

Introduction

À quoi sert cette application pour smartphone ? 3

Préparation

Installation de l'application Run Connect sur votre iPhone. 6

Création et configuration de votre compte RUNSENSE View. 7

 Création d'un compte. 7

 Configuration du compte. 9

Activation du Bluetooth sur votre iPhone. 10

Appairage de l'appareil RUNSENSE avec votre iPhone. 11

Téléchargement et vérification des données mesurées

Téléchargement des données mesurées. 14

Vérification des données mesurées téléchargées 18

 À propos de l'application Web (RUNSENSE View). 19

Saisie du poids et du taux de masse grasseuse. 19

Modification des paramètres

Paramètres. 22

 Mode de configuration. 22

 Liste de paramètres. 26

Paramètres avancés (Uniquement pour les modèles pris en charge). 31

 Affichage de Paramètres avancés. 31

 Définition de la fonction Tour auto. 33

 Fonction de définition de l'allure cible. 36

 Fonction de définition du Point de passage. 40

 Fonction de définition de l'Intervalle (entraînement fractionné). 42

Amélioration du temps de positionnement GPS (AGPS). 46

Dépannage

Résolution des problèmes. 49

Désappairage d'appareils. 51

 Opérations sur l'iPhone. 51

 Opérations sur le produit. 53

Nous contacter à propos de ce produit. 54

Préparation

Vous trouverez d'importantes informations sur la sécurité et le fonctionnement des appareils RUNSENSE dans le Guide de l'utilisateur du produit principal.

Procédez aux préparations suivantes avant d'utiliser l'appareil.

 [« Installation de l'application Run Connect sur votre iPhone » à la page 6](#)

 [« Création et configuration de votre compte RUNSENSE View » à la page 7](#)

 [« Activation du Bluetooth sur votre iPhone » à la page 10](#)

 [« Appairage de l'appareil RUNSENSE avec votre iPhone » à la page 11](#)

Préparation

Installation de l'application Run Connect sur votre iPhone

Accédez à l'App Store et installez Run Connect.



Création et configuration de votre compte RUNSENSE View

Création d'un compte

Vous devez créer un compte pour l'application Web (RUNSENSE View).

Remarque :

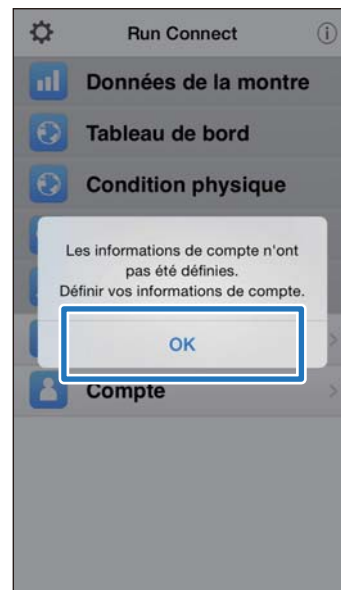
Si vous disposez déjà d'un compte RUNSENSE View, vous pouvez l'utiliser avec cet appareil.

🔗 « Configuration du compte » à la page 9

1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.

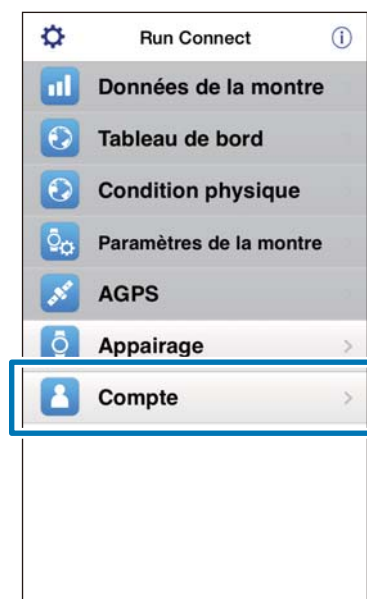


2 Appuyez sur OK.



Remarque :

L'écran suivant s'affiche à partir du deuxième lancement de Run Connect. Appuyez sur **Compte** et passez à l'étape 3.



Préparation

3 Appuyez sur **Créer compte**.



5 Après la création du compte, suivez les instructions à l'écran pour configurer le compte.



4 Créez un compte.

Entrez Identifiant (adresse électronique) et le Mot de passe.

Lisez les conditions d'utilisation, cochez la case et appuyez sur **Créer un compte**.



Remarque :
 Le champ de saisie s'affiche en rouge lorsque l'entrée ne satisfait pas les conditions requises. Lisez le message affiché à l'écran et assurez-vous que votre saisie remplit les conditions requises.

Préparation

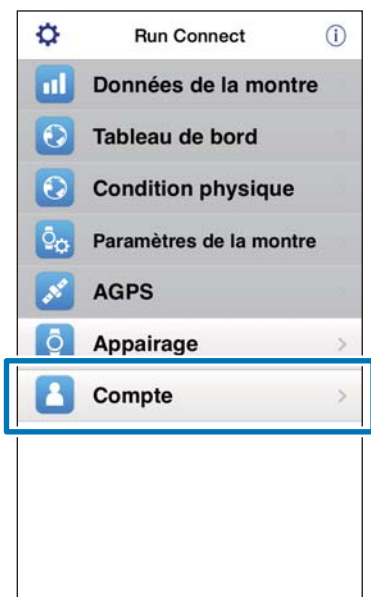
Configuration du compte

Configurez le compte que vous avez créé.

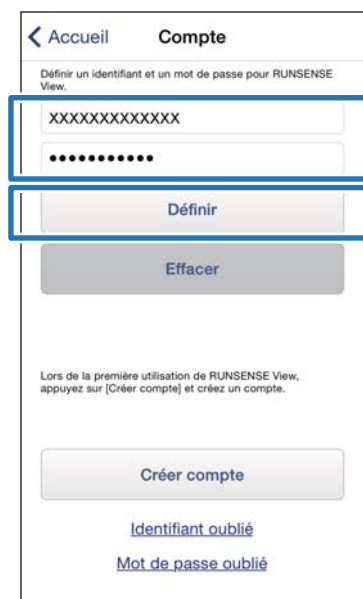
- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



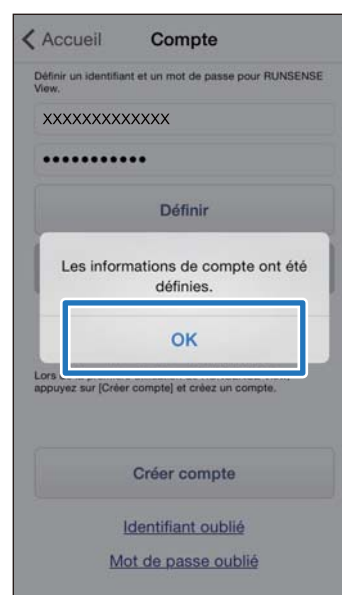
- 2 Appuyez sur **Compte**.



- 3 Entrez Identifiant et le Mot de passe, puis appuyez sur **Définir**.



- 4 Vérifiez que vous avez bien configuré le compte, puis appuyez sur **OK**.



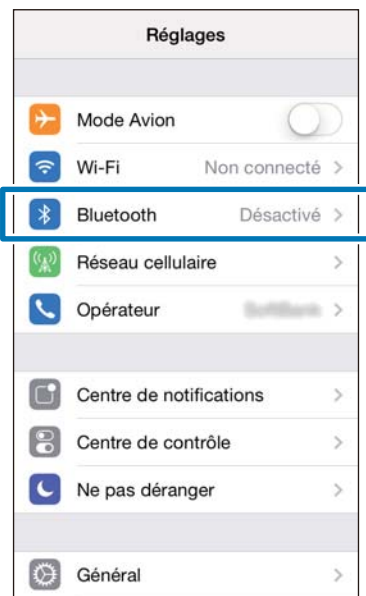
Activation du Bluetooth sur votre iPhone

Vous devez activer les paramètres Bluetooth sur votre iPhone avant de pouvoir communiquer avec cet appareil.

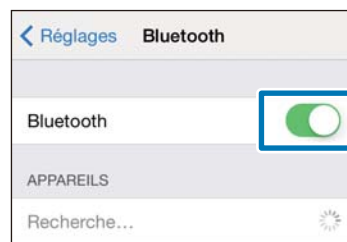
1 Appuyez sur **Réglages** sur l'iPhone.



