



BODiBEAT Station

取扱説明書

Version 1.3.c

目次

BODiBEAT Stationについて	2
運動履歴を管理する	5
トレーニングプログラムを管理する	8
曲データを管理する	10
いろいろな設定	16
ライブラリーの内容を印刷する	18
別のコンピューターにライブラリーを送る	19
BODiBEAT本体やこのソフトウェアの更新を確認する	21
メニュー一覧	22

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。インストール後は、BODiBEAT Stationの[ヘルプ]メニューからいつでもご使用条件をお読みいただけます。

ご注意

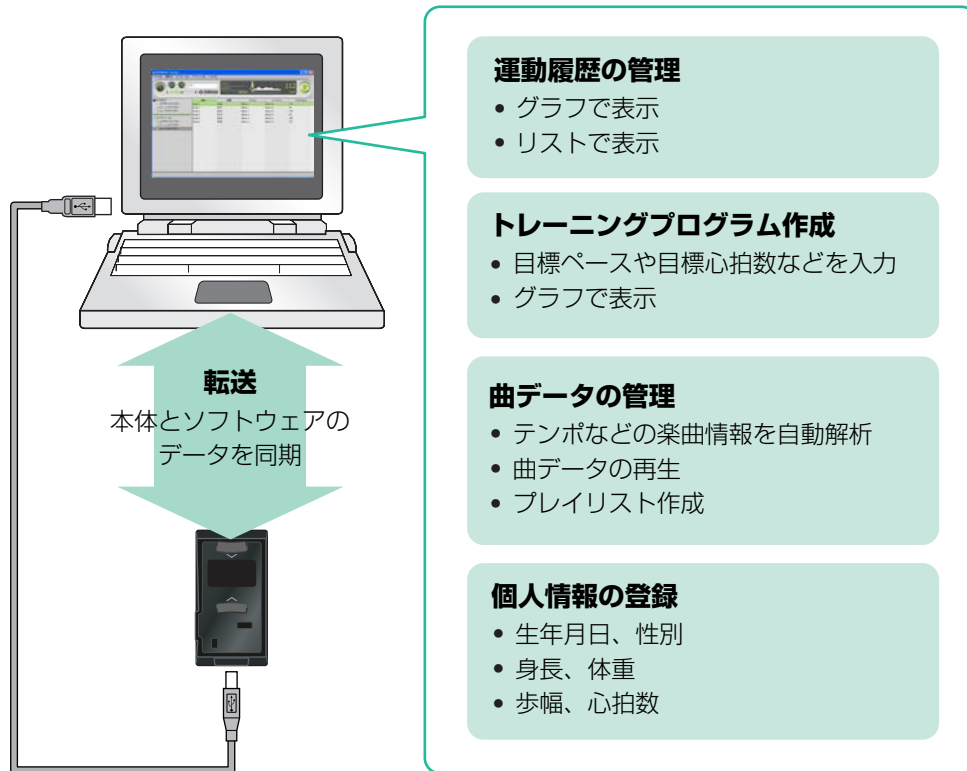
- ヤマハ(株)および第三者から販売もしくは提供されている音楽/サウンドデータは、私的使用のための複製など著作権法上問題にならない場合を除いて、権利者に無断で複製または転用することを禁じられています。ご使用時には、著作権の専門家にご相談されるなどのご配慮をお願いします。
- このソフトウェアおよび取扱説明書の著作権はすべてヤマハ株式会社所有します。
- このソフトウェアおよび取扱説明書の一部または全部を無断で複製、改変することはできません。
- このソフトウェアおよび取扱説明書を運用した結果およびその影響については、一切責任を負いかねますのでご了承ください。
- この取扱説明書に掲載されているイラストや画面は、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。
- 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、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。

© 2008-2009 Yamaha Corporation. All rights reserved.



BODiBEAT Stationについて

BODiBEAT Stationの特長



BODiBEAT Stationでは、BODiBEATで使用する曲データを管理したり、運動した結果をグラフなどで視覚的に確認したりできます。自分の好きな曲だけを編集したプレイリストを作成してBODiBEATに取り込めば、お気に入りの曲を聴きながら運動することができます。また、トレーニングプログラムの作成や個人データの入力などを、BODiBEAT上で行なう代わりにコンピューター上で行なうことで、より簡単にすばやく入力できます。

動作環境

OS	Windows® XP Service Pack 2以降、32ビット版Windows® Vista、Windows® 7
対応コンピューター	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ー
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 9以上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ーにおける動作を保証するものではありません。



インストール、アンインストール

インストール手順

1 付属CD-ROMをコンピューターのCD/DVDドライブに入れます。

コンピューターの画面上に、スタート画面が表示されます。

NOTE

スタート画面が表示されない場合は、マイコンピュータからCD-ROMの入っているドライブを選び、Setup.exeをダブルクリックして手順3に進んでください。

2 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。

3 画面の指示に従って、インストールを実行します。

プログラム修復の手順

インストールの失敗などで、必要なファイルがなかったり壊れていたりしたときには、以下の手順で修復できます。

NOTE

ご使用のOSによりメニュー名やボタン名などが異なる場合があります。

1 [スタート]メニューから[コントロールパネル]を開き、[プログラムの追加と削除] (Windows XP)、[プログラムと機能]または[プログラムのアンインストール] (Windows Vista/7)を選びます。

