

APPROACH S60

操作マニュアル

目次

はじめに	1
デバイス概要	1
デバイスを充電する	1
デバイスを充電する際のヒント	2
初期設定	2
スマートフォンとペアリングする	2
ソフトウェアアップデート	3
Garmin Express をセットアップする	3
Garmin Express でソフトウェアをアップデートする	3
Garmin Connect アプリでソフトウェアをアップデートする	3
コースマップのアップデート	3
Garmin Connect	3
Connect IQ	4
Connect IQ コンテンツをダウンロードする	4
PC で Connect IQ コンテンツをダウンロードする	4
主な操作ページ	5
ウォッチフェイスページ	5
ウィジェット	5
メニューページ	5
コントロールメニュー	6
スクリーンロック	6
サイレントモード	6
アプリ & アクティビティページ	6
ゴルフ	8
ラウンドを開始する	8
ラウンドを中断 / 終了する	8
ラウンドを再開する	8
バックナインをプレーする	9
ホール情報ページ	9
グリーンを変更する	10
プレーライク距離を確認する	10
コースビューを確認する	10
グリーン上のピンの位置を変更する	11
タッチターゲットで距離を計測する (3 点間距離計測)	11
ゴルフメニュー	11
レイアップ / ドッグレッグ距離・保存済みポイントを確認する	12
ポイントを登録する	12

ショットを記録する (ガーミンオートショット機能)	12
ショットを手動で追加する	13
ショット履歴を確認する	13
ピンポインター	14
スコアを記録する	14
スコア記録方式を設定する	14
ハンディキャップスコアを有効にする	15
ラウンド概要記録	15
ラウンド概要を確認する	15
各クラブの飛距離を確認する	16
スイング分析とテンポトレーニング	17
スイングテンポ	17
テンポトレーニングを開始する	17
スイングテンポ設定を変更する	18
テンポトレーニングを終了する	18
TruSwing	18
TruSwing でスイングを分析する	18
TruSwing 設定を変更する	18
スイング分析を終了する	18
スマートフォン連携機能	19
Garmin Connect アプリ	19
Garmin Golf アプリ	19
通知機能	19
通知機能を有効にする	19
通知を確認する	19
デバイスに表示する通知を管理する	20
着信に応答する	20
探索機能	20
ミュージックコントロール	20
Bluetooth 設定	21
Bluetooth 機能をオフにする	21
Bluetooth 接続アラートを設定する	21
スマートフォンに手動でデータを同期する	21
ウィジェット	22
ウィジェットを確認する	22
ウィジェットを表示 / 非表示にする	22
各ウィジェットについて	22
ステップ	22
ゴルフ	22
前回のアクティビティ / ラン / バイク / スイム	23
通知	23
カレンダー	24

天気.....	24	38
マイデイ	24	バイクスピード・ケイデンスセンサー	38
週間運動量.....	25	スピードセンサーのタイヤ周長を設定する ..	39
カロリー	25	フットポッド	39
VIRB.....	25	フットポッドを校正する	39
アクティビティ	27	tempe(ワイヤレス温度センサー)	39
アクティビティを開始する	27	コンパス	39
アクティビティに関するヒント	27	コンパスを校正する	39
アクティビティを終了する	27	デバイス情報.....	40
屋内アクティビティ	27	仕様.....	40
プールスイム	27	QuickFit バンドの交換方法.....	40
屋外アクティビティ	28	お取り扱い上の注意事項.....	40
アラーム&タイマー.....	29	クリーニング方法	41
アラーム.....	29	レザーバンドのお手入れ.....	41
アラームをオフにする.....	29	長期間の保管.....	41
アラームを削除する	29	電子ラベルの規制および準拠情報を表示する ..	41
タイマー	29	データ管理.....	41
ストップウォッチ	29	USB 接続時の取り外し方法.....	41
ライフログ	31	ファイルを消去する	41
ライフログのオン/オフを設定する	31	トラブルシューティング.....	43
自動ゴール.....	31	バッテリーの稼働時間を長くするには	43
Move アラート	31	現在地に近いゴルフコースが表示されません ..	43
スリープトラッキング.....	31	デバイスを競技で使用できますか?	43
設定.....	32	デバイスはどのスマートフォンに対応していま	43
ウォッチフェイス設定	32	すか?	43
ウォッチフェイスを変更する	32	デバイスとスマートフォンが接続できません ..	43
コントロールメニュー設定	32	日本語以外の言語で表示されます	43
ショートカットオプション	32	単位が正しくありません.....	44
ゴルフ設定.....	32	記録したデータが見つかりません	44
スコアリング設定	33	デバイスを強制終了する	44
アプリ&アクティビティ設定	33	工場出荷時の状態に戻す	44
データページのカスタマイズ	34	GPS を受信できません.....	44
アラートを設定する	34	ライフログ関連.....	44
アプリ&アクティビティ一覧のカスタマイズ	35	ライフログのステップ数が表示されません ..	44
.....	35	ステップ数が正しくないようです.....	44
ユーザープロフィール	35	デバイスに表示されるステップ数と Garmin	44
システム設定	36	Connect に表示されるステップ数が異なりま	44
時間表示設定	36	す	44
バックライト設定	36	週間運動量の数値が点滅しています	45
単位設定	37	デバイスに関するその他の情報.....	45
センサー.....	38	付録.....	46
ANT+ センサーをペアリングする	38	データ項目.....	46
Approach CT10(クラブトラッキングセンサー)		タイマー	46
		距離	46

ペース	46
スピード	46
心拍	46
ピッチ	47
ケイデンス.....	47
ラップ(プールスイム)	47
SWOLF(プールスイム)	47
ストローク.....	47
ストローク(プールスイム)	47
気温	48
高度	48
その他	48
タイヤサイズと周長.....	48
商標について	50

はじめに

⚠ 警告

本製品を安全にご使用いただくために、同梱のクイックスタートマニュアル「安全および製品に関する警告と注意事項」を必ずお読みください。

デバイス概要



① タッチスクリーン	タップ：項目の選択 スワイプ：ウィジェット / オプション / メニューのスクロール
② アクションキー	押す：ラウンド開始 押す：ラウンドオプション表示(ラウンド中)
③ ☰ (Menu キー)	押す：メニューページの表示 長押し：電源オン(電源オフ時)、コントロールメニューの表示
④ ↶ (Back キー)	押す：前の画面へ戻る

デバイスを充電する

⚠ 警告

本製品はリチウムイオンバッテリーを内蔵しています。リチウムイオンバッテリーのお取り扱いに関する注意やその他の情報について、同梱のクイックスタートマニュアル「安全および製品に関する警告と注意事項」を必ずお読みください。

注意

本体や充電ケーブルの端子やその周辺に汚れや水分が付着したまま充電やPCへの接続を行うと、本体および充電ケーブルの端子の金属のさび、腐食の原因となります。本体や充電ケーブルのクリーニング方法について、詳しくは [41 ページ](#) クリーニング方法をご参照ください。

- 1 充電ケーブルの端子 ① をデバイスの裏面にある充電端子に接続します。





2 チャージングケーブルの USB 端子 ② を PC の USB ポートに差し込み、充電します。

デバイスを充電する際のヒント

- チャージングケーブルの端子は、しっかりと接続してください。
USB 端子は、PC などの充電可能な USB ポートに接続します。バッテリーが空の状態から、最大約 4 時間で充電が完了します。
- コントロールメニューからバッテリー残量を確認できます。(6 ページ [コントロールメニュー](#))

初期設定

初めてデバイスの電源を入れたときは、初期設定を行う必要があります。

- 1 **≡** キーを長押ししてデバイスの電源をオンにします。
- 2 デバイスの言語を選択します。
- 3 スマートフォンとペアリングしますか？
 - **✕**：ペアリングせず次へ進みます。(手順 4 へ)
 - **✓**：スマートフォンとのペアリングを開始します。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))
- 4 着用する手首を **[左手首]** または **[右手首]** から選択します。
- 5 距離計測の単位を **[マイル]** または **[キロメートル]** から選択します。
ヒント：距離計測の単位とは、アクティビティで使用する移動距離の単位です。ラウンド中のホール距離の単位(設定項目名：コース表示)は、初期設定で**[ヤード]**に設定されています。
- 6 ドライバー飛距離を選択します。+または-で数値を増減し、**✓**で決定します。
入力したドライバー飛距離は、コースビューに表示されます。
ヒント：Approach CT10 接続時は、入力したドライバー飛距離の代わりに、Approach CT10 で記録したドライバーの標準飛距離がコースビューに表示されます。
- 7 時間表示を **[12HR]**(12 時間表示)または **[24HR]**(24 時間表示)から選択します。
- 8 GPS で時刻を自動設定しますか？
 - **✕**：手動で時刻を設定します。(手順 9 へ)
 - **✓**：GPS を受信して自動で時刻を設定します。(手順 10 へ)
- 9 手動で時刻を設定します。
+または-で数値を増減します。**[時間]**を設定し終わったら、分数表示部を**タップ**して、**[分]**を設定します。
時間表示で 12 時間表示を選択している場合は、**[分]**の設定の次に **[AM]** または **[PM]** を選択します。
すべて選択し終わったら、**✓**で決定します。(手順 11 へ)
- 10 GPS を受信して時刻を設定します。
上空の開けた屋外で静止します。この時、デバイスの表面を上空に向けてください。GPS の受信完了まで、30 ~ 60 秒程度待ちます。
- 11 初期設定が完了すると、ウォッチフェイスページが表示されます。
- 12 デバイスを充電します。ラウンド前に十分に充電してからご使用ください。

スマートフォンとペアリングする

デバイスの機能を最大限活用するには、スマートフォンなどのモバイル端末とデバイスをペアリングする必要があります。(19 ページ [スマートフォン連携機能](#))

ペアリングには、Garmin Connect アプリを使用します。スマートフォンの Bluetooth® 接続設定からペアリングすることはできません。

- 1 お使いのスマートフォンに対応するアプリストアから、Garmin Connect アプリをダウンロードします。インストール完了後、アプリを起動します。
- 2 デバイスとスマートフォンを 10m 以内に近づけます。
- 3 次のいずれかの方法でデバイスをペアリングモードにします。
 - ・ 初期設定 手順 3「スマートフォンをペアリングしますか？」で **✓** を **タップ**
 - ・ **☰** キーを押す > **[設定]** > **[ペアリング]** の順に選択(初回ペアリング設定時のみ)
 - ・ **☰** キーを押す > **[設定]** > **[Bluetooth]** > **[ステータス]** を **🔴** (オン)にする > **[ペアリング]** の順に選択(再ペアリング設定時)
- 4 次のいずれかの方法で、ペアリングを開始します。
 - ・ 初めて Garmin Connect アプリを利用する場合は、Garmin Connect アカウントにサインイン(またはアカウントを作成)します。サインイン後、アプリの画面の指示に従ってペアリングを完了させます。
 - ・ 既に他の Garmin デバイスを Garmin Connect アプリに登録している場合は、アプリのメニューから **[Garmin デバイス]** > **[デバイスの追加]** の順に選択し、アプリの画面の指示に従ってペアリングを完了させます。ペアリング完了後、デバイスのデータがスマートフォンに同期されます。

ソフトウェアアップデート

デバイスをより快適にご利用いただくために、デバイスのソフトウェアは常に最新の状態にアップデートしてください。アップデートは、Garmin Express または Garmin Connect アプリで行うことができます。

ヒント：Garmin Express は PC 向け、Garmin Connect アプリはスマートフォンなどのモバイル端末向けのアプリケーションです。

Garmin Express をセットアップする

- 1 付属の充電ケーブルを使用して、デバイスを PC に接続します。
- 2 [Garmin.com/ja-JP/software/express/](https://www.garmin.com/ja-JP/software/express/) にアクセスします。
- 3 画面に表示される指示に従ってソフトウェアをダウンロードの上、実行します。

Garmin Express でソフトウェアをアップデートする

事前に Garmin Express を PC にインストールする必要があります。(3 ページ [Garmin Express をセットアップする](#))

- 1 付属の充電ケーブルを使用して、デバイスを PC に接続します。
- 2 PC で Garmin Express を起動します。
利用可能な更新ソフトウェアがある場合、Garmin Express からデバイスに更新データを送信できます。
- 3 デバイスを PC から取り外します。
- 4 画面に表示される指示に従い、ソフトウェアを更新します。

Garmin Connect アプリでソフトウェアをアップデートする

事前にスマートフォンなどのモバイル端末とデバイスをペアリングする必要があります。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))

- 1 ペアリング済みのスマートフォンに Approach S60 のデータを同期します。(21 ページ [スマートフォンに手動でデータを同期する](#))
利用可能な更新ソフトウェアがある場合、デバイスに自動でダウンロードされます。
- 2 画面に表示される指示に従い、ソフトウェアを更新します。

コースマップのアップデート

Garmin Express でデバイスのゴルフコース情報を最新の状態にアップデートすることができます。アップデートについて詳しくは [Garmin.com/ja-JP/maps/updates/golf](https://www.garmin.com/ja-JP/maps/updates/golf) をご参照ください。

注意：海外のゴルフコースでプレーする場合は、必ず事前にゴルフコースを更新してください。また、プレーされる地域のゴルフコースがインストールされていることを確認してください。

Garmin Connect

Garmin Connect は、Garmin 社が提供する無償のオンラインサービスです。デバイスで記録したアクティビティを保存し、データを閲覧、分析、共有したり、デバイス設定やユーザー設定のカスタマイズなどを行うことができます。

Garmin Connect のサービスを利用するには、Garmin Connect アカウントへのサインインが必要です。詳しくは、[connect.Garmin.com/ja-JP/start/](https://connect.garmin.com/ja-JP/start/) にアクセスしてください。

アクティビティデータの保存：無制限のストレージにアクティビティデータをアップロードすることができます。Garmin デバイスを複数台お持ちの場合でも、一つのアカウントでデータの管理が可能です。

アクティビティデータの分析：タイムや距離、心拍数、ピッチ、ケイデンスなどの様々なデータを、地図やグラフでより詳細に分析することができます。

アクティビティトラッキング：毎日のステップ数や睡眠時間、運動量などのライフログデータを記録します。

データの共有：コネクション (Garmin Connect アカウント上の友人) 同士でデータの閲覧を共有したり、SNS にアクティビティへのリンクを投稿することができます。

設定のカスタマイズ：デバイスの設定やユーザー設定をカスタマイズすることができます。

Connect IQ

Garmin またはその他の開発者から提供されたウォッチフェイスやデータ項目、ウィジェット、アプリケーションをデバイスに追加することができます。

Connect IQ コンテンツをダウンロードする

Connect IQ のコンテンツを、Connect IQ アプリからデバイスにダウンロードします。

事前にスマートフォンなどのモバイル端末とデバイスをペアリングする必要があります。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))