2 Appuyez sur **Bluetooth**.



3 Activez **Bluetooth**.



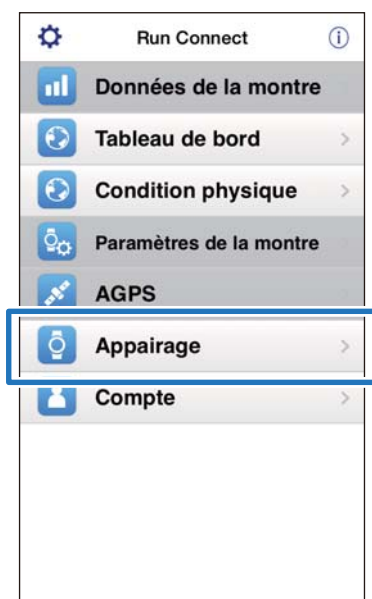
Appairage de l'appareil RUNSENSE avec votre iPhone

Vous devez enregistrer ce produit sur votre iPhone avant de pouvoir communiquer avec ce dernier.

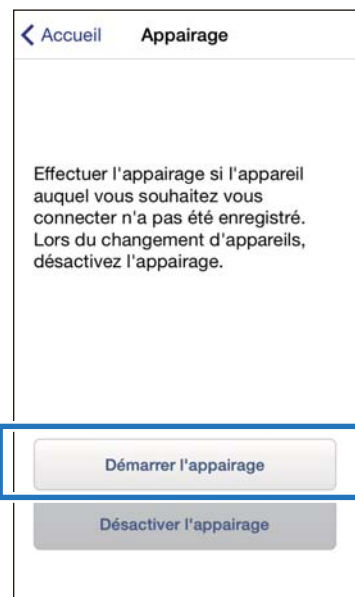
- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



- 2 Appuyez sur **Appairage**.

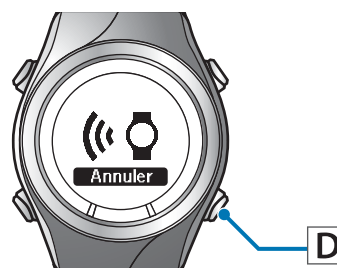


- 3 Appuyez sur **Démarrer l'appairage**.



- 4 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.

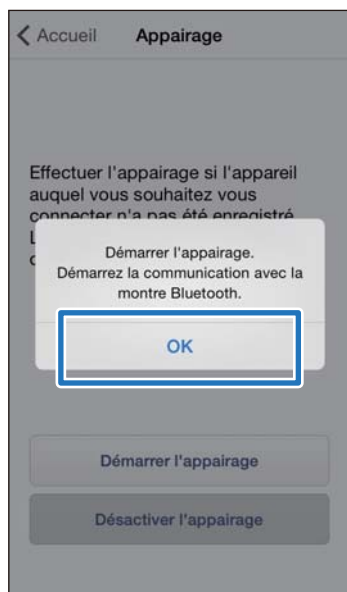


Remarque :

Vous pouvez également démarrer la communication Bluetooth à partir du menu Paramètres sur ce produit. Reportez-vous à la section "Paramètres" du Guide de l'utilisateur pour plus d'informations.

Préparation

5 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



6 Entrez le Code d'accès (numéro à 6 chiffres) dans l'iPhone et appuyez sur **Jumeler**.



Remarque :

L'écran a un aspect légèrement différent sur l'iOS 6.

7 Assurez-vous que l'appairage est terminé, puis appuyez sur **OK**.



Téléchargement et vérification des données mesurées

Ce chapitre décrit les procédures de téléchargement et de vérification des données mesurées.

 « **Téléchargement des données mesurées** » à la page 14

 « **Vérification des données mesurées téléchargées** » à la page 18

 « **Saisie du poids et du taux de masse grasseuse** » à la page 19

Téléchargement et vérification des données mesurées

Téléchargement des données mesurées

Téléchargez les données mesurées vers l'application Web (RUNSENSE View).

Effectuez les deux opérations suivantes pour transférer des données par le biais d'un iPhone.

Téléchargement de données générales

Téléchargez des données telles que la distance, la vitesse, la Fréquence cardiaque et les calories.

Téléchargement de données détaillées

Téléchargez le parcours de course à pied en plus des données générales.



Important :

- ❑ Vous devez vous connecter à RUNSENSE View et enregistrer ce produit sur l'iPhone.

👉 « Préparation » à la page 5

- ❑ Activez le Bluetooth sur l'iPhone avant de transférer des données mesurées.

👉 « Activation du Bluetooth sur votre iPhone » à la page 10

Remarque :

Si vous téléchargez des données dont le transfert nécessite plusieurs heures, comme par exemple les données mesurées d'un marathon complet, nous vous recommandons de les transférer par le biais d'un ordinateur personnel en plaçant cet appareil sur son socle de charge. Des données nécessitant 4 heures de téléchargement via iPhone peuvent être transférées en 12 minutes environ via un ordinateur personnel. Reportez-vous à la section "Gestion des données avec l'application Web (RUNSENSE View)" du "Guide de l'utilisateur" pour connaître la procédure de téléchargement de données par le biais d'un ordinateur personnel.

- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.

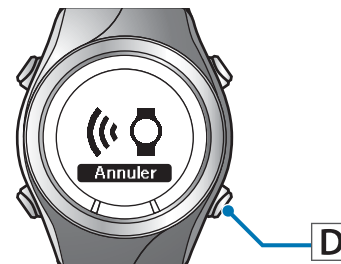


- 2 Appuyez sur **Données de la montre**.



- 3 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Téléchargement et vérification des données mesurées

Remarque :

Vous pouvez également démarrer la communication Bluetooth à partir du menu Paramètres sur ce produit. Reportez-vous à la section "Paramètres" du Guide de l'utilisateur pour plus d'informations.

4 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.

L'alarme du produit se déclenche et le téléchargement des données générales débute.

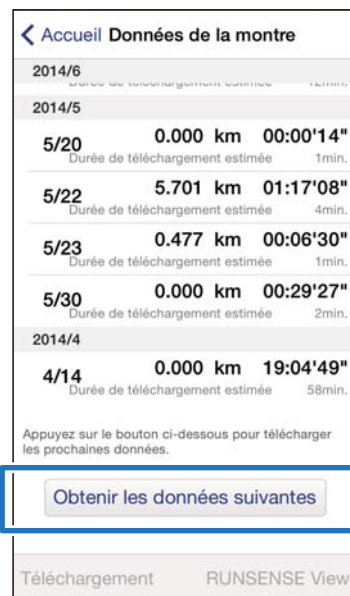


Remarque :

Si la communication échoue, réessayez.

5 Appuyez sur **Obtenir les données suivantes** si le volume de données mesurées est important.

Obtenir les données suivantes s'affiche uniquement lorsque le volume de données mesurées est important.



Le téléchargement des données générales est terminé.

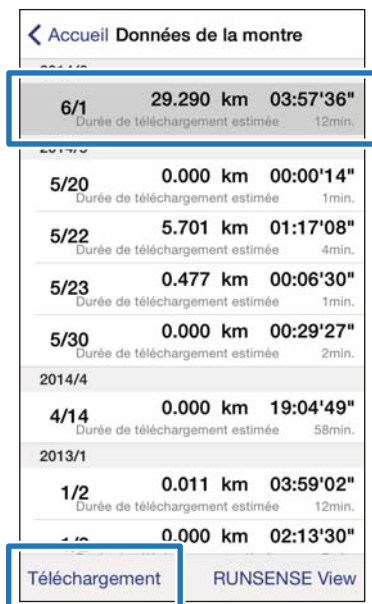
Pour passer en revue les données générales, sélectionnez l'élément à contrôler dans la liste **Données de la montre** et appuyez sur **RUNSENSE View** pour l'afficher.

[📖 « À propos de l'application Web \(RUNSENSE View\) » à la page 19](#)

Passez à l'étape 6 si vous téléchargez des données détaillées.

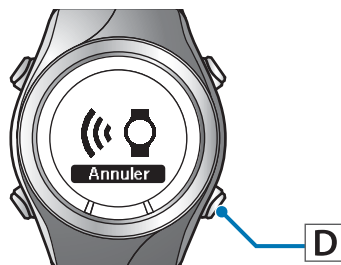
Téléchargement et vérification des données mesurées

- 6** Appuyez sur l'élément que vous voulez télécharger et appuyez sur **Téléchargement**.



- 7** Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Remarque :

Vous pouvez également démarrer la communication Bluetooth à partir du menu Paramètres sur ce produit. Reportez-vous à la section "Paramètres" du Guide de l'utilisateur pour plus d'informations.

- 8** Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.

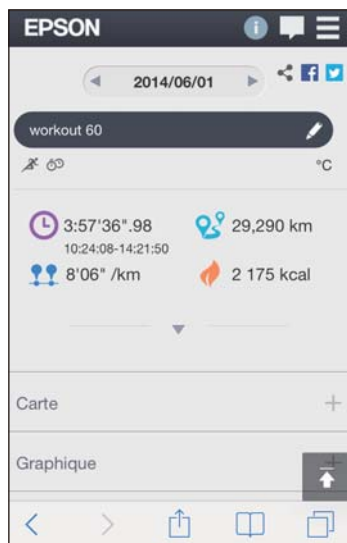


L'alarme du produit se déclenche et le transfert des données détaillées débute.



