



BODiBEAT

BODY. MUSIC. IN SYNC.

BF-11

Quick Guide
Guide de référence rapide
Guía rápida
クイックガイド

The "Precautions" section is located on pages 4 – 5. Please read this carefully before using the BODiBEAT BF-11.

Den Abschnitt „Vorsichtsmaßnahmen“ finden Sie auf den Seiten 4 – 5. Bitte lesen Sie sich diesen Abschnitt vor Gebrauch des BODiBEAT BF-11 aufmerksam durch.

La section relative aux Précautions d'usage est située en pages 4 – 5. Veuillez la lire attentivement avant d'utiliser le BODiBEAT BF-11.

El apartado "Precauciones" se encuentra en las páginas 4 – 5. Léalo detenidamente antes de utilizar BODiBEAT BF-11.

本書の4～5ページには「安全上のご注意」が記載されています。BF-11のご使用前に、必ずお読みください。

はじめに

このたびは、インタラクティブミュージックプレーヤーBODiBEAT BF-11をお買い上げいただきまことにありがとうございます。

BF-11を手にしたあなたは、きっと「音楽を聴きながら楽しく運動したい!」と思っていることでしょう。BF-11には、楽しくそして効果的な運動をするためのさまざまな機能が含まれています。BF-11の優れた機能を十分に生かして、安全に運動をお楽しみください。



特長

- 音楽と運動の一体感を実現——フリーワークアウトモード
自分のペースで運動すれば、BODiBEATが自動的に運動に合ったテンポの曲を再生します。(→8ページ)
- 効果的な運動をサポート——フィットネスモード/トレーニングモード
再生される曲のテンポに合わせて運動するだけで、効果的な有酸素運動や計画通りのトレーニングが行なえます。(→9ページ)
- コンピューター上で必要なデータを一元管理
付属ソフトウェアBODiBEAT Stationを使うと、運動ログや曲データ、トレーニングプログラムの管理が簡単に行なえます。(→11ページ)

付属品



アームバンド



イヤフォン
(脈拍センサー付)



イヤークッション



USB
ケーブル



ケーブルクリップ
(イヤフォンケーブルに付属)



保証書



操作/装着方法



クイックガイド



CD-ROM



ユーザー登録カード

もくじ

安全上のご注意	4
ご使用前の準備	6
BF-11で楽しむ	8
「BODiBEAT Station」について	11
困ったときは	13
メニュー一覧	14
仕様	15

NOTE

本機の基本的な操作方法と装着方法については、別紙をご覧ください。

BF-11/BODiBEAT Station取扱説明書(PDF)について

付属CD-ROM内には、BF-11取扱説明書およびBODiBEAT Station取扱説明書(PDFファイル)が収録されています。さらに詳しい使い方を知りたい場合にご活用ください。

- ヤマハ(株)および第三者から販売もしくは提供されている音楽/サウンドデータは、私的使用のための複製など著作権上問題にならない場合を除いて、権利者に無断で複製または転用することを禁じられています。ご使用時には、著作権の専門家にご相談されるなどのご配慮をお願いします。
- この取扱説明書の著作権はすべてヤマハ株式会社が所有します。
- この取扱説明書に掲載されているイラストや画面は、すべて操作説明のためのものです。したがって、実際の仕様と異なる場合があります。
- 本書に記載されている会社名および商品名等は、各社の登録商標または商標です。

安全上のご注意



ご使用前に、必ずこの「安全上のご注意」をよくお読みください。
お読みになったあとは、使用される方がいつでも見られる所に必ず保管してください。

⚠ 危険

- ❌ この製品を分解したり改造したりしない。
発熱、発火、破裂などの原因になります。異常を感じた場合など、点検や修理は、巻末のヤマハ修理ご相談センターにご依頼ください。
- ❌ 水に入れない。
発熱、発火、破裂などの原因になります。
- ❌ 火に入れたり、本体の近くに火気のあるものを置いたりしない。
発熱、発火、破裂などの原因になります。
- ❌ ストープの近くや日中の車内など、極端に温度が高くなるところで、使用、充電、放置しない。
発熱、発火、破裂などの原因になります。使用や充電は0~35℃で、保管は-10~45℃の環境で行なってください。
- ❌ 車やバイク、自転車の運転中にイヤフォンを使用したり、画面を見たり、細かい操作をしたりしない。
事故の原因になるだけでなく、地域によっては違法となる場合があります。
- ❌ 運動中は、画面を注視したり細かい操作をしたり、周囲の音が聞こえないほどの大音量で使用したりしない。
周囲の交通状況や路面状態に十分に気を配り、事故にあわないようご注意ください。
- ❗ 使用中に音が出なくなったり異常なおいや煙が出たりした場合は、すぐに電源スイッチを切る。