- 1 お使いのスマートフォンに対応するアプリストアから、Connect IQ アプリをダウンロードします。インストール完了後、アプリを起動します。
- 2 ペアリング済みデバイスを複数台お持ちの場合は、画面上部のプルダウンリストからデバイスを選択します。
- 3 ダウンロードする Connect IQ コンテンツを選択します。
- 4 画面に表示される指示に従い操作し、ダウンロードを完了します。

PC で Connect IQ コンテンツをダウンロードする

Connect IQ のコンテンツを、PC からデバイスにダウンロードします。PC にインストールした Garmin Express から、Connect IQ にアクセスできます。(3 ページ [Garmin Express をセットアップする](#))

- 1 付属の充電ケーブルを使用して、デバイスを PC に接続します。
- 2 PC で Garmin Express を起動します。
- 3 **[(接続済みのデバイス名)] > [IQ アプリ] > [さらにアプリを取得する]** の順に選択します。
お使いの Web ブラウザに Connect IQ ストアが表示されます。
- 4 ダウンロードする Connect IQ コンテンツを選択します。
- 5 画面に表示される指示に従い操作し、ダウンロードを完了します。

主な操作ページ

デバイスの主な操作ページを紹介します。

ウォッチフェイスページ

現在の時刻が表示されます。

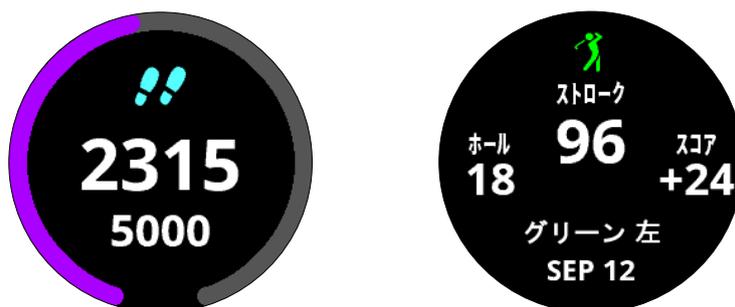


ウォッチフェイスページの表示スタイルは変更することができます。(32 ページ [ウォッチフェイス設定](#))

ウィジェット

デバイスには、数種類のウィジェットがプリインストールされています。一部のウィジェットを表示するには、スマートフォンなどのモバイル端末とのペアリングが必要です。

各ウィジェットの機能について詳しくは [22 ページ](#) [ウィジェット](#) をご参照ください。



- 1 ウォッチフェイスページで画面を上または下方向にスワイプして、ウィジェットを表示します。
- 2 必要に応じて、画面を上または下方向にスワイプしてウィジェットを切り替えます。
- 3 ウィジェットの画面をタップして、詳細ページを表示します。

メニューページ

各種機能や設定にアクセスします。

- 1 **≡** キーを押して、メニューページを表示します。



- 2 画面をスワイプしてメニューをスクロールし、タップして選択します。
 - ・ **【ウォッチフェイス】** ウォッチフェイスページのデザインを変更します。(32 ページ [ウォッチフェイス設定](#))
 - ・ **【アラーム & タイマー】** アラーム、タイマーなどの機能を利用できます。(29 ページ [アラーム & タイマー](#))
 - ・ **【日の出 / 日の入】** 現在地の日の出 / 日の入時刻を確認できます。
 - ・ **【設定】** 各種設定を行います。(32 ページ [設定](#))

ヒント：利用中の機能や直前に表示していたページにより、メニューページに表示される項目やオプションが異なります。

コントロールメニュー

コントロールメニューには、電源オフ、サイレントモード、デバイスロックなどのショートカットオプションが登録されています。よく使用するオプションを登録することで、各機能に素早くアクセスすることができます。

1 **≡**キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。



2 アイコンを**タップ**して操作するオプションを選択します。

	電源オフ
	スクリーンロック(6 ページ スクリーンロック)
	スマートフォン探索(20 ページ 探索機能)
	同期開始(21 ページ スマートフォンに手動でデータを同期する)
	サイレントモード(DND モード) (6 ページ サイレントモード)
	ミュージックコントロール(20 ページ ミュージックコントロール)
	Bluetooth 接続オン / オフ(21 ページ Bluetooth 機能をオフにする)
	タイマー(29 ページ タイマー)

その他のショートカットオプションについては、コントロールメニュー設定をご覧ください。(32 ページ [コントロールメニュー設定](#))

コントロールメニューに表示するショートカットオプションの追加 / 消去 / 並べ替えは、コントロールメニュー設定からカスタマイズすることができます。

スクリーンロック

キーとタッチスクリーンの操作を無効にして、誤操作を防ぎます。

ロックを解除するには、**アクションキー** / **≡**キー / **↶**キーのいずれかを長押しします。

サイレントモード

スマート通知やアラート時のバイブレーションとバックライト点灯、ジェスチャーによるバックライト点灯を無効にします(アラームを除く)。就寝時や映画鑑賞の際に便利な機能です。

注意：サイレントモード中でも、タッチスクリーンやキーを操作するとバックライトが点灯します。

アプリ&アクティビティページ

ゴルフ(8 ページ [ゴルフ](#))やスイングテンポ(17 ページ [スイング分析とテンポトレーニング](#))などのアプリケーション、ランやバイクなどのアクティビティ(27 ページ [アクティビティ](#))を開始します。

1 ウォッチフェイスページを表示した状態で、**アクションキー**を押してアプリ&アクティビティページを表示します。



📍をタップすると、お気に入り外のアプリケーションとアクティビティが表示されます。



2 タップして、アプリケーションまたはアクティビティを開始します。

ヒント：アプリ&アクティビティページに表示するアプリケーションとアクティビティは、カスタマイズすることができます。(35 ページ アプリ&アクティビティ一覧のカスタマイズ)

ゴルフ

ラウンドを開始する

ヒント：GPS の位置情報をもとに、選択したコースの現在地に近いホールが表示されます。そのため、スタートするホールのティーイングエリアで下記の手順を実施すると、最初のホールがすぐに表示されるので便利です。

- 1 ウォッチフェイスページを表示した状態で、**アクションキー**を押します。
- 2 **[Golf]** を**タップ**します。
- 3 上空の開けた屋外で静止して、GPS を受信します。
受信完了まで 30 ～ 60 秒ほどかかります。
注意：「現在地確認中」と表示されているときに、**[スキップ]** を選択しないでください。現在地が確認できず、現在地に近いコースが表示されません。
- 4 GPS の受信が完了し、現在地が特定されます。コースが一覧で表示されたら、一覧からプレーするコースを選択します。
ヒント：2 グリーンのコースの場合、プレー当日のグリーンを選択します。
- 5 スコアを記録しますか？
 - ・ **✕**：スコアを記録しません。
 - ・ **✓**：スコアを記録します。(14 ページ [スコアを記録する](#))
- 6 ホール情報ページが表示されます。(9 ページ [ホール情報ページ](#))
ラウンドを開始します。
- 7 スコアを記録している場合、9 ホール終了後に表示される画面で次のオプションを選択します。
 - ・ **[再開]** 休憩せずラウンドを続ける場合に選択します。(18 ホールコースをプレー中の場合)
 - ・ **[保存]** スコアデータを保存してラウンドを終了します。(9 ホールコースをプレー中の場合)
 - ・ **[削除]** スコアデータを保存せずにラウンドを終了します。(9 ホールコースをプレー中の場合)
 - ・ **[ラウンド一時停止]** 休憩してからラウンドを続ける場合に選択します。「ラウンドを後で再開しますか？」で **✓** を**タップ**します。
ヒント：同じゴルフ場の 2 つの 9 ホールコースを一つのラウンド(18 ホール)として記録できます。(9 ページ [バックナインをプレーする](#))
 - ・ **[ラウンド続行]** 後半の 9 ホールコースを選択します。(9 ホールコースをプレー中の場合)
 - ・ **[終了]** ラウンドを終了します。
 - ・ **[スコア編集]** スコアを編集します。

ラウンドを中断 / 終了する

- 1 ラウンド中に**アクションキー**を押します。
- 2 **[終了]** を選択します。
- 3 次のいずれかのオプションを選択します。
 - ・ スコアなどのラウンド概要データを確認するには、スコア表示部を**タップ**します。
 - ・ **[終了]** ラウンドを終了します。(スコアを記録していない場合)
 - ・ **[保存]** スコアデータを保存してラウンドを終了します。
 - ・ **[スコア編集]** スコアを編集します。
 - ・ **[削除]** スコアデータを保存せずにラウンドを終了します。
 - ・ **[ラウンド一時停止]** ラウンドを一時停止し、ウォッチフェイスページに戻ります。

ラウンドを再開する

- 1 ウォッチフェイスページを表示した状態で、**アクションキー**を押します。
- 2 **[Golf]** を**タップ**します。
- 3 上空の開けた屋外で静止して、GPS を受信します。
受信完了まで 30 ～ 60 秒ほどかかります。
注意：「現在地確認中」と表示されているときに、**[スキップ]** を選択しないでください。現在地が確認できず、現在地に近いコースが表示されません。
- 4 「ラウンド再開しますか？」と表示されたら、**✓** を**タップ**します。

バックナインをプレーする

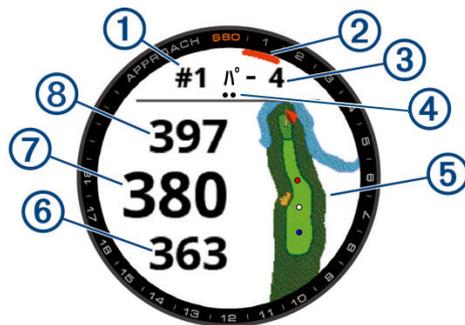
2つの9ホールコースのスコアを一つのラウンドとして記録できます。最初の9ホールコースでラウンドを終了せず、ラウンドを一時停止してください。

- 1 前半の9ホールでのプレーが終了し、必要なデータの入力が完了したら、**アクションキー**を押します。
- 2 **[終了]**を選択します。
休憩してからラウンドを続行する場合は、手順3に進みます。
休憩せずにラウンドを続行する場合は、手順10に進みます。
- 3 **[ラウンド一時停止]**を選択します。
- 4 「ラウンドを後で再開しますか？」と表示されたら、**✓**を**タップ**します。
- 5 後半の9ホールでのプレー開始前に、ウォッチフェイスページから**アクションキー**を押してアプリ&アクティビティページを表示します。
- 6 **[Golf]**を選択します。
- 7 「ラウンド再開しますか？」と表示されたら、**✓**を**タップ**します。
- 8 **アクションキー**を押します。
- 9 **[終了]**を選択します。
- 10 **[ラウンド続行]**を選択します。
- 11 上空の開けた屋外で静止して、GPSを受信します。
受信完了まで30～60秒ほどかかります。
注意：「現在地確認中」と表示されているときに、**[スキップ]**を選択しないでください。現在地が確認できず、現在地に近いコースが表示されません。
- 12 現在地に近い9ホールのコースが一覧で表示されます。
一覧からプレーするコースを選択します。
- 13 ホール情報ページが表示されたら、ラウンドを再開します。(9ページ [ホール情報ページ](#))
同じラウンドの10ホール目からとして継続してスコアを記録できます。

ホール情報ページ

現在プレー中のホールの情報が表示されます。ホール情報ページは、次のホールに移動すると自動でホールが切り替わります。クラブハウス内など、コースに出ていないときは1番ホールの情報が表示されます。手動でホールを切り替えるには、ホールインジケータの現在のホールを示すマーカー部分を画面外周に沿ってドラッグします。

注意：初めに表示されるグリーン中央までの距離は、実際のグリーン上のピン位置までの距離を表すものではありません。ピン位置を手動で変更すると、変更後のピン位置を基に距離が更新されます。



①	現在のホール番号 2グリーンの場合、ホール番号または ↔ を タップ すると左右のグリーンが切り替わります。 L: 左グリーン、R: 右グリーン
②	ホールインジケータと現在ホールを示すマーカー 画面外周に沿ってドラッグ : ホールを変更
③	パー数
④	ハンディキャップストローク数

⑤	コースビュー (パー4およびパー5のホールでは、レイアップポイントが表示されます。Approach CT10 を使用した場合、クラブ名のアイコンが現在地に表示されます。) タップ ：マップ拡大表示
⑥	グリーン手前までの距離
⑦	グリーン中央までの距離
⑧	グリーン奥までの距離

ヒント：Approach CT10 接続時は、デバイスで入力したドライバー飛距離の代わりに、Approach CT10 で記録したドライバーの標準飛距離が表示されます。Approach CT10 接続時は、ドライバー以外のクラブでも標準飛距離が表示されます。Approach CT10 を初めて使用した場合は、まだ標準飛距離がないため、何も表示されません。

グリーンを変更する

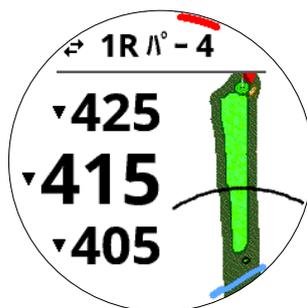
2 グリーンのコースの場合は、プレーするホールの左右グリーンを切り替えることができます。

- 1 ホール情報ページ上部の、ホール番号表示部をタップします。
- 2 左右のグリーンが切り替わります。(例：1L → 1R)

プレーライク距離を確認する

コースの高低差を考慮した、グリーンまでの実際に打つべき推奨距離を表示します。

- 1 ホール情報ページのグリーンまでの距離表示部をタップします。
- 2 高低差を考慮したグリーンまでの各距離が表示されます。



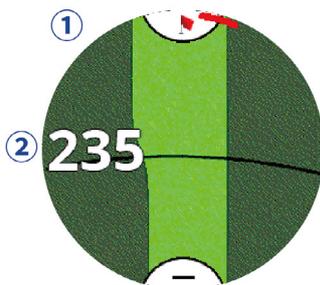
- 3 各距離の横に表示されるアイコンは、あらかじめ表示されていた水平距離に比べて、プレーライク距離がどのように変化したかを示します。

▲	プラスの場合
■	同じ距離
▼	マイナスの場合

- 4 水平距離表示に戻すには、再度距離表示部を**タップ**します。

コースビューを確認する

- 1 ホール情報ページで、コースビュー表示部をタップします。
- 2 コースビューが表示されます。



	グリーンを拡大表示
---	-----------

① マップ	マップ上をドラッグしてスクロール マップ上の任意の位置を タップ してタッチターゲットで距離計測(11 ページ タッチターゲットで距離を計測する(3点間距離計測))
②	ドライバー飛距離
+ / -	コースビューを拡大 / 縮小

ヒント：Approach CT10 接続時は、デバイスで入力したドライバー飛距離の代わりに、Approach CT10 で記録したドライバーの標準飛距離が表示されます。Approach CT10 接続時は、ドライバー以外のクラブでも標準飛距離が表示されます。Approach CT10 を初めて使用した場合は、まだ標準飛距離がないため、何も表示されません。