Téléchargement et vérification des données mesurées

L'écran RUNSENSE View s'affiche lorsque le téléchargement est terminé.



Remarque :

- Si la communication échoue, réessayez.
- Les données détaillées envoyées sont supprimées de la liste **Données de la montre**.
- Répétez les étapes 6 à 8 si vous téléchargez plusieurs ensembles de données détaillées de la liste **Données de la montre**.

Téléchargement et vérification des données mesurées

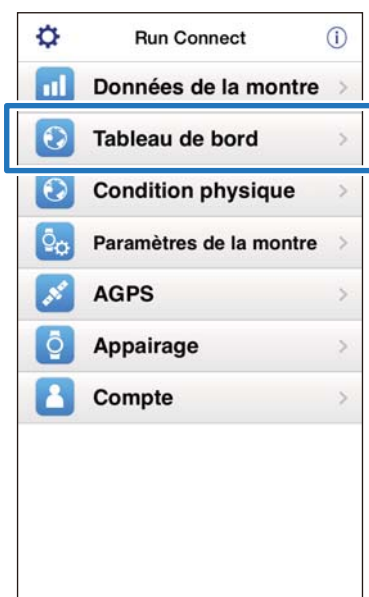
Vérification des données mesurées téléchargées

Accédez à l'application Web (RUNSENSE View) pour contrôler les données mesurées téléchargées.

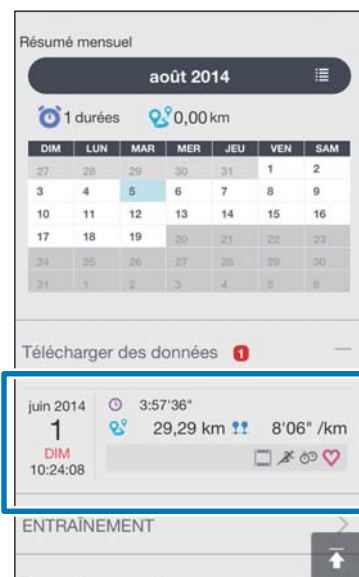
- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.




- 2 Appuyez sur **Tableau de bord**.



- 3 Appuyez sur l'élément à vérifier.



Remarque :
 L'icône  accompagnant un élément de données indique que celui-ci contient uniquement des données générales. Téléchargez les données détaillées si vous souhaitez contrôler le parcours de course à pied.
 ➔ « Téléchargement des données mesurées » à la page 14

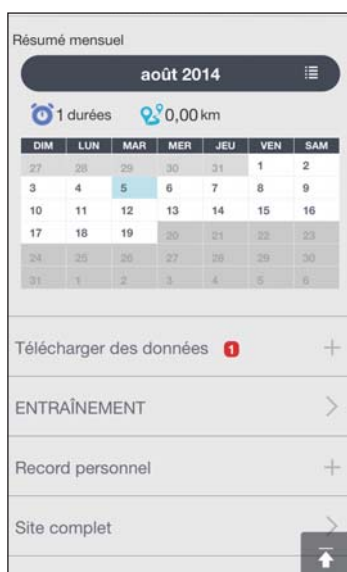
Téléchargement et vérification des données mesurées

À propos de l'application Web (RUNSENSE View)

L'application Web (RUNSENSE View) vous permet de visualiser les données de différentes manières sur l'iPhone.

Tableau de bord

Gère les enregistrements dans un format de calendrier, ce qui vous permet d'examiner facilement les courses précédentes.



ENTRAÎNEMENT

Affiche les données telles que la distance, l'allure, la Fréquence cardiaque, le parcours de course à pied et les calories, ce qui vous permet d'analyser votre entraînement sous différents angles.



Carte

Vous permet de passer en revue votre parcours de course à pied sur la carte.

Saisie du poids et du taux de masse grasseuse

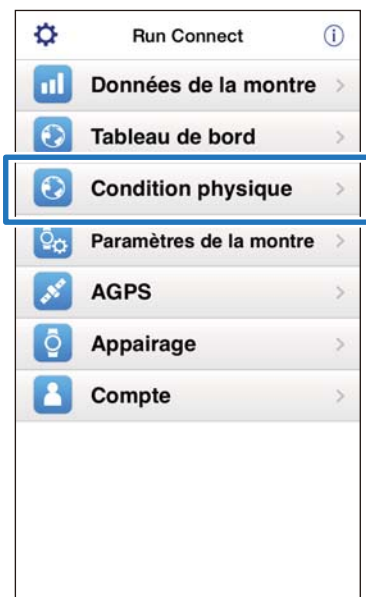
Vous pouvez enregistrer les données relatives à votre poids et votre taux de masse grasseuse dans l'application Web (RUNSENSE View).

- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



Téléchargement et vérification des données mesurées

2 Appuyez sur **Condition physique**.

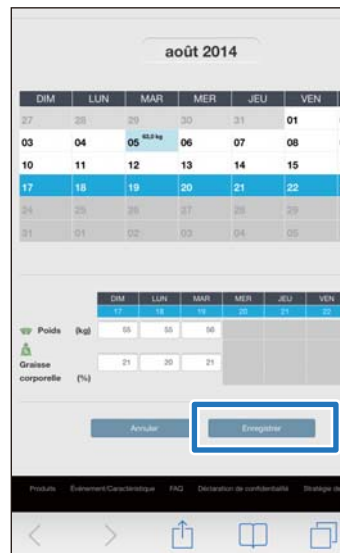


3 Appuyez sur le champ de saisie **Poids** ou **Taux de masse grasseuse** et entrez la valeur.



4 Appuyez sur **Enregistrer**.

Le **Poids** ou le taux de masse grasseuse est ensuite enregistré(e).



Modification des paramètres

Vous pouvez modifier des paramètres tels que Tour auto., Allure cible, Point de passage et Intervalle (entraînement fractionné), les paramètres définis par l'utilisateur et les paramètres du système.



Important :

En fonction du modèle que vous utilisez, des fonctions peuvent ne pas être disponibles si la version du firmware de votre appareil est ancienne. Téléchargez le dernier firmware pour utiliser les dernières fonctions.

www.epson.eu/runsense

 « Paramètres » à la page 22

 « Paramètres avancés (Uniquement pour les modèles pris en charge) » à la page 31

 « Amélioration du temps de positionnement GPS (AGPS) » à la page 46

Modification des paramètres

Paramètres

Vous pouvez modifier différents Paramètres de la montre.

Vous pouvez configurer les éléments suivants.

☞ « Liste de paramètres » à la page 26

Les paramètres disponibles peuvent varier en fonction du modèle que vous utilisez.

Catégorie	Paramètres
Paramètres utilisateur	Taille
	Poids
	Date de naissance
	Sexe
	Zone de FC 1 à 5
Paramètres système	Unités de distance
	Horloge
	Heure d'été
	Fuseau horaire
	Format de date
	Affichage inversé
	Contraste
	Veille automatique
	Éclairage auto.
	Alarme
	Sons des touches

Catégorie	Paramètres
Mes. Paramètres	Type d'activité
	Intervalle
	Tour auto.
	Pause auto.
	Allure cible
	Point de passage
	Fréquence cardiaque (FC)
	Toucher
Écran	

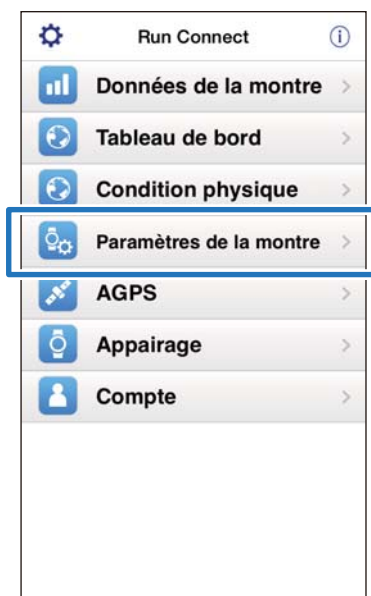
Mode de configuration

- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



Modification des paramètres

- 2** Appuyez sur **Paramètres de la montre**.

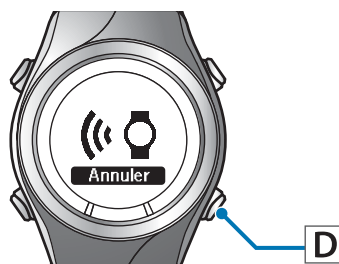


- 3** Appuyez sur **Paramètres**.



