





# 目次

使用の手引き4	オートポーズ25
各ボタンの機能4	データ記録26
アクセサリー	ユーザーのプロフィール設定 27
アイコンの説明5	自転車のプロフィール設定 27
ステップ1:充電する	デバイス設定を変更する
ステップ2:電源を入れる6	GPSの設定32
ステップ3:初期設定6	ソフトウェアバージョンを見る33
ステップ4:GPS信号の受信	Bluetooth
ステップ5:Rider 530を使って自転	コンパスを校正する34
車に乗る7	自動画面切替を設定する34
再起動する7	上書き保存モードを有効化する35
記録を共有する8	スタート・リマインダー35
データをBrytonアプリに同期する 9	メモリ使用量を見る36
ワークアウト11	データをリセットする36
<ul><li>シーン・シーン・</li><li>設定する</li><li>11</li></ul>	センサー37
ロークアウトを行う 14	シマノDi2による遠隔操作38
Rrvton Test 14	無線LAN(WLAN)39
トレーニングを停止する15	付録40
+ ア ニアアと15 エア &15 計測/トレーニング記録を見る15	仕様40
ルートナビ	バッテリーに関する情報41
ルートを作成する	Rider 530を取り付ける44
ルートを見る/削除する19	スマートスピード/ケイデンスセン
乳中 21	サーを取り付ける(オプション)45
	スマートハートレートセンサーを取
マイラップ 21	り付ける (オフション)46
高度	タイヤサイスと周長47
画面設定 23	Rider 530の基本的なお手入れ 48
アラートを設定する25	テータフィールド49



トレーニングプログラムを開始または変更する前に、必ず医師に相談してください。パ ッケージ内の保証および安全情報ガイドの詳細情報をお読みください。



Brytonアプリをダウンロードするには、以下のQRコードの下をスキャンする、また は、iOSの場合はApp Store/Androidの場合Google Playから、Bryton アプリを検索・ ダウンロードしてください。デバイスの背面にあるUUID(16桁の数字)をBrytonアカ ウントに追加してインターネットにアクセスした後、Riderコンピュータは、自動的に GPSデータを更新し、記録されたアクティビティをアップロードし、アプリサーバー から作成したルートをダウンロードし、利用可能なファームウェアの更新を確認しま す。

注:詳細については、9ページ:Brytonアプリとデータを同期するを参照してください。



http://download.brytonsport.com/inst.html



デバイスおよびBrytonモバイルアプリの段階的なデモンストレーションについては、下のQRコードをスキャンして、Brytonビデオチュートリアルを確認してください。



https://www.youtube.com/channel/UChPzX1wxCr6vR8TH6YpmkzQ



# 使用の手引き

本セクションでは、Rider 530を使用する前の基本的な準備について説明します。Rider 530には、リアルタイムで高度を示す気圧高度計が装備されています。

注: Rider 530の高度設定を調整するには、22ページを参照してください。

# 各ボタンの機能



1 オン/オフ( ∪ / ※ )

- 長押しするとデバイスの電源をオン/オフにできます。
- 一度押すと、バックライトをオン/ オフに切り替えます。
- **2 ラップ/OK**(LAP●OK)
  - ・メニュー画面では、押して選択を 入力または確定します。
  - サイクリングモードでは、このボタンを押して記録を開始します。
  - 記録中に押して、ラップを記録します。

#### 3 戻る(∥∎∍)

- ・押すと、前のページに戻る、または、操作をキャンセルします。
- 記録中に押して、記録を一時停止 します。再度押して、記録を停止し ます。
- 4 ページ (≞)
  - ・メニュー画面で押すと、下にスク ロールします。
  - ・メーター画面で押すと、表示画面 を切り替えます。
  - ・メーター画面で長押しすると、ショートカットメニューに入ります。
- 5 上(▲)
  - ・メニュー画面で押すと、上にスク ロールします。
  - メーター画面で押すと、表示画面 を切り替えます。

## アクセサリー

Rider 530には、次の付属品が同梱されています:

• USBケーブル • バイクマウント • F-マウント

次の付属品は別売り(オプション)です。

- スマート心拍数センサー スマート速度センサー スマートケイデンスセンサー
- スマート速度/ケイデンスデュアルセンサー

## アイコンの説明

アイコン	説明	アイコ	, in the second s	説明
	自転車タイプ			
	自転車1	•		心拍数センサー有効
	自転車2	O)		ケイデンスセンサー有効
	GPS信号の状態	3		速度センサー有効
× /	GPS信号なし	((~)		デュアルセンサー有効
Ŷ	信号が弱い	í		通知
Ŷ	信号が強い	6		記録中
	バッテリー残量	- 11		記録の一時停止中
	残量 高	*		Bluetooth機能が有効
	残量 中			現在速度が平均速度より速い/
	残量低		·	建い

**注**:動作中のアイコンのみが画面に表示されます。一部のアイコンは特定のモデルにのみ表示されます。

# bryton ステップ1:充電する

Rider 530をPCに接続して、バッテリーを少なくとも4時間充電してください。 完全に充電されたら、デバイスのプラグを抜いてください。

- バッテリー残量が著しく低下した場合、白い画面が表示されることがあります。デバイスを数分間接続したままにすると、バッテリーが正しく充電された後、自動的に電源がオンに切り替わります。
- ・ バッテリーを充電するのに適した気温は、0℃~40℃です。この気温範囲を超える と、充電が停止し、デバイスはバッテリーから電力を放電します。



## ステップ2:電源を入れる

⊎を押すと、デバイスの電源が入ります。

# ステップ3:初期設定

Rider 530を初めてオンにすると、画面に設定ウィザードが表示されます。指示に従って、設定を行ってください。

- 1. 表示言語を選択します。
- 2. 測定単位を選択します。

**注**:表示言語に英語を選択した場合のみ、測定単位を選択する必要があります。それ 以外の場合、デフォルトはメートル単位になります。

# ステップ4:GPS信号の受信

Rider 530は電源が入ると、自動的にGPS信号を検索します。信号を受信するまで、30 ~60秒かかることがあります。初めて使用する場合、GPS信号を受信していることを 確認してください。

信号を受信すると、GPS信号アイコン( 令 / ♀ )が表示されます。

- ・ GPS信号の受信に影響する可能性があるため、遮るものがある環境は避けてください。



**注**:GPS精度を向上させるために、記録間隔を1秒モードに設定することができます (26ページ)。Bryton更新ツール(8ページ)またはデータ同期機能(9ページ)を使って、定期的にGPSデータを更新してください。

# ステップ5:Rider 530を使って自転車に乗 る

・ サイクリングモード:

メーター画面では自転車の動きを感知して、自動的に計測を開始、停止します。

記録モード:

メーター画面で、LAP ● OKを押して記録を開始。**II** ■ 5を押して記録を一時停止し、II ■ 5 をもう一度押して記録を停止します。

注:LAP ● OKを押さずにライドを開始すると、Rider 530は自転車の動きを自動的に 感知して、記録開始のリマインダーをポップアップで表示します。リマイン ダーの頻度を設定するには、35ページをご覧ください。

