

모델

GSW-H1000

## 사용설명서



사용 전에 "안전 주의 사항"을 읽으십시오. 손목시계를 올바르게 사용해 주십시오.

이 제품이 중국 이외의 지역에서 판매된 경우 중국 내에서 사용할 수 없습니다.

# 손목시계의 기능

## 내충격성. 20BAR (200미터) 방수

G-SHOCK 내충격성 덕분에 손목시계는 익스트림 스포츠에서 발생하는 거친 조건을 견딜 수 있습니다. 손목시계는 200미터 방수가 되는 최초의 CASIO 스마트워치이기도 합니다. 즉, 익스트림 스포츠, 해양 스포츠 등에 참여하면서 손목시계를 착용 할 수 있습니다.

## 멀티 내장 센서

손목시계에는 GPS, 압력 센서, 가속도 센서, 자이로 센서, 자기 센서, 광학 센서 (심박수) 가 내장되어 있습니다. 손목시계로 다양한 타입의 데이터를 측정할 수 있습니다. 측정된 데이터는 측정 중인 활동에 따라 다릅니다.

## 향상된 가독성을 위한 2 레이어 구조 화면

2 레이어 구조 화면은 컬러 또는 흑백으로 시각적 피드백을 생성할 수 있습니다. 고해상도 컬러 화면은 복잡한 데이터를 더 쉽게 이해할 수 있도록 하며, 흑백 화면 실외에서 전력 소비가 적고 가독성이 더 쉽습니다.

## 손목시계 사용하기

### 변경 가능한 시계 화면 (표시 항목, 디자인)

필요나 라이프 스타일에 맞게 디지털 시간 기록 또는 아날로그 시간 기록을 선택할 수 있습니다. 시계 화면에 표시할 항목을 선택할 수도 있습니다.

→ "다른 시계 화면 사용하기"

## DIGITAL

활동 중에 피트니스 데이터를 측정하고 일상 생활에서 소모한 칼로리, 걸음수, 기타 데이터를 측정하기 위한 시계 화면.

→ "'DIGITAL' 시계 화면 사용하기"



## ANALOG

일상의 필요에 따라 디자인을 변경할 수 있는 아날로그 시계 화면.

→ "'ANALOG' CASIO 시계 화면 사용하기"



## 2 레이어

배터리 전력을 덜 소모하는 깔끔하고 읽기 쉬운 시계 화면.

→ "'2 레이어' CASIO 시계 화면 사용하기"



## 활동 참여 후 운동 결과 확인하기

활동에 참여하면 손목시계의 센서로 데이터를 측정하고 기록합니다. 나중에 "G-SHOCK MOVE" 스마트폰 앱을 사용하여 데이터를 확인하고 분석할 수 있습니다. 이것은 달리기, 사이클링 및 기타 야외 활동에서 웨이트 트레이닝 등에 이르기까지 다양한 활동에 해당됩니다.

→ "측정할 활동 선택하기"

## 배터리 전력 소비 줄이기

Wear OS by Google™을 꺼서 배터리 전력 소모를 줄일 수 있습니다.

→ "전력 소비 줄이기 (타임피스) "

# 목차

---




손목시계의 기능 .....	KO-1
손목시계 사용하기 .....	KO-1
안전 주의 사항 .....	KO-7
소개 .....	KO-20
Wear OS by Google 탑재 .....	KO-21
iPhone 사용 고객에 대한 주의 ! .....	KO-21
팩키지 구성품 .....	KO-22
각부 명칭 .....	KO-23
처음으로 사용하기 위한 준비 .....	KO-24
1단계: 손목시계 충전하기 .....	KO-25
2단계: 본 손목시계를 고객님의 스마트폰과 함께 페어링하기 ....	KO-28
3단계: 앱을 최신 버전으로 업데이트하기 .....	KO-31
4단계: 스마트폰에 CASIO "G-SHOCK MOVE" 앱을 설치하기 ..	KO-32
켜거나 끄기 및 재시작 .....	KO-33
켜거나 끄기 .....	KO-33
재시작 .....	KO-33
초기 설정 및 손목시계를 손목에 착용하기 .....	KO-35
심박수 측정을 위한 초기 기본설정 구성하기 .....	KO-35
손목시계를 손목에 착용하기 .....	KO-36
기본 버튼 및 화면 (터치 스크린) 조작 .....	KO-39
표시 화면 복구하기 .....	KO-39
기본 버튼 조작 .....	KO-39
기본 화면 조작 (상하좌우로 밀기) .....	KO-41