- 4** Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

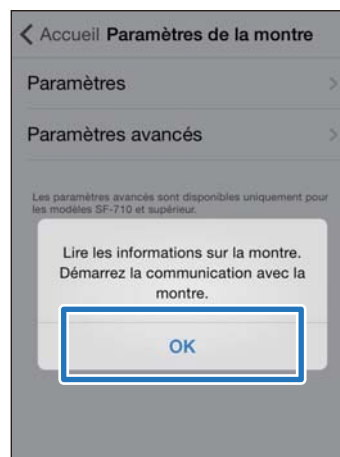
La communication Bluetooth démarre.



Remarque :

Vous pouvez également démarrer la communication Bluetooth à partir du menu Paramètres sur ce produit. Reportez-vous à la section "Paramètres" du Guide de l'utilisateur pour plus d'informations.

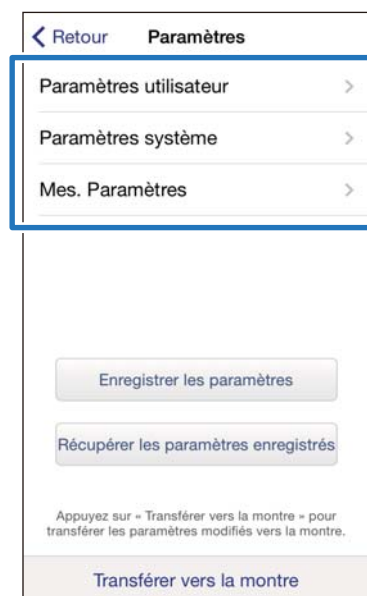
- 5** Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :

Si la communication échoue, réessayez.

- 6** Appuyez sur la catégorie que vous souhaitez configurer.



Modification des paramètres

- 7** Appuyez sur l'élément que vous souhaitez configurer.

L'écran affiche **Paramètres utilisateur**.

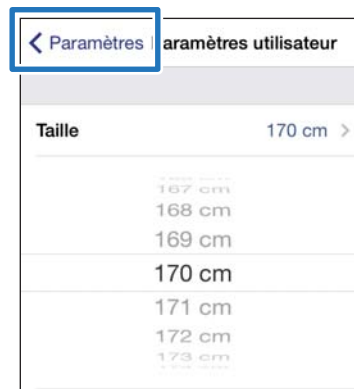


- 8** Modifiez le paramètre.

L'écran affiche **Taille**.

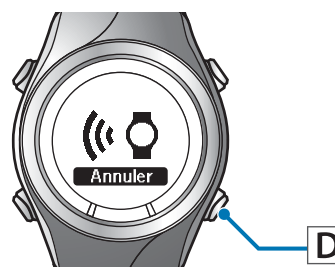


- 9** Appuyez sur **Paramètres**.



- 10** Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Modification des paramètres

11 Appuyez sur **Transférer vers la montre**.



Remarque :

*Vous pouvez enregistrer le paramètre actuel sous un nom de paramètre particulier en appuyant sur **Enregistrer les paramètres**. Vous pouvez sélectionner un paramètre enregistré en appuyant sur **Récupérer les paramètres enregistrés**. Vous pouvez ainsi basculer d'un paramètre à un autre en fonction du contenu de votre entraînement.*

12 Appuyez sur **OK**.



13 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

Modification des paramètres**Liste de paramètres****Paramètres utilisateur**

Définit les informations utilisateur.

La valeur située entre parenthèses () est la valeur par défaut.

Les paramètres disponibles peuvent varier en fonction du modèle que vous utilisez.

Paramètres	Valeur	Explication
Taille	(170 cm)	Définit votre taille.
Poids	(60 kg)	Définit votre poids.
Date de naissance	(1975.01.01)	Définit votre date de naissance.
Sexe	(Homme)	Définit votre sexe.
	Femme	
Zone de FC	Zone de FC 1 (30 à 100 bpm)	Définit la fréquence cardiaque maximale et minimale. Vous pouvez définir cinq zones en fonction de l'intensité de l'exercice.
	Zone de FC 2 (101 à 130 bpm)	
	Zone de FC 3 (131 à 160 bpm)	
	Zone de FC 4 (161 à 190 bpm)	
	Zone de FC 5 (191 à 240 bpm)	

Modification des paramètres

Paramètres système

Définit les paramètres du système de l'appareil.

La valeur située entre parenthèses () est la valeur par défaut.

Les paramètres disponibles peuvent varier en fonction du modèle que vous utilisez.

Paramètres	Valeur	Explication
Unités de distance	(km)	Définit les unités d'affichage de la distance.
	mile	
Horloge	(12 heures)	Définit le format d'affichage de l'heure.
	24 heures	
Heure d'été	MARCHE	Définit l'heure d'été.
	(ARRÊT)	
Fuseau horaire	(Auto)	<p>Définit le fuseau horaire de votre emplacement.</p> <p>Lorsque vous spécifiez Auto, le fuseau horaire est automatiquement défini lorsque vous effectuez le Réglage heure.</p> <p>Lorsque Auto est désactivé, vous pouvez spécifier la Différence d'heure sous la forme d'une valeur comprise entre -12:00 et +14:00.</p>
Format de date	Jour. Mois	Définit le format d'affichage de la date.
	(Mois. Jour)	
Affichage inversé	MARCHE	<p>Définit le format d'affichage de l'écran.</p> <p>Lorsque MARCHE (activé) est sélectionné, du texte blanc s'affiche sur un arrière-plan noir.</p> <p>Lorsque ARRÊT (désactivé) est sélectionné, du texte noir s'affiche sur un arrière-plan blanc.</p>
	(ARRÊT)	
Contraste	(4)	Définit le contraste de l'écran.
Veille automatique	(MARCHE)	<p>Lorsque vous n'utilisez pas l'appareil pendant un certain temps, cette fonction le met automatiquement dans le mode Veille.</p> <p>Le mode Veille réduit la consommation de la pile.</p>
	ARRÊT	
Éclairage auto.	MARCHE	Lorsque l'écran change, cette fonction active automatiquement la lumière. Lorsqu'une durée spécifiée s'est écoulée, la lumière s'éteint automatiquement.
	(ARRÊT)	

Modification des paramètres

Paramètres	Valeur	Explication
Alarme	(Tonalités)	Définissez le type d'alarme.
	Vib.	
	Sons et vib.	
	ARRÊT	
Sons des touches	(MARCHE)	Activez ou désactivez les Sons des touches.
	ARRÊT	

Modification des paramètres

Mes. Paramètres

La valeur située entre parenthèses () est la valeur par défaut.

Les paramètres disponibles peuvent varier en fonction du modèle que vous utilisez.

Paramètres	Valeur	Explication
Type d'activité	(Course)	À définir pendant la course ou le jogging.
	Marche	À définir pendant la marche.
	Vélo	À définir pendant les exercices où vous n'avez pas à balancer les bras (par exemple, le vélo).
Intervalle	SETTING 01 à 03	Permet de définir le contenu de l'entraînement fractionné intense (sprint) et peu intense (récupération) et le nombre de répétitions.
Tour auto.	SETTING 01 à 05	Lorsqu'une distance ou un temps défini à l'avance est atteint, cette fonction enregistre les tours automatiquement. Définissez le temps ou la distance du tour. Vous pouvez définir cinq temps ou distances dans la plage suivante. Temps : 01'00" à 60'00" (par incréments de 1 minute) Distance : 0,1 à 10,0 km (par incréments de 0,1 km)
	(ARRÊT)	
Pause auto.	MARCHE	Cette fonction s'arrête automatiquement de mesurer quand vous arrêtez de courir, et reprend lorsque vous continuez de courir.
	(ARRÊT)	
Allure cible	SETTING 01 à 03	Définissez la plage de temps et d'allures cibles pour un kilomètre/mile. Une alarme est émise si vous êtes en dehors de la plage d'allures définie. Vous pouvez définir trois allures cibles dans la plage suivante. Allure cible : 1'00" à 15'00"/km (par incréments de 1 seconde) Plage d'allure : 00'05" à 03'00"/km (par incréments de 1 seconde)
	(ARRÊT)	
Point de passage	MARCHE	Vous pouvez spécifier un point de passage enregistré pour afficher la direction, la distance et le dénivelé* par rapport à ce point. À mesure que vous approchez le point spécifié, une alarme est émise.
	(ARRÊT)	
Fréquence cardiaque (FC)	MARCHE	Vous pouvez mesurer votre fréquence cardiaque. Pour le SF-810, le réglage par défaut est MARCHE .
	(ARRÊT)	

Modification des paramètres

Paramètres	Valeur	Explication
Toucher (uniquement pour l'écran Mesure)	Tour	Vous pouvez effectuer l'une des fonctions indiquées dans cet élément en appuyant sur l'écran pendant le relevé de la mesure.
	Lumière	
	Chg. écran	Lorsque le mode Vélo est l' Type d'activité sélectionnée, la fonction Toucher peut opérer automatiquement selon les conditions du terrain. Si cela se produit, nous vous conseillons de redéfinir le paramètre sur ARRÊT (désactivé).
	(ARRÊT)	
Écran	Écran 1	Vous pouvez afficher jusqu'à quatre écrans de données. Vous pouvez changer la disposition d'écran et les éléments mesurés dans chaque écran.
	Écran 2	
	Écran 3	Vous pouvez aussi changer l' Afficher écran tour , mais il ne s'affiche pas pour la fonction Intervalle.
	Écran 4	
	Afficher écran tour	

* Vous devez entrer l'altitude lorsque vous définissez un point de passage sur l'iPhone.