・ トレーニングを行う:

メニューリストから、ワークアウトを選択します。時間、距離、カロリー消費量の 目標設定を保存し、そのプログラムに基づいてトレーニングを行うことができま す。

# 再起動する

Rider 530をリセットするには、3つのすべてのキー( Ů / LAP ● OK / Ⅱ■ 5 )を同時に長押 しします。

# bryton Bryton 更新ツールをダウンロード する

- **注**: Bryton更新ツールは、新しいソフトウェアバージョンまたはGPSデータが利用可能である場合に通知します。最新のGPSデータは、GPS信号受信ををスピードアップします。1~2週間ごとに更新を確認することを強くお勧めします。
- 1. <u>http://www.brytonsport.com/#/supportResult?tag=BrytonTool</u>を開き、Bryton 更新ツールをダウンロードします。
- 2. 画面の指示に従い、Bryton更新ツールをインストールします。

## 記録を共有する

#### アクティビティをBrytonactive.comで共有する

- 1. Brytonactive.com にサインアップする
  - a. <u>https://active.brytonsport.com</u> にアクセスします。
  - b. 新しいアカウントを登録します。
- 2. PCに接続する

Rider 530の電源を入れ、USBケーブルを使って、コンピュータに接続します。

- 3. 記録を共有する
  - a. 右上隅の「+」をクリックします。
  - b. ここで、FIT、BDX、GPXファイルをドロップする、または、「ファイルを選 択」をクリックして、データをアップロードします。
  - c. 「アクティビティ」をクリックして、アップロードするデータを確認します。

#### アクティビティをStrava.com で共有する

- 1. Strava.com にサインアップ/ログインする
  - a. Go to https://www.strava.com にアクセスします
  - b. 新しいアカウントを登録する、または、現在使用しているアカウントを使ってロ グインします。
- 2. PCに接続する

Rider 530の電源を入れ、USBケーブルを使ってコンピュータに接続します。

- 3. 記録を共有する
  - a. Stravaページの右上隅の「+」をクリックして、次に、「ファイル」をクリック します。
  - b. 「ファイルを選択」をクリックして、BrytonデバイスからFITファイルを選択し ます。
  - c. アクティビティに関する情報を入力し、次に、「保存&見る」をクリックします。

# データをBrytonアプリに同期する デバイスのUUIDをBrytonアカウントに追加する

インターネットにアクセスし、Riderデバイスは、自動的にGPSデータを更新、記録 済みのデータをアップロードし、アプリサーバーから作成したルートをダウンロード し、利用可能なファームウェアの更新を確認します。デバイスとの間でデータを正しく 同期させるには、初めてデータを同期する前に、デバイスのUUID(デバイスの背面に ある16桁の数字)をBrytonアカウントに追加する必要があります。

注:UUIDは、デバイスの背面にある16桁の数字です。



**注:**UUIDを削除する方法については、以下のリンクをクリックしてください: Brytonアプリから、UUIDを削除する方法



## ネットワークに接続する

データを同期する前に、ネットワークへの接続を設定する必要があります。



- 1. メインメニューで、↓を押し、データ同 期を選択し、LAP ● OKを押します。
- ▲/ まを押して、利用可能なネットワーク またはホットスポットを選択し、LAP●OK を押します。
- 3. ▲/ ●を押して、パスワードを入力し、「
- 「接続されました。いずれかのボタンを 押して、終了してください」メッセージ が、ポップアップ表示されます。ボタン を押して、データ同期を開始します。

**注:**「AP/パスワードが正しくありません」というメッセージが表示された場合は、 選択したネットワークが利用できない、または、パスワードが正しくありません。新 しいネットワーク接続を設定する方法については、39ページ:無線ローカルエリア ネットワーク(WLAN)に進んでください。

## データを同期する

データ同期を実行するには、デバイスのUUIDがBrytonアプリアカウントに正常に追加 され、無線ネットワークに接続されていることを確認してください。 デバイスが自動 的に同期プロセスを行います。

まず、デバイスはデバイス内のGPSデータを更新します。次に、Brytonアプリでルート 作成した場合は、作成されたルートがダウンロードされます。続いて、アクティビテ ィをBrytonアプリにアップロードします。最後に、新しいファームウェア更新がある場 合、ファームウェア更新の許可を求めるメッセージがポップアップ表示されます。YES を選択して、更新します。データ同期が完了すると、同期データの概要が表示されま す。



注:

- ・ファームウェア更新には、通常、ダウンロード・インストールに時間がかかりま す。次回の同期時に更新する場合は、**NO**を選択します。
- ・データ同期の手順のビデオついては、以下のリンクをクリックしてください:
   Bryton Rider 530/330を使って、Wi-Fi経由でデータを同期する方法

# ワークアウト

自転車は、体のために最適なエクササイズの一つです。これは、カロリーを燃焼し、体重を減らし、体全体のフィットネスを高めるのに役立ちます。Rider 530トレーニング機能により、シンプル/インターバルトレーニングを設定し、Rider 530を使って、ワークアウトの履歴などを確認することができます。

**注**: ワークアウトを設定する前に、個人情報をユーザープロフィールに入力してください。設定方法については、27ページ:ユーザーのプロフィール設定を参照してください。



- メイン画面で、↓を押して、ワークアウトを選択します。
- 2. LAP OKを押して、設定画面を開きます。

設定する

時間または距離の目標を入力することにより、シンプルワークアウトを設定することができます。 Rider 530には、3つのタイプのシンプルワークアウト(時間、距離、およびカロリー)があります。

シンプル



- シンプルワークアウトを設定するには、
   設定する > シンプル > ウォームアップ、ワークアウト、クールダウンを選択します。
  - ウォームアップ:
     達成目標(カロリー、時間、距離)、維持目標値(FTP、MAP、心拍数、最大心 拍数、LTHR)。
  - ワークアウト:
     達成目標(カロリー、時間、距離)、維持目標値(FTP、MAP、LTHR%、心拍数、最大心拍数、LTHR またはオフ)。
  - ・クールダウン: 達成目標(カロリー、時間、距離)、維 持目標値(HR、最大心拍数、LTHR)。
- 2. ▲/ 表押して、維持目標値を設定し、LAP OK を押して確定します。
- 3. 保存を選択し、オンスクリーンキーボードを 使って、ワークアウト名を入力します。
- 作成したワークアウトを行うには、 ワークアウト > ワークアウト > 見るに進み、保存されたワークアウトを選択します。LAP ● OKを押して、トレーニングを開始し、ログを記録します。



## オンスクリーンキーボードを使用する





- 1. ▲/ 表を押して、入力文字を選択します。
  - ・ 🗙 を選択して、文字を消去します。
- 2. LAP●OKを押して、選択を確定します。

3. 完了後、▲/ まを押し、 √を選択して、 LAP ● OKを押して確定します。

**注**: ユーザーがトレーニング名を入力しない場合、システムは現在の日付と時刻に従ってファイル名を自動的に生成します。

## インターバルワークアウト

インターバルトレーニング機能により、デバイスを使って、ウォームアップ、インター バル、クールダウンの各セクションを含むインターバルトレーニングをカスタマイズす ることができます。