2 プログラムの一覧から「BODiBEAT Station」を選び、[修復]または[変更]をクリックします。

ダイアログが表示されますので、画面の指示に従って修復を実行してください。

アンインストール手順

ソフトウェアが不要になったときは、以下の手順でアンインストール(削除)できます。

NOTE

ご使用のOSによりメニュー名やボタン名などが異なる場合があります。

1 [スタート]メニューから[コントロールパネル]を開き、[プログラムの追加と削除] (Windows XP)、[プログラムと機能]または[プログラムのアンインストール] (Windows Vista/7)を選びます。

2 プログラムの一覧から「BODiBEAT Station」を選び、[削除] (Windows XP) または[アンインストール] (Windows Vista/7) をクリックします。

ダイアログが表示されますので、画面の指示に従って削除を実行してください。

NOTE

バージョンアップなどのためプログラムを一時的にアンインストールする場合は、「ユーザーデータをすべて削除しますか」のメッセージが表示されたときに「いいえ」を選んでください。「いいえ」を選ぶと、BODiBEAT Stationを再インストールしたあとも、各設定やライブラリーの内容が引き継がれます。



各部の名称と機能



① メニューバー

さまざまなコマンドを実行します(22ページ)。

② プレイコントロール

ミュージックライブラリーで選択した曲の再生をコントロールしたり、ライブラリー内のデータを検索します(10ページ)。

③ ライブラリーリスト

エクササイズライブラリー、トレーニングライブラリー、ミュージックライブラリーを、リスト表示します。

④ ライブラリービュー

ライブラリーリストで選択した項目について、グラフまたはリストで詳しく表示します。





運動履歴を管理する

BODiBEATをコンピューターに接続すると、本体に記録された運動結果(ログ)をコンピューターに取り込むことができます。取り込んだログは、グラフやリストとして表示できます。

グラフで確認する

運動結果をグラフ表示します。ライブラリーリスト上で、「エクササイズライブラリー」の下にある青と紫のグラフアイコンをクリックすると、標準的なグラフ表示で最新のログがすぐに確認できます。

また、以下の手順でグラフを作成することもできます。作成したグラフは、ダイアログが閉じたときに自動的に保存され、エクササイズライブラリーの中に追加されます。

1 ライブラリーリストで「エクササイズライブラリー」を選び、ライブラリービュー上でグラフ表示したいログを選びます。

2 [ファイル]メニューから[新規ログ表示]→[グラフ表示...]を選びます。

グラフのプロパティが開きます。

HINT

ライブラリーリスト上で、「エクササイズライブラリー」の下にあるアイコンのどれかひとつを右クリックし、[新規ログ表示]→[グラフ表示...]を選んでグラフのプロパティを開くこともできます。

3 グラフのプロパティで、グラフ表示の方法を設定します。

範囲	グラフの横軸に表示する範囲を選びます。ワークアウト、週、月から選択します。
Y軸	グラフの縦軸に表示する単位を選びます。距離、時間、ペース(分/km)、スピード(km/h)、カロリー、心拍数から選択します。(「範囲」で「ワークアウト」を選んだ場合、ここで「距離」「カロリー」は選択できません。)
トレーニングプログラムのグラフを表示	トレーニングモードでの運動結果を表示する場合にここにチェックを入れると、運動結果の表示と一緒にトレーニングプログラムがグラフ表示されます。この項目は、「範囲」で「ワークアウト」を選んだときのみ有効です。
比較 ベストタイム	ここにチェックを入れると、表示中の運動結果と自分のベストタイムとを比較できます。これまでのすべての運動結果から自動的にベストタイムを計算し、現在表示している運動結果と同時にグラフ上に表示されます。この項目は、「範囲」で「ワークアウト」を選び、「Y軸」で「ペース」または「スピード」を選んだときのみ有効です。
最新のエクササイズログを常に表示する	ここにチェックを入れておくと、BODiBEAT Stationの起動後にライブラリーリスト上でグラフ/リストを選んだときに、最新の運動結果が表示されます。



次ページへ続く



4 [OK]をクリックします。

ダイアログが閉じ、設定した条件のグラフがライブラリービューに表示されます。
Y軸の項目により、グラフの色は以下のようになります。

距離	緑
時間	黄
ペース、スピード	紫
カロリー	オレンジ
心拍数	水色

グラフ上の操作

- グラフ上にマウスポインターを置くと、X軸とY軸の値がポップアップで表示されます。
- グラフ上部の[PREV](前へ)、[NEXT](次へ)をクリックすると、前/後の運動結果が確認できます。