感電や火災、または故障のおそれがあります。至急、巻末のヤマハ修理ご相談センターに点検をご依頼ください。

⚠ 警告

- ❗ 体調に不安のある場合は、運動前に医師に相談する。
持病のある方や妊娠中の方など体調に不安のある方は、運動内容や運動時間について事前に医師と相談し、適切な運動を行なうようにしてください。
- ❗ 運動中に具合が悪くなったり、音楽に合わせて運動するのがつらくなったら、ただちに運動を中止する。
安全な場所で休息を取り、不調が続くようであれば医師の診察を受けてください。
- ❗ 運動時はイヤリングやピアスなど、耳につけるアクセサリーを外す。
耳にアクセサリーをつけていると、脈拍センサーの誤動作により適切な運動ができないおそれがあります。
- ❌ 乳幼児の手の届くところに放置しない。
小さな部品を誤飲するなど、思わぬ事故につながるおそれがあります。

- ⊘ 内部に金属や紙片などの異物を入れない。感電、ショート、火災や故障の原因になります。入った場合は、すぐに電源を切り、巻末のヤマハ修理ご相談センターに点検をご依頼ください。
- ❗ (別売電源アダプター使用時) 電源は必ず交流100Vを使用する。エアコンの電源など交流200Vのものがあります。誤って接続すると、感電や火災のおそれがあります。
- ❗ (別売電源アダプター使用時) 電源アダプターは、必ず指定のもの(PA-U010)を使用する。異なった電源アダプターを使用すると、故障、発熱、火災などの原因になります。
- ❗ (別売電源アダプター使用時) 電源プラグにほこりが付着している場合は、ほこりをきれいに拭き取る。感電やショートのおそれがあります。

⚠ 注意

- ⊘ 温度が極端に低いところやほこりの多いところで、使用、充電、放置しない。故障や誤動作の原因になります。
- ⊘ 本体の上から荷重をかけたり、スイッチ、端子やイヤホンケーブルなどに無理な力を加えない。けがや故障の原因になります。
- ⊘ 濡れた手で端子部を触らない。端子部から内部に水が入り、故障の原因になります。
- ❗ イヤホンケーブルが体にかんだり、周囲のものに引っかからないよう注意する。けがや故障の原因になります。
- ⊘ 大きな音量で長時間使用しない。聴覚障害の原因になります。

- ❗ 皮膚に異常や不快感を感じたら、ただちに使用を中止する。お客様の体質や体調によっては、まれに皮膚にかゆみやかぶれを生じる場合があります。そのような場合は、ただちに使用を中止し、医師の診察を受けてください。
- ❗ (別売電源アダプター使用時) 長期間使用しないときや落雷のおそれがあるときは、必ずコンセントから電源プラグを抜く。感電や火災、故障の原因になることがあります。
- ⊘ (別売電源アダプター使用時) 充電しながら運動しない。本体の誤動作により適切な運動ができない場合があります。また、ケーブルがからまり、けがの原因になります。
- ⊘ 本体を手入れするときは、ベンジンやシンナー、洗剤、化学ぞうきんなどは使用しない。変色/変質の原因になります。お手入れには、乾いた柔らかい布をご使用ください。

- 不適切な使用や改造により故障した場合の保証はいたしかねます。
- 本製品を使用しながら運動を行なう場合は、お客様の責任で体調管理を行なってください。運動中に体調に異常をきたした場合は保障はいたしかねます。



Li-ion

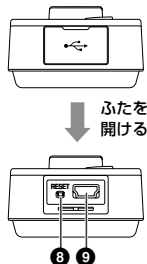
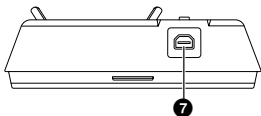
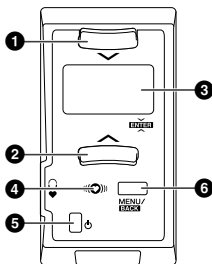
本機にはリチウムイオン電池が使用されています。リチウムイオン電池はリサイクルできます。お客様自身で電池を取り外すことはできませんので、本機が不要になったら、巻末のヤマハ修理ご相談センターにご依頼ください。