Paramètres avancés (Uniquement pour les modèles pris en charge)

Vous pouvez configurer des paramètres tels que Tour auto., Allure cible, Point de passage et Intervalle (entraînement fractionné) à partir de smartphones.

Tour auto.

Vous pouvez définir des tours programmables à l'aide de la fonction Tour auto.

☞ [« Définition de la fonction Tour auto. » à la page 33](#)

Allure cible

Vous pouvez définir une allure cible variable à l'aide de la fonction Allure cible.

☞ [« Fonction de définition de l'allure cible » à la page 36](#)

Point de passage

Vous pouvez enregistrer des points de passage sur la carte à l'aide de la fonction Point de passage.

☞ [« Fonction de définition du Point de passage » à la page 40](#)

Intervalle

Vous pouvez définir des intervalles variables (entraînement fractionné) à l'aide de la fonction Intervalle.

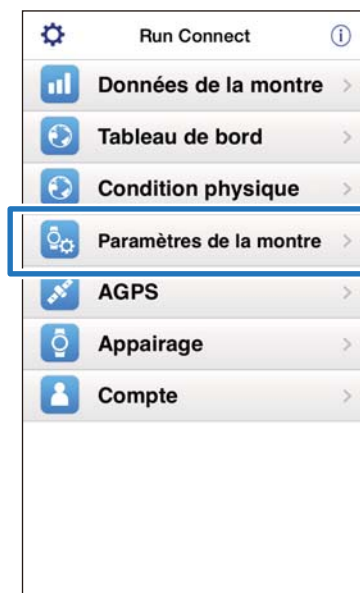
☞ [« Fonction de définition de l'Intervalle \(entraînement fractionné\) » à la page 42](#)

Affichage de Paramètres avancés

- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.

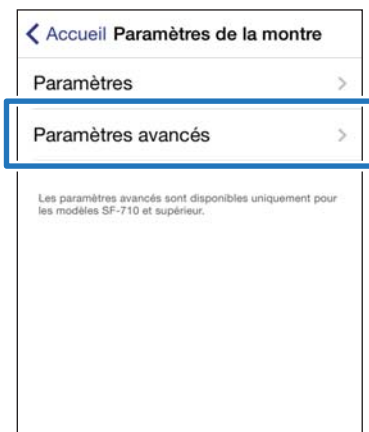


- 2 Appuyez sur **Paramètres de la montre**.



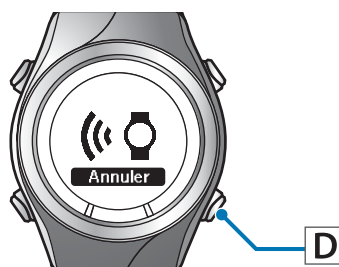
Modification des paramètres

3 Appuyez sur **Paramètres avancés**.



4 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Remarque :

Vous pouvez également démarrer la communication Bluetooth à partir du menu Paramètres sur ce produit. Reportez-vous à la section "Paramètres" du Guide de l'utilisateur pour plus d'informations.

5 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :


Si la communication échoue, réessayez.

Poursuivez la configuration en effectuant les procédures suivantes.

 « Définition de la fonction Tour auto. » à la page 33

 « Fonction de définition de l'allure cible » à la page 36

 « Fonction de définition du Point de passage » à la page 40

 « Fonction de définition de l'Intervalle (entraînement fractionné) » à la page 42

Modification des paramètres

Définition de la fonction Tour auto.

Vous pouvez spécifier la durée ou la distance pour la subdivision en tours à l'aide de la fonction Tour auto.

- 1 Affichez l'écran **Paramètres avancés** de Run Connect.

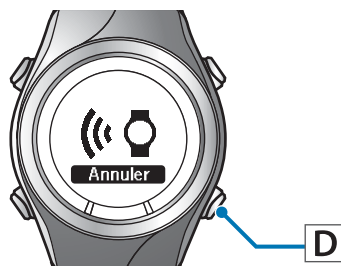
 « Affichage de Paramètres avancés » à la page 31

- 2 Appuyez sur **Tour auto.**

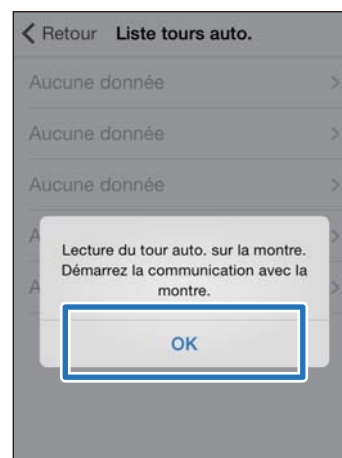


- 3 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



- 4 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :

Si la communication échoue, réessayez.

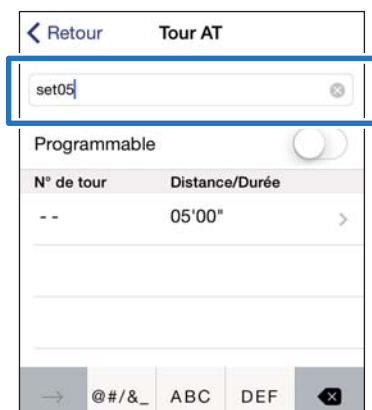
- 5 Appuyez sur **Aucune donnée** lorsque vous ajoutez un nouveau paramètre. Appuyez sur le paramètre concerné pour modifier un paramètre existant.



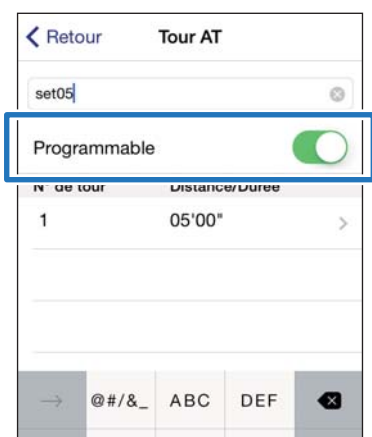
Modification des paramètres

6 Entrez ou modifiez le titre.

Entrez le titre avec des lettres, des chiffres, des espaces, des tirets ou des traits de soulignement.

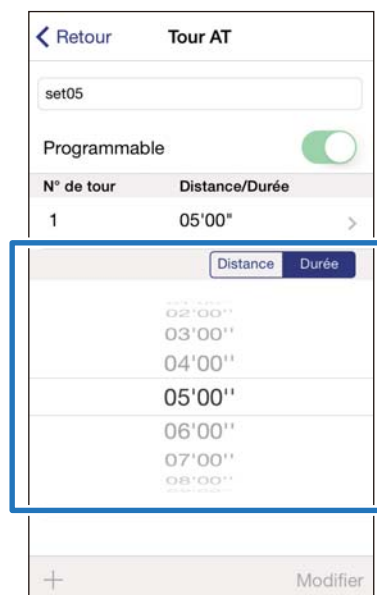


7 Réglez **Programmable** sur MARCHE si vous souhaitez associer plusieurs tours.

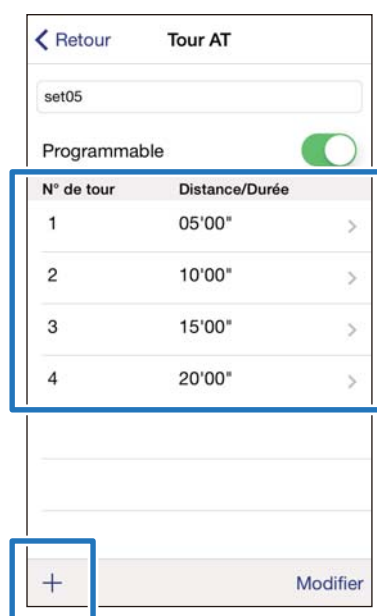


8 Appuyez sur le tour et spécifiez la **Distance** ou la **Durée**.

Passez à l'étape 10 si vous ne définissez pas plus d'un tour.