表示方法を変えたいときは

[ファイル]メニューから[プロパティ...]を選ぶか、ライブラリーリスト上で選択中のログを右クリックして[プロパティ...]を選ぶとグラフのプロパティが開きます。
グラフのY軸に表示する項目は、グラフ右上のリストから選ぶこともできます。

HINT

ログのグラフは印刷できます(18ページ)。

リストで確認する

運動結果をリスト表示します。ライブラリーリスト上で、「エクササイズライブラリー」の下にある青いリストアイコンをクリックすると、最新のログがすぐに確認できます。

また、以下の手順でリストを作成することもできます。作成したリストは、ダイアログが閉じたときに自動的に保存され、エクササイズライブラリーの中に追加されます。

1 ライブラリーリストで「エクササイズライブラリー」を選び、ライブラリービュー上でリスト表示したいログを選びます。

2 [ファイル]メニューから[新規ログ表示]→[リスト表示...]を選びます。

リストのプロパティが開きます。

HINT

ライブラリーリスト上で、「エクササイズライブラリー」の下にあるアイコンのどれかひとつを右クリックし、[新規ログ表示]→[リスト表示...]を選んでリストのプロパティを開くこともできます。

 次ページへ続く



3 リストのプロパティで、リスト表示の方法を設定します。

「範囲」で表示させる範囲を選択します。ワークアウト、週、月から選びます。
また、リスト上に表示させたい項目を、チェックボックスで選びます。
「最新のエクササイズログを常に表示する」にチェックを入れておくと、BODiBEAT Stationの起動後にライブラリーリスト上でグラフ/リストを選んだときに、最新の運動結果が表示されます。

4 [OK]をクリックします。

ダイアログが閉じ、設定した条件のリストがライブラリービューに表示されます。

リスト上の操作

- リスト上部の[PREV](前へ)、[NEXT](次へ)をクリックすると、前/次の運動結果が確認できます。
- 列の順番は、マウスでドラッグすることにより変更できます。
- リストに表示する項目が多いときは、リスト下部のスライダーでスクロールします。

表示方法を変えたいときは

[ファイル]メニューから[プロパティ...]を選ぶか、ライブラリーリスト上で選択中のログを右クリックして[プロパティ...]を選ぶと、リストのプロパティが開きます。

HINT

ログのリストは印刷できます(18ページ)。

ログを削除する

不要なログは、下記の手順で削除できます。

注意

削除したログはもとに戻せませんので、ご注意ください。

- 1 ライブラリーリストで「エクササイズライブラリー」を選び、ライブラリービュー上で削除したいログを選びます。
- 2 [編集]メニューから[削除]を選ぶか、右クリックすると現れるポップアップメニューから[削除]を選びます。
- 3 BODiBEATをコンピューターに接続します。

BODiBEATとコンピューターの同期が行なわれ、手順2で選んだログがBODiBEAT上のデータメニューから削除されます。

NOTE

すでに接続してある場合は、[ファイル]メニューから[同期...]を選んで同期を行ないます。





トレーニングプログラムを管理する

トレーニングモードで使用するプログラムを、コンピューター上で簡単に作成できます。キーボードから直接数値を入力して、自分にあった運動の長さや強度を設定できます。入力した内容はグラフで視覚的に確認できます。

新しいトレーニングプログラムを作成する

1 ライブラリーリストで「トレーニングライブラリー」を選びます。

2 [ファイル]メニューから[新規トレーニングプログラム]を選びます。

トレーニングライブラリーの中に「新規トレーニングプログラム」が追加され、ライブラリービューに新規トレーニングプログラムが開きます。

3 ライブラリービュー上のプルダウンメニューで、プログラムする単位を選びます。

インターバル	運動の長さを、時間か距離で設定します。ここで選んだ項目が、グラフ内の横軸に表示されます。プログラムの途中でこの項目を切り替えると、それまでに入力した内容がすべて消去されます。
ターゲット	運動の強度を、ペース、テンポ、HR(心拍数)、%HRRから選択します。ここで選んだ項目が、グラフ内の縦軸に表示されます。

NOTE

%HRRは、(運動時の心拍数 - 安静時心拍数) ÷ (最大心拍数 - 安静時心拍数)で表されます。

4 セルに数値を入力します。マウスで入力したいセルを選択し、キーボードから数値を直接入力します。

入力する数値の単位は、以下のようになっています。

インターバル	時間	分：秒 (1秒単位)
	距離	km (0.1km単位)
ターゲット	ペース	分：秒/km (1秒単位)
	テンポ	bpm
	HR (心拍数)	bpm
	%HRR	%

運動強度を入力すると、入力したセルの右に参考値が表示されます。運動強度を%HRRで入力する際には、%HRRをHRに変換した値が参考値となり、運動強度をテンポで入力する際には、テンポをペースに変換した値が参考値となります。