기본 기능 .....	<b>KO-45</b>
현재 시간 설정 조정하기 .....	KO-45
알람, 타이머, 스톱워치 등 .....	KO-45
앱 업데이트 .....	KO-45
<b>"DIGITAL" 시계 화면 사용하기 .....</b>	<b>KO-46</b>
DIGITAL 화면 .....	KO-47
DIGITAL 화면 항목 변경하기 .....	KO-49
표시 항목 선택 메뉴 사용하기 .....	KO-50
DIGITAL 배경 변경하기 .....	KO-53
DIGITAL 화면 항목 예 .....	KO-54
<b>주요 기능 빠른 호출 (CASIO의 앱) .....</b>	<b>KO-58</b>
CASIO의 앱으로 기능 호출하기 .....	KO-58
<b>측정할 활동 선택하기 .....</b>	<b>KO-62</b>
활동 측정 (워크아웃 제외) .....	KO-63
활동 측정 (워크아웃) .....	KO-68
활동 측정 설정 메뉴 .....	KO-78
활동 측정 중 표시되는 화면 항목 변경하기 .....	KO-79
<b>지도 다운로드 및 경로 가져오기 .....</b>	<b>KO-80</b>
지도 다운로드 .....	KO-80
경로 가져오기 .....	KO-83
<b>다른 시계 화면 사용하기 .....</b>	<b>KO-86</b>
다른 시계 화면으로 변경하기 .....	KO-86
"ANALOG" CASIO 시계 화면 사용하기 .....	KO-87
"2 레이어" CASIO 시계 화면 사용하기 .....	KO-93

전력 소비 줄이기 (타임피스) .....	KO-96
타임피스 화면 항목 .....	KO-97
타임피스로 변경하기 .....	KO-98
타임피스 고도 및 기압 측정 오류 줄이기 .....	KO-99
스마트폰과 연결되지 않은 상태에서 할 수 있는 작업 .....	KO-100
문제 해결 .....	KO-101
시계 조작 복귀 .....	KO-101
다른 스마트폰 모델로 변경한 후 페어링을 할 수 없는 경우 .....	KO-101
손목시계를 초기 공장 기본설정으로 되돌리기 .....	KO-103
오류 코드 및 오류 메시지 목록 .....	KO-104
사용 중의 주의 사항 .....	KO-106
측정 기능 주의 사항 .....	KO-109
기타 제품 주의 사항 .....	KO-113
사용자 유지 보수 .....	KO-120
기타 주의 사항 .....	KO-122
충전용 배터리 취급 (재활용해 주십시오!) .....	KO-122
개인정보 보호 주의사항 .....	KO-122
주요 사양 .....	KO-123
보충 정보 .....	KO-127

# 안전 주의 사항

사용하기 전에 본 "안전 주의 사항"을 반드시 읽어 주십시오. 손목시계를 올바르게 사용해 주십시오.

 <b>위험</b>	사망의 주요 위험 또는 심각한 신체적 상해에 대한 경고를 나타내는 정보입니다.
 <b>경고</b>	사망 위험 또는 심각한 신체적 상해에 대한 경고를 나타내는 정보입니다.
 <b>주의</b>	경미한 부상 또는 제품 손상에 대한 경고를 나타내는 정보입니다.

## 아이콘 예



⚠ 는 주의해야 하는 상황을 나타냅니다. 여기 보이는 예는 감전에 대하여 주의해야 함을 나타냅니다.



⊘ 는 해서는 안되는 행동에 관한 정보를 나타냅니다. 동그라미 안의 모양으로 특정 행동을 표시합니다. 여기 보이는 예는 분해가 금지되어 있다는 뜻입니다.