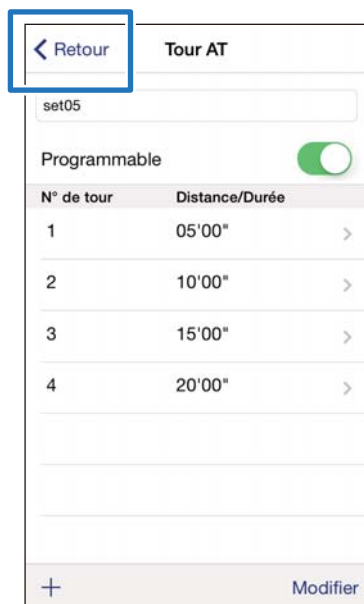
9 Appuyez sur + pour ajouter un tour et spécifiez la **Distance** ou la **Durée** du tour.



Remarque :
Vous pouvez supprimer et réorganiser les tours en appuyant sur **Modifier**.

Modification des paramètres

10 Appuyez sur **Retour**.



11 Appuyez sur **Transférer vers la montre**.



12 Appuyez sur **OK**.

Les paramètres sont enregistrés dans l'appareil.



13 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

Modification des paramètres

Fonction de définition de l'allure cible

Vous pouvez spécifier une allure cible, auquel cas une alarme vous avertit lorsque vous vous en écarterez.

- 1 Affichez l'écran **Paramètres avancés** de Run Connect.

 « Affichage de Paramètres avancés » à la page 31

- 2 Appuyez sur **Allure cible**.



- 3 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



- 4 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :

Si la communication échoue, réessayez.

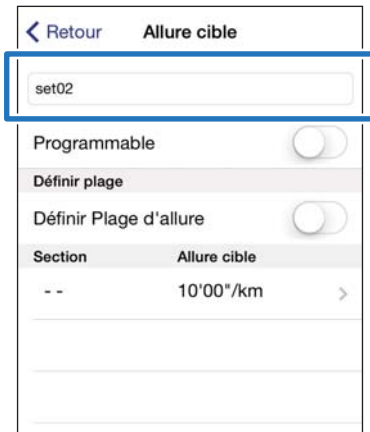
- 5 Appuyez sur **Aucune donnée** lorsque vous ajoutez un nouveau paramètre. Appuyez sur le paramètre concerné pour modifier un paramètre existant.



Modification des paramètres

6 Entrez ou modifiez le titre.

Entrez le titre avec des lettres, des chiffres, des espaces, des tirets ou des traits de soulignement.

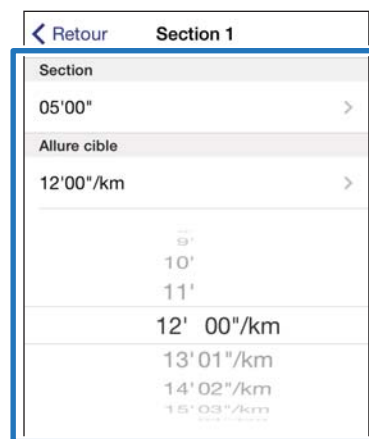


7 Réglez **Programmable** sur MARCHÉ si vous souhaitez associer plusieurs allures cibles.

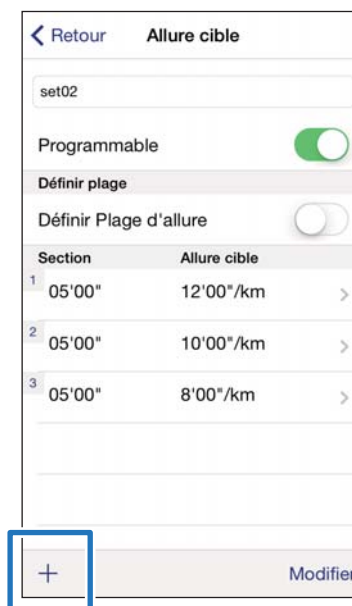


8 Appuyez sur l'allure cible que vous souhaitez mettre à jour, spécifiez la **Durée** ou la **Distance** de la **Section** ainsi que l'allure cible, puis appuyez sur **Retour**.

Passez à l'étape 10 si vous ne définissez pas plus d'un tour.



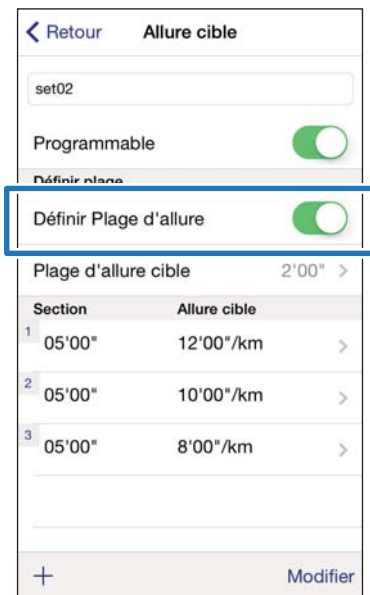
9 Appuyez sur + pour ajouter une Section, spécifiez la **Durée** ou la **Distance** et l'allure cible, puis appuyez sur **Retour**.



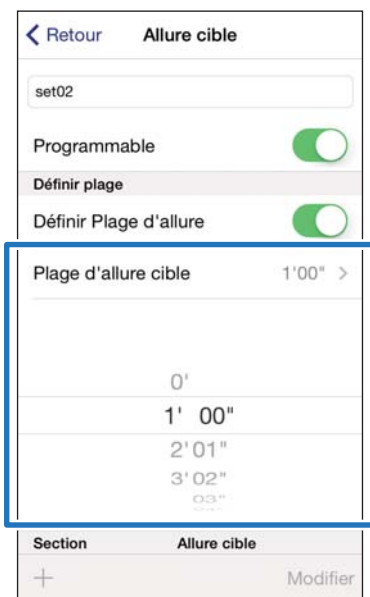
Remarque :
Vous pouvez supprimer et réorganiser les allures cibles en appuyant sur **Modifier**.

Modification des paramètres

10 Réglez **Définir Plage d'allure** sur **MARCHE** pour activer l'alarme qui vous avertit lorsque vous vous écartez du rythme spécifié.



11 Spécifiez la **Plage d'allure cible**.



12 Appuyez sur **Retour**.



13 Appuyez sur **Transférer vers la montre**.



Modification des paramètres

14 Appuyez sur **OK**.

Les paramètres sont enregistrés dans l'appareil.



15 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

Modification des paramètres

Fonction de définition du Point de passage

Les paramètres disponibles peuvent varier en fonction du modèle que vous utilisez.

Vous pouvez ajouter des points de passage sur la carte.

1 Affichez l'écran **Paramètres avancés** de Run Connect.

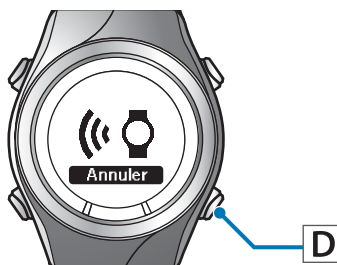
 « Affichage de Paramètres avancés » à la page 31

2 Appuyez sur **Point de passage**.



3 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.

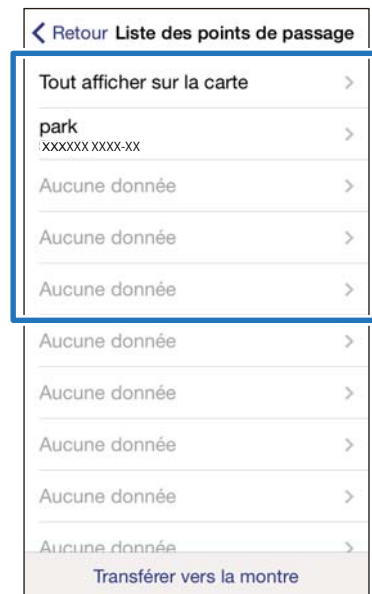


4 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :
Si la communication échoue, réessayez.

5 Appuyez sur **Aucune donnée** lorsque vous ajoutez un nouveau paramètre. Appuyez sur le paramètre concerné pour modifier un paramètre existant.



Remarque :
Vous pouvez contrôler tous les points de passage enregistrés en appuyant sur **Tout afficher sur la carte**.

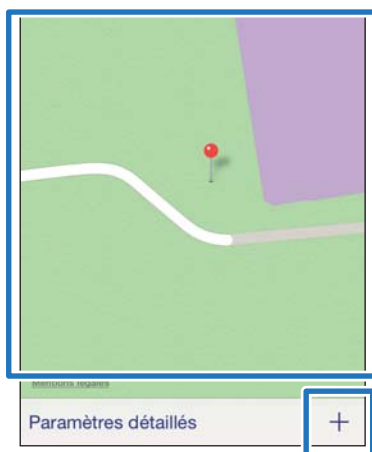
Modification des paramètres

6 Entrez ou modifiez le titre.

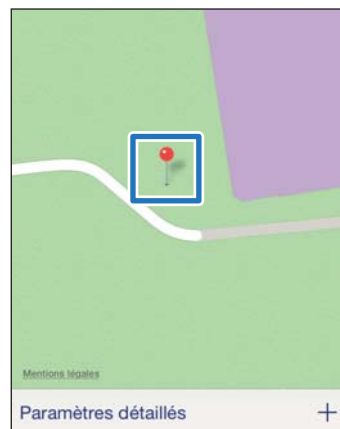
Entrez le titre avec des lettres, des chiffres, des espaces, des tirets ou des traits de soulignement.