- ワークアウトメニューで、
   を押して、
   設定する > インターバルを押し、LAP●OK
   を押して入力します。
- 「ウォームアップしますか?」メッセ ージが画面上に表示されます。↓を押 し、YESを選択して、「ウォームアッ プ」を設定します。設定完了後、OKを 選択し、LAP ● OKを押して続行します。





- インターバルワークアウト設定(ワーク アウト、リカバリー、および回数)を設 定します。完了後、↓を押し、Next(次 へ)を選択し、LAP ● OKを押します。
- 「新しいセットを作成?」メッセージが 画面上に表示されます。他のインターバ ルワークアウトを作成するには、YESを 選択し、LAP● OKを押して確認します。
- 5. 「クールダウンしますか?」メッセー ジが画面上に表示されます。YESを選択 し、「クールダウン」を設定します。設 定完了後、OKを選択し、LAP ● OKを押し て続行します。
- 「ワークアウトを保存しますか?」メ ッセージが画面上に表示されます。YES を選択し、LAP ● OKを押して続行します。
   ▲/ まを押して、ワークアウト名を入力し ます。名前を完了したら、III 5を押し、
   LAP ● OKを押して、ワークアウトを保存し ます。



ワークアウトを行う

ワークアウト機能により、**設定する**メニューに作成・保存したワークアウトを使って、 トレーニングを行うことができます。



- トレーニングメニューで、↓を押し、ワー クアウトを選択して、LAP ● OKを押します。
- 2. ↓を押し、**見る**を選択し、LAP OKを押し て、サブメニューに入ります。
  - ・ まを押し、希望のトレーニングプランを 選択し、LAP ● OKを押して確定します。
     ・ 走行に進みます。LAP ● OKを押して、トレ
  - ーニングを開始し、ログを記録します。
- 3. 削除するワークアウトを選択するには、 削除するを選択します。
- 4. すべてのワークアウトを削除するには、 全削除を選択します。

注:選択したワークアウトに複数のインターバル設定が含まれている場合、ワークアウト詳細情報が画面に表示されます。「スタート」を選択し、LAP●OKを押して、ワークアウトに進みます。

## **Bryton Test**

Bryton Testは、Rider 530にプリロードされています。デバイスにない場合は、Bryton 更新ツールでダウンロードしてください。Bryton Testには、最大心拍数、LTHR、FTP およびMAPの測定に役立つ2つのテストが含まれています。最大心拍数、LTHR、FTP およびMAPの数値は、総合的な運動能力のペンチマークとなります。また、トレーニングの進捗と強度を判断するうえで役に立ちます。

- 1. メイン画面で、 **●**を押し、**ワークアウト**を選択し、 LAP OKを押して、ワークアウトメニューに入ります。
- 2. まを押し、Bryton Testを選択し、LAP OKを押して、Bryton Testに入ります。
- 3. =を押して、希望のテストワークアウトを選択し、LAP●OKを押して、選択したワーク アウトに入ります。
- 4. 選択したワークアウトの詳細情報が画面上に表示されます。 LAP OKを押して、計測を 開始します。
- 5. Bryton Testを完了したら、III つおよびLAP OKを押して、結果を保存します。

注:結果を保存すると、ユーザープロフィールの個人情報がそれに応じて変更されます。

# トレーニングを停止する

目標に達した後、または、現在のトレーニングを終了したい時、途中でトレーニングを 停止することができます。



- 1. 5を押して、記録を一時停止し、再度、■ 5を押して、記録を停止します。
- 「停止しますか?」メッセージが画面上に表示されます。現在のトレーニングを停止するには、▲/↓を押し、Yesを選択し、LAP OKを押して確認します。

## 計測/トレーニング記録を見る

Rider 530は、ライドやワークアウトがより良く解るように、グラフィカルなアクティ ビティデータ、詳細なワークアウトデータ、ラップデータ、分析のグラフデータを表示 します。

#### サマリー



アクティビティのサマリーを見るには:

- 1. メイン画面で、 ↓を押し、 **履歴表示 > 見** るを選択して、 LAP ● OKを押します。
- 2. ■を押し、リストからアクティビティ履 歴を選択し、LAP OKを押します。
- 3. **サマリー**を選択し、LAP OKを押して、ア クティビティのサマリーを見ることがで きます。

**注:**また、履歴をbrytonactive.comにアップロードして、すべてのアクティビティの データを保存することができます。





	É細	
時間		
経過時間	04:50	:38
走行時間	04:12	:26
距離		
距離	78	km
速度		
平均速度	18.9	km/h
最高速度	38	km/h
高度		
登坂高度	2201	1 m
下降高度	400	) m

ラップ

	ラ	ップ	
ラップ	距離	速度	時間
	km	km/h	
1	10.0	16.4	36:25
2	10.0	15.7	38:10
3	10.0	14.9	40:05
4	10.0	15.4	38:43
5	10.0	15.2	39:17
6	10.0	14.9	40:15
7	10.0	15.3	39:05
8	08.0	29.0	20:38

アクティビティの詳細を見るには:

- 1. メイン画面で、 <sup>■</sup>を押し、**履歴表示 > 見** るを選択して、LAP ● OKを押します。
- 2. ₹を押し、リストからアクティビティ履 歴を選択し、LAP ● OKを押します。
- 3. **詳細**を選択し、LAP OKを押して、詳細デ ータを見ることができます。

ラップデータを見るには:

- 1. メイン画面で、 <sup>■</sup>を押し、**履歴表示 > 見** るを選択して、LAP ● OKを押します。
- 2. ↓を押し、リストからアクティビティ履 歴を選択し、LAP OKを押します。
- 3. **ラップ**を選択し、LAP OKを押して、ラッ プデータを見ることができます。

#### 分析

グラフによるデータ分析を見るには。

- 1. メイン画面で、 ↓を押し、 **履歴表示 > 見る**を選択して、 LAP OKを押します。
- 2. ↓を押し、リストからアクティビティ履歴を選択し、LAP●OKを押します。
- 3. 分析を選択し、LAP OKを押して、グラフによるデータ分析を見ることができます。
- 4. まを押して、高度、速度、心拍数、ケイデンスおよびパワーの分析を見ることができます。



履歴を削除する



履歴を削除するには:

- 1. メイン画面で、 <sup>•</sup>を押し、**履歴表示 > 削** 除するを選択して、LAP ● OKを押します。
- 2. ↓を押し、リストからアクティビティ履 歴を選択し、LAP ● OKを押して、選択した 履歴を削除します。
- 3. 「消去しますか?」メッセージが画面 上に表示されます。データを削除するに は、▲/↓を押し、YESを選択し、LAP●OK を押して確認します。



# ルートナビ

Rider 530は、3つの方法でルードを作成することができます:1.Brytonアプリを使っ てルートを作成する方法。2.履歴から以前の走行データを使用する方法。3.gpxトラッ クをインターネットでダウンロードする方法。ターン・バイ・ターンナビ機能により、 分岐点ごとに方向を指示することもできます。