● 는 반드시 해야 하는 행동에 관한 정보를 나타냅니다. 동그라미 안의 모양으로 특정 행동을 표시합니다.





## 위험

### 본 손목시계의 사용



**본 손목시계를 사용할 때는 아래 사항을 반드시 준수해 주십시오.**

그렇지 않으면 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다.

- 본 손목시계를 물에 넣거나 열에 노출되지 않도록 하십시오.
- 본 손목시계를 개조하려고 하거나 밟지 마십시오. 그렇게 하면 제품에 강한 충격을 줍니다.
- 본 손목시계를 전자렌지, 건조기, 압력 용기 등의 내부에 넣지 마십시오.
- 본 손목시계를 분해하려고 하지 마십시오.



**에어컨 근처, 전기 장판, 직사광선에 노출된 곳, 햇빛이 있는 곳에 주차된 차량 또는 고온의 장소에서 사용, 충전 또는 보관하지 마십시오.**

그럴 경우 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다.



## 위험

### 충전



**충전은 설명된 방법으로만 하시기 바랍니다.**

본 손목시계를 위한 지정된 방법 외의 다른 방법으로 충전을 하면 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다.

### 충전식 배터리



**충전식 배터리를 손목시계에서 제거하려고 하지 마십시오.**

그럴 경우 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다. 충전식 배터리를 실수로 시계에서 분리한 경우 삼키지 않도록 주의하십시오. 어린이가 있을 때는 특별한 주의가 필요합니다. 배터리를 삼킨 경우 즉시 의사에게 연락하십시오. 배터리를 삼키면 화학적 화상, 점막 조직 침투 및 사망에 이를 수 있는 기타 심각한 문제가 발생할 수 있습니다.



**CASIO 서비스 센터 또는 구매하신 판매점에 언제라도 충전식 배터리 교체를 요청하십시오.**

지정되지 않은 종류의 배터리를 사용하거나 부적절하게 교체하면 배터리 과열, 화재, 파열의 위험이 있습니다.

# 경고

## 본 손목시계의 사용



**스쿠버 다이빙 시에는 본 손목시계를 사용하지 마십시오.**

본 손목시계는 다이빙 손목시계가 아닙니다. 본 손목시계를 부적절하게 사용하면 심각한 사고로 이어질 수 있습니다.



**만일 본 손목시계를 사용할 때, 다른 장비에서 무선 전파 방해 또는 기타 문제가 발생한다면 손목시계를 비행기 모드로 바꾸거나 손목시계의 전원을 끄시기 바랍니다.**

본 손목시계는 다른 장비의 작동에 영향을 주거나 문제를 일으킬 수 있으며, 이로 인해 사고의 위험이 발생합니다.



**의료 시설이나 비행기 안에서는 직원 또는 승무원이 제공하는 지침에 따라 주십시오. 본 손목시계가 사용이 금지되어 있는 곳에서는 사용을 하지 마십시오.**

본 손목시계에서 방출되는 전자기파와 기타 신호는 기기 장치에 영향을 줄 수 있으며, 이로 인해 사고의 위험이 발생할 수 있습니다.



**심장 맥박 조정기 또는 기타 이식형 의료 장치를 장착한 사람들은 본 손목시계와 충전 케이블에서 신체를 멀리해야 합니다.**

전파와 자기는 심장 맥박 조정기 및 기타 의료 장치의 작동에 영향을 미칠 수 있습니다. 만일 고객님과 다른 사람이 어떤 이상 징후를 느낀다면 본 손목시계와 충전 케이블을 즉시 치우고 의사와 상담하기 바랍니다.

# 경고

## 본 손목시계의 사용



**붐비는 전철이나 기타 붐비는 장소에 있을 때는 본 손목시계를 비행기 모드로 하거나 전원을 꺼 주십시오.**

그렇지 않으면 무선 방해파로 인하여 근처에 있는 심장 맥박 조정기 또는 다른 의료 장치의 오작동 위험을 발생시킵니다.