* この装置は、情報処理装置等電波障害自主規制協議会(VCCI)の基準に基づくクラスB情報技術装置です。この装置は、家庭環境で使用することを目的としていますが、この装置がラジオやテレビジョン受信機に近接して使用されると、受信障害を引き起こすことがあります。取扱説明書に従って正しい取り扱いをしてください。

ご使用前の準備



各部の名称



① ▼(下)ボタン

② ▲(上)ボタン

③ ディスプレイ

④ LED

赤：きつい運動

緑：効果的な有酸素運動

青：軽い運動または運動していない

⑤ 電源ボタン

電源のオンオフや、ホールド機能のオンオフをします。長押し(2秒以上)すると、すぐに電源が切れます。

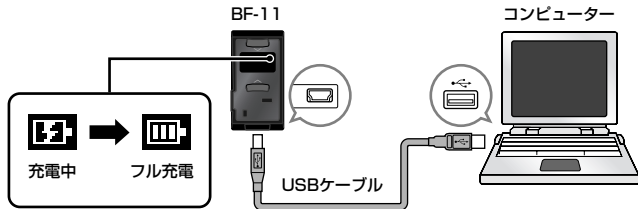
⑥ [MENU/BACK](メニュー /バック)ボタン

⑦ イヤフォン端子

⑧ [RESET](リセット)スイッチ

⑨ USB端子

充電する

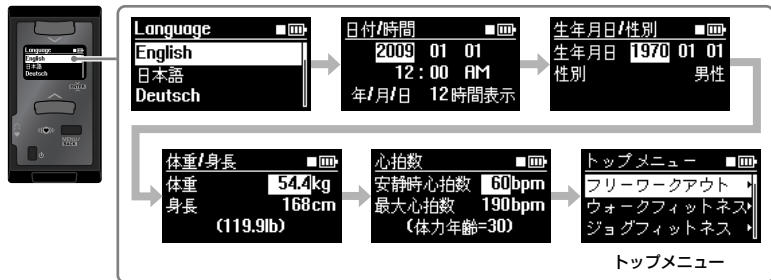


⚠ 危険

コンピューターとの接続は、必ず0～35℃の環境で行なってください。高温の環境で充電すると、発火などのおそれがあります。

初期設定をする

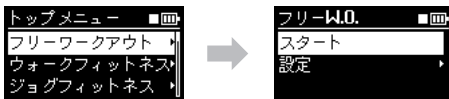
初めて電源を入れたときには、初期設定を行なう画面が表示されます。



基本的な操作方法と装着方法については、別紙をご覧ください。



自由なペースで運動する—フリーワークアウトモード



自由なペースで運動しましょう！あなたの走る(または歩く)速さに合ったテンポの曲が自動的に再生されます。

運動中の操作については、別紙の操作方法をご覧ください。

目標設定

運動をスタートする前に、「設定」を選んで以下の目標を決めておくことができます。

時間

設定値: 10、20、30、45、60、90 (分)、カスタム

距離

設定値: 3、5、10 (km)、ハーフマラソン、マラソン、カスタム

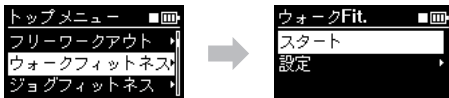
表示単位を「マイル」にした場合: 2、5、10 (マイル)、ハーフマラソン、マラソン、カスタム

カロリー

設定値: 100、300、500、700、1000 (kcal)、カスタム

カスタムを選ぶと、好きな値を入力できます。

最適なペースで運動する—フィットネスモード

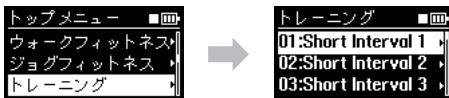


ウォークフィットネス: ウォーキングしたいとき

ジョグフィットネス: ジョギングしたいとき

流れてくる曲のテンポに合わせて運動しましょう！効果的な有酸素運動のペースで運動できます。運動の前に目標設定をしておくこともできます。(→8ページ)

プログラムに沿って運動する—トレーニングモード



再生される音楽のテンポに合わせて運動するだけで、計画通りのトレーニングが行なえます。9つのプリセットプログラムから選んだり、自分でオリジナルのプログラムを作成したりできます。プログラムの詳細については、付属CD-ROMに収録されているBF-11取扱説明書をご覧ください。