**注**: ターン・バイ・ターンナビ機能は、Brytonアプリより設定されたルートのみをサポートします。

## <mark>ルートを作成する</mark> Brytonアプリでルートを作成する



- Brytonアプリで、ルート作成をタップして開始 します。ルートを作成するには、地図をタップ することにより、希望の場所にピンを配置す る、または、→をタップして、スライドメニュ ーで位置を入力します。
- 2. 全をタップして、ルートの名前を編集します。
- 3. **アップロード**をタップして、作成したルートをサーバーにアップロードします。
- 4. **データ同期**を経由して、作成したルートを デバイスにダウンロードします。
- 5. メインメニューで、**ルートナビ > 見る**を選択 し、設定したルートを選択し、LAP ● OKを押し て、ルートナビを開始します。

**注**:Brytonアプリではグーグルマップを使用していますが、日本国内では自転車によるナビ サービスが提供されていません。そのため、このアプリでルートを作成する際、画面左上の 移動手段から「徒歩」または「車」を選んでください。

## デバイス内の履歴から



- 1. メインメニューで、**履歴表示 > 見る**を選択 し、 まを押して、希望のトラックを選択し、 LAP ● OKを押して、選択を確認します。
- 2. まを押して、**ルート作成**を選択します。
- ルート名を入力し、「√」を選択し、
   LAP OKを押して保存します。
- 4. 5を押して、メインメニューに戻ります。
- 5. メインメニューで、**ルートナビ > 見る**を選択 し、保存したルートを選択し、LAP ● OKを押し て、ルートナビを開始します。

## 一般のウェブサイトから



- 1. .gpxファイルをコンピュータにダウンロ ードします。
- 2. USBケーブルを使って、デバイスをコン ピュータに接続します。
- 3. .gpxファイルをコンピュータから、デバ イスの「Extra Files」フォルダにコピー します。
- 4. USBケーブルを取り外します。
  - メインメニューで、ルートナビ>見る を選択し、設定したルートを選択し、 LAP ● OKを押して、ルートナビを開始しま す。

注:デバイスにインポートできるのはgpxファイルのみです。

## ルートを見る/削除する

ルートを見たり、削除することができます。



ルートを見る:

- メインメニューで、「を押し、ルートナ ビ>見るを選択し、LAP●OKを押します。
- 2. ■を押して、ルートを選択し、LAP OKを押して、ルートを見ます。





ルートを削除する:

- メインメニューで、↓を押し、ルートナ ビ>削除するを選択し、LAP●OKを押しま す。
- 2. まを押して、ルートを選択し、LAP●OKを押します。
- 3. 「消去しますか?」メッセージがポップ アップ表示されます。▲/ ↓を押し、YES を選択し、LAP ● OKを押して、選択を確定 します。

設定

設定機能により、計測設定、高度、一般設定、センサー設定、自転車およびユーザープ ロフィールをカスタマイズすることができます。



1. メイン画面で、「を押し、設定を選択します。

2. LAP ● OKを押して、設定メニューに入ります。

## マイラップ

マイラップ機能により、特定の場所で、または、特定の距離を走行した後、自動的にラップをマークすることができます。

#### 場所によるラップ



- 設定メニューで、↓を押し、計測 > マイ ラップを選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. LAP OKを押して、メニューの編集に入ります。▲/ ↓を押し、場所を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. 「現在地をラップ<sup>®</sup>に使いますか?」メ ッセージが、画面上に表示されます。デ ータを保存するには、↓を押し、**はい**を 選択し、LAP ● OKを押して確定します。
- 4. **■** 5を押して、このメニューを終了します。

**注**: GPS信号が確認されていない場合、「GPS信号がありません。GPS検索中、お 待ち下さい」メッセージが、画面上に表示されます。GPSがオンになっているかどう かを確認し、屋外へ出てGPS信号を受信してください。



距離によるラップ



- 1. 設定メニューで、 ↓を押し、計測 > マイ ラップを選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. LAP OKを押して、メニューの編集に入ります。▲/ ↓を押し、距離を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. ▲/ 『を押し、希望の距離を選択し、 LAP ● 0Kを押して確定します。
- 4. ■●●を押して、このメニューを終了します。

## 高度

現在の場所と他の5つの場所に対する高度登録を行うことができます。

注: Riderデバイスは気圧高度計によって高度を計測します。気圧は常に変化しますの で、自転車に乗って計測を始める前に高度の修正を行うことで、より正確な高度データ が表示されます。

## 現在地の高度



- 1. 設定メニューで、↓を押し、**高度 > 高度** を選択し、LAP OKを押します。
- 2. ▲/ 表 押し、希望の高度を選択し、
   LAP OKを押して、設定を確定します。
- 3. っを押して、このメニューを終了しま す。

注:現在地の高度が調整されると、メーター画面の高度も変更されます。

## その他の場所の高度



- 1. 設定メニューで、**を押し、**高度 > 地点 1、地点2、地点3、地点4、地点5を 選択し、LAP●OKを押します。
- 2. 高度を設定するには、 を押し、 高度を 選択し、LAP●OKを押して確定します。
- 3. ▲/ まを押し、希望の高度を調整し、 LAP●OKを押して、設定を確定します。
- 4. 設定した高度を校正するには、「を押 し、修正を選択し、LAP●OKを押して確定 します。

注:普段計測を開始する地点の高度を登録 しておくと、スタート前の高度の修正が簡 5. ■● ●を押して、このメニューを終了しま 単に行えます。

## 画面設定

表示画面およびラップの画面設定を行うことができます。

#### 表示画面



す。

- 1. 設定メニューで、↓を押し、計測 > 表示画面を選択し、LAP OKを押します。
- 2. LAP●OKを押して、画面設定に入り、設定を自動から手動に変更します。
- 3. まを押して、表示画面 > 表示画面1、表示画面2、表示画面3、表示画面4または表示 **画面5**を選び、LAP●OKを押します。
- 4. ▲/ まを押して、項目数を選択し、LAP●OKを押して確定します。



- 5. ↓を押して、カスタマイズする表示データを選択し、LAP OKを押して、選択を確定し ます。
- 6. ▲/ ↓を押して、その他の項目の表示データも選択し、LAP OKを押して確認します。

7. ■ 5を押して、このメニューを終了します。



**注**: 表示画面が自動として設定されている場合、Rider 530は、ペアリングされたセンサーを検出したとき、データフィールド表示を自動的に調整します。



ラップ表示



- 1. 設定メニューで、↓を押し、計測>表示 画面>ラップ>表示画面1または表示画 面2を選択し、LAP●OKを押します。
- 2. ▲/ ↓を押して、項目数を選択し、LAP OK を押して確認します。
- 3. 、を押して、表示したいデータを選択し、LAP● 0Kを押して、選択を確定します。
- 4. ▲/ 表 押して、その他の項目の表示デー タも選択しLAP ● OKを押して確認します。
- 5. ⇒を押して、このメニューを終了します。

# アラートを設定する

アラート機能により、デバイスは次の場合にアラートメッセージを表示します:

- ・ 心拍数があらかじめ設定された心拍数を超えたり、下回った場合。
- ・ 走行中にあらかじめ設定した速度を超えたり、下回った場合。
- ・ クランクのケイデンスがあらかじめ設定した回転数を超えたり、下回った場合。
- ・ 長時間ワークアウトにおいて特定の距離に達した場合。
- ・ 長時間ワークアウトにおいて特定の時間に達した場合。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、計測 > アラ ートを選択し、LAP ● OKを押して、そのサ ブメニューに入ります。
- 2. 時間、距離、速度、心拍数、またはケイ デンスを選択し、LAP ● OKを押して、必要 な項目を設定します。
- 3. ▲/ ↓ を押して、希望の数値を設定し、 LAP ● OKを押して確定します。

# オートポーズ

信号機、横断歩道など、ルート沿いに多くの障害物がある場合、これは実際に記録されるデータに影響を与える可能性があります。この機能を移動を停止すると、時間と距離の計測を自動的に一時停止し、走行を再開すると、それらを再開するので、データの 精度を高めることができます。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、計測>オー トポーズを選択し、LAP ● OKを押して、そ のサブメニューに入ります。
- 2. Yesを選択し、機能を有効化します。



# データ記録

データ記録機能により、積算距離計(ODO)の設定や、より正確なデータを得るため、データ記録を1秒間隔にすることができます。

#### ODOを設定する



- 1. 設定メニューで、 ↓を押し、計測 > デー タ記録を選択し、LAP ● OKを押します。
- ODO設定を選択し、LAP OKを押して設定 画面を開きます。
- 3.▲/ 、を押して、「全て」または、「記録済 みのみ」を選択し、LAP ● OKを押して確定 します。

**注**:「全て」は、積算距離計が、すべての走行の積算距離を表示することを意味します。「記録済のみ」は、記録された走行の積算距離のみを表示します。

**注:**ODOをリセットする場合は、29ページ:ODOのリセットを参照してください。

#### 毎秒データ記録の設定



- 1. 設定メニューで、 まを押し、計測 > デー タ記録を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. ↓を押し、記録を選択し、LAP OKを押して 設定画面を開きます。
- 3.▲/ ↓を押して、一秒ごとを選択し、LAP●OK を押して確定します。
- 4. 5を押して、このメニューを終了します。

# ユーザーのプロフィール設定

ユーザーの情報を設定、変更することができます。



1. 設定メニューで、↓を押し、プロフィール
 > ユーザーを選択し、LAP ● OKを押します。

Ш

支置

- 2. ↓を押して、変更する項目を選択し、 LAP ● OKを押して、そのサブメニューに入ります。
  - ●性別:性別を選択します。
  - ④生年月日: 生年月日を設定します。
  - ●身長:身長を設定します。
  - ●体重: 体重を設定します。
  - ●最大心拍数:最大心拍数を設定します。
  - ●LTHR:乳酸閾値心拍数を設定しま す。
  - ④ FTP: 有効閾値パワーを設定します。
     ④ MAP: 最大有酸素パワーを設定します。
- 3. ▲/ ↓を押して、希望の項目を設定し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 4. っを押して、このメニューを終了します。

注:分析に影響する可能性があるため、正しい個人情報を入力してください。最大心拍数/LTHR/FTP/MAPについて分からない場合は、Bryton Testを使って、運動強度をテストすることができます。テスト方法については、14ページ:Bryton Testを参照してください。

# 自転車のプロフィール設定

自転車の情報を設定、変更することができます。



- 設定メニューで、↓を押し、プロフィール
   > 自転車 > 自転車1または自転車2を選択し、LAP OKを押します。
- 2. 「を押して、変更する設定を選択し、
   LAP OKを押して、そのサブメニューに入ります。
  - 速度信号源: 速度信号源の優先度を設定します。
  - ④ 重量: 自転車の重量を設定します。
  - ●タイヤ周長: 自転車のタイヤ周を設定 します。
  - 有効化: 選択して自転車を有効化します。
- 3. ▲/ まを押して、希望の設定を調整し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 4. 5を押して、このメニューを終了します。



注:	タイヤ周長の詳細情報については、	47ページ:タイヤサイズと周長を参照してく
	ださい。	

#### 自転車プロフィールを見る



- 設定メニューで、↓を押し、プロフィー ル>自転車>概要を選択し、LAP●OKを押 します。
- 2. **ま**を押して、希望の自転車を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. まを押して、選択した自転車の詳細デー タを見ることができます。
- 4. っを押して、このメニューを終了します。

## 積算距離計(ODO)を修正する



- 1. 設定メニューで、「を押し、プロフィー ル>自転車>概要を選択し、LAP●OKを押 します。
- 2. ↓を押し、**自転車1+2**を選択し、LAP● OKを 押して確定します。
- LAP OKを押して、ODO設定ページに入り ます。
- 4. ▲/ 「を押して、ODOを調整し、LAP● OKを 押して確定します。
- 5. ■●●を押して、このメニューを終了します。

注:より速く数値を変更したい場合は、▲/ ↓を長押しします。

#### ODOをリセットする

Trip1、Trip2および積算距離計の距離をリセットすることができます。



- 設定メニューで、-を押し、プロフィー *ル* > 自転車 > 概要を選択し、LAP ● OKを押 します。
- 2. ↓を押して、希望の自転車を選択し、 LAP ● OKを押して確認します。
- まを押して、Trip1またはTrip2を選択し、LAP OKを押して確定します。
   自転車1+2を選択している場合は、ODO を選択してください。
- 「リセットしますか?」メッセージが、 デバイス上にポップアップ表示されま す。↓を押し、はいを選択し、LAP●OKを 押して確認する、または、▲/↓を押し て、ODOを希望の数字に設定します。

注: Trip1、Trip2は、リセットする前に記録された累積走行距離を意味します。これら は、2つの別々の距離測定です。Trip1またはTrip2を使って、毎週の合計距離などを 記録したり、別の月間の合計距離を記録したりすることができます。

## デバイス設定を変更する

バックライト、操作音、通知音、時刻/単位、表示言語などのデバイス設定をカスタマ イズすることができます。

バックライト



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > デバ イス > バックライトを選択し、LAP ● OKを 押します。
- 2. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. ☆を押して、バックライトを有効化しま す。
- 4. 5を押して、このメニューを終了します。

注:バックライト設定に自動または常時を選択した場合、☆を押して、バックライドのオン・オフを切り替えることができます。2分間、1分間、30秒間、15秒間または5秒間をバックライト設定として選択した場合、再度押すことにより、設定時間と同じ時間だけ点灯を延長できます。

<sup>5. ■●</sup> っを押して、このメニューを終了します。



## 操作音



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > デバ イス > 操作音を選択し、LAP ● OKを押しま す。
- 2. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. 5を押して、このメニューを終了します。





- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > デバ イス > 通知音を選択し、LAP ● 0Kを押しま す。
- 2. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. 5を押して、このメニューを終了しま す。



輝度

デバイスの輝度を調整することができます。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > デバ イス > 輝度を選択し、LAP ● OKを押しま す。
- 2. ▲/ ↓を押して、希望の輝度に調整しま す。
- 3. **■** 5を押して、このメニューを終了します。