7 Appuyez et maintenez enfoncé sur la carte le point sur lequel vous souhaitez placer le point de passage ou appuyez sur +.



8 Faites ensuite glisser le marqueur à l'emplacement où vous souhaitez placer le point de passage.



Remarque :

*Vous pouvez spécifier l'altitude en appuyant sur **Paramètres détaillés**. Réglez l'Altitude sur **MARCHE**, entrez une valeur et appuyez sur **Appliquer**.*

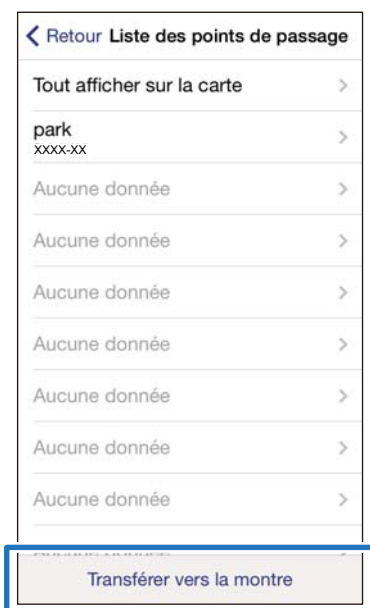


9 Appuyez sur Retour.



Modification des paramètres

10 Appuyez sur **Transférer vers la montre**.



11 Appuyez sur **OK**.

Les paramètres sont enregistrés dans l'appareil.



12 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

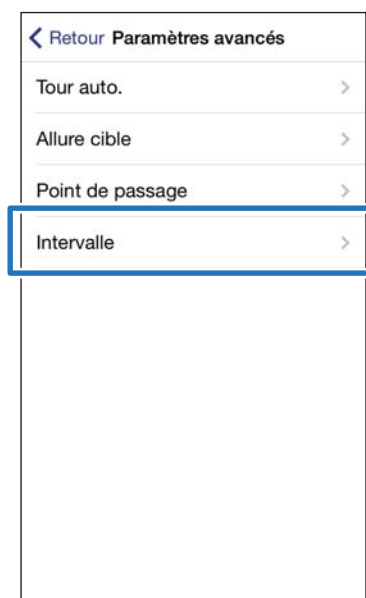
Fonction de définition de l'Intervalle (entraînement fractionné)

Vous pouvez spécifier le contenu des activités de sprint et de récupération pour la fonction Intervalle.

1 Affichez l'écran **Paramètres avancés** de Run Connect.

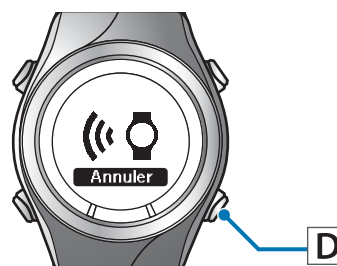
« Affichage de Paramètres avancés » à la page 31

2 Appuyez sur **Intervalle**.



3 Appuyez sur la touche **D** sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Modification des paramètres

4 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.

Le téléchargement des données débute.



Remarque :
Si la communication échoue, réessayez.

5 Appuyez sur **Aucune donnée** lorsque vous ajoutez un nouveau paramètre. Appuyez sur le paramètre concerné pour modifier un paramètre existant.



6 Entrez ou modifiez le titre.

Entrez le titre avec des lettres, des chiffres, des espaces, des tirets ou des traits de soulignement.



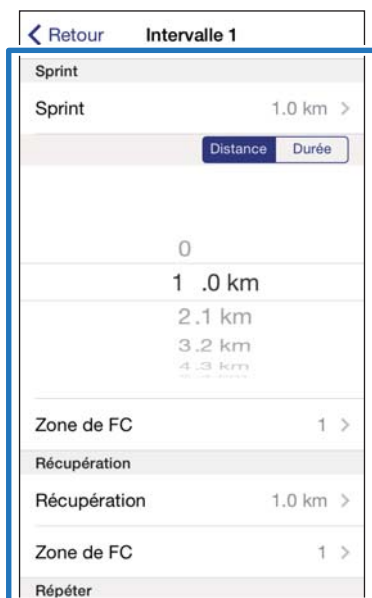
7 Réglez **Programmable** sur **MARCHE** si vous souhaitez associer plusieurs listes d'intervalles.



Modification des paramètres

8 Appuyez sur la liste d'intervalles que vous souhaitez mettre à jour, spécifiez les éléments **Sprint**, **Récupération** et **Répéter** et appuyez sur **Retour**.

Passez à l'étape 10 si vous ne définissez pas plus d'un tour.



9 Appuyez sur + pour ajouter une nouvelle liste d'intervalles, spécifiez les éléments nécessaires et appuyez sur **Retour**.



Remarque :

*Vous pouvez supprimer et réorganiser les listes d'intervalles en appuyant sur **Modifier** si vous avez plusieurs listes d'intervalles.*

10 Appuyez sur **Retour**.



11 Appuyez sur **Transférer vers la montre**.



Modification des paramètres

12 Appuyez sur **OK**.

Les paramètres sont enregistrés dans l'appareil.



13 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

Modification des paramètres

Amélioration du temps de positionnement GPS (AGPS)

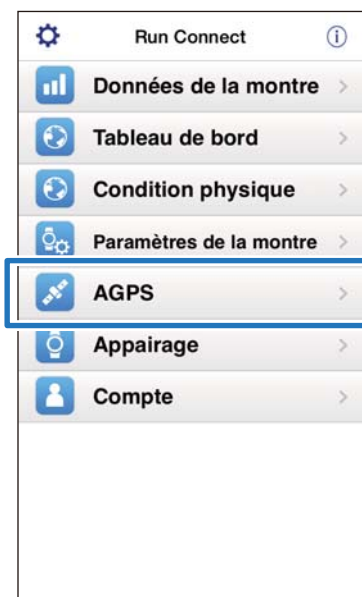
Vous pouvez réduire le temps de positionnement en téléchargeant des données d'assistance pour les satellites GPS avant de courir.

Important :
Il n'est pas nécessaire d'être à l'extérieur pour effectuer cette opération.

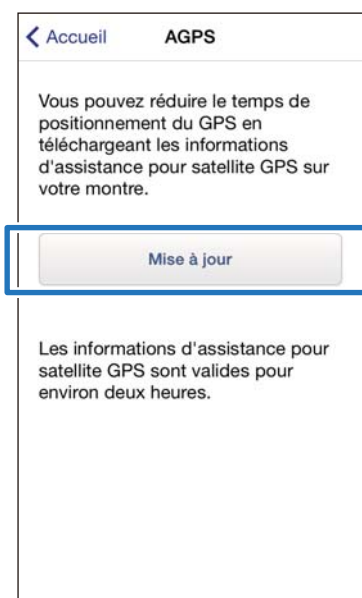
- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



- 2 Appuyez sur AGPS.

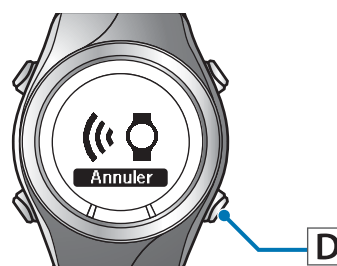


- 3 Appuyez sur Mise à jour.



- 4 Appuyez sur la touche D sur ce produit et maintenez-la enfoncée.

La communication Bluetooth démarre.



Modification des paramètres

5 Appuyez sur **OK** sur l'iPhone.



Remarque :

Si la communication échoue, réessayez.

6 Assurez-vous que l'écriture dans le cardiofréquencemètre est terminée, puis appuyez sur **OK**.

Dépannage

Cette section explique comment résoudre les problèmes survenant pendant l'utilisation de l'appareil.

 [« Résolution des problèmes » à la page 49](#)



 [« Désappairage d'appareils » à la page 51](#)

 [« Nous contacter à propos de ce produit » à la page 54](#)


Dépannage

Résolution des problèmes

Vérifiez chaque élément.