数値を入力すると、入力した値に応じてグラフが表示されるので、作成したトレーニングプログラムをグラフで確認できます。

また、ライブラリービューの右上には、トータル時間(または距離)が自動計算されて表示されます。

次ページへ続く



入力したトレーニングプログラムは、トレーニングライブラリーの中に自動的に保存されます。

グラフ/リスト上の操作

- グラフ上にマウスポインターを置くと、目標値や強度が表示されます。
- 入力セルの上でマウスを右クリックすると、編集メニューが表示されます。行を挿入したり削除したりもできます。

HINT

作成したトレーニングプログラムは印刷できます(18ページ)。

BODiBEAT上のトレーニングプログラムを取り込み、編集する

1 BODiBEATとコンピューターを接続します。

ソフトウェアと本体の同期が行なわれ、トレーニングプログラムがコンピューター上に読み込まれます。

NOTE

すでに接続してある場合は、[ファイル]メニューから[同期...]を選ぶことで同期を行いません。または、ライブラリーリスト上で、BODiBEAT上のトレーニングプログラムを「トレーニングライブラリー」にドラッグすることで、必要なトレーニングプログラムだけをソフトウェアに取り込みます。

NOTE

同期方法について詳しくは「本体との同期設定」(17ページ)をご覧ください。

注意

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。

2 ライブラリーリストで「トレーニングライブラリー」を選び、その下に表示されたトレーニングプログラムの中から編集したいものを選びます。

ライブラリービューに、選んだプログラムが表示されます。

3 トレーニング内容を編集します(8ページ手順3、4)。

4 編集が終わったら、[ファイル]メニューから[同期...]を選んで、編集したトレーニングプログラムをBODiBEATに転送します。

転送したいトレーニングプログラムをライブラリーリスト上でBODiBEATにドラッグすることでも転送できます。

NOTE

100以上のトレーニングプログラムを転送した場合、BODiBEAT上で表示されるのは99までです。





曲データを管理する

利用できるファイル形式

BODiBEAT Stationでは、以下のファイル形式の曲データが利用できます。

MP3、WMA、AAC、WAV

NOTE

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。

NOTE

デジタル著作権管理(DRM)付きのWMA、AACには対応していません。

曲データを取り込み、アプリケーションで再生する

コンピューターのハードディスク上にある曲データをBODiBEAT Station上に取り込んで再生できます。

NOTE

音楽CDから直接BODiBEAT Stationに曲データを取り込むことはできません。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 曲データの保存されているフォルダーを開き、取り込みたいファイルをBODiBEAT Stationのウィンドウにドラッグします。

自動的に曲情報(テンポや曲調など)の解析が行なわれ、解析が終了するとミュージックライブラリーに選んだ曲が追加されます。追加された曲の情報は、ライブラリービューに表示されます。

HINT

フォルダーごと取り込みたい場合は、曲データの入ったフォルダーをBODiBEAT Stationのウィンドウにドラッグするとフォルダー内の曲データがすべて取り込まれます。

HINT

[ファイル]メニューから[ファイルを追加...]または[フォルダーを追加...]を選ぶことでも、曲を取り込みます。

NOTE

曲の取り込み(インポート)には時間がかかる場合があります。曲全体のテンポや拍位置などを自動解析するため、インポート時間は、最大で曲の長さの1/4程度です(お使いのコンピューターによって異なります)。



次ページへ続く



2 プレイコントロールで再生します。

プレイコントロールには、曲再生に関するメニューが並んでいます。再生/停止やボリューム調整などを行なえます。



再生/一時停止	再生を始めます。再生中にクリックすると一時停止します。
前の曲	クリックすると曲の先頭に戻ります。再生停止中にクリックすると、前の曲に移動します。長押しで巻き戻します。
次の曲	クリックすると次の曲に移動します。長押しで早送りします。
ボリュームスライダー	ドラッグしてボリュームを変更できます。
検索ボックス	曲やトレーニングプログラムを検索したいときに使用します(11ページ)。
曲情報	アーティスト名や曲名が表示されます
時間表示	再生経過時間が表示されます。
再生位置スライダー	ドラッグすることで、早送り/巻き戻しできます。
テンポ表示	再生中の曲のテンポが表示されます。

♪ NOTE

[コントロール]メニューからも、再生をコントロールできます(23ページ)。

♪ NOTE

曲の特性によっては、BODiBEAT Stationで検出されたテンポ値が実際のテンポと異なる場合があります。この場合は、曲データのプロパティでテンポを変更できます(14ページ)。

アーティスト名や曲名で曲データを検索する

ミュージックライブラリーの曲データは、ライブラリーリスト上でアーティスト別、アルバム別、テンポ別、ジャンル別などに分かれてソートされるので、目的の曲をお好みの方法で探すことができます。