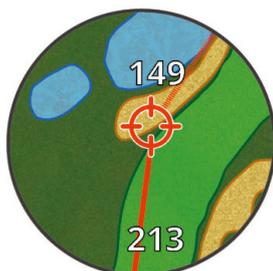
グリーン上のピンの位置を変更する

- 1 ホール情報ページで、コースビュー表示部をタップします。
 - 2 コースビューが表示されたら、画面上部の  を**タップ**します。
 - 3 グリーン上のピン  をドラッグするか、グリーン上の任意の地点を**タップ**してピンの位置を変更します。
変更後のピン位置を基にホール情報ページのグリーン中央までの距離が更新されます。変更後のピン位置は、現在のラウンド中のみ有効です。
- ヒント**：Garmin Golf アプリのパフォーマンス統計では、設定したピン位置をもとにしたデータが表示されます。より正確なデータを算出するためには、必ずラウンド中にピン位置を変更してください。

タッチターゲットで距離を計測する(3点間距離計測)

コースビュー上の任意の地点を**タップ**して、現在地から選択地点までの距離と、選択地点からピンまでの距離を計測することができます。

- 1 ホール情報ページで、コースビュー表示部をタップします。
- 2 コースビューが拡大表示されたら、マップ上の任意の地点を**タップ**します。
- 3 選択した地点にターゲットサークル  が表示されます。
 の位置を変更するには、別の地点を**タップ**するか、 をドラッグして移動します。



現在地から  までの距離と、 からピンまでの距離が表示されます。

- 4 必要に応じて画面下部の+ / -を**タップ**して、コースビューを拡大 / 縮小します。

ゴルフメニュー

ラウンド中に、保存済みのショットやポイント、ラウンド情報、スコアカードなどを確認できます。ラウンドを中断・終了することもできます。

- 1 ラウンド中に**アクションキー**を押して、ゴルフメニューを表示します。



- 2 アイコンを**タップ**して操作するオプションを選択します。

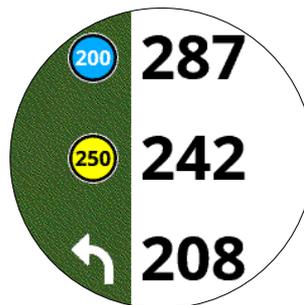
	スコアカード(14 ページ スコアを記録する)
	クラブ統計(16 ページ 各クラブの飛距離を確認する)
	ピンポインター(14 ページ ピンポインター)
	ラウンド概要(15 ページ ラウンド概要を確認する)
	レイアップ/ドッグレッグ距離(12 ページ レイアップ/ドッグレッグ距離・保存済みポイントを確認する) ポイント登録(12 ページ ポイントを登録する)
	ショット履歴(13 ページ ショット履歴を確認する)
終了	ラウンド中断 / 終了(8 ページ ラウンドを中断 / 終了する)

レイアップ/ドッグレッグ距離・保存済みポイントを確認する

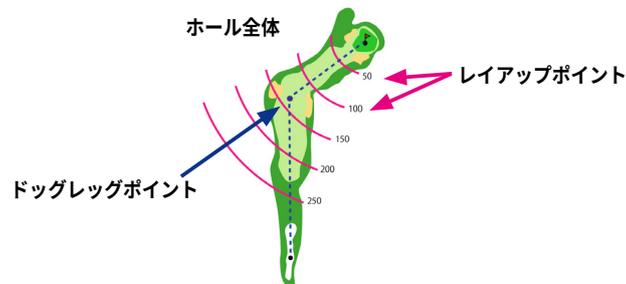
パー 4 およびパー 5 のホールでは、レイアップ距離とドッグレッグ距離を一覧で確認することができます。ホール上に保存済ポイントがある場合もレイアップ/ドッグレッグ距離一覧に表示されます。

- 1 ラウンド中に**アクションキー**を押します。
- 2  を選択します。

レイアップ/ドッグレッグ距離と登録済みポイントが一覧で表示されます。



注意：通過済みのポイントは一覧に表示されません。



ポイントを登録する

ラウンド中に各ホールに 5 か所までポイントを登録できます。コースビューのマップ上には表示されない障害物などを記録しておきたい場合などに便利な機能です。登録済みのポイントは、レイアップ/ドッグレッグ距離一覧で確認することができます。(12 ページ レイアップ/ドッグレッグ距離・保存済みポイントを確認する)

- 1 ポイントとして登録したい地点まで移動します。
注意：現在のホールから離れた地点にいる場合は、ポイントを登録できません。
- 2 **アクションキー**を押します。
- 3  >  キー > [ポイント登録] の順に選択します。
- 4 ポイントのラベルを選択します。

ショットを記録する(ガーミンオートショット機能)

デバイスにはガーミンオートショット機能が搭載されています。ガーミンオートショット機能はコース上で打ったショットを自動で検出して記録します。記録されたショットは、あとから確認することもできます。(13 ページ

ジ ショット履歴を確認する)

ヒント：

- ・ リード側の手首にデバイスを装着するとショットが検出されやすくなります。右打ちの方は左腕に、左打ちの方は右腕に装着してください。
- ・ ショットを打った際にしっかりとボールにコンタクトしないと、ショットを計測できない場合があります。また、パットは計測できません。パットを計測するには、Approach CT10(別売)との接続が必要です。

1 ラウンドを開始して、ショットを打ちます。

ショットを検出すると、画面上部にバナー①が表示されます。



ヒント：

- ・ バナーには、ショットを検出した地点から現在地までの距離が表示されています。
- ・ バナーを**タップ**すると、10秒間バナーを非表示にすることができます。

2 クラブトラッキングをオンに設定している場合、クラブ選択画面が表示されます。使用したクラブをリストから選択します。



ヒント：使用したクラブがデバイスに表示されないときは、Garmin Golf アプリまたは Garmin Connect ウェブサイトでクラブを追加登録できます。

3 ボールの落下地点まで移動し、次のショットを打ちます。

前回のショットが記録されます。

ヒント：ショット検出地点間の距離が前回飛距離として記録されます。

ショットを手動で追加する

ラウンド中にショットが検出されなかった場合、ショットを手動で追加できます。ショットを打った位置で以下の操作をして、ショットを追加します。

- 1 ラウンド中、ショットを打った位置で**アクションキー**を押します。
- 2 **☰** > **[ショット追加]** の順に選択します。
- 3 メッセージを確認し、**✓** を**タップ**します。

ショットの距離計測モードになります。ボールの落下地点まで移動し、プレーを続けてください。

ヒント：クラブトラッキングをオンに設定している場合は、クラブ選択画面で使用したクラブを選択した後にショットの計測モードに切り替わります。

ショット履歴を確認する

注意：ショットが自動検出されなかった場合など、実際のショット数と記録が一致しない場合があります。手動でショットを追加することができますが、ショットを打った地点でデバイスを操作する必要があります。
(13 ページ [ショットを手動で追加する](#))

- 1 ホールをプレー後、**アクションキー**を押します。

- 2  を選択して最近のショットを表示します。
- 3 **[確認]** を **タップ** してホールその他のショットを表示します。
プレー中のラウンドで記録したショットが一覧で表示されます。
- 4 ショットを選択すると、記録した飛距離とスイングテンポを確認します。

ピンポインター

現在地からグリーンの方角と距離を示します。グリーン上のピンの位置が目視で確認できない位置からショットを打つ際に便利な機能です。

注意：ゴルフカート乗車中は、ピンポインターを使用しないでください。ゴルフカートの磁気がコンパスの精度に影響をおよぼすおそれがあります。

ヒント：ピンポインターが正常に機能しない場合は、コンパス校正を実施してください。(39 ページ [コンパスを校正する](#))

- 1 ラウンド中に **アクションキー** を押します。
- 2  を選択します。
ピンポインターがピン位置を指し示します。
ピン位置は初期設定でグリーン中央に設定されています。コースビューでピン位置を変更すると、ヤーデージ距離とピンの方向が連動します。



スコアを記録する

ヒント：ラウンド概要記録をオンにすると、パット数、ショット方向なども入力できます。(15 ページ [ラウンド概要記録](#))

- 1 ラウンド中に **アクションキー** を押します。
- 2  を選択します。
- 3 必要に応じて、**≡キー** を押して、スコアリング設定やホールパー数の変更を行います。
- 4 画面を上または下に **スワイプ** するか、ホールインジケータの現在のホールを示すマーカー部分を画面外周に沿ってドラッグして、スコアを記録するホールを変更します。
- 5 画面中央部を **タップ** して、スコア入力画面を表示します。
- 6 + または - を **タップ** して、スコアを入力します。
- 7 **[Done]** を **タップ** して終了します。

スコア記録方式を設定する

スコア記録方式を選択することができます。

- 1 ウォッチフェイスページ表示中またはラウンド中に **≡キー** を押します。
- 2 **[Golf 設定]** > **[スコアリング]** > **[スコア記録方法]** の順に選択します。
- 3 次のオプションを選択します。
 - ・ **[ストロークプレイ]** 決められたホール数の総打数によって順位を決定し、最も打数の少ない者を優勝とする競技方式
 - ・ **[ステーブルフォード]** 各ホールのパーに対する打数で得られる得点の合計を競い、最も得点の高い者を優勝とする競技方式

得点	パー数に対する打数
0	2 打以上多い(ダブルボギー以上)
1	1 打多い(ボギー)
2	パー

得点	パー数に対する打数
3	1 打少ない(バーディ)
4	2 打少ない(イーグル)
5	3 打少ない(アルバトロス)

ハンディキャップスコアを有効にする

ハンディキャップスコアを有効にすると、ホール情報ページ上部にハンディキャップストローク数がドットで表示されます。また、Garmin Golf アプリおよび Garmin Connect ウェブサイトのリーダーボードに、ハンディキャップを加味したスコアが表示されます。

- ウォッチフェイスページ表示中またはラウンド中に **≡** キーを押します。
- [Golf 設定] > [スコアリング] > [ハンディキャップスコア]** の順に選択します。
ヒント：9 ホールのコースはハンディキャップスコアに対応していません。
- 次のいずれかのオプションを選択します。
 - ・ **[オフ]** ハンディキャップスコアを利用しません。
 - ・ **[ローカルハンディキャップ]** ローカルハンディキャップを利用します。
ローカルハンディキャップのハンディキャップストローク数を入力します。+ または - で数値を増減し、✓ で決定します。
 - ・ **[インデックス/スロープ]** インデックス/スロープハンディキャップを利用します。
ハンディキャップインデックスとスロープレーティングを入力します。+ または - で数値を増減します。数値表示を **タップ** して小数点以下も設定します。設定し終わったら、✓ で決定します。

ラウンド概要記録

ラウンド概要記録をオンに設定すると、ラウンドの情報をより詳細に記録し、確認することができます。ラウンド概要はラウンド中に確認できるほか、Garmin Golf アプリでラウンドの統計を確認することもできます。(15 ページ [ラウンド概要を確認する](#))

ラウンド概要記録を有効にする

- ウォッチフェイスページ表示中またはラウンド中に **≡** キーを押します。
- [Golf 設定] > [スコアリング]** の順に選択します。
- [ラウンド概要記録]** を **タップ** して **📍** (オン) にします。

ラウンド概要を記録する

ラウンド概要を記録するには、あらかじめラウンド概要記録を有効に設定する必要があります。(15 ページ [ラウンド概要記録を有効にする](#))

- ラウンド中に **アクションキー** を押します。
- 📍** を選択します。
- 画面を上または下に **スワイプ** するか、ホールインジケータの現在のホールを示すマーカー部分を画面外周に沿ってドラッグして、ラウンド概要を記録するホールを変更します。
- + または - を **タップ** して全ストローク数を入力し、**[Next]** を **タップ** します。
- + または - を **タップ** してパット数を入力し、**[Next]** を **タップ** します。
- ショット方向を選択します。
ヒント：パー 3 または接続中の Approach CT10 がある場合は、ショット方向を選択する画面は表示されません。
 - ・ ティーショットでフェアウェイをキープした場合は、**↑** を選択します。
 - ・ ティーショットで左または右にミスショットした場合は、**↶** または **↷** を選択します。
- + または - を **タップ** してペナルティを入力し、**[Done]** を **タップ** して終了します。
ヒント：入力したペナルティは、スコアには反映されません。また、入力したペナルティは Garmin Golf アプリで確認できます。

ラウンド概要を確認する

ラウンド中のステップ数、距離、タイム、トータルスコアや、フェアウェイキープ率などのゴルフ統計情報を確認することができます。

- ラウンド中に **アクションキー** を押します。
- 📍** を選択します。

3 画面をスワイプして、ラウンド概要データを確認します。

各クラブの飛距離を確認する

ご自身が各クラブでショットを打ったときの標準的な飛距離、最長飛距離、ショットの精度を確認できます。

ヒント：この機能は、**【クラブトラッキング】**がオン、または別売の Approach CT10 が接続中のときのみ有効です

1 ラウンド中に**アクションキー**を押します。

2  を選択します。

3 クラブを選択します。

4 ご自身が各クラブでショットを打ったときの標準的な飛距離、最長飛距離、ショットの精度を確認します。

スイング分析とテンポトレーニング

スイングテンポ

デバイスには、スイングを練習する際にスイングスピードを計測して、ご自身のスイング分析をアシストするスイングテンポ機能が搭載されています。

スイングテンポでは、スイング速度比をテンポに換算して表示します。一般に理想的なスイングは、バックスイングとダウンスイングの速度比が3:1とされ、このスイングテンポを3.0とします。

テンポトレーニングを開始する

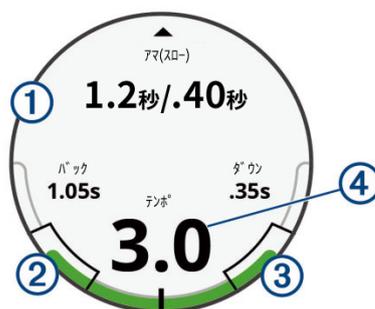
速さの異なる6つのテンポから、自分のレベルに合わせたテンポを選択し、スイング練習でボールを打って、テンポを分析します。

また、スイングテンポのバイブレーション設定がオンのときは、バックスイングとダウンスイングの理想的なタイミングをバイブレーションでお知らせします。

- 1 ウォッチフェイスページで**アクションキー**を押します。
- 2 アプリ&アクティビティページで  > **[スイングテンポ]** の順に選択します。

ヒント：初めてスイングテンポアプリを開始した際は、テンポトレーニングに関するヒントが表示されます。画面を**タップ**してヒントをすべて確認します。

- 3 スイングテンポページが表示されます。



①	選択したテンポ(バックスイング速度 / ダウンスイング速度)
②	バックスイング速度
③	ダウンスイング速度
④	あなたのテンポ
カラーゲージ	 良い  遅い  速い