- 1. 設定メニューで、「を押し、一般 > デバ イス > 言語を選択し、LAP ● OKを押しま す。
- 2. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 3. っを押して、このメニューを終了しま す。

# **GPSの設定**

デバイスが現在受信しているGPS信号情報を見ることができます。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > GPS を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. 信号受信モードを設定するには、LAP●OK を押して確定します。
- 3. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
  - ・オフ:GPS機能をオフに切り替えま す。GPS信号が利用できないとき、ま たは、GPS情報が必要ないとき(屋内 使用など)、電力を節約するために、 これを選択します。
  - 高精度:位置情報、速度の精度は高くなりますが、より多くの電力を消費します。
  - ・省電力:良好なGPS信号条件で使用す ると、バッテリー寿命が長くなります が、精度は低くなります。

# ソフトウェアバージョンを見る

デバイスの現在のソフトウェアバージョンを見ることができます。

- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > 仕様情報を選択します。
- LAP OKを押して、確認します。
   現在のソフトウェアバージョンが、画面上に表示されます。
- 3. ⇒を押して、このメニューを終了します。

## **Bluetooth**

Rider 530とBluetooth対応スマートフォンをペアリングする前に、両方のBluetooth機能がオンになっていることを確認してください。

#### Bluetoothをオンにする



- 1. 設定メニューで、「を押し、一般 > Bluetoothを選択し、LAP ● OKを押しま す。
- 2. ▲/ まを押し、オンを選択し、LAP●OKを押して確認します。
- 3. ∋を押して、このメニューを終了しま す。

# bryton コンパスを校正する

正確な方位を測定するために、Rider 530はコンパス機能を備えています。コンパスの 測定値がおかしいと感じたら、コンパスを手動で校正してください。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > 磁針 校正を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. 確認ビープ音が鳴るまで、デバイスに表示されているイラストに従ってデバイスを動かしてください。

**注**:コンパスの精度は、磁石、鉄製材料、電子機器などの磁場を持つ物体の影響を受けます。コンパスを屋外で校正し、建物や電灯線から離します。

注:校正は通常は10秒以内で完了します。

# 自動画面切替を設定する

この機能が有効化されているとき、設定した間隔で自動的にページを切り替えます。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > 自動 画面切替を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. 「を押して、変更する設定を選択し、
   LAP●OKを押して、そのサブメニューに入ります。
  - ・ 自動画面切替: 自動切替を有効化/無 効化します。
  - インターバル: 画面切替の間隔を設 定します。
- 3. ▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、 LAP ● OKを押して確定します。
- 4. 5を押して、このメニューを終了します。

# 上書き保存モードを有効化する

この機能が有効化されているとき、メモリストレージがいっぱいになると、デバイスは 自動的に古い記録に上書きします。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > 上書 き保存を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. LAP OKを押して、そのサブメニューに入り、▲/ ↓を押して、希望の設定を選択し、LAP OKを押して確定します。
- 3. 5を押して、このメニューを終了しま す。

# スタート・リマインダー

Rider 530が、自転車の動きを検出すると、記録を行うかどうかを尋ねるリマインダーがポップアップ表示されます。リマインダーの回数などを設定することができます。



- 1. 設定メニューで、↓を押し、一般 > 開始 通知を選択し、LAP ● OKを押します。
- LAP OKを押して、そのサブメニューに入り、▲/ ↓を押して、希望の設定を調整し、LAP OKを押して確認します。
- 3. 5を押して、このメニューを終了しま す。



デバイスのストレージの状態を見ることができます。



1. 設定メニューで、↓を押して、一般 > メ モリ使用を選択します。ストレージの状 態が、メモリ使用の右側に表示されま す。

## データをリセットする

Rider 530を工場出荷時設定に復元することができます。



- 1. 設定メニューで、 を押し、一般 > リセットを選択し、LAP● OKを押します。
- 2. ▲/ 「を押して、「YES」か「NO」を選択し、LAP OKを押して確認します。

注:工場出荷時リセット操作により、デバイスは工場出荷時設定に復元されます。すべてのトラックを削除するだけでなく、ペアリングされたセンサーとプリインストールされたBryton Testも削除されますが、追加したアカウントからUUIDは削除されません。 UUIDを削除するには、下記のリンクをクリックして、ビデオによる手順を確認してください。

Brytonアプリから、UUIDを削除する方法

## センサー

機能の有効化/無効化、または、デバイスのセンサーの再スキャンなど、それぞれのセンサー設定をカスタマイズすることができます。



- 1. 設定メニューで、 ↓を押し、センサー > 心拍数、速度、ケイデンス、または 速度/ CAD、パワー、シマノ Di2を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. 現在の状態を確認したら、LAP OKを押して、次の画面に進みます。 ↓を押して、希望 の設定を選択し、LAP ● OKを押して確定します。
  - ・ 再スキャン: 再スキャンして、センサーを検出します。
  - ・オン/オフ: センサーを有効化/無効化します。
  - **注:**シマノ Di2を再スキャンする前に、変速スイッチを押してワイヤレス信号を発信 させます。
- 3. 5を押して、このメニューを終了します。

#### 注:

速度/ケイデンスセンサー/心拍数ベルト♥およびパワーセンサーをペアリングしている間は、その他のセンサー類が5m以内にないことを確認してください。ケイデンスセンサーがペアリングされると、ケイデンスセンサーアイコン��が、メイン画面上に表示されます。

#### 注:

Rider 530は、2台の自転車を登録できます。各プロフィールには、それぞれのセンサー設定があります。自転車を選択し、メインメニューでライドを選択すると、準備完了です。自転車を選択する方法については、27ページを参照してください。



## シマノ Di2による遠隔操作

Rider 530は、シマノ Di2 電動変速システムに対応しています。簡単な設定を行った 後、シマノ Di2シフトレバーを押して、Rider 530を便利に遠隔操作することができま す。設定する前に、Rider 530が互換性のあるシマノ Di2 とペアリングされていること を確認してください。

**注:**この機能を有効にするには、互換性のあるシマノ Di2 電動変速システムを自転車 に取り付ける必要があります。

リモート設定	-
左短押し	
	▼
右短押し	
左長押し	
	4
 右長押し	<u></u> .
	ОК

- 設定メニューで、↓を押し、センサー > シマノ Di2を選択し、LAP ● OKを押します。
- 2. LAP OKを押して、詳細メニューに入ります。 まを押して、リモート設定を選択し、 LAP ● OKを押して確認します。
- ▲/、を押して、希望のオプションを選択し、設定を変更し、LAP OKを押します。
   ▲/、を押して、希望のボタンを選択し、
   LAP OKを押して確定します。シフトレバーの上にあるボタンがすべて異なる機能に割り当てられるまで、上記の手順を繰り返します。
- 4. っを押して、このメニューを終了します。

# 無線LAN(WLAN)

Rider 530は無線LAN機能を搭載しています。インターネットにアクセスすると、デバイスは、Brytonアプリとの間で自動的にデータを同期します。ネットワークまたはホットスポットへの接続が正常に確立されると、次に検出されたとき、デバイスは自動的に同じネットワークまたはホットスポットに接続します。また、ネットワークまたはホットスポットを削除して、新しいものを設定することもできます。