**연기, 악취 방출 및 발열 중 또는 기타 비정상적인 증상을 보이면 화재 및 감전의 위험이 발생합니다. 즉시 다음의 행동을 취해 주십시오.**

1. 만일 충전이 진행 중이라면 손목시계에서 USB 케이블을 뽑습니다.
2. 전원 끄기.
3. 공인 CASIO 서비스 센터에 연락합니다.



**시계가 표시하는 정보와 관계없이 자신의 신체 상태를 잘 파악하고, 자신의 개인 능력 내의 운동 수준을 유지하십시오.**

본 손목시계를 사용하여 심박수 모니터링을 하거나 다른 타입의 트레이닝 측정을 수행할 때마다 특정 값 또는 표시를 달성하기 위해 과도한 신체 운동을 하지 않도록 주의하십시오. 과도한 신체 운동은 예기치 않은 사고가 발생할 위험이 있습니다. 항상 신체적 능력 내에서 운동을 하십시오.

육체적 건강을 위해 아프거나 다른 변화를 느낀 적이 있으면 즉시 의사의 진찰을 받으십시오.

# 경고

## 충전



**USB-AC 어댑터와 충전 케이블로 충전할 때에는 발열, 화재, 폭발 및 감전의 위험을 피하기 위하여 아래 주의사항을 잘 읽어 보시기 바랍니다.**

- 본 손목시계와 동봉된 충전 케이블만 사용하십시오.
- 동봉된 충전 케이블로 절대로 다른 장치를 충전하지 마십시오.
- 지정된 어댑터 사양을 충족하지 않는 **USB-AC 어댑터**를 절대로 사용하지 마십시오.
- 본 손목시계에 지정된 전압 및/또는 주파수 외의 전원 소스는 사용하지 마십시오.
- 복수의 장치들과 공유하고 있는 전원 콘센트를 사용하지 마십시오.
- 침구나 담요로 덮혀 있을 때와 전열기 주위에서는 사용하지 마십시오.
- **USB-AC 어댑터** 및/또는 충전 케이블 위에 무거운 물건을 놓지 마시고, 충전 케이블이 묶여 있을 때는 충전하지 마십시오.
- **USB-AC 어댑터** 및/또는 충전 케이블을 열에 노출시키거나 개조하려고 하지 마시고, 손상되지 않도록 하십시오.
- **USB-AC 어댑터** 및/또는 충전 케이블을 과도하게 구부리거나 비틀거나 당기지 않도록 하십시오.
- 항상 충전 케이블 커넥터 및/또는 **USB-AC 어댑터**의 전원 플러그를 청결하게 유지하십시오. 먼지가 쌓이지 않도록 닦아 주십시오.
- **USB-AC 충전기** 및 충전 케이블을 청소할 때는 마른 형걸을 사용하십시오. 청소 시에 세제를 사용하지 마십시오.

# 경고

## 충전



- 손이 젖었을 때는 USB-AC 어댑터 및/또는 충전 케이블을 만지지 마십시오.



- 사용 중에는 액체 (물, 스포츠 음료수, 해수, 동물의 소변 등)가 USB-AC 어댑터 및/또는 충전 케이블에 닿지 않도록 하십시오.
- 본 손목시계가 젖었을 때는 충전하지 마십시오.
- 뇌우가 일어나는 동안에는 손목시계, USB-AC 어댑터 또는 충전 케이블을 만지지 마십시오.



**손목시계, USB-AC 어댑터 또는 충전 케이블이 손상을 입었다면 즉시 사용을 멈추고 전원 콘센트에서 USB-AC 어댑터의 플러그를 빼 주십시오. 그리고 나서 공인 CASIO 서비스 센터에 연락해 주십시오.**

손상된 제품을 계속 사용하면 화재 및 감전의 위험이 발생합니다.



**손목시계를 손목에 차고 있는 동안에는 충전하지 마십시오.**  
그렇지 않을 경우 저온 화상의 위험이 발생합니다.

# 경고

## 디스플레이



과도한 힘으로 디스플레이 위에 압력을 가하거나 강한 충격을 받지 않도록 하십시오.

그럴 경우 디스플레이 유리가 파손될 수 있습니다.