- 4 ▲ または ▼ を**タップ**してスイング速度を切り替えます。

	バックスイング / ダウンスイング
プロ(ファースト)	0.7 秒 / 0.23 秒
プロ(ミディアム)	0.8 秒 / 0.27 秒
プロ(スロー)	0.9 秒 / 0.30 秒
アマ(ファースト)	1.0 秒 / 0.33 秒
アマ(ミディアム)	1.1 秒 / 0.37 秒
アマ(スロー)	1.2 秒 / 0.40 秒

ヒント：まずは遅いテンポのスイング練習から始めて、カラーゲージがバックスイング / ダウンスイング共に緑色のゲージになるようになったら、より速いテンポの練習に切り替えると効果的です。

- 5 クラブを変更するには、**≡キー** > **[クラブタイプ]** を選択します。

- 6 準備が完了したら、フルスイングして、ボールを打ちます。

スイングテンポ分析が表示されます。

注意：ボールを打った衝撃を感知して計測します。ボールを打った際にしっかりとボールにコンタクトしないと、スイングスピードを計測できない場合があります。

スイングテンポ設定を変更する

- 1 テンポトレーニング実行中に **≡** キーを押して、オプションメニューを表示します。
- 2 次のオプションを選択します。
 - ・ **【バイブレーション】** スイングの理想的なタイミングをバイブレーションでお知らせする機能をオン/オフします。
 - ・ **【クラブタイプ】** スイング分析をするクラブを変更します。
 - ・ **【校正】** 画面に表示される指示に従って、スイング検出に使用するセンサーの校正を行います。

テンポトレーニングを終了する

テンポトレーニング実行中に **↶** キーを押して終了します。

TruSwing

TruSwing (別売) を使用して、デバイスまたは Garmin Connect アプリでスイングデータを確認・分析することができます。

注意：

- ・ ラウンド中は、TruSwing を使用できません。
- ・ TruSwing の操作方法やスイング分析について詳しくは TruSwing に付属の操作マニュアルをご参照ください。

TruSwing でスイングを分析する

- 1 ウォッチフェイスページで **アクション** キーを押します。
- 2 アプリ & アクティビティページで **TruSwing** の順に **タップ** します。
- 3 はじめて TruSwing アクティビティを利用する場合は、利き腕を選択します。
- 4 TruSwing をペアリングします。デバイスがスマートフォンの検索を開始します。
 - ・ Approach S60 と TruSwing のみをペアリングする (いずれも Garmin Connect アプリと未接続で、アプリのスイング分析を利用しない) 場合は、手順 5 へ
 - ・ Approach S60 と TruSwing があらかじめ Garmin Connect アプリにペアリング済みの場合は、手順 7 へ
- 5 デバイスによるスマートフォン検索をスキップし、TruSwing の検索を開始します。
TruSwing をペアリングモードにします。
- 6 ペアリングする TruSwing が見つかったら、**✓** を **タップ** します。
- 7 クラブを選択します。
- 8 TruSwing を装着したクラブでショットを打ちます。
ショットが検出されると、スイングデータが表示されます。
画面を **タップ** すると、スイングデータページをスクロールできます。

ヒント： TruSwing で記録したショットは、Garmin Connect アプリでより詳しくデータを確認・分析することができます。アプリによるスイング分析を行う場合は、あらかじめデバイスと TruSwing を Garmin Connect アプリにペアリングする必要があります。

TruSwing 設定を変更する

- 1 スイング分析実行中に **≡** キーを押して、オプションメニューを表示します。
- 2 次のオプションを選択します。
 - ・ **【クラブ変更】** スイング分析をするクラブを変更します。
 - ・ **【利き腕】** 利き腕の登録を変更します。正しく登録することで、スイング分析の精度が向上します。
 - ・ **【速度単位】** スイング速度の表示単位を変更します。

スイング分析を終了する

スイング分析実行中に **↶** キーを押し、**✓** を **タップ** して終了します。

スマートフォン連携機能

スマートフォンなどのペアリング済みモバイル端末との連携機能をご利用いただけます。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))

ヒント：スマートフォンとの連携機能は Bluetooth 接続が有効な場合のみご利用いただけます。

Garmin Connect アプリ

Garmin Connect アプリは、スマートフォンなどのモバイル端末専用アプリです。アプリをインストールしたモバイル端末とデバイスを Bluetooth 接続でペアリングすることで、Garmin Connect のほとんどの機能をスマートフォンから利用できます。また、アプリ連携でのみ利用可能な次の機能が用意されています。

自動アップロード：デバイスでアクティビティを保存後、データを自動で Garmin Connect にアップロード(同期)します。

通知機能：スマートフォンで受信した電話着信やメッセージ、アプリなどの通知をデバイスに表示します。

スマートフォン探索機能：手元から見失ってしまったスマートフォンを Approach S60 で検索します。

デバイス探索機能：手元から見失ってしまった Approach S60 をスマートフォンで検索します。

ミュージックコントロール：スマートフォンの音楽再生アプリをリモート操作します。

Garmin Golf アプリ

Garmin Golf アプリを利用すると、対応する Garmin デバイスからスコアカードをアップロードして、詳細な統計データやショット分析を表示できます。また、異なるコース間でもプレーヤー同士で競い合うことができます。誰でも参加可能なウィークリーリーダーボードが 43,000 コース以上用意されています。ユーザーは自由にトーナメントイベントを設定して、プレーヤーを招待することができます。

Garmin Golf アプリのデータは、Garmin Connect アプリおよびウェブサイトと同期されます。Garmin Golf アプリは、スマートフォンのアプリストアからダウンロードすることができます。

通知機能

スマートフォンなどのペアリング済みモバイル端末のメッセージ受信や着信をデバイスに通知します。

注意：サイレントモードがオンに設定されているときは、通知のポップアップやバイブレーションは発生しません。サイレントモードの設定を変更するには、[6 ページ](#) [コントロールメニュー](#)をご覧ください。

通知機能を有効にする

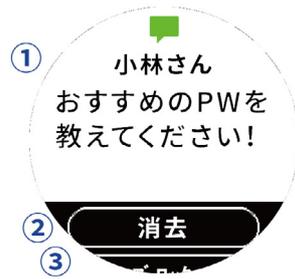
通知機能を利用するには、デバイスとスマートフォンなどのモバイル端末をペアリングする必要があります。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))

- 1 **☰** キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[Bluetooth]** の順に選択します。
- 3 通知機能を有効にするには **[通知]** のスイッチ表示部を **タップ** して **🟢** (オン) に設定します。
- 4 **[通知]** を選択して、次のオプションを設定します。
 - ・ **[アクティビティ実行中]/[アクティビティ中以外]** アクティビティ実行中 / 実行中以外に通知のポップアップを許可する通知タイプを選択します。
 - ・ **[タイムアウト]** 通知がポップアップしてから消えるまでの時間を **[30 秒]** / **[1 分]** / **[3 分]** から選択します。

通知を確認する

ペアリング済みのスマートフォンのメッセージを受信すると、デバイスにポップアップ表示されます。

ヒント：通知履歴は通知ウィジェットから確認できます。(23 ページ [通知](#))



①	メッセージプレビュー タップすると、メッセージ全文が表示されます。
②	消去 通知を消去します。通知ウィジェットからも確認できなくなります。
③	ブロック このアプリからの通知をブロックします。 ヒント：【ブロック】機能の有無は、ご使用のスマートフォンおよびアプリケーションによって異なります。

デバイスに表示する通知を管理する

デバイスに表示する通知は、スマートフォンを操作して設定します。

次のオプションを選択します。

- Apple® デバイスを使用している場合は、スマートフォンの通知設定からデバイスに表示する通知を管理します。
- Android™ デバイスを使用している場合は、Garmin Connect アプリの  (詳細) > 【設定】 > 【通知】 から表示する通知を管理します。

着信に応答する

ペアリング済みのスマートフォンに着信があると、デバイスに発信者情報と次のオプションが表示されます。

-  **タップ**して通話を開始します。
注意：デバイスでは通話できません。着信応答後は接続中のスマートフォンで通話してください。
-  **タップ**して着信を切ります。
-  **タップ**して着信を切り、テキストメッセージを返します。(Android デバイスとペアリングしている場合のみ)

探索機能

手元から見失ってしまったスマートフォンなどのペアリング済みモバイル端末を探す際に役立つ機能です。

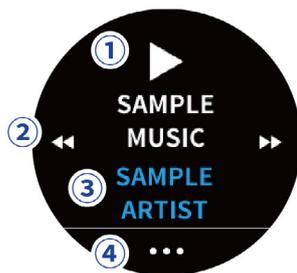
注意：

- 探索機能を利用するには、デバイスとスマートフォンがペアリング済みで、Garmin Connect アプリが起動している必要があります。
 - 探索対象がデバイスの Bluetooth 接続圏外にある場合は探索できません。
- 1  キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。
 - 2  を選択します。
ペアリング済みのスマートフォンでアラート音が鳴り始めます。探索対象とデバイスの距離が近づくにつれ、デバイスに表示される探索ゲージが赤→黄→緑の順に増えていきます。アラート音とゲージの増減を頼りに探索してください。
 - 3 探索を終了するには、 キーを押します。

ミュージックコントロール

スマートフォン等のペアリング済みモバイル端末の音楽再生アプリをリモート操作できます。

- 1  キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。
- 2  を選択します。
ミュージックコントロールが表示されます。



①	▶/⏸：再生 / 停止 タップして音楽を再生 / 停止します。
②	◀/▶：曲戻し / 曲送り タップして音楽を曲戻し / 曲送りします。
③	曲の情報
④	⋮：ページ切り替え タップして操作ページを切り替えます。
-	+ / -：音量調節 🔄：リピート 🔀：シャッフル

Bluetooth 設定

Bluetooth 機能をオフにする

- 1 **☰** キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。
- 2 を選択します。

デバイスの Bluetooth 接続がオフになります。

ヒント：スマートフォンの Bluetooth 設定については、お持ちのスマートフォンの操作マニュアルをご参照ください。

Bluetooth 接続アラートを設定する

Bluetooth 接続 / 切断時にバイブレーションでお知らせします。

- 1 **☰** キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[Bluetooth]** の順に選択します。
- 3 **[ステータス]** を (オン) にします。
- 4 **[BT 接続アラート]** の (オン) / (オフ) を設定します。

スマートフォンに手動でデータを同期する

アクティビティデータ保存時には、デバイスは接続可能なスマートフォンアプリにデータを自動でアップロードしますが、手動でデータを同期する場合は以下の手順で操作してください。

- 1 デバイスとペアリング済みのスマートフォンで Garmin Connect アプリを起動します。
- 2 **☰** キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。
- 3 を選択します。

データの同期が開始します。

ウィジェット

デバイスには、数種類のウィジェットがプリインストールされています。ウィジェットとは、必要な情報が一目で確認できる機能です。一部のウィジェットのデータを表示するには、ペアリング済みスマートフォンとの接続が必要です。

また、一部のウィジェットは、初期設定で非表示に設定されています。ウィジェットの表示 / 非表示は手動で切り替えられます。

ウィジェットを確認する

- 1 ウォッチフェイスページで画面を上または下方向にスワイプして、ウィジェットを表示します。
- 2 必要に応じて、画面を上または下方向にスワイプしてウィジェットを切り替えます。
- 3 ウィジェット表示中に **≡** キーを押すと、関連するオプションが表示されます。また、ウィジェットの画面を **タップ** すると、詳細ページが表示されます。
(ウィジェットによりオプションや詳細ページが表示されない場合があります。)

ウィジェットを表示 / 非表示にする

- 1 **≡** キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定] > [ウィジェット]** の順に選択します。
表示中のウィジェット一覧が表示されます。
- 3 次のオプションを選択します。
 - ・表示中のウィジェットを非表示にする：
[(ウィジェット名)] > スイッチをタップして [無効] にします。
 - ・非表示のウィジェットを表示させる：
[ウィジェットを追加] > [(表示したいウィジェット名)] を選択します。

各ウィジェットについて

一部のウィジェットは初期設定で非表示に設定されています。(22 ページ [ウィジェットを表示 / 非表示にする](#))

ステップ

一日のステップ数とステップゴール、達成率グラフが表示されます。(31 ページ [ライフログ](#))
画面を **タップ** すると過去 14 日間のステップグラフが表示されます。



①	達成率 ステップゴールに対する現在のステップ数の達成率を表すグラフが表示されます。
②	Move バー 一定時間運動(移動)がない場合に表示されます。初めの長いバーは1時間、以降15分毎に短いバーが表示されます。(31 ページ Move アラート)
③	ステップ数 現在のステップ数が表示されます。
④	ステップゴール 目標ステップ数が表示されます。(31 ページ 自動ゴール)

ゴルフ

前回のラウンドで保存したデータが表示されます。

画面を **タップ** すると、スコア詳細とラウンド概要データ(ラウンド中にラウンド概要記録を行った場合)が表示されます。



①	ホール数
②	ストローク数
③	スコア
④	コース名とラウンド日付

前回のアクティビティ / ラン / バイク / スイム

前回保存したアクティビティデータ概要が表示されます。[前回のアクティビティ]はアクティビティタイプを問わず、前回保存したアクティビティデータ概要が表示されますが、[前回のラン] / [前回のバイク] / [前回のスイム]には対応するアクティビティタイプのデータのみが表示されます。

画面をタップすると、保存済みアクティビティの履歴一覧が表示されます。



①	一週間のアクティビティのトータル距離
②	距離
③	タイム
④	ステップ / ペース / スピード アクティビティタイプにより表示される項目が異なります。

通知

注意：ペアリング済みのスマートフォンとの Bluetooth 接続が有効になっている必要があります。

ペアリング済みのスマートフォンで受信したメッセージやアプリの通知、電話の着信通知などを確認できます。

画面をタップすると各通知の詳細の確認または通知の消去を行うことができます。(19 ページ [通知機能](#))



①	通知のプレビュー(最近 2 件まで) 各通知の表示部をタップして詳細を表示します。
②	… (3 件以上通知がある場合) タップして通知一覧を表示します。

カレンダー

注意：ペアリング済みのスマートフォンとの Bluetooth 接続が有効で、Garmin Connect アプリが起動している必要があります。

ペアリング済みのスマートフォンのカレンダーに登録されたスケジュールが表示されます。

画面を **タップ** すると各スケジュールの詳細やスケジュール一覧が表示されます。



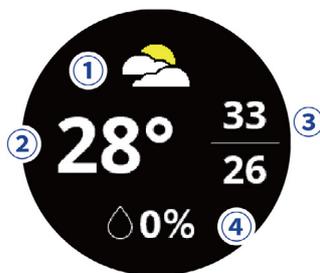
①	スケジュールのプレビュー(最近2件まで) 各スケジュールの表示部を タップ して詳細を表示します。
②	… (3件以上スケジュールがある場合) タップ してスケジュール一覧を表示します。