また、以下の方法で直接検索することもできます。

1 プレイコントロール上の検索ボックスに検索したい単語を入力します。

アーティスト名や曲名の一部を入力するとよいでしょう。入力を始めると、入力内容を含む項目が自動的にライブラリービューに表示されます。



プレイリストを作成する

プレイリストとは、複数の曲を集めたリストです。プレイリストには、標準のプレイリストとスマートプレイリストの2種類があります。

標準のプレイリストは、自分の好きな曲を集めて作ります。標準プレイリストを作成することで、自分だけのオリジナルアルバムを作ることができます。

スマートプレイリストは、条件を設定することで自動的に作成されます。たとえば「発表年が2005年から2007年の間の曲で、テンポが140bpmより速い曲」という条件を設定すると、ミュージックライブラリーの中から条件に合う曲が自動的に選ばれてスマートプレイリストが作られます。ミュージックライブラリーの曲が追加/削除されると、スマートプレイリストも自動的に更新されます。

HINT

ミュージックライブラリーには、あらかじめ「ウォーク」「ジョグ」の2種類のスマートプレイリストが用意されています。曲のテンポがウォーキングまたはジョギングに適している場合、自動的にその曲は「ウォーク」または「ジョグ」のプレイリストに登録されます。

初期状態では、テンポ115～145bpmの曲が「ウォーク」、145～200bpmの曲が「ジョグ」に登録されますが、運動を重ねるにつれて、本体の学習機能を反映して、各プレイリストのテンポ範囲はあなたのウォーキング/ジョギングペースに合った値に調整されます。

プレイリストを作成するには

1 ライブラリーリストで「ミュージックライブラリー」をクリックします。

2 [ファイル]メニューから[新規プレイリスト]を選びます。

ライブラリーリストに新しいプレイリストが作られるので、キーボードからプレイリストの名前を入力します。

3 ライブラリーリストで「ミュージックライブラリー」をクリックします。

ライブラリービューにすべての曲が表示されます。

4 プレイリストに追加したい曲をライブラリービューから選び、手順1で作成したプレイリストにドラッグします。

ドラッグした曲がプレイリストに追加されます。

追加した曲を削除するには、削除したい曲を選択して[編集]メニューから[削除]を選びます。

HINT

削除したい曲を右クリックして表示されるメニューから[削除]を選ぶことでも削除できます。

スマートプレイリストを作成するには

1 ライブラリーリストで「ミュージックライブラリー」をクリックします。

2 [ファイル]メニューから[新規スマートプレイリスト...]を選びます。

スマートプレイリストの編集ダイアログが表示されます。

 次ページへ続く



3 スマートプレイリストの編集ダイアログで条件を設定します。

[+]をクリックすると、条件を追加できます。
条件を削除したい場合は、[-]をクリックします。

4 [OK]をクリックします。

スマートプレイリストが作成され、ライブラリーリストに表示されます。必要に応じて名前を変更します。

HINT

作成したスマートプレイリストを編集するには、[ファイル]メニューから[プロパティ...]を選ぶか、編集したいスマートプレイリストを右クリックして表示されるメニューから[プロパティ...]を選びます。

曲データやプレイリストを本体に転送する

ミュージックライブラリー内の曲データやプレイリストを、本体に転送します。本体に送られた曲データは、本体の音楽モードで再生したり、エクササイズ中に聴いたりできます。

1 BODiBEATとコンピューターを接続します。

ソフトウェアと本体の同期が行なわれ、曲データが本体に転送されます。

NOTE

すでに接続してある場合は、[ファイル]メニューから[同期...]を選ぶことで同期を行ないます。または、PCアプリケーションのミュージックライブラリー内の曲を、ライブラリーリスト上のBODiBEATの「ミュージックライブラリー」にドラッグすることで、必要な曲データだけをBODiBEATに取り込めます。

NOTE

同期方法については「本体との同期設定」(17ページ)をご覧ください。

NOTE


BODiBEAT本体に十分な空き容量がない場合、データの転送を継続するかどうか確認を求めるダイアログが表示されます。ダイアログ上の「転送する曲をランダムに選ぶ」にチェックすると、毎回違った曲がBODiBEATに転送されます。

注意

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。

BODiBEATをコンピューターから取り外す

NOTE

Windows 7をお使いの場合は、添付ファイルをご覧ください。 

1 Windowsタスクバーの「ハードウェアの安全な取り外し」アイコンをダブルクリックします。

ハードウェアの安全な取り外しダイアログが表示されます。

2 「デバイスコンポーネントを表示する」にチェックが入っていることを確認してから「Yamaha BODiBEAT USB Device」を選び、[停止]をクリックします。

ハードウェアデバイスの停止ダイアログが表示されます。

3 ハードウェアデバイスの停止ダイアログで[OK]をクリックします。

4 USBケーブルをコンピューターから外します。



曲データ情報を確認、編集する

ライブラリービューに表示された曲データの情報は、編集したい曲を選び、[ファイル]メニューから[プロパティ...]を選ぶことで編集できます。

NOTE

編集した内容は、BODiBEAT StationおよびBODiBEAT上でのみ有効です。

NOTE

BODiBEAT Station上に取り込まれた曲データが、元のフォルダーから移動/削除された場合、その曲データはライブラリービュー上に赤字で表示され、再生や編集はできません。