디스플레이 유리가 깨질 경우에는 그 안에 있는 액체를 직접 만지지 마십시오.

디스플레이 액체는 피부자극을 일으킬 수 있습니다.

- 디스플레이 액체가 입으로 들어갈 경우에는 즉시 의사와 상담하기 바랍니다.
- 화면 내부의 액체가 눈에 들어가거나 피부에 닿은 경우 깨끗한 물로 행구고 의사에게 문의하십시오.



## 주의

### 본 손목시계의 사용



**시계 디스플레이를 보기 전에 안전한 장소에 있는지 확인하십시오.**

그렇지 않으면 부상 및 사고의 위험이 있습니다. 개방된 도로에서 달리거나 조깅할 때, 자전거를 탈 때 또는 차량을 운전할 때 손목시계를 보면 사고로 이어질 수 있습니다. 다른 사람과 부딪히지 않도록 조심하십시오.



**피부 발진을 일으키는 상태를 피하기 위해 주의하십시오.**

손목시계와 밴드는 직접 피부에 닿으므로 아래와 같은 사용 조건에서는 피부 발진을 일으킬 수 있습니다.

- 금속 또는 가죽 알레르기
- 시계 또는 밴드의 오염물, 녹 또는 땀
- 약한 신체 상태 등
  - 심박수 모니터링을 위해 밴드를 편안하게 조이면 땀을 유발할 수 있고 밴드 아래로 공기가 통하기 어려우므로 피부자극을 유발할 수 있습니다. 심박수를 모니터링할 필요가 없는 일반적인 착용 시에는 손목과 밴드 사이에 손가락이 들어갈 정도로 충분히 느슨하게 하십시오.
  - 만일 어떤 이상 증상을 인식하게 된다면 즉시 손목시계 사용을 중지하고 의사와 상담하시기 바랍니다.





## 주의

### 본 손목시계의 사용



**잠자리에 들기 전에 손목에서 시계를 분리하십시오.**

그렇지 않으면 예상치 못한 부상 및/또는 알레르기성 피부 발진의 위험이 있습니다.



**케이스와 밴드는 항상 청결하게 유지하기 바랍니다.**

- 수돗물이나 기타 깨끗한 물로 케이스와 밴드를 씻어 땀과 오염물을 제거한 다음 부드러운 헝겊으로 닦으십시오.
- 시계 케이스나 밴드에 땀 및/또는 오염물이 묻으면 피부 발진이나 다른 문제가 발생할 수 있습니다. 만일 피부에 어떤 이상 증상을 인식하게 된다면 즉시 손목시계 사용을 중지하고 의사와 상담하시기 바랍니다.



**어린이를 안거나 접촉하기 전에 손목에서 시계를 분리하십시오.**

그렇지 않으면 어린이의 부상 및/또는 알레르기성 피부 발진의 위험이 있습니다.



**어린이들은 어른의 감독 및 안내가 있을 경우에만 본 손목시계를 사용하도록 해야 합니다. 어린 아이들이 닿지 않는 곳에 손목시계를 보관하십시오.**

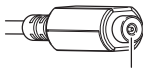
## 주의

### 본 손목시계의 사용



**충전 케이블을 마그네틱 카드 (신용카드, 현금카드, 선불카드, 마그네틱 티켓 등) 에서 멀리하시기 바랍니다.**

충전 케이블의 마그네틱 플러그 끝 부분은 마그네틱 카드 또는 기록 매체가 서로 너무 가까이 있으면 사용할 수 없게 만들 수 있습니다.



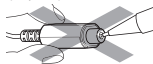
마그네틱



**충전 케이블을 사용할 때에는 아래의 주의 사항을 반드시 준수해 주십시오.**

그렇게 하지 않으면 오작동할 우려가 있습니다.

- 플러그에 물건을 삽입하기 위해 과도한 힘을 가하거나, 플러그를 억지로 밀어 넣지 마십시오.



**충전 케이블 플러그 부근에 열쇠, 목걸이, 종이 클립 또는 기타 금속 물체를 두지 마십시오.**

그렇게 하면 금속이 마그네틱 플러그에 부착되어서 단락이 발생할 수 있습니다.