天気

注意：ペアリング済みのスマートフォンとの Bluetooth 接続が有効で、Garmin Connect アプリが起動している必要があります。

現在地周辺の予想天気、予想気温などの天気情報が表示されます。

画面を **タップ** すると1時間毎の天気情報と4日後までの日別の天気情報が表示されます。



①	現在地の天気
②	現在地の気温
③	予想最高 / 最低気温
④	予想降水確率

マイデイ

一日の活動データが表示されます。



①	活動データ アクティビティデータ、ステップ数、消費カロリー、週間運動量などのデータが表示されます。
---	--

週間運動量

一週間の合計運動量(分)と目標運動量を確認することができます。

画面を**タップ**すると日別の運動量グラフが表示されます。



①	達成率 週間運動量のゴールに対する現在の運動量の達成率を表すグラフが表示されます。
②	現在までの運動量(分) 現在までの運動量が表示されます。 運動を検出中は数字が点滅します。
③	週間運動量ゴール(分) 目標運動量が表示されます。(初期設定では 150 分)

カロリー

一日の総消費カロリーを確認できます。

画面を**タップ**すると過去 14 日間の消費カロリーグラフが表示されます。



①	運動消費カロリー
②	総消費カロリー 安静時と運動消費によるカロリーの合計が表示されます。

VIRB

Garmin 製アクションカメラ VIRB をペアリングして、VIRB カメラのリモート操作を行います。

VIRB カメラをリモート操作する

- 1 VIRB ウィジェットを表示します。
接続可能な VIRB が検索されます。
- 2 VIRB の接続が完了すると、VIRB 操作ページが表示されます。



①	画面を左右にスワイプ： ビデオ / フォト / 設定の操作ページを切り替えます。
②	ビデオ録画開始 / 停止 画面を タップ して VIRB カメラでビデオの録画を開始 / 停止します。
③	録画時間
④	現在のビデオ設定・録画可能時間
⑤	VIRB バッテリー残量

- 3 ビデオの録画を開始 / 停止するには、ビデオ操作ページで画面を**タップ**します。
- 4 静止画を撮影するには、ビデオ操作ページから画面を左または右方向に**スワイプ**してフォト操作ページに切り替え、画面を**タップ**します。
- 5 VIRB カメラの設定を変更するには、録画停止中にビデオ操作ページから画面を左または右方向に**スワイプ**して設定操作ページに切り替え、画面を**タップ**します。
- ・【**ビデオ設定**】：ビデオモードや解像度を変更します。
 - ・【**フォト設定**】：フォトモードや視野角を変更します。
 - ・【**ペアリング解除**】：VIRB とのペアリングを解除します。

アクティビティ

デバイスは、ランやバイク、スイムなどの多様な屋内 / 屋外アクティビティに対応しています。アクティビティを開始すると、GPS や各種センサーから得たデータを画面に表示し、記録します。

デバイスに保存したアクティビティデータは、Garmin Connect にアップロードしてウェブやアプリでデータを閲覧・管理・共有することができます。プリインストールされているアクティビティのほかにも、Connect IQ から新たなアクティビティを追加することができます。(4 ページ [Connect IQ](#))

アクティビティを開始する

アクティビティの開始と同時に、自動で GPS が有効になります。(GPS 設定がオンのアクティビティの場合) アクティビティを停止してデータを保存すると、ウォッチフェイスページに戻ります。

- 1 ウォッチフェイスページで**アクションキー**を押します。
- 2  を選択します。
- 3 アクティビティを選択します。
- 4 必要に応じて、ANT+ センサーの接続が完了するまで待機します。
- 5 GPS を利用する屋外アクティビティの場合は、上空の開けた場所で静止して、GPS の受信を完了します。
- 6 **アクションキー**を押して、タイマーを開始します。
注意：タイマーを開始しないとデータは記録されません。

アクティビティに関するヒント

- アクティビティを開始する前に、バッテリーを充電してください。(1 ページ [デバイスを充電する](#))
- アクティビティ実行中に画面を上または下に**スワイプ**すると、データページをスクロールすることができます。(34 ページ [データページのカスタマイズ](#))
- ラン、屋内ラン、ウォーク、屋内ウォーク以外のアクティビティで GPS 設定をオフにすると、アクティビティ中の消費カロリーを計測できません。(33 ページ [アプリ&アクティビティ設定](#))
- 筋トレアクティビティに回数計測機能はありません。

アクティビティを終了する

- 1 **アクションキー**を押してタイマーを停止します。
- 2 次のオプションを選択します。
 - タイマーを再開するには、再度**アクションキー**を押します。
 - データを保存してアクティビティを終了するには、**[Done]** >  の順に選択します。
 - データを保存せずにアクティビティを終了するには、**[Done]** >  >  の順に選択します。

屋内アクティビティ

屋内でのトラック走や、トレッドミルやフィットネスバイクを使用したトレーニングを行う場合には、屋内アクティビティを選択します。

屋内ランニングアクティビティや**屋内ウォーキングアクティビティ**での距離やペース / スピード、ピッチなどのデータは、デバイスに内蔵の加速度計 * で計測されます。

* 加速度計は自己校正します。屋外で GPS を利用したランまたはウォークのアクティビティを数回行うと、加速度計の計測データ精度が向上します。

ヒント：デバイスを装着した手でトレッドミルの手すりをつかむなどして固定した状態で走った場合、加速度計によるデータ計測の精度が低くなります。屋内ランでより正確なデータを計測するには、別売のフットポッドを使用してください。

屋内バイクアクティビティでの距離とスピードを計測するには、別売のスピードセンサー / ケイデンスセンサーを使用してください。

プールスイム

注意

本製品でスキューバダイビングなどの潜水を伴うアクティビティは行わないでください。デバイスに防水性能以上の水圧がかかると、デバイスが故障するおそれがあります。その場合の故障には、製品保証が適用されない場合があります。

- 1 ウォッチフェイスページで**アクションキー**を押します。

- 2  > [プールスイム] の順に選択します。
- 3 プールサイズを選択します。(初回のみ)
- 4 **アクションキー**を押してタイマーを開始します。
- 5 アクティビティを開始します。
アクティビティ中は、デバイスに内蔵の加速度センサーでターンやストロークタイプ(泳法)、ストローク数を認識し、あらかじめ設定したプールサイズを基に ペース や ラップ* などのスイムデータを記録します。
- 6  **キー**を押すと、タイマーが停止し休息モードに移行します。
注意：休息モード中にスイムデータは記録されません。
- 7 再度  **キー**を押すと、休息モードを終了します。
タイマーが再開され、新たなインターバル*として記録が開始されます。
- 8 アクティビティを終了してデータを保存するには、**アクションキー**を押して **[Done]** を選択します。

* プールスイム時のラップとインターバルは、ランやバイクなどの陸上競技の場合の定義と異なります。

スイム用語

ラップ	プールの片道。プールを往復した場合 2 ラップとなる。
インターバル	1 ラップ以上の連続したラップを含む区間。  キー を押して休息モードに移行後、再度  キー を押してタイマーを再開すると新たなインターバルとして記録が開始する。
ストローク	デバイスを装着している腕の一回転 = 1 ストローク。
SWOLF	1 ラップのタイム(秒)とストローク数の和。1 ラップを 30 秒、15 ストロークで泳いだ場合、SWOLF スコアは 45 となる。スコアが低いほど、泳ぎが効率的であることを表す。

ストロークタイプ(泳法)

ストロークタイプ(泳法)の検出は、プールスイムアクティビティのみ有効です。ストロークタイプは1 ラップ毎に検出されます。

ストロークタイプは、履歴とデータページで確認することができます。(34 ページ [データページのカスタマイズ](#))

ストロークタイプ一覧

- クロール
- 背泳ぎ
- 平泳ぎ
- バタフライ
- **ミックス**：1 インターバルに複数のストロークタイプを検出

屋外アクティビティ

ラン、ウォーク、バイクなどの屋外アクティビティがプリインストールされています。屋外アクティビティでは、GPS または各種センサーからデータを取得します。初期設定で表示されているアクティビティの他にも、カーディオやローイングなどのアクティビティをアプリ&アクティビティページに追加することができます。

アラーム&タイマー

アラーム

アラームは8件まで登録できます。

- 1 ウォッチフェイスページで **≡** キー を押し、メニューページを表示します。
- 2 **[アラーム&タイマー]** > **[アラーム]** の順に選択します。
- 3 **[新規追加]** を選択します。
すでに設定済みのアラームを編集する場合は、アラーム名を選択します。
- 4 **[タイム]** を選択し、アラームを鳴らす時刻を設定します。
 - ・ + または - で数値を増減します。
 - ・ 数値表示を **タップ** して 時 / 分 を切り替えます。
 - ・ 設定し終わったら **分** または **AM / PM** を選択し、**✓** を **タップ** します。
- 5 **[リピート]** を選択し、繰り返しなし / 毎日 / 平日 / 週末 / カスタム (任意の曜日) からアラームを鳴らすスケジュールを設定します。
- 6 **[ラベル]** を選択し、アラーム作動時に表示するタイトルを選択します。
- 7 **↶** キー を押し、アラームの編集を終了します。
設定時刻になると、アラームが作動します。
- 8 アラームが作動したら、次のオプションを選択します。
 - ・ アラームを停止するには、**✕** を **タップ** します。
 - ・ スヌーズを利用するには、**⌚** を **タップ** します。スヌーズが設定され、10分後に再度アラームが作動します。

アラームをオフにする

- 1 ウォッチフェイスページで **≡** キー を押し、メニューページを表示します。
- 2 **[アラーム&タイマー]** > **[アラーム]** の順に選択します。
- 3 オフにするアラームの右横のスイッチを **⏻** (オフ) にします。

アラームを削除する

- 1 ウォッチフェイスページで **≡** キー を押し、メニューページを表示します。
- 2 **[アラーム&タイマー]** > **[アラーム]** の順に選択します。
- 3 削除するアラームを選択します。
- 4 **[消去]** を選択します。

タイマー

設定した時間をカウントダウンして、表示とバイブレーションでお知らせします。

- 1 ウォッチフェイスページで **≡** キー を押し、メニューページを表示します。
- 2 **[アラーム&タイマー]** > **[タイマー]** の順に選択します。
- 3 タイマーにセットする時間を設定します。
ヒント：一度タイマー機能を使用すると、2回目以降は前回設定したカウント時間が表示されます。カウント時間を変更する場合は **[編集]** を **タップ** します。
 - ・ + または - で数値を増減します。
 - ・ 数値表示を **タップ** して 時 / 分 / 秒 を切り替えます。
 - ・ 設定し終わったら **秒** を選択し、**✓** を **タップ** します。
- 4 **アクションキー** を押し、タイマーを開始します。
- 5 タイマーを一時停止するには、**アクションキー** を押します。
 - ・ タイマーを再開する場合、再度 **アクションキー** を押します。
 - ・ タイマーをリセットする場合、**[リセット]** を **タップ** します。
- 6 カウントダウン終了のアラームを止めるには、画面を **タップ** します。
- 7 タイマーのセット時間を再設定するには、**[編集]** を選択します。

ストップウォッチ

ストップウォッチ機能を利用します。

- 1 ウォッチフェイスページで **≡** キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[アラーム&タイマー]** > **[ストップウォッチ]** の順に選択します。
- 3 **アクションキー** を押し、ストップウォッチを開始します。
- 4 ラップを取得するには、**[ラップ]** を **タップ** します。
- 5 ストップウォッチを停止するには、再度 **アクションキー** を押します。
- 6 **[リセット]** を **タップ** して、ストップウォッチをリセットします。

ライフログ

ライフログとは、一日のステップ数と移動距離、運動量、消費カロリー(基礎代謝+運動消費)、睡眠データを記録する機能です。ライフログで記録したすべてのデータは、Garmin Connect アプリまたはウェブサイトで確認できます。

ヒント：一日の移動距離や睡眠データは、デバイスには表示されません。(44 ページ [記録したデータが見つかりません](#))

ライフログのオン/オフを設定する

ライフログデータの取得は初期設定でオンに設定されています。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[ライフログ]** の順に選択します。
- 3 **[ステータス]** をタップして **🟢** (オン) / **🔴** (オフ) を切り替えます。
オフに設定すると、ステップ、週間運動量、カロリーウィジェットは使用できません。

自動ゴール

一日のステップゴールは、前日のステップ数などのアクティビティレベルにより自動で設定されます。

自動ゴール機能を利用せず、毎日一定のステップゴールに設定したい場合は、Garmin Connect アプリまたはウェブサイトで設定を行う必要があります。

ゴールアラートを設定する

ステップ、週間運動量のゴール(目標)達成時に、アラートでお知らせします。

ヒント：ゴールアラートはライフログがオンの場合のみ有効な機能です。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[ライフログ]** > **[ゴールアラート]** の順に選択します。
- 3 ステータスを **[オン]** / **[オフ]** / **[アクティビティ実行中以外]** から選択します。

Move アラート

ヒント：Move アラートはライフログがオンの場合のみ有効な機能です。

Move アラートは、一定時間体を動かしていない場合にアラートでお知らせする機能です。

一時間動いていないと、**Move!** のバナーとともにバイブレーションでお知らせします。また、ステップウィジェットと一部のウォッチフェイス上には Move バーが時間の経過毎に表示されます。Move バーの表示をリセットするには、数分間のウォーキングを行う必要があります。

Move アラート作動時のバイブレーションは、システム設定でオン/オフを切り替えられます。(36 ページ [システム設定](#))

Move アラートを設定する

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[ライフログ]** の順に選択します。
- 3 **[Move アラート]** をタップして **🟢** (オン) / **🔴** (オフ) を切り替えます。

スリープトラッキング

デバイスを装着したまま就寝すると、自動で睡眠時間と睡眠レベル、睡眠中の動きを記録することができます。記録した睡眠データは、Garmin Connect アプリまたはウェブサイトで確認することができます。普段の就寝・起床時間は、Garmin Connect のユーザー設定から設定する必要があります。

注意：昼寝やうたた寝などは、睡眠データとして記録されません。睡眠中は、サイレントモードを使用するとアラームを除く通知やアラートの鳴動をオフにすることができます。

設定

ウォッチフェイス設定

デバイスには、数種類のウォッチフェイスがプリインストールされています。また、Connect IQ から様々なデザインのウォッチフェイスをインストールして使用することができます。(4 ページ [Connect IQ](#))

ウォッチフェイスを変更する

- 1 **≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[ウォッチフェイス]** を選択します。
- 3 画面を上または下方向に**スワイプ**してデザインを切り替え、画面を**タップ**して決定します。