Écran	Problème	Contenu des messages	Solution
<p>Liste Données de l'appareil</p> <p>Téléchargement</p> <p>Paramètres de la montre</p> <p>AGPS</p>	<p>La communication avec l'appareil est interrompue.</p>	<p>La communication avec la montre a été déconnectée. Acquérez à nouveau la liste.</p>	<p>Tentez les opérations suivantes et appuyez à nouveau sur l'élément de menu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Chargez l'appareil <input type="checkbox"/> Etablissez la communication avec l'appareil et gardez-le près de vous <input type="checkbox"/> Réglez Bluetooth sur MARCHÉ dans l'iOS <p>Si le problème persiste, dés-apparez puis apparez à nouveau les appareils, et appuyez ensuite sur le menu</p> <p> « Désappairage d'appareils » à la page 51</p>
<p>Liste Données de l'appareil</p> <p>Paramètres de la montre</p> <p>AGPS</p>	<p>La communication avec l'appareil échoue.</p>	<p>Impossible de détecter la montre.</p> <p>Activez le Bluetooth dans les paramètres de votre appareil iOS, démarrez la communication Bluetooth avec la montre puis accédez à nouveau.</p>	<p>Tentez les opérations suivantes et appuyez à nouveau sur l'élément de menu.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Chargez l'appareil <input type="checkbox"/> Etablissez la communication avec l'appareil et gardez-le près de vous <input type="checkbox"/> Réglez Bluetooth sur MARCHÉ dans l'iOS <p>Si le problème persiste, dés-apparez puis apparez à nouveau les appareils, et appuyez ensuite sur le menu</p> <p> « Désappairage d'appareils » à la page 51</p>
		<p>Impossible d'accéder à une montre qui a été appairée. Essayez à nouveau d'y accéder.</p>	
		<p>Impossible de lire les informations sur la montre appairée. Acquérez à nouveau la liste.</p>	
		<p>Impossible d'accéder à la montre.</p> <p>Activez le Bluetooth dans les paramètres de votre appareil iOS puis acquérez à nouveau la liste.</p>	
		<p>La montre ne répond pas. Démarrez la communication sur la montre puis acquérez à nouveau la liste.</p>	

Dépannage

Écran	Problème	Contenu des messages	Solution
Téléchargement	La communication avec l'appareil échoue.	Impossible de détecter la montre. Activez le Bluetooth dans les paramètres de votre appareil iOS, démarrez la communication Bluetooth avec la montre puis téléchargez à nouveau.	<p>Tentez les opérations suivantes et appuyez à nouveau sur Téléchargement.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Chargez l'appareil <input type="checkbox"/> Etablissez la communication avec l'appareil et gardez-le près de vous <input type="checkbox"/> Réglez Bluetooth sur MARCHÉ dans l'iOS <p>Si le problème persiste, désappairez puis appairez à nouveau les appareils, et appuyez ensuite sur Téléchargement.</p> <p> « Désappairage d'appareils » à la page 51</p>
		Impossible d'accéder à une montre qui a été appairée. Essayez à nouveau d'y accéder.	
		Impossible de lire les informations sur la montre appairée. Acqurez à nouveau la liste.	
		Impossible d'accéder à la montre. Activez le Bluetooth dans les paramètres de votre appareil iOS puis téléchargez à nouveau.	
		La montre ne répond pas. Activez la communication Bluetooth sur la montre, puis téléchargez à nouveau.	

Si vous ne pouvez pas résoudre le problème même après avoir vérifié les points ci-dessus, contactez notre centre de réparation.

Désappairage d'appareils

Désappairez les appareils si l'iPhone et ce produit ne communiquent pas correctement ou si vous souhaitez appairer l'iPhone avec un autre produit.

Opérations sur l'iPhone

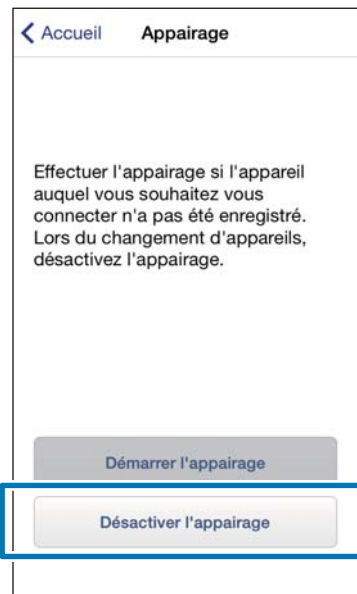
- 1 Démarrez Run Connect sur votre iPhone.



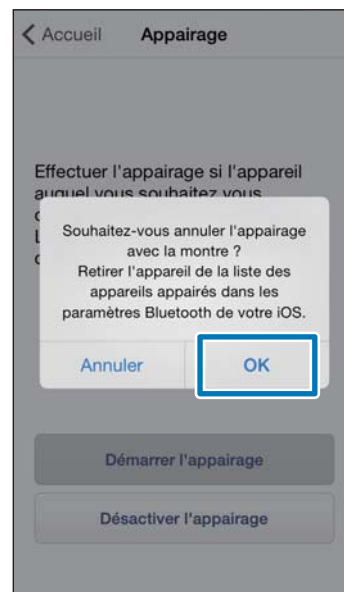
- 2 Appuyez sur **Appairage**.



- 3 Appuyez sur **Désactiver l'appairage**.



- 4 Assurez-vous que les appareils sont désappairés, puis appuyez sur **OK**.

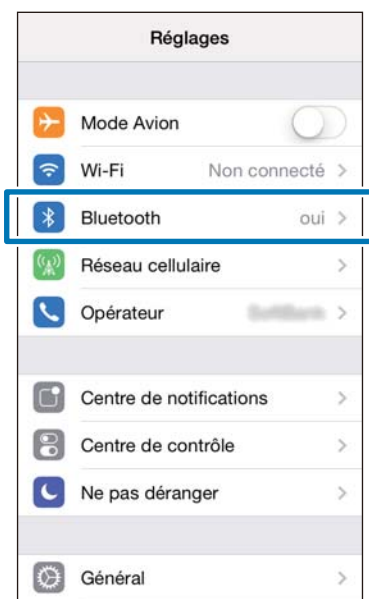


Dépannage

5 Appuyez sur **Réglages** sur l'iPhone.



6 Appuyez sur **Bluetooth**.



7 Appuyez sur **i** à côté de **SF Series**.

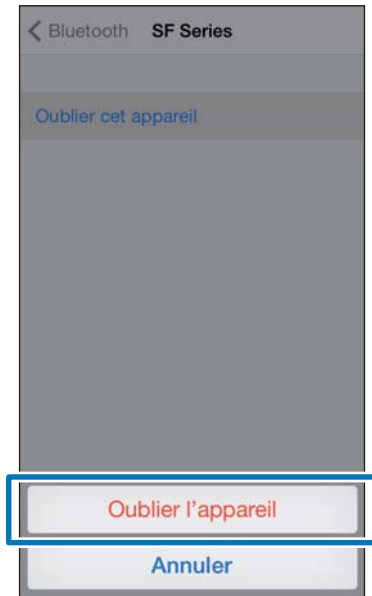
Notez que l'apparence de l'icône est différente dans iOS6.



8 Appuyez sur **Oublier cet appareil**.



9 Appuyez sur **Oublier l'appareil**.



Opérations sur le produit

Boutons d'opération



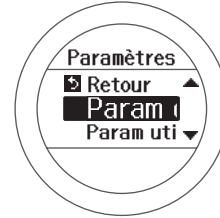
1 Affichez le menu **Paramètres**.

Dans l'écran Heure, appuyez sur le bouton **B** et maintenez-le enfoncé.



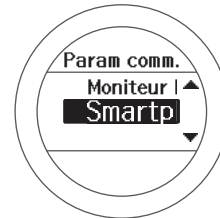
2 Sélectionnez **Param comm.**

Utilisez le bouton **C/D** pour sélectionner, puis appuyez sur le bouton **A**.



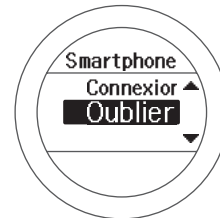
3 Sélectionnez **Smartphone**.

Utilisez le bouton **C/D** pour sélectionner, puis appuyez sur le bouton **A**.



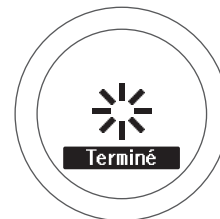
4 Sélectionnez **Oublier appareil**.

Utilisez le bouton **C/D** pour sélectionner, puis appuyez sur le bouton **A**.



5 Définissez les paramètres de communication restants.

Appuyez sur le bouton **A**.



6 Définissez les paramètres restants.

Appuyez sur le bouton **A** et maintenez-le enfoncé.

L'écran Heure s'affiche.

Nous contacter à propos de ce produit

Visitez le site www.epson.eu/runsense pour connaître nos coordonnées.

EPSON EUROPE B.V.

Adresse : Atlas Arena, Asia Building, Hoogoorddreef 5,
1101 BA Amsterdam Zuidoost, Pays-Bas

<http://www.epson.com/europe.html>

EPSON
EXCEED YOUR VISION

Moniteur GPS de sport

RUNSENSE

www.epson.eu/runsense