テンポ情報を編集するには

表示されているテンポが不適当な場合は、下記の手順でテンポを再解析できます。

- 1 ライブラリービューで、編集したい曲を選びます。**
- 2 [ファイル]メニューから[プロパティ...]を選びます。**
オーディオデータのプロパティダイアログが開き、曲情報が表示されます。
- 3 [テンポを変更...]ボタンをクリックします。**
テンポを変更ダイアログが開きます。
- 4 [スタート]ボタンをクリックします。**
曲の再生が始まります。
- 5 曲の拍に合わせて、[ここをタップ]を4回以上クリックします。**
クリックのテンポが検出され、ダイアログの「新しいテンポ」に表示されます。
- 6 正しいテンポが検出できたら、[OK]をクリックします。テンポを変更ダイアログが閉じたら、もう一度[OK]をクリックします。**
オーディオデータのプロパティダイアログが閉じ、曲データの解析が始まります。解析が終わると、検出されたテンポがライブラリービューに表示されます。

NOTE

オーディオデータのプロパティダイアログ上でbpmの数値を直接編集した場合、ライブラリービューに表示されるテンポの値は変更されますが、曲データの解析は行なわれません。



テンポマップを表示する

ミュージックライブラリー内の曲データについて、テンポ分布を表示できます。

1 [アドバンス]メニューから[曲テンポ分布...]を選びます。

テンポ分布ダイアログが開き、テンポ分布を示すグラフが表示されます。

グラフの上にマウスカーソルを置くと、テンポ値とファイル数が表示され、どのテンポ範囲の曲が何曲あるかがわかります。

2 [OK]ボタンをクリックしてダイアログを閉じます。

コラム 自分の運動テンポはどれくらい？

自分の運動テンポは、BODiBEAT Stationのエクササイズライブラリー上で確認できます。ログをリスト表示し(6ページ)、「テンポ」欄を見ると、運動テンポがわかります。(「テンポ」欄が表示されていない場合は、リストのプロパティで「テンポ」をチェックして表示させてください。)

自分のおおよその運動テンポがわかったら、ミュージックライブラリーからそのテンポに近い曲を探してみましょう。同じくらいのテンポの曲を集めたプレイリストを作るのもよいでしょう(12ページ)。それらの曲をBODiBEATに手動で転送することで、自分の好きな曲が運動中により多く再生されるようになります。





いろいろな設定

設定メニューでは、ユーザー情報の設定や、画面の表示方法に関する設定、BODiBEAT本体との同期設定などを行なえます。

個人情報を入力

1 [編集]メニューから[設定...]を選びます。

設定ダイアログが開きます。個人データタブで、以下の項目が入力できます。

名前	名前を入力します。
生年月日	誕生日を入力します。 プルダウンメニューから選択するか、直接入力します。
性別	プルダウンメニューで、性別を選択します。
身長	身長を入力します。
体重	体重を入力します。

また、[詳細]をクリックすると、以下の項目が入力できます。

歩幅	ウォーキング時とジョギング時の歩幅を入力します。[標準値]ボタンをクリックすると、身長を元に標準的な値が入力されます。(ウォーキング時の歩幅は身長×0.5、ジョギング時の歩幅は身長×0.8になります。)
心拍数	最大心拍数と安静時心拍数を入力します。[標準値]ボタンをクリックすると、年齢を元に標準的な値が入力されます。(最大心拍数は220-年齢、安静時心拍数は60になります。)
ウォーク/ジョグテンポ(フィットネスモード)	ウォークフィットネスモードまたはジョグフィットネスモードで運動する際の、運動開始テンポと運動中の最大テンポを入力します。[標準値]ボタンをクリックすると、ウォーク: 115~145、ジョグ: 145~200が入力されます。

♪ NOTE

ウォーク/ジョグテンポの設定は、「ウォーク」「ジョグ」のプレイリスト(12ページ)のテンポに反映されます。

♪ NOTE

ウォーク/ジョグテンポの値は、BODiBEAT本体の学習機能の影響を受けて自動更新される場合があります。学習機能について詳しくは、BODiBEAT取扱説明書をご覧ください。

2 [OK]をクリックしてダイアログを閉じます。

♪ NOTE

個人データタブの情報は、BODiBEATを接続したときに自動的に同期されます。詳しくは「本体との同期設定」(17ページ)をご覧ください。



本体との同期設定

BODiBEATをコンピューターに接続したり、[ファイル]メニューから[同期...]を選んだりすると、BODiBEATとBODiBEAT Stationの両方が同じデータを持つよう、最新状態に合わせて同期が取られます。

BODiBEAT Station上とBODiBEAT上の両方でデータが編集された場合に、どちらを最新状態とみなすかは、あらかじめ以下の手順で設定しておく必要があります。

NOTE

BODiBEATをコンピューターに接続したり、[ファイル]メニューから[同期...]を選んだりすると、同期確認のダイアログが表示されます。ここで「いいえ」を選ぶと、トレーニングライブラリーとミュージックライブラリーは同期されませんが、エクササイズライブラリーと個人データ/システム設定は、常に同期されます。