コントロールメニュー設定

コントロールメニューをカスタマイズします。

- 1 **≡**キーを長押しして、コントロールメニューを表示します。
- 2 **≡**キーを押ししてオプションメニューを表示します。
- 3 **[コントロールメニュー設定]** を選択します。
- 4 カスタマイズするショートカットオプションの表示位置を選択します。
ヒント：ショートカットオプションを配置していない位置には**+**が表示されます。**+**を**タップ**すると、ショートカットオプションを追加(表示)できます。
- 5 次の操作を行います。
 - ・ 並べ替え 他のショートカットオプションを**タップ**すると、位置が入れ替わります。
 - ・ 削除(非表示) **■**を**タップ**します。

ショートカットオプション

一部ショートカットオプションは、初期設定で非表示に設定されています。**[電源オフ]**は、コントロールメニューから削除(非表示)することはできません。

	電源オフ
	スクリーンロック(6 ページ スクリーンロック)
	スマートフォン探索(20 ページ 探索機能)
	同期開始(21 ページ スマートフォンに手動でデータを同期する)
	サイレントモード(DND モード) (6 ページ サイレントモード)
	ミュージックコントロール(20 ページ ミュージックコントロール)
	Bluetooth 接続オン / オフ(21 ページ Bluetooth 機能をオフにする)
	タイマー(29 ページ タイマー)
	ストップウォッチ(29 ページ ストップウォッチ)
	GPS で時刻設定
	バックライトレベル調整(36 ページ バックライト設定)

ゴルフ設定

ゴルフに関する設定を行います。

- 1 **≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[アプリ & アクティビティ]** > **[Golf]** > **[Golf 設定]** の順に選択します。
ヒント：ラウンド中は、**≡**キーを押ししてオプションメニューを開くと、すぐに Golf 設定にアクセスできます。
- 3 設定する項目を選択します。
 - ・ **[スコアリング]** スコアに関する設定を行います。(33 ページ [スコアリング設定](#))
 - ・ **[ドライバー飛距離]** ドライバーの平均飛距離を設定します。

- ・【**トーナメントモード**】 トーナメントモードを  (オン) に設定すると、ピンポインターとプレーライク距離の機能が無効になります。これらの機能は、公認トーナメントやハンディキャップを算出するラウンドでは、使用できません。

- ・【**数字を大きく表示**】 ホール情報ページの数字を大きく表示できます。

数字を大きくするとコースビュー、オートショットの飛距離のバナーが画面上に表示されなくなります。バナーは表示されませんが、ショットは記録されています。

スコアリング設定

スコアリングに関する設定を行います。

- 1 Golf 設定メニューで【**スコアリング**】を選択します。(32 ページ [ゴルフ設定](#))
- 2 設定する項目を選択します。

【ステータス】

- ・【**オフ**】 スコアを記録しません。
- ・【**毎回確認**】 ラウンド開始前に、スコアを記録するか確認するメッセージが毎回表示されます。
- ・【**オン**】 スコアを記録します。

【ラウンド概要記録】

パット数、パーオン率、フェアウェイキープ率などのラウンド概要を記録します。画面を **タップ** して  (オン) /  (オフ) を切り替えます。

【クラブトラッキング】

- ・【**クラブトラッキング**】 使用したクラブを記録します。画面を **タップ** して  (オン) /  (オフ) を切り替えます。

ヒント：

- Approach CT10 を使用する場合は、オン / オフのどちらに設定しても、使用したクラブが Approach CT10 によって記録されます。
- Approach CT10 使用時でもデバイスとのワイヤレス接続が切れていた場合は、Approach S60 のクラブトラッキングが作動します。そのため、Approach CT10 が動作しない場合のバックアップとして、Approach CT10 使用時でもこの設定項目をオンにしておくことをお勧めします。

- ・【**クラブセンサー**】

Approach CT10 との接続設定を行います。

- 【**センサー追加**】：Approach CT10 を追加します。
- 【**ペアリング済みセンサー**】：ペアリング済みの Approach CT10 が表示されます。
- 【**接続アラート**】：ラウンド中に、Approach CT10 が接続されたときに、表示とバイブレーションでお知らせします。画面を **タップ** して  (オン) /  (オフ) を切り替えます。

[2 プレイヤー]

2 人分のスコアを記録します。画面を **タップ** して  (オン) /  (オフ) を切り替えます。

注意：この機能は、ラウンドを終了すると自動でオフになります。ラウンドを開始したあとに毎回設定してください。

【スコア記録方法】

スコア記録方法を【**ストロークプレイ**】/【**ステーブルフォード**】から選択します。(14 ページ [スコア記録方式を設定する](#))

【ハンディキャップスコア】

ハンディキャップの種類を【**ローカルハンディキャップ**】/【**インデックス/スロープ**】から選択します。ハンディキャップスコアを利用しない場合は【**オフ**】を選択します。(15 ページ [ハンディキャップスコアを有効にする](#))

アプリ & アクティビティ設定

アプリケーションとアクティビティの各種設定を行います。

- 1 ウォッチフェイスページ表示中に  キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 【**設定**】 > 【**アプリ & アクティビティ**】の順に選択します。
- 3 設定を変更するアプリケーションまたはアクティビティ名を選択します。
- 4 【**(アプリ・アクティビティ名)設定**】を **タップ** します。

ヒント：アプリケーションまたはアクティビティ実行中は、 キーを押し、オプションメニューを開くと、すぐに実行中のアプリ & アクティビティ設定にアクセスできます。

- 5 設定する項目を選択します。

ヒント：設定可能な項目は、アプリケーションまたはアクティビティにより異なります。

- ・【**データページ**】 データページの新規追加、編集を行います。(34 ページ [データページのカスタマイズ](#))
- ・【**アラート**】 設定した数値に達した場合や設定範囲外の数値になった場合に通知するアラートを設定します。アクティビティにより、設定可能なアラートタイプが異なります。(34 ページ [アラートを設定する](#))

- ・ **【ラップ】** ラップの取得設定を行います。**【自動ラップ】**を  (オン)にすると、一定の距離に到達するごとに、自動でラップを取得します。ラップの取得間隔は任意の距離を設定できます。この機能は、アクティビティ全体の中のある部分のパフォーマンスを比較するのに便利です。(例えば、1km ごと、5km ごとのタイムを比較)
- ・ **【自動ポーズ】** 走行を停止または設定したスピード以下になった場合に、タイマーを一時停止します。信号待ちなどで一時停止する時間をタイムから除きたい場合に便利な機能です。
 - **【オフ】**: 自動ポーズ機能を利用しません。
 - **【停止時】**: 走行停止時に自動ポーズでタイマーを一時停止します。
 - **【ペース】**: 任意のペースを設定し、ペースが設定値以下になった場合に自動ポーズでタイマーを一時停止します。
 - **【スピード】**: 任意のスピードを設定し、走行スピードが設定値以下になった場合に自動ポーズでタイマーを一時停止します。
- ・ **【自動スクロール】** アクティビティ実行中に、自動でデータページをスクロールします。
 - **【オフ】**: 自動スクロール機能を利用しません。
 - **【遅い】/【標準】/【速い】**: 選択した速さでデータページが自動スクロールされます。
- ・ **【GPS】** GPS の受信モードを設定します。
 - **【オフ】**: GPS を受信しません。
 - **【オン】**: GPS とみちびきを受信します。
- ・ **【プールサイズ】** プールスイムアクティビティのプールサイズを選択します。
- ・ **【背景カラー】** データページの背景色を選択します。
- ・ **【アクセントカラー】** データページのアクセントカラーを選択します。

データページのカスタマイズ

データページの表示 / 非表示、ページ分割数、表示項目をアプリケーションおよびアクティビティごとに編集します。

ヒント: 設定可能な項目は、アプリケーションまたはアクティビティにより異なります。

- 1 データページをカスタマイズするアプリケーションまたはアクティビティの設定メニューを開きます。
(33 ページ [アプリ&アクティビティ設定](#))
- 2 **【データページ】**を選択します。
- 3 必要に応じて、**【ページ2~3】/【心拍ゾーンゲージ】**のスイッチを**タップ**して各ページを有効にします。
ヒント: ページ1 は非表示にできません。
- 4 カスタマイズするページを選択します。
- 5 **【分割数】**を**タップ**し、1 ページに表示するデータ項目の数を設定します。
- 6 **【データ項目編集】**を**タップ**し、ページに表示するデータ項目を設定します。
データ項目を設定する表示領域を**タップ**し、表示する項目のカテゴリーとオプションを選択します。(46 ページ [データ項目](#))
- 7 設定を終了するには、 **キー**を複数回押して、設定メニューページまで戻ります。

アラートを設定する

- 1 アラートを設定するアプリケーションまたはアクティビティの設定メニューを開きます。(33 ページ [アプリ&アクティビティ設定](#))
- 2 **【アラート】**を選択します。
- 3 **【新規追加】**を選択します。
すでに設定済みのアラートを編集する場合は、アラート名を選択します。
- 4 **アラートタイプ**を選択します。
- 5 アラートの達成値または上限値 / 下限値を設定します。

アラートタイプ	設定値
カスタム	メッセージ(【水分補給】 【栄養補給】 【方向転換】 【帰宅】 【カスタム】)を選択して、 【タイム】 または 【距離】 で達成値を選択します。(達成毎にアラート)
心拍	心拍数の上限値と下限値を 【オフ】 【ゾーン1~5】 【カスタム】 から選択します。(範囲外でアラート)
ラン/ウォーク	ランとウォークを設定したタイムで交互に繰り返します。(切り替え時にアラート)
ペース	ペースの上限値と下限値を 【オン】 (任意のペースを入力)または 【オフ】 で設定します。(範囲外でアラート)

アラートタイプ	設定値
スピード	スピードの上限値と下限値を【オン】(任意のスピードを入力)または【オフ】で設定します。(範囲外でアラート)
タイム	任意のタイムを設定します。(達成毎にアラート)
距離	任意の距離を設定します。(達成毎にアラート)
ケイデンス	ケイデンスの上限値と下限値を【オン】(任意のケイデンスを入力)または【オフ】で設定します。(範囲外でアラート)
ストロークレート	ストロークレートの上限値と下限値を【オン】(任意のストロークレートを入力)または【オフ】で設定します。(範囲外でアラート)
ピッチ	ピッチの上限値と下限値【オン】(任意のピッチを入力)または【オフ】で設定します。
カロリー	任意の消費カロリーを設定します。(達成毎にアラート)

アプリ&アクティビティー一覧のカスタマイズ

一部のアプリケーションおよびアクティビティは、初期設定で非表示に設定されています。アプリケーションおよびアクティビティの表示/非表示は手動で切り替えられます。

アプリ&アクティビティを追加する

- 1 キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[アプリ & アクティビティ]** > **[追加]** の順に選択します。
- 3 追加するアプリケーションまたはアクティビティを選択します。
- 4 「お気に入りに設定しますか？」で、次のオプションを選択します。
 - ・ : お気に入り外()のリストに追加します。
 - ・ : お気に入りリストに追加します。

お気に入りに追加/削除する

表示中のアプリケーションおよびアクティビティをお気に入りに登録、またはお気に入り登録を解除できます。

- 1 キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[アプリ & アクティビティ]** の順に選択します。
- 3 アプリケーションまたはアクティビティを選択します。
- 4 次の操作をします。
 - ・ **[お気に入りに追加]** リストからお気に入りに移動します。
 - ・ **[お気に入りから削除]** お気に入りから リストに移動します。

アプリ&アクティビティを非表示にする

- 1 キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[アプリ & アクティビティ]** > **[追加]** の順に選択します。
- 3 次のオプションを選択します。
 - ・ リストからアプリケーションまたはアクティビティを削除するには、スイッチをタップして**[無効]** にします。
 - ・ その他のアクティビティの設定をデフォルトに戻すには、**[(アプリ・アクティビティ名)設定]** > **[消去]** を選択します。

ユーザープロフィール

ユーザープロフィールを設定します。

より精度の高いトレーニングデータの計測のため、正確な値を入力してください。

- 1 キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[ユーザープロフィール]** の順に選択します。
- 3 **[性別]** **[誕生日]** **[身長]** **[体重]** **[着用する手首]** から設定する項目を選択します。

システム設定

システムに関する設定を行います。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** の順に選択します。
- 3 設定する項目を選択します。

[自動ロック]：自動ロックを設定します。

- ・ **[オフ]** 自動ロックを無効にします。
- ・ **[常時]** 一定時間キー操作を行わないと、自動でデバイスロックがかかります。
- ・ **[アクティビティ実行中]** アクティビティ実行中に一定時間キー操作を行わないと自動でデバイスロックがかかります。
- ・ **[ウォッチモード]** ウォッチモード(アクティビティ実行中以外)で一定時間キー操作を行わないと自動でデバイスロックがかかります。

[言語]：表示言語を選択します。

[タイム]：時間表示を設定します。(36 ページ [時間表示設定](#))

[バックライト]：バックライトを設定します。(36 ページ [バックライト設定](#))

[バイブレーション]：バイブレーションの強さを**[低]****[標準]****[高]**から選択します。右側のスイッチを**タップ**してオン/オフを切り替えます。

[サイレントモード]：右側のスイッチを**タップ**して、サイレントモードのオン/オフを切り替えます。(6 ページ [サイレントモード](#))

[コントロールメニュー設定]：コントロールメニューをカスタマイズします。(32 ページ [コントロールメニュー設定](#))

[単位]：表示単位を設定します。(37 ページ [単位設定](#))

[USB モード]：PC 接続時のモードを選択します。

- ・ **[Garmin]** PC 接続時も衛星受信状態で使用可能なモード
- ・ **[Mass Storage]** PC とのデータ交換時に使用するモード

[全設定リセット]：全設定をリセットします。(44 ページ [工場出荷時の状態に戻す](#))

[ソフトウェア更新]：ダウンロード済みのソフトウェア更新ファイルのインストールを手動で開始します。

[デバイス情報]：デバイス情報を表示します。

時間表示設定

時間表示に関する設定を行います。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** > **[タイム]** の順に選択します。
- 3 次のオプションを選択します。
 - ・ **[時間表示]** 時間の表示方法を**[12HR]****[24HR]**から選択します。
 - ・ **[時刻設定]** 時刻を設定します。
 - **[自動]**：GPS 受信時に時刻を自動で設定します。
 - **[手動]**：手動時刻を設定します。
 - ・ **[時間]** 時刻を手動で入力します。この項目は、**[時刻設定]** で **[手動]** を選択した場合に表示されます。