運動中の操作については、別紙の操作方法をご覧ください。

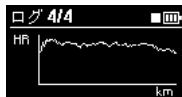
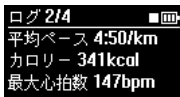
ペースを変更したいときは、運動中に[MENU/BACK]ボタンを2度押してペース画面を表示させます。ペースを上げたいときは▲(上)ボタンを、ペースを下げたいときは▼(下)ボタンを押します。

⚠ 警告

もしも運動がきつすぎると感じた場合は、無理して曲に合わせようとせず、ペースを下げるか、運動をやめて休憩を取ってください。

運動のあとに

運動が終わると、その運動の結果(ログ)が表示されます。ログ表示画面は▲/▼(上/下)ボタンを使って画面を切り替えます。

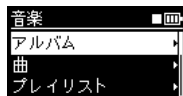
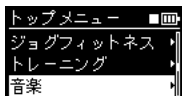


ログデータは、トップメニューから「データ」を選ぶことでいつでも確認できます。

ミュージックプレーヤーとして使う—音楽モード

NOTE

音楽モードで曲を再生するには、あらかじめ、付属ソフトウェアを使って曲を本体に取り込んでおいてください。
(→12ページ)



アルバム: アルバム名を選び、そのアルバムの中の曲を再生します。

曲: BF-11に入っている全曲のリストから、再生したい曲を選びます。

プレイリスト: プレイリストを選び、そのプレイリストの中の曲を再生します。



一時停止: ▲/▼ボタン同時押し



ボリューム下げる: ▼ボタン
ボリューム上げる: ▲ボタン



早送り: ▼ボタン長押し
次の曲: ▼ボタン
停止: ▲/▼ボタン同時押し
巻き戻し: ▲ボタン長押し
曲のはじめ: ▲ボタン

「BODiBEAT Station」について



BF-11をコンピュータと接続して、付属ソフトウェア「BODiBEAT Station」を使用すると、運動結果をグラフで表示したり、トレーニングプログラムを作成/編集したり、曲データを管理したりできます。

動作環境

OS	Windows® XP Service Pack 2以降、32ビット版Windows® Vista、Windows® 7
対応コンピュータ	USB端子を装備した1GHz以上のIntel® Pentium®およびCeleron®ファミリーのプロセッサを搭載したコンピュータ
メモリー	Windows XP: 128MB以上(256MB以上推奨) Windows Vista/7: 512MB以上(1GB以上推奨)
ハードディスク	200MB以上の空き容量
ディスプレイ	1024×768ドット以上
サウンド	Windows対応のオーディオインターフェースまたはサウンドカード (Windows Media® Playerがインストールされていること)

上記の動作環境を満たしている場合でも、すべてのコンピュータにおける動作を保証するものではありません。

BODiBEAT Stationのインストール

重要

ソフトウェアをインストールする前に必ず、CD-ROMに入っている「ソフトウェア使用許諾契約」をお読みください。

付属CD-ROMをコンピュータのドライブに入れ、スタート画面上の「BODiBEAT Stationのインストール」をクリックします。あとは、画面の指示に従ってインストールを実行します。

注意

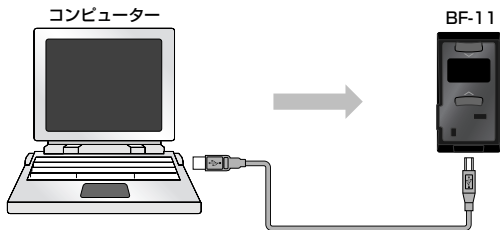
BODiBEAT Stationをインストールしたコンピュータに初めてBF-11を接続すると、BF-11トレーニングモードのプリセットプログラムの内容はBODiBEAT Station上の情報に上書きされます。

BF-11上でプリセットプログラムの内容を変更してあった場合、変更内容は失われますので、あらかじめコピー機能を使って別のプログラムとして保存しておくことをおすすめします。(詳しい手順については、CD-ROM内のBF-11取扱説明書をご覧ください。)

曲データをBF-11に取り込む

NOTE

音楽CDから曲を取り込む場合は、あらかじめ、Windows Media Playerなどのソフトウェアを使って音楽CDの曲をコンピューター上に取り込んでおいてください。