**注:WLAN**を経由してデータを同期する方法については、9ページを参照してください。

#### 接続する

データを同期する前に、ネットワークまたはホットスポットに接続していることを確認 してください。



- 設定メニューで、 まを押して、WiFi> 接続 を選択して、LAP ● OKを押します。
- ▲/ 「を押して、利用可能なネットワーク またはホットスポットを選択し、LAP ● OK を押します。
- ▲/↓を押して、パスワードを入力し、「
   √」を選択し、選択を確認します。ネットワークに、「√」のマークがある場合、このネットワークに正常に接続されたことを示しています。

4. ■●を押して、このメニューを終了します。

**注**:WLANは、データの設定および転送中に自動的に有効化され、データの設定および転送が完了するとオフになります。

#### ネットワークを削除する

設定されたネットワークまたはホットスポットを見たり、接続を削除することができま す。



- 1. 設定メニューで、 まを押して、WiFi > 削 除するを選択して、LAP ● OKを押します。
- 2. ▲/ 表 押して、ネットワークまたはホット スポットを選択し、LAP ● OKを押します。
- 3. 「消去しますか?」メッセージがポップ アップ表示されます。▲/ まを押し、はい を選択し、LAP ● OKを押して、削除を確認 します。
- 4. ■● 5を押して、このメニューを終了します。





# 仕様

#### Rider 530

アイテム	説明
ディスプレイ	2.6インチFSTNポジティブ半透過型ドットマトリックスLCD
サイズ	54.9 x 92.2 x 17.6 mm
重量	79g
動作温度	-10℃~50℃
バッテリー充電温度	0° C~40° C
バッテリー	リチウムポリマー充電式バッテリー
バッテリー稼動時間	屋外で33時間
RF受信機	ANT+心拍数、速度センサー、ケイデンスセンサーをサポート する内蔵アンテナ付き2.4GMHz受信機
GPS	アンテナ内蔵型高感度GPS受信機搭載
BLE スマート	Bluetoothスマートワイヤレステクノロジー(内蔵アンテナ)
防水性	最大水深1m、最大30分間耐水(IPX7)。
無線LAN	IEEE 802.11 b/g/n

## スマートスピードセンサー

アイテム	説明
サイズ	36.9 x 34.8 x 8.1 mm
重量	6 g
防水性	最大水深1m、最大30分間耐水(IPX7)
伝送距離	3 m
バッテリー稼働時間	最大1年間
動作温度	-10°C~60°C
無線周波数/プロトコル	2.4GHz/Bluetooth 4.0およびDynastream ANT+ Sport無線通信プロトコル

#### 注:

センサーの接触が不十分だったり、電気的・磁気的干渉の影響、送信機との距離によっては、精度が低下することがあります。 磁気的干渉を避けるためには、取り付け位置の変更、チェーンの清掃や交換をおすすめします。

## スマートケイデンスセンサー

アイテム	説明
サイズ	36.9 x 31.6 x 8.1 mm
重量	6 g
防水性	最大水深1m、最大30分間耐水(IPX7)
伝送距離	3 m
バッテリー稼働時間	最大1年間
動作温度	-10°C~60°C
無線周波数/プロトコル	2.4GHz/Bluetooth 4.0およびDynastream ANT+ Sport 無線通信プロトコル

注:

センサーの接触が不十分だったり、電気的干渉の影響、送信機と受信機の距離によっては、精度が低下することがあります。

## スマートハートレートセンサー

アイテム	説明
サイズ	63 x 34.3 x 15 mm
重量	14.5 g(センサー)/ 31.5 g(ストラップ)
防水性	最大水深1m、最大30分間耐水(IPX7)
伝送距離	3 m
バッテリー稼働時間	最大2年間
動作温度	0°C∼50°C
無線周波数/プロトコル	2.4GHz/Bluetooth 4.0およびDynastream ANT+ Sport無線通信プロトコル

注:

センサーの接触が不十分だったり、電気的干渉があったり、送信機と受信機の距離に よっては、精度が低下することがあります。

# <mark>バッテリーに関する情報</mark> スマートスピードセンサーとスマートケイデンスセンサー

両方のセンサーとも、交換可能なCR2032電池を使用しています。 センサーを使用する前に: 1. センサーの裏側に円形のバッテリーカバーがあります。



- 2. 指で押しながら、カバーのインジケーターがロック解除アイコン(■)の位置にくる まで反時計回りに回してください
- 3. カバーとバッテリーのタブを取り外します。
- 4. 指で押しながら、カバーのインジケーターがロックアイコン(≦)の位置にくるまで 時計回りに回してください



#### バッテリーを交換する:

- 1. センサーの裏側に円形のバッテリーカバーがあります。
- 2. 指で押しながら、カバーのインジケーターがロック解除アイコン()の位置にくるま で反時計回りに回してください
- バッテリーを取り外し、新しいバッテリーをプラスのコネクターを先にバッテリー 室に挿入します。
- 4. 正のコネクタを先に新しいバッテリーをバッテリーチャンバに挿入します。
- 5. 指で押しながら、カバーのインジケーターがロックアイコン()の位置にくるまで時 計回りに回してください



- 注:
- センサーの電力が低下している場合、データページのケイデンスやスピードの値が 点滅します。
- ・新しいバッテリーを取り付けるとき、バッテリーが最初にプラスのコネクターに配置されていない場合、プラスのコネクターは簡単に変形し故障します。
- カバーのOリングパッキンを傷つけたり、なくしたりしないように注意してください。
- ・ 使用済みバッテリーを処分する際は、地方自治体の条例に従ってください。

## スマートハートレートセンサー

ハートレートセンサーには、交換可能なCR2032電池を使用しています。

- バッテリーを交換する:
- 1. 心拍数モニタの背面に、円形のバッテリーカバーがあります。
- 2. カバーの矢印が"開く"の位置にくるまで、硬貨を使ってカバーを反時計回りに回します。
- 3. カバーとバッテリーのタブを取り外します。
- 4. プラス側を上に向けて新しいバッテリーを挿入し、軽く押します。
- 5. カバーの矢印が"閉じる"の位置にくるまで、硬貨を使ってカバーを時計回りに回します。



- 注:
- ・ 心拍数センサーの電力が低下している場合、データページの心拍数の値が点滅します。
- カバーのOリングパッキンを傷つけたり、なくしたりしないように注意してください。
- ・ 使用済みバッテリーを処分する際は、地方自治体の条例に従ってください。





# スマートスピード/ケイデンスセンサーを取り 付ける(オプション)



注:

センサーが起動すると、LEDが2回点滅します。ペアリングするためにペタルを回し続けると、LEDが点滅し続けます。約15回点滅した後、点滅が停止します。10分間使用しないと、センサーはスリープモードに入り、バッテリーを簡約します。センサーの動作中にペアリングを完了してください。

bryton スマートハートレートセンサーを取り付ける (オプション)