バックライト設定

バックライトに関する設定を行います。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** > **[バックライト]** の順に選択します。
- 3 次のオプションを選択します。
 - ・ **[モード]** キーやタッチスクリーンの操作時、通知時のバックライト点灯を設定します。右側のスイッチを**タップ**してオン/オフを切り替えます。
 - ・ **[ジェスチャー]** 腕を上げる動作をした場合のバックライト点灯を設定します。**[常時オン]****[アクティビティ実行中のみ]****[オフ]**から選択します。アクティビティ実行中のみジェスチャー機能を使う場合は、**[アクティビティ実行中のみ]**を選択します。
 - ・ **[点灯時間]** バックライト点灯時間を設定します。**[5 秒]****[10 秒]****[15 秒]****[30 秒]**から選択します。
 - ・ **[バックライトレベル]** バックライトの輝度を**[20%]**～**[100%]**で調整します。

注意：バックライトを頻繁に使用するとバッテリーを多く消費します。

単位設定

表示単位に関する設定を行います。

- 1 **☰**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** > **[単位]** の順に選択します。
- 3 各項目の表示単位を選択します。
 - ・ **[コース表示]** **[ヤード]** または **[メートル]**
 - ・ **[距離計測]** **[マイル]** または **[キロメートル]**
 - ・ **[ペース/スピード]** **[マイル]** または **[キロメートル]**
 - ・ **[高度]** **[フィート]** または **[メートル]**
 - ・ **[体重]** **[ポンド]** または **[キログラム]**
 - ・ **[身長]** **[フィート]** または **[センチメートル]**
 - ・ **[気温]** **[華氏]** または **[摂氏]**

センサー

デバイスには3軸コンパスが搭載されています。また、別売のANT+センサーを接続して各種センサーデータを記録することができます。デバイスに対応するセンサーについては Garmin.co.jp をご覧ください。

ANT+ センサーをペアリングする

別売のセンサーをデバイスで使用するには、はじめにセンサーのペアリングが必要です。ペアリング済みのセンサーは、アクティビティ開始時に自動で接続されます。

Approach CT10 とのペアリング手順については、[38 ページ Approach CT10\(クラブトラッキングセンサー\)](#) をご参照ください。

ヒント：一部のANT+センサーは、センサーとデバイスが近くにある状態でアクティビティを開始すると、自動的にペアリングされます。

- 1 ペアリングするセンサーを装着して起動します。
- 2 デバイスとセンサーの距離を3m(10ft)以内に近づけます。
注意：ほかのセンサーは、デバイスから10m(33ft)以上離してください。
- 3 **≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 4 **[設定]>[センサー]>[センサー追加]**の順に選択します。
- 5 **[すべて検索]**を選択するか、**センサータイプ**を選択してワイヤレスセンサーの検索を開始します。
センサーが検出されると、センサータイプとセンサーIDが表示されます。(例：HR-123456)
- 6 センサータイプとセンサーIDを確認し、**[追加]**をタップします。
- 7 センサーメニューが表示されたら、追加したセンサー名を**タップ**します。
- 8 **[ペアリング]**をタップします。
ペアリングが完了すると、メッセージが表示されます。センサーで計測したデータを表示するために、データページに表示するデータ項目をカスタマイズしてください。

Approach CT10(クラブトラッキングセンサー)

別売のApproach CT10を接続して使用する際は、以下の手順でペアリングします。

- 1 センサーをすべての対象のクラブに取り付けます。
- 2 ペアリングするクラブをキャディバッグから取り出します。
ペアリング中、ほかのクラブはすべてキャディバッグの中にしまっておいてください。
ヒント：明るい室内でペアリングを行います。センサーは周囲の明るさを感知して自動で起動します。
- 3 デバイスとクラブを1m以内に近づけます。
注意：グリップが上を向くようにします。
- 4 デバイスの**≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 5 **[設定]>[センサー]>[クラブセンサー]>[センサー追加]**の順に選択します。
デバイスがセンサーの検索を開始します。センサーが検出されると、メッセージが表示されます。
- 6 画面の指示に従って、デバイスとセンサーをペアリングします。
センサーにクラブが登録されると、メッセージが表示されます。
- 7 ペアリング済みのクラブをキャディバッグに戻します。
- 8 ペアリングする次のクラブをキャディバッグから取り出します。
- 9 すべてのセンサーにクラブが登録されるまで、手順**6～8**の操作を繰り返します。

バイクスピード・ケイデンスセンサー

別売のバイクスピード・ケイデンスセンサーを接続してデータを取得することができます。センサーの使用前に、次のことを必ず確認してください。

- アクティビティ開始前にデバイスとセンサーをペアリングしてください。(38 ページ [ANT+ センサーをペアリングする](#))
- ユーザープロフィールを正しく入力してください。(35 ページ [ユーザープロフィール](#))
- タイヤサイズ(ホイールサイズ)と周長を正しく設定してください。(39 ページ [スピードセンサーのタイヤ周長を設定する](#))

ヒント：バイクスピード・ケイデンスセンサーは型番により仕様が異なります。詳しくは各センサーに付属の説明

書等をご参照ください。

スピードセンサーのタイヤ周長を設定する

- 1 デバイスとスピードセンサーをペアリングし、接続します。(38 ページ [ANT+ センサーをペアリングする](#))
- 2 **≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 3 **[設定]** > **[センサー]** > **[(ペアリング済みのスピードセンサー)]** > **[ホイールサイズ]** の順に選択します。
- 4 次のオプションを選択します。
 - ・ **[自動]** タイヤ周長を自動検出します。
 - ・ **[手動]** タイヤ周長を手動で入力します。(48 ページ [タイヤサイズと周長](#))

フットポッド

別売のフットポッドを接続してデータを取得することができます。フットポッドを使用すれば GPS の受信ができない屋内でトレーニングを行う際に、より正確なペースや距離を計測することができます。フットポッドはシューズに装着して歩くことで起動し、データを取得、送信します。約 30 分間動きを検出しないと、フットポッドがオフになります。バッテリーの使用可能時間が残り 5 時間を切った場合に、デバイスの画面にバッテリー残量低下メッセージが表示されます。

フットポッドを校正する

フットポッドは自動校正されますが、取得データの精度をより向上させるために次の手順を実施してください。

- 1 デバイスとフットポッドをペアリングし、接続します。(38 ページ [ANT+ センサーをペアリングする](#))
- 2 いずれかの屋外ランニングアクティビティを選択して、GPS を受信完了します。受信完了後、開けた場所で約 5 分間静止することでより受信精度が向上します。
- 3 タイマーをスタートしてアクティビティを開始します。
- 4 約 10 分間停止せずランニングを行います。
- 5 タイマーを停止してアクティビティを終了し、データを保存します。
保存したデータを基に、フットポッドが校正されます。ランニングフォームが大きく変わるといったことがない限り、校正を再度行う必要はありません。

tempe(ワイヤレス温度センサー)

別売の tempe を接続して、データを取得することができます。tempe でデータを計測する際は、体温などの影響を受けにくくするため、センサーにストラップ等を取り付けてセンサー全体が空気にさらされるようにしてください。(38 ページ [ANT+ センサーをペアリングする](#))

コンパス

デバイスには 3 軸コンパスが搭載されています。

コンパスを校正する

注意

コンパス校正は、周辺に磁気を帯びた機器のない場所で実施してください。パソコンの近くやマグネットが張り付く机などの上では、成功しない場合があります。自動車やビルの近く、頭上に電線のある場所を避け、屋外で実施することをお勧めします。

コンパスは常に自動校正されていますが、長距離を移動した後や極端な温度変化があった場合には手動で校正を行ってください。

- 1 **≡**キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[センサー]** > **[コンパス]** > **[校正]** の順に選択します。
- 3 **[開始]** をタップし、デバイスを立体的に 8 の字に動かして校正します。
- 4 校正が完了したら **[OK]** をタップして終了します。

デバイス情報

仕様

注意

バッテリー稼働時間は、Garmin のテスト環境下での標準値です。実際のバッテリー稼働時間は、GPS モードや内部センサー、接続中のセンサー、ライフログなどの設定、スマートフォン通知の頻度、各種機能の利用状況やデバイスの使用環境により異なります。

バッテリータイプ	充電式リチウムイオン電池
バッテリー稼働時間	最大 10 日間(ウォッチモード) 最大 10 時間(GPS モード)
防水性能	5 ATM *
動作温度範囲	-20°C ~ 55°C
充電温度範囲	0°C ~ 45°C

製品の仕様は、改良のため予告なく変更する場合があります。

* 詳しくは [Garmin.co.jp/legal/waterrating/](https://www.garmin.co.jp/legal/waterrating/) をご参照ください。

QuickFit バンドの交換方法

- 1 バンドのラッチ(留め具)を赤い矢印の方向へスライドさせるとバンドが外れます。



- 2 ピンとバンドを合わせて、青い矢印の方向に押し込むとバンドが装着されます。
注意：ラッチが完全に閉じ、バンドがしっかりと固定されていることをお確かめください。
- 3 反対側も同様に交換します。

お取り扱い上の注意事項

注意

机や床等に落とすなど激しい衝撃を与えないでください。外装やバンドの損傷のみならず、性能や機能の異常に繋がります。

水中でキー操作を行わないでください。

デバイスを傷めるおそれがあるため、クリーニングの際に先のとがったものを使用しないでください。

タッチスクリーンを傷めるおそれがあるため、タッチスクリーンの操作に硬いものや先の尖ったものを使用しないでください。

化学洗剤や溶剤、防虫剤はデバイスのプラスチック部や塗装を傷めるおそれがあるため使用しないでください。

塩素や海水、日焼け止めクリーム、化粧品、アルコール、その他刺激の強い化学薬品等が本製品に付着した場合は、真水で洗い流し、柔らかい布で水分をしっかりと拭き取ってください。

レザーバンドを汗などの水分で濡れたままにしておいたり、装着したままでのスイミングやシャワーは、レザーバンドの劣化、変色を引き起こしたり、革本来の風合いを損なうおそれがあります。

高温になるおそれがある場所でデバイスを長期間保管しないでください。デバイスの故障の原因となる可能性があります。

クリーニング方法

注意

さびや腐食の原因となりますので、本体およびチャージングケーブルの端子やその周辺に付着した汚れや水分は、充電または PC 接続の前に必ずクリーニングしてください。

- 1 薄めた中性洗剤を含ませた柔らかい布で、デバイスを優しく拭きます。
 - 2 乾いた布で水分を拭き取ります。その後、デバイスを完全に乾かしてください。
- クリーニング方法については、Garmin.co.jp/legal/fit-and-care をあわせてご参照ください。

レザーバンドのお手入れ

- 1 乾いた布でレザーバンドを優しく拭き取ります。
- 2 市販のレザーコンディショナーを使用してクリーニングしてください。

長期間の保管

デバイスを数ヶ月間使用しない場合は、バッテリー残量が 50%以上になるように充電してから、高温多湿の場所を避けて保管してください。長期保管後は、デバイスを使用する前にバッテリーを完全に充電してください。

電子ラベルの規制および準拠情報を表示する

ユニット ID、ソフトウェアバージョン、規制情報、ライセンス情報などのデバイス情報を確認します。

- 1  キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** > **[デバイス情報]** の順に選択します。

データ管理

注意：このデバイスは Windows® 95, 98, Me, Windows NT® と Mac® OS 10.3 以前のバージョンには対応していません。

USB 接続時の取り外し方法

注意：Windows PC にポータブルデバイスとして接続している場合は、以下の手順を行う必要はありません。

デバイスをドライブまたはボリュームとして PC に接続している場合、データの破損を防ぐため、デバイスを安全に取り外してください。

- 1 次のいずれかの操作を行います。
 - **Windows の場合：**
タスクバーの通知領域から **[ハードウェアの安全な取り外し]** アイコンを選択し、デバイスを選択します。
 - **Apple の場合：**
デバイスを選択し、**[ファイル]** > **[取り外し]** を選択します。
- 2 PC から USB ケーブルを取り外します。

ファイルを消去する

注意

デバイスのメモリー内には、重要なシステムファイルが保存されています。それらのファイルを消去してしまった場合、デバイスが起動できなくなるおそれがあります。

- 1 デバイスを PC に接続してドライブ(またはボリューム)を開きます。
- 2 **[Garmin]** フォルダを開きます。

3 ファイルを選択します。

4 ファイルを削除します。

トラブルシューティング

バッテリーの稼働時間を長くするには

次のいずれかまたは複数の方法をお試しください。

- バックライトの点灯時間を短く設定してください。(36 ページ [バックライト設定](#))
- バックライトレベル(輝度)を低く設定してください。(36 ページ [バックライト設定](#))
- ジェスチャー機能をオフに設定してください。(36 ページ [バックライト設定](#))
- 必要のないときは Bluetooth をオフに設定してください。(21 ページ [Bluetooth 機能をオフにする](#))
- Connect IQ で入手したウォッチフェイスを使用する場合は、盤面のデータ更新頻度が毎秒のもの(例：秒針が備わっているもの)はバッテリーを多く消費するため避けてください。(32 ページ [ウォッチフェイス設定](#))
- 通知機能を使用する場合は、お使いのスマートフォンなどのモバイル端末の設定等で通知を制限するなどして、不必要な通知を表示させないようにしてください。(19 ページ [通知機能](#))

現在地に近いゴルフコースが表示されません

ゴルフコースのアップデートが中断またはキャンセルされた場合に、コースデータが正常にインストールされていない可能性があります。コースデータを正常に戻すには、コースデータをもう一度アップデートする必要があります。

- 1 Garmin Express からコースデータをインストールします。(3 ページ [コースマップのアップデート](#))
- 2 チャージングケーブルを PC の USB 接続口から取り外します。(41 ページ [USB 接続時の取り外し方法](#))
- 3 上空の開けた屋外に出て、テストのラウンドを開始して、現在地に近いコースが表示されるか確認してください。

デバイスを競技で使用できますか？

2019 年 1 月 1 日以降、距離計測器(GPS、レーザー距離計)を競技で使用できるようになりました。使用する場合は、トーナメントモードをオンにします。トーナメントモードでは、使用できる機能が制限されます。(32 ページ [ゴルフ設定](#))

実際に競技で使用される際には、事前に各大会のローカルルールをご確認ください。

デバイスはどのスマートフォンに対応していますか？

Approach S60 は Bluetooth 技術搭載のスマートフォンに対応しています。

詳しくは Garmin.co.jp/ble をご参照ください。

デバイスとスマートフォンが接続できません

次のいずれかまたは複数の方法をお試しください。

- スマートフォンとデバイスの電源を切り、電源を入れなおしてください。
- スマートフォンの Bluetooth 接続をオンに設定してください。
- Garmin Golf および Garmin Connect アプリを最新のバージョンにアップデートしてください。
- Garmin Golf および Garmin Connect アプリとスマートフォンの Bluetooth 設定から Approach S60 を削除し、再度ペアリングを実施してください。
- 新しいスマートフォンとデバイスをペアリングする場合、古いスマートフォンの Garmin Golf および Garmin Connect アプリと Bluetooth 設定から Approach S60 を削除してください。
- スマートフォンがデバイスの 10m (33ft) 以内であることを確かめください。
- 初めてデバイスとスマートフォンを接続する場合は、ペアリング設定を行ってください。(2 ページ [スマートフォンとペアリングする](#))