1 [編集]メニューから[設定...]を選びます。

設定ダイアログが開きます。

2 同期タブをクリックすると、「データが競合する場合」が表示されます。

トレーニングライブラリーと個人データ/システム設定に対して、前回の同期以降にBODiBEAT Station上とBODiBEAT上の両方でデータが変更された場合に、どちらの変更データを有効にするかを選びます。どちらか一方のみが変更された場合には、ここでの設定に関わらず、変更されたデータが有効になります。

3 [OK]をクリックしてダイアログを閉じます。

表示に関する設定

1 [編集]メニューから[設定...]を選びます。

設定ダイアログが開きます。

2 システムタブをクリックすると、以下の項目が入力できます。

言語	メニューに表示する言語を選びます。英語(English)、ドイツ語(Deutsch)、フランス語(Français)、スペイン語(Español)、日本語が選択できます。ソフトウェアの再起動後に、選んだ言語が有効になります。
日付の表記	日付の表示方法を設定します。「年/月/日」「日/月/年」「月/日/年」から選択できます。
時間の表記	時間の表示方法を、「12時間」「24時間」から選択します。
長さの単位	長さの単位を「メートル」「マイル/フィート」から選択します。
重さの単位	重さの単位を「kg」「ポンド」から選択します。

3 [OK]をクリックしてダイアログを閉じます。

NOTE

システムタブの情報は、BODiBEATをコンピューターに接続したときに自動的に同期されます。詳しくは「本体との同期設定」をご覧ください。





ライブラリーの内容を印刷する

コンピューターをプリンターに接続すると、ライブラリーの内容を印刷できます。プレイリストの曲目やトレーニングプログラムを印刷しておき、BODiBEAT上でプレイリストやトレーニングプログラムを選ぶときの参考にしたり、運動結果のグラフを印刷してトレーニング日記にしたりと、さまざまに役立ててください。

1 ライブラリーリストで、印刷したい項目を選びます。

2 [ファイル]メニューから[印刷...]を選びます。

印刷プレビューダイアログが表示されます。

3 (ミュージックライブラリーの印刷時のみ)印刷プレビューダイアログのプルダウンメニューで、印刷したい項目を選びます。

曲	曲名、曲の長さ、アルバム名、アーティスト名を印刷します。
カスタム	ライブラリービューに表示されている内容を印刷します。

4 必要に応じて、[ページ設定...]ボタンをクリックして用紙や印刷方法などの設定を行ないます。

ここでの設定について詳しくは、プリンターの取扱説明書をご覧ください。

5 [OK]をクリックします。

印刷が始まります。





別のコンピューターにライブラリーを送る

複数のコンピューターを使用している場合やコンピューターを買い換えた場合などに、ライブラリーの内容をファイルとして保存して、別のコンピューターでも使用することができます。

⚠ 注意

新しいコンピューターとBODiBEATを接続して関連付けを行なうと、BODiBEAT上のデータが失われます。新しいコンピューターと接続する前に、これまで使用していたコンピューターとBODiBEATを接続して、BODiBEAT上のデータをBODiBEAT Stationに取り込んでください。

すべてのライブラリーをファイルとして保存するには

1 [ファイル]メニューから[すべてエクスポート...]を選びます。

保存先を選ぶダイアログが表示されます。保存先を選び、ファイル名を入力します。

2 [保存]をクリックします。

ライブラリーがファイルとして保存されます。

NOTE

エクスポートされるファイルには、曲ファイルは含まれません。

NOTE

保存されたファイルは暗号化されているため、ダブルクリックで開こうとするとエラー表示が出ることがありますが、BODiBEAT Stationにインポートする上では問題ありません。

特定のライブラリーをファイルとして保存するには

NOTE

エクササイズライブラリーを別のコンピューターのBODiBEAT Stationで使いたい場合は、「すべてのライブラリーをファイルとして保存するには」の方法で保存してください。以下の手順でエクササイズライブラリーを保存すると、グラフを画像ファイルとして保存したり、リストをテキストファイルとして保存したりできますが、保存したファイルをBODiBEAT Stationに取り込むことはできません。

1 ライブラリーリストで、別のコンピューターに移動したい項目を選びます。

エクササイズライブラリーとトレーニングライブラリーについては、それぞれのリストの中でエクスポートしたい項目を選びます。(ライブラリー全体を一括してエクスポートすることはできません。)

2 [ファイル]メニューから[エクスポート...]を選びます。

保存先を選ぶダイアログが表示されます。保存先を選び、ファイル名を入力します。必要に応じて、ファイルの種類も選択します。

3 [保存]をクリックします。

ライブラリーがファイルとして保存されます。



保存したファイルを別のコンピューターで使用するには

- 1 上記で保存したファイルを、USBフラッシュメモリーなどのメディアにコピーして別のコンピューターに移動します。
- 2 移動先のコンピューターでBODiBEAT Stationを起動し、上記で保存したファイルをBODiBEAT Stationのウィンドウにドラッグします。
ライブラリーが取り込まれます。