#### 注:

- 気温が低い日は、心拍計の温度が下がり過ぎないように、適切な衣類を着用してください。
- ・ベルトは、肌の上に直に着用してください。
- ・センサーの位置を体の中央部分に調整します(胸のわずかにに下で着用します)。 センサーに表示されるBrytonロゴが上を向くように取り付けてください。運動中に 緩まないように、ストラッブをしっかりと締め付けてください。
- ・センサーを検出できない場合、または読み取り値が異常な場合は、5分間ウォーム アップしてください。
- ・心拍計を一定期間使用しない場合、心拍計からセンサーを取り外してください。

# タイヤサイズと周長

タイヤサイズはタイヤの側面に表示されています 。

タイヤサイズ	周長(mm)	タイヤサイズ	周長(mm)
12x1.75	935	26x3.00	2170
12x1.95	940	26x1-1/8	1970
14x1.50	1020	26x1-3/8	2068
14x1.75	1055	26x1-1/2	2100
16x1.50	1185	650C チューブラー26x7/8	1920
16x1.75	1195	650x20C	1938
16x2.00	1245	650x23C	1944
16x1-1/8	1290	650x25C	1052
16x1-3/8	1300	26x1(571)	1952
17x1-1/4	1340	650x38A	2125
18x1.50	1340	650x38B	2105
18x1.75	1350	27x1(630)	2145
20x1.25	1450	27x1-1/8	2155
20x1.35	1460	27x1-1/4	2161
20x1.50	1490	27x1-3/8	2169
20x1.75	1515	27.5x1.50	2079
20x1.95	1565	27.5x2.1	2148
20x1-1/8	1545	27.5x2.25	2182
20x1-3/8	1615	700xl8C	2070
22x1-3/8	1770	700xl9C	2080
22x1-1/2	1785	700x20C	2086
24x1.75	1890	700x23C	2096
24x2.00	1925	700x25C	2105
24x2.125	1965	700x28C	2136
24x1(520)	1753	700x30C	2146
24x3/4 チューブラー	1785	700x32C	2155
24x1-1/8	1795	700C チューブラー	2130
24x1-1/4	1905	700x35C	2168
26x1(559)	1913	700x38C	2180
26x1.25	1950	700x40C	2200
26x1.40	2005	700x42C	2224
26x1.50	2010	700x44C	2235
26x1.75	2023	700x45C	2242
26x1.95	2050	700x47C	2268
26x2.10	2068	29x2.1	2288
26x2.125	2070	29x2.2	2298
26x2.35	2083	29x2.3	2326



## Rider 530の基本的なお手入れ

デバイスをよく手入れすることで、デバイス損傷するリスクが減少します。

- ・ デバイスを落としたり、強い衝撃を与えないでください。
- ・ デバイスを極度な温度や過度の湿気にさらさないでください。
- ・ 画面の表面は傷が付きやすくなっています。市販の画面にプロテクターを使用して保護 することをお勧めします。
- ・ 柔らかい布に希釈した中性洗剤を含ませて、デバイスを洗浄します。
- デバイスの分解や修理を試みたり、変更を加えたりしないでください。保証は適応外となります。

**注:**不適切なバッテリーと交換すると、爆発の原因となります。新しいバッテリーと 交換するとき、同梱されていたバッテリーと同じものまたはメーカーが指定するバッ テリーのみを使用してください。使用済みバッテリーの廃棄は、地方自治体の規則に 従ってください。



■ 環境を保護するために、廃棄バッテリーはリサイクルや特別な処理のため、分 ■ 別する必要があります。

# <u>データフィールド</u>

表示データ	表示データの内容
日の出	日の出時間
日没	日没時間
走行	走行時間
経過	経過時間
時刻	時刻
速度	速度
平均速度	平均速度
最高速度	最高速度
心拍数	心拍数
平均hr	平均心拍数
最大hr	最大心拍数
MHR Z.	最大心拍ゾーン
LTHR Z.	乳酸閾値心拍ゾーン
MHR%	最大心拍率 (最大心拍数に対する現在の心拍数の割合)
LTHR%	乳酸閾値心拍率 (乳酸閾値心拍数に対する現在の心拍数の割合)
CAD	ケイデンス
平均cad	平均ケイデンス
最大cad	最大ケイデンス
LapASp	ラップ平均速度
LLASp	最終ラップ平均速度
LapDist	ラップ距離
LLapDist	最終ラップ距離
ラップ数	ラップ数
LapTime	ラップタイム
LLapTime	最終ラップ時間
lap av HR	ラップ平均心拍数
L lp avHR	最終ラップ平均心拍数
LAMHR%	ラップ平均最大心拍率 (最大心拍数に対するラップ平均心拍数の割合)



表示データ	表示データの内容
L'A'THR%	ラップ平均乳酸閾値心拍率 (乳酸閾値心拍数に対するラップ平均心拍の割合)
LAvCAD	ラップ平均ケイデンス
LLAvCAD	最終ラップ平均ケイデンス
ODO	積算走行距離
Trip1	トリップメーター 1
Trip2	トリップメーター 2
気温	気温
距離	距離
下降距離	下降距離
登坂距離	登坂距離
高度	高度
最大高度	最大高度
登坂高度	上り獲得標高
下降高度	下り獲得標高
勾配	勾配
パワー	現在のパワー
平均PW	平均パワー
最大PW	最大パワー
Lap 最大p	ラップ最大パワー
Lap 平均p	ラップ平均パワー
前平均P	最終ラップ平均パワー
3s PW	3秒間平均パワー
10s PW	10秒間平均パワー
30s PW	30秒間平均パワー
MAP 領域	最大有酸素パワーゾーン
MAP%	最大有酸素パワー率 (最大有酸素パワーに対する現在の割合)
FTP 領域	FTPゾーン (FTP=1時間継続して出力できる最大パワー値)
FTP%	FTP率 (最大FTPに対する現在のFTPの割合)
付録	bryton

表示データ	表示データの内容
CPB-LR	現在の左右パワーバランス
APB-LR	平均左右パワーバランス
CTE-LR	現在の左右トルク
MTE-LR	最大左右トルク
ATE-LR	平均左右トルク
CPS L-R	現在の左右ペダリング効率
APS L-R	平均左右ペダリング効率
MPS-LR	最大左右ペダリング効率
IF	強度係数 FTPに対するNPの比率 トレーニング中の時間経過による変化、個人の能力差を考慮 して運動強度を指標として数値化したも
NP	標準パワー 変動が大きい外的要因(坂、風など)を考慮して 運動強度を指標として数値化したもの
SP	W/kgで表示される単位重量あたりの出力
TSS	トレーニングストレススコア IFとトレーニング時間をスコア表示し、トレーニングの 質・量を考慮して トレーニングの負荷(ストレス)を数値化したもの
Kilojoules	パワーをキロジュールで表示
Lap NP	ラップ標準パワー
カロリー	カロリー
ギア比	ギア比
Gear Combo	ギア・コンビネーション
ギア	ギア
Rギア	Rギア
Fギア	Fギア
Di2電池	Di2バッテリー
方位	方位