日本語以外の言語で表示されます

- 1 **≡** キーを押し、メニューページを表示します。
- 2 リストをスクロールして、一番下の項目を選択します。
- 3 リストをスクロールして、一番下の項目を選択します。
- 4 リストをスクロールして、上から 2 番目の項目を選択します。
- 5 **[日本語]** または **[Japanese]** を選択します。
ヒント：言語の切り替えが完了するまで数秒かかります。

単位が正しくありません

- デバイスの単位設定を確認してください。(37 ページ [単位設定](#))
- Garmin Connect アカウントで単位の表示設定を確認してください。
デバイスで設定した単位と Garmin Connect アカウントで設定した単位が異なる場合は、データを同期したときにデバイスの設定が Garmin Connect アカウントの設定で上書きされます。

記録したデータが見つかりません

- ライフログで記録した一日の移動距離と睡眠データは、デバイスでは閲覧できません。Garmin Connect アプリまたはウェブサイトを確認してください。
- 上昇階数は計測できません。
- デバイスのデータ同期にお使いの Garmin Golf アプリ、および Garmin Connect アプリまたはウェブサイトは、すべて同じアカウントでログインしてください。異なるアカウント間でのデータの統合および共有はできません。

デバイスを強制終了する

フリーズ発生時などは以下の操作で強制的に電源を落とすことができます。

- 1 デバイスの電源がオフになるまで、**■キー**を 30 秒以上長押しします。

ヒント：デバイスの電源を再度オンにするには、通常の電源投入操作を行ってください。

工場出荷時の状態に戻す

デバイスの全設定を工場出荷状態にリセットします。

注意：全設定リセットによりデバイスのすべての設定、ユーザー情報、アクティビティデータが消去されます。データ保護のため、Garmin Golf および Garmin Connect にデータをアップロードしてから実施してください。

- 1 **■キー**を押し、メニューページを表示します。
- 2 **[設定]** > **[システム]** > **[全設定リセット]** > **[はい]** の順に選択します。
- 3 全設定がリセットされ、デバイスが再起動します。
再起動後は初期設定を行ってください。(2 ページ [初期設定](#))

GPS を受信できません

- GPS を受信する際は、上空の開けた屋外に出て、デバイスの表面を空に向けて静止してください。通常、30~60 秒程度で受信完了します。
- 次のような場所では、GPS の受信に時間がかかったり、受信できないことがあります。
 - 屋内、ベランダ、住宅街、ビル街、森林内、トンネル内など
- Garmin Express または Garmin Connect アプリでデータの同期を行うと、数日分の衛星軌道情報が自動でデバイスにダウンロードされるため、素早い GPS の受信が可能になります。

ライフログ関連

ライフログのステップ数が表示されません

- ステップ数は毎日深夜 0 時にリセットされます。
- ステップ数が -(ダッシュ)で表示される場合は、GPS を受信して時刻を自動で合わせてください。

ステップ数が正しくないようです

- 歩いていない時でも、デバイスを装着している手や腕の反復的な動作(拍手や歯磨き等)をステップ数としてカウントすることがあります。次のことをお試しください。
 - 利き手と反対側の腕にデバイスを装着してください。
 - 手や腕のみを激しく動かすような状況では、デバイスを取り外してください。
- ショッピングカートやベビーカーなど押すなどして腕を固定した状態で歩く際には、デバイスを衣服のポケットに入れて持ち歩いてください。

デバイスに表示されるステップ数と Garmin Connect に表示されるステップ数が異なります

Garmin Connect に表示されるステップ数はデバイスのデータを同期しないと更新されません。

- Garmin Express または Garmin Connect アプリでデバイスのデータを同期してください。

週間運動量の数値が点減しています

- 週間運動量の数値は、中強度以上の運動を検出中に点減します。点減が止む(運動量の検出が完了する)と、運動量が加算されます。
- 運動量を加算するには、中強度以上の運動を 10 分以上連続して行う必要があります。

デバイスに関するその他の情報

デバイスに関する最新・補足情報は、当社ウェブサイト ([Garmin.co.jp](https://garmin.co.jp)) をご参照ください。

- サポートセンター <https://support.garmin.com/ja-JP/>
- チュートリアルビデオ [\[e ラーニング\] Approach S60](#)

付録

データ項目

データページに表示可能なデータ項目は、アクティビティや設定、接続するセンサーにより異なります。
[] (カッコ)内はデータページ上での表示項目名 (略称) です。

タイマー

タイム [タイム]: 現在のアクティビティタイム

ラップタイム [ラップタイム]: 現在のラップタイム

前回ラップタイム [L ラップタイム]: 前回のラップタイム

平均ラップタイム [平均ラップタイム]: 全ラップの平均タイム

Int. タイム [Int. タイム]: 現在のインターバルタイム (プールスイム)

経過時間 [経過時間]: タイマーをスタートしてから、アクティビティを終了するまでのタイム (自動ポーズやタイマー停止中も含む、アクティビティを保存するまでのタイム)

距離

距離 [距離]: 現在の走行距離

ラップ距離 [ラップ距離]: 現在のラップの走行距離

前回ラップ距離 [L ラップ距離]: 前回のラップの走行距離

距離 (nm) [距離 (nm)]: 距離をノット (nm) で表示

Int. 距離 [Int. 距離] (プールスイム): 現在のインターバルの距離

ペース

ペース [ペース]: 現在のペース (1km を走行するのにかかる時間)

平均ペース [平均ペース]: アクティビティ中の平均ペース (分 /km)

平均ペース [平均ペース]: アクティビティ中の平均ペース (分 /100m) (プールスイム)

ラップペース [ラップペース]: 現在のラップの平均ペース (分 /km)

前回ラップペース [L ラップペース]: 前回ラップの平均ペース (分 /km)

Int. ペース [Int. ペース]: 現在のインターバルペース (分 /100 m) (プールスイム)

前回ラップペース [L ラップペース]: 前回ラップの平均ペース (分 /100m) (プールスイム)

500m ペース [500m ペース]: 現在の 500m あたりのペース (ローイング)

平均 500m ペース [A500 ペース]: 現在の 500m あたりの平均ペース (ローイング)

ラップ 500m ペース [L500 ペース]: 現在のラップの 500m あたりの平均ペース (ローイング)

前回ラップ 500m ペース [LL500 ペース]: 前回のラップの 500m あたりの平均ペース (ローイング)

スピード

スピード [スピード]: 現在の移動速度 (km/h)

平均スピード [平均スピード]: アクティビティ中の平均速度 (km/h)

ラップスピード [ラップスピード]: 現在のラップ中の平均速度

前回ラップスピード [L ラップスピード]: 前回ラップの平均速度

最高スピード [最高スピード]: アクティビティ中の最高速度 (km/h)

平均昇降速度 30 秒 [平均昇降速度]: 30 秒間の垂直移動の平均速度 (m/h)

昇降速度 [昇降速度]: 垂直移動の速度 (m/h)

スピード (nm) [スピード (nm)]: 速度をノット (nm) で表示

心拍

心拍 [心拍]: 現在の心拍数

平均心拍 [平均心拍]: アクティビティ中の平均心拍数

心拍ゾーン [心拍ゾーン]: 現在の心拍ゾーン

心拍%Max [心拍%Max]：最大心拍数に対する現在の心拍数の割合(%)
心拍%HRR [心拍%HRR]：現在の心拍予備量(%)
平均%Max [平均%Max]：アクティビティ中の平均%Max
平均%HRR [平均%HRR]：現在のラップの心拍予備量(%)
ラップ心拍数 [ラップ心拍数]：現在のラップの平均心拍数
ラップ%HRR [ラップ%HRR]：現在のラップの平均心拍予備量(%)
ラップ%Max [ラップ%Max]：現在のラップの最大心拍%
ゾーン(タイム) [心拍ゾーン 1 ~ 5]：設定したゾーンで何分間トレーニングを行っているかを表示

ピッチ

ピッチ [ピッチ]：1 分間あたりの総ステップ数
平均ピッチ [平均ピッチ]：アクティビティ中の平均ピッチ
ラップピッチ [ラップピッチ]：現在のラップの平均ピッチ
前回ラップピッチ [L ラップピッチ]：前回のラップのピッチ

ケイデンス

ケイデンス [ケイデンス]：クランクアームの毎分の回転数
平均ケイデンス [平均ケイデンス]：アクティビティ中の平均ケイデンス数
ラップケイデンス [ラップケイデンス]：現在のラップの平均ケイデンス数
前回ラップケイデンス [L ラップケイデンス]：前回のラップの平均ケイデンス数

ラップ(プールスイム)

ラップ数 [Lap]：現在のラップ数
Int. ラップ数 [Int. ラップ数]：現在のインターバルのラップ数

SWOLF(プールスイム)

平均 SWOLF [平均 SWOLF]：アクティビティ中の平均 Swolf スコア
Int.SWOLF [Int.SWOLF]：インターバル中の Swolf スコア
前回ラップ SWOLF [LL SWOLF]：前回のラップの Swolf スコア

ストローク

ストロークレート [ストロークレート]：1 分間のストローク数(spm)
平均ストロークレート [平均 ST レート]：1 分間の平均ストローク数(spm)
Int. ストロークレート [Int.ST レート]：現在のインターバルの 1 分間の平均ラップストローク数(spm)
前回 Int. ストロークレート [LInt.ST レート]：前回のインターバルの 1 分間の平均ストロークレート(spm)
ストローク [ストローク]：アクティビティ中の合計ストローク数
Int.ST 数 [Int.ST 数]：現在のインターバルの合計ストローク数
L Int.ST 数 [L Int.ST 数]：前回のインターバルの合計ストローク数
ストローク距離 [ストローク距離]：1 回のストロークで進む距離(ローイング /SUP)
平均ストローク距離 [平均 ST 距離]：1 回のストロークで進む平均距離(ローイング /SUP)
Int.ST 距離 [I ストローク距離]：現在のインターバルの 1 回のストロークで進む平均距離(ローイング /SUP)
L Int.ST 距離 [LI ストローク距離]：前回のインターバルの 1 回のストロークで進む平均距離(ローイング /SUP)

ストローク(プールスイム)

平均ストロークレート [平均ストロークレート]：1 分間の平均ストローク数
Int. ストロークレート [Int.ST レート]：現在のインターバルの 1 分間の平均ストローク数(spm)
前回ラップストロークレート [L ラップ ST レート]：前回のラップの 1 分間の平均ストロークレート(spm)
Int. ストロークタイプ [Int.ST タイプ]：現在のインターバルのストロークタイプ(泳法)
前回 Int. ストロークタイプ [LInt.ST タイプ]：前回のインターバルのストロークタイプ(泳法)
前回ラップストロークタイプ [LLST タイプ]：前回のラップのストロークタイプ(泳法)
前回ラップストローク数 [LL ストローク数]：前回のラップの合計ストローク数

ストローク数平均 / ラップ [ST 平均 /Lap] : アクティビティ中の平均のラップストローク数
Int. ラップストローク数 [I LapST 数] : 現在のインターバルの平均ラップストローク数

気温

気温 [気温] : 現在の気温

最高気温 (24H) [最高] : 過去 24 時間以内の最高気温

最低気温 (24H) [最低] : 過去 24 時間以内の最低気温

高度

高度 [高度] : 現在の高度 (海拔)

総上昇量 [総上昇量] : 上昇の合計距離

総下降量 [総下降量] : 下降の合計距離

その他

カロリー [カロリー] : 消費カロリー

進行方位 [方角] : 現在移動している方向

ラップ数 [ラップ数] : ラップ数

日の出時刻 [日の出時刻] : 現在地 (当日) の日の出時刻

日の入時刻 [日の入時刻] : 現在地 (当日) の日の入時刻

時刻 [時刻] : 現在地の時刻

ステップ数 [ステップ数] : 現在のステップ数

ラップステップ [ラップステップ] : 現在のラップのステップ数

タイヤサイズと周長

タイヤサイズは自転車のタイヤに記載されています。

タイヤサイズ	周長 (mm)
12 × 1.75	935
14 × 1.5	1020
14 × 1.75	1055
16 × 1.5	1185
16 × 1.75	1195
18 × 1.5	1340
18 × 1.75	1350
20 × 1.75	1515
20 × 1-3/8	1615
22 × 1-3/8	1770
22 × 1-1/2	1785
24 × 1	1753
24 × 3/4 Tubular	1785
24 × 1-1/8	1795
24 × 1-1/4	1905
24 × 1.75	1890
24 × 2.00	1925
24 × 2.125	1965
26 × 7/8	1920
26 × 1(59)	1913
26 × 1(65)	1952
26 × 1.25	1953
26 × 1-1/8	1970
26 × 1-3/8	2068

タイヤサイズ	周長 (mm)
26 × 1-1/2	2100
26 × 1.40	2005
26 × 1.50	2010
26 × 1.75	2023
26 × 1.95	2050
26 × 2.00	2055
26 × 2.10	2068
26 × 2.125	2070
26 × 2.35	2083
26 × 3.00	2170
27 × 1	2145
27 × 1-1/8	2155
27 × 1-1/4	2161
27 × 1-3/8	2169
650 × 35A	2090
650 × 38A	2125
650 × 38B	2105
700 × 18C	2070
700 × 19C	2080
700 × 20C	2086
700 × 23C	2096
700 × 25C	2105
700 × 28C	2136
700 × 30C	2170
700 × 32C	2155
700C Tubular	2130
700 × 35C	2168
700 × 38C	2180
700 × 40C	2200

商標について

本操作マニュアルの内容の一部または全部を当社の承諾なしに転載または複製することはできません。

本操作マニュアルの内容ならびに製品の仕様は、予告なく変更される場合があります。

製品に関する最新・補足情報については、Garmin.co.jp にアクセスしてください。

Garmin、Garmin ロゴ、ANT+、Approach、Auto Lap、Auto Pause および QuickFit は、米国またはその他の国における Garmin Ltd. またはその子会社の登録商標です。

Connect IQ、Garmin AutoShot、Garmin Connect、Garmin Express、Garmin Golf、TruSwing および tempe は Garmin Ltd. またはその子会社の商標です。Garmin の許可を得ずに使用することはできません。

Android™ は Google LLC の商標です。Apple®, Mac® は米国および他の国々で登録された Apple Inc. の商標です。Bluetooth® ワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、Garmin はこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。Handicap Index® と Slope Rating® は全米ゴルフ協会の登録商標です。Windows® は米国 Microsoft Corporation の米国およびその他の国における登録商標です。その他の商標およびトレードネームは、それぞれの所有者に帰属します。

本製品は ANT+ の認証を受けています。互換性のある製品とアプリの一覧は www.thisisant.com/directory をご覧ください。

M/N: A03116