♪ NOTE

[ファイル]メニューから[ライブラリーをインポート...]を選ぶことでも、ファイルを取り込むことができます。

♪ NOTE

ミュージックライブラリーを転送した場合、ライブラリービュー上で曲のリストは表示されますが、曲ファイル自体が移動先コンピューターに存在しないため再生はできません。





BODiBEAT本体やこのソフトウェアの更新を確認する

インターネット上のウェブサイトから、BODiBEAT本体やこのソフトウェアの更新を確認することができます。

BODiBEAT本体の更新を確認するには

- 1 [ヘルプ]メニューから[BODiBEATの更新を確認]を選びます。
BODiBEATのアップデート情報が掲載されているウェブサイトが開きます。最新情報や、アップデートの方法については、ウェブサイト上でご確認ください。

ソフトウェアの更新を確認するには

- 1 [ヘルプ]メニューから[BODiBEAT Stationの更新を確認]を選びます。
ソフトウェアのアップデート情報が掲載されているウェブサイトが開きます。最新情報や、アップデートの方法については、ウェブサイト上でご確認ください。





メニュー一覧

[ファイル]メニュー

新規プレイリスト	新しいプレイリストを作成します(12ページ)。このメニューは、ライブラリーリストで「ミュージックライブラリー」を選択したときのみ表示されます。
新規トレーニングプログラム	新しいトレーニングプログラムを作成します(8ページ)。このメニューは、ライブラリーリストで「トレーニングライブラリー」を選択したときのみ表示されます。
新規ログ表示	新しい運動結果(ログ)表示を作成します。グラフ表示するかリスト表示するか選べます(5ページ)。このメニューは、ライブラリーリストで「エクササイズライブラリー」を選択したときのみ表示されます。
新規スマートプレイリスト...	新しいスマートプレイリストを作成します。スマートプレイリストダイアログが開きます(12ページ)。
新規フォルダー	ミュージックライブラリーに、新しいフォルダーを作成します。
ファイルを追加...	曲データを取り込みます。ファイルを選択するダイアログが開くので、目的のファイルを選びます(10ページ)。
フォルダーを追加...	曲データをフォルダーごとに取り込みます(10ページ)。
ライブラリーをインポート...	ミュージックライブラリーまたはトレーニングライブラリーを取り込みます(20ページ)。
エクスポート...	現在選択しているライブラリーをファイルとして保存します(19ページ)。
すべてエクスポート...	すべてのライブラリーを1つのファイルとして保存します(19ページ)。
プロパティ ...	選択している項目の詳細情報を表示します。
選択中の曲のフォルダーを表示	選択している曲データがあるフォルダーを開きます。
同期...	コンピューターに接続されたBODiBEATとソフトウェア上の情報の同期を取ります。
ページ設定...	印刷時のページ設定を行いません。
印刷...	ライブラリーを印刷します(18ページ)。
閉じる	BODiBEAT Stationを終了します。

[編集]メニュー

元に戻す	直前の操作を取り消します。
切り取り	選択している項目を切り取り、クリップボードにコピーします。
コピー	選択している項目を、クリップボードにコピーします。
貼り付け	クリップボードの項目を、選択している位置にコピーします。
削除	選択している項目を削除します。
挿入	トレーニングプログラムに新しい行を追加します。



名前の変更	選択している項目の名前を変更します。
すべて選択	すべての項目を選択します。
選択を解除	選択を解除します。
重複する曲を表示	重複している曲を表示します。
表示オプション...	ミュージックライブラリーやエクササイズライブラリーの表示方法を設定します。
設定...	ユーザー情報や、ソフトウェアの表示方法などを設定します(16ページ)。

[コントロール]メニュー

再生/一時停止	音楽を再生/一時停止します。
前の曲	前の曲を選択します。
次の曲	次の曲を選択します。
ミュート	ミュート(消音)します。
リピート	リピートオン(全曲リピート)かオフ(リピートしない)かを切り替えます。
シャッフル	シャッフル再生のオン/オフを切り替えます。

[アドバンスト]メニュー

曲テンポ分布...	ミュージックライブラリー内の曲データのテンポ分布を表示します(15ページ)。
-----------	--

[ヘルプ]メニュー

このソフトウェアについて	BODiBEAT Stationのバージョン情報などを表示します。
ヘルプ	ヘルプファイル(この取扱説明書)を開きます。
BODiBEAT ウェブサイト	インターネットのBODiBEATウェブサイトへ接続します。
BODiBEAT Stationの更新を確認	このソフトウェアのアップデート情報を確認します。アップデーターをダウンロードできるウェブサイトへ接続します。
BODiBEATの更新を確認	BODiBEATのアップデート情報を確認します。アップデーターをダウンロードできるウェブサイトへ接続します。
ソフトウェア使用許諾契約	ソフトウェアのご使用条件を表示します。