1 BODiBEAT Stationを起動する

2 曲データをBODiBEAT Station上にインポートする

取り込みたいファイルまたはフォルダーをBODiBEAT Stationのウィンドウにドラッグします。

3 曲データをBF-11本体に転送する

本体とコンピューターを接続すると、同期が行なわれ、曲データが本体に転送されます。

⚠ 注意

- BF-11の接続中にコンピューターを省電力モードにしないでください。BF-11がハングアップしてデータが失われたり、放電して電池が消耗したりするおそれがあります。
- USBケーブルは、必ず付属のものを使用してください。異なるケーブルを使用すると、端子の破損や故障につながるおそれがあります。
- データの転送中は、絶対にUSBケーブルを抜かないでください。データが失われたり、本体が正常に動作しなくなるおそれがあります。

詳しい操作方法については、BODiBEAT Station取扱説明書をご参照ください。



■ イヤホンがすぐに耳から外れてしまう

- イヤホンの装着方法が間違っています。左右を間違えないよう、正しく装着してください。
- ケーブルのスライダーがゆるんでいます。スライダーを頭の方向に移動してみてください。

■ 脈拍センサーをつけても、心拍数が検出されない

- イヤホンが本体に確実に接続されているか、確認してください。
- 耳たぶを揉んでみてください。
- 脈拍センサーをつける位置を変えてみてください。
- 脈拍センサーの感度を変更してみてください。
- 脈拍センサーのレンズ(検出部)を乾いた柔らかい布でふいてください。汗やよごれが付着していると、正しく検出できない場合があります。

■ 運動のペースを変えなくても、曲が頻繁に変わる

- 運動中に本体がぐらぐらしないように、アームバンドでしっかりと腕に固定してみてください。
- ペースセンサーやステップセンサーの感度を調整してみてください。

■ 運動中に、同じ曲しか再生されない

- 運動ペースにあうテンポの曲が少ない可能性があります。付属ソフトウェアを使って本体に曲を取り込みか、音楽優先度設定をミックスまたはBODiBEATソングにしてください。

■ トレーニングモードで、ターゲットとして設定したペースと違うテンポの曲が再生される

- ペースはジョギング時の歩幅設定をもとに決定されるため、設定されている歩幅が実際の歩幅と異なると、再生される曲のテンポが速すぎたり遅すぎたりします。このような場合は、歩幅設定を変更してください。

■ ログに表示される距離が、実際に走った距離と違う

- 走行距離は、歩幅の設定をもとに算出されます。歩幅を正確に入力することで、より実際の走行距離に近づきます。

詳しくは、付属CD-ROMに収録されているBF-11取扱説明書をご覧ください。

メニュー一覧



トップメニュー	フリーワークアウト		
	ウォークフィットネス		
	ジョグフィットネス		
	トレーニング		
	音楽	アルバム、曲、プレイリスト、再生中の曲	
	データ	ワークアウト、日、週、月	
	各種設定	音楽設定	ワークアウト音楽
			音楽優先度
			テンポガイド
			ハーフテンポ
			曲間
			再生時間
			音量調整
		プレイモード	リピート
			シャッフル
		ベースブースト	
	ハードウェア設定	センサー	脈拍センサー
			ステップセンサー
			ペースセンサー
		表示	メイン表示(運動中)
			単位
			言語
			表示時間
			明るさ調節
		日付/時間	
	ユーザー設定	心拍数	心拍数計測
			心拍数変更
		歩幅	
		体重/身長	
		生年月日/性別	
		学習機能	
	情報		
	初期化		

仕様



モデル	BF-11	
サイズ	75.5 x 39.7 x 23.8 mm	
質量	本体	60 g
	イヤホン/ 脈拍センサー	21 g
音声出力	6.5 mW x 2 (33 Ω)	
周波数特性	20~20,000 Hz	
再生時間	約9時間(標準使用時) ご使用状況によって異なります。	
電源	内蔵リチウムイオン充電式電池	
充電方式	USB (コンピューター *接続または別売USB電源アダプター接続) *Windows® XP Service Pack 2以降、32ビット版Windows® Vista、 Windows® 7	
フル充電時間	約3時間	
使用温度範囲	0~50℃ (充電時は0~35℃)	
ディスプレイ	1.0インチ 128 × 64 有機EL	
容量	1 GB	
対応オーディオファイル形式	MP3 (32~320 kbps、可変ビットレート) WMA (32~192 kbps、可変ビットレート) AAC (8~320 kbps、可変ビットレート) WAV ただし、上記すべてのファイル形式に対応することを保証するものではありません。	
端子	イヤホン端子: 8-pin専用端子 USB端子: USB 2.0 (Hi-speed)	
付属ソフトウェア	BODiBEAT Station	

仕様および外観は改良のため予告なく変更することがあります。

保証とアフターサービス

サービスのご依頼、お問い合わせは、ヤマハ修理ご相談センターにご連絡ください。

● 保証書

本機には保証書がついています。
保証書は販売店がお渡ししますので、必ず「販売店印・お買い上げ日」などの記入をお確かめのうえ、大切に保管してください。

● 保証期間

お買い上げ日から1年間です。

● 保証期間中の修理

保証書記載内容に基づいて修理いたします。
詳しくは保証書をご覧ください。

● 保証期間経過後の修理

修理すれば使用できる場合は、ご希望により有料にて修理させていただきます。
下記の部品については、使用時間や使用環境により劣化しやすいため、消耗に応じて部品の交換が必要となります。消耗部品の交換は、ヤマハ修理ご相談センターへご相談ください。

消耗部品の例

ポリウムコントロール、スイッチ、ランプ、リレー類、接続端子、鍵盤機構部品、鍵盤接点など

● 補修用性能部品の最低保有期間

製品の機能を維持するために必要な部品の最低保有期間は、製造打切後6年です。

● 修理のご依頼

まず取扱説明書(付属CD-ROMに収録)の「困ったときは」をよくお読みのうえ、もう一度お調べください。
それでも異常があるときは、最寄りのヤマハ修理ご相談センターへ修理をお申し付けください。

● 製品の状態は詳しく

修理をご依頼いただくときは、製品名、モデル名などとあわせて、故障の状態をできるだけ詳しくお知らせください。

◆ 修理に関するお問い合わせ

ヤマハ修理ご相談センター

受付時間 月曜日～金曜日 9:00～18:00、土曜日 9:00～17:00 (祝日およびセンター指定休日を除く)

ナビダイヤル
(全国共通番号)



市内通話料でOK
ナビダイヤル

0570-012-808

※一般電話・公衆電話からは、市内通話料金でご利用いただけます。

(携帯電話、PHS、IP電話からはTEL 053-460-4830)

FAX 053-463-1127

◆ 修理品お持込み窓口

受付時間 月曜日～金曜日 9:00～17:45 (浜松サービスステーションは8:45～17:30)
(祝日および弊社休業日を除く)

*お電話は、ヤマハ修理ご相談センターでお受けします。

北海道サービスステーション

〒064-8543
札幌市中央区南10条西1丁目1-50
ヤマハセンター内
FAX 011-512-6109

首都圏サービスセンター

〒143-0006
東京都大田区平和島2丁目1-1
京浜トラックターミナル内14号棟A-5F
FAX 03-5762-2125

浜松サービスステーション

〒435-0016
浜松市東区和田町200
ヤマハ(株)和田工場内
FAX 053-462-9244

名古屋サービスセンター

〒454-0058
名古屋市中川区玉川町2丁目1-2
ヤマハ(株)名古屋倉庫3F
FAX 052-652-0043

大阪サービスセンター

〒564-0052
吹田市広芝町10-28
オーク江坂ビルディング2F
FAX 06-6330-5535

九州サービスステーション

〒812-8508
福岡市博多区博多駅前2丁目11-4
FAX 092-472-2137

*名称、住所、電話番号などは変更になる場合があります。

◆BODiBEATに関するお問い合わせ窓口

BODiBEAT相談窓口

ナビダイヤル
(全国共通番号)



市内通話料でOK
ナビダイヤル®

0570-018-808

※一般電話・公衆電話からは、市内通話料金でご利用いただけます。

(携帯電話、PHS、IP電話からはTEL 053-460-2784)

受付日 月曜日～金曜日（祝日およびセンター指定休日を除く）

受付時間 10:00～12:00、13:00～18:00

<http://www.yamaha.co.jp/support/>

PA・DMI事業部

DMIマーケティング部 CL・PKグループ

〒430-8650 静岡県浜松市中区中沢町10-1

TEL 053-460-3275

BODiBEATウェブサイト

<http://www.yamaha.co.jp/product/bodibeat/>

ヤマハマニュアルライブラリー

<http://www.yamaha.co.jp/manual/>

*名称、住所、電話番号、URLなどは変更になる場合があります。



Yamaha Manual Library

<http://www.yamaha.co.jp/manual/>

U.R.G., Pro Audio & Digital Musical Instrument Division, Yamaha Corporation

© 2009 Yamaha Corporation

WR25610 912MWAPx.x-02B0

Printed in Vietnam