**충전 케이블을 사용하지 않을 때에는 전원 콘센트로부터 AC 어댑터를 뽑아 주십시오.**



**뒷면 커버의 중앙에 있는 센서는 LED 광을 방출합니다. 빛을 직접 들여다 보지 마십시오.**



## 주의

### 충전



**USB-AC 어댑터와 충전 케이블로 충전할 때에는 발열, 화재, 폭발 및 감전의 위험을 피하기 위하여 아래 주의사항을 잘 읽어 보시기 바랍니다.**

- USB-AC 어댑터를 전원 콘센트에 끝까지 밀어 넣어 주십시오.
- 여행을 가는 등 장기간 자리를 비울 때는 USB-AC 어댑터의 플러그를 전원 콘센트에서 빼내어 주십시오.
- 적어도 1년에 한 번은 마른 헝겊으로 USB-AC 어댑터 플러그의 양 단자 사이에 쌓인 먼지를 제거해 주십시오.
- USB-AC 어댑터 및/또는 충전 케이블을 습기 또는 먼지가 많은 곳이나 음식을 조리하는 곳 또는 기름 연기에 노출되거나 온도가 높은 곳에서 사용하거나 보관하지 마십시오.



**만일 손목시계가 정상 충전 시간 내에 충전이 되지 않는 경우에는 충전을 중단하십시오.**

계속 충전을 하면 내장 배터리에 의한 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다.

- 충전 시간에 관한 자세한 내용은 "**주요 사양**"을 참조하십시오.



## 주의

### 사용자 유지 보수



**케이스와 밴드는 항상 청결하게 유지하기 바랍니다.**

오염되고 녹이 생긴 케이스나 밴드는 고객님의 옷 소매를 더럽힐 수 있습니다. 해수에 노출된 후에 청결히 하지 않고 놓아두면 쉽게 녹이 슬게 됩니다.

# 소개

---

- 본 설명서의 내용은 예고없이 바뀔 수 있습니다.
- 본 설명서의 전체 또는 일부에 대한 복사는 금지되어 있습니다. 본 매뉴얼의 사용은 고객님의 자신의 개인적인 용도로 허용됩니다. **CASIO COMPUTER CO., LTD.**의 허가없이 달리 사용하는 것은 저작권법에 따라 금지되어 있습니다.
- **CASIO COMPUTER CO., LTD.**는 본 제품 또는 설명서의 사용으로 인하여 발생하는 어떠한 제3자의 손실 또는 청구에도 책임을 지지 않습니다.
- **CASIO COMPUTER CO., LTD.**는 본 제품의 오작동 또는 유지 보수 및 기타 이유로 인한 데이터의 손실로 인한 어떤 손실 또는 손해에도 책임을 지지 않습니다.
- 본 설명서에서 묘사된 손목시계 및 샘플 화면은 실제 손목시계 모습과 다를 수 있습니다.

## Wear OS by Google 탑재

이 손목시계는 Android™ 또는 iOS 스마트폰과 페어링된 상태에서 사용할 수 있습니다. 또한 스마트폰과 페어링되지 않았을 때 사용할 수 있는 독립형 기능 모음이 많이 있습니다. 지원되는 기능은 플랫폼 및 국가에 따라 다릅니다. 지원되는 스마트폰에 대한 정보는 아래 CASIO 지원 사이트를 방문하십시오.

<https://support.casio.com/gsw/ko/GSW-H1000/>



## Wear OS by Google 기능

Wear OS by Google 로 구동하는 본 스마트워치에는 다음과 같은 기능이 있습니다:

- 음성 입력
- 메시지 및 수신 전화 알림
- 알람, 스톱워치, 타이머, 일정 및 번역
- Google Fit™ 및 기타 Google 앱
- 앱 다운로드 및 Google Play를 사용한 시계 화면
- 설정 조정

이 사용설명서에는 위의 기능에 대한 정보가 포함되어 있지 않습니다.

이 기능에 대한 자세한 내용은 아래 웹사이트를 방문하시기 바랍니다.

<https://support.google.com/wearos/>

## iPhone 사용 고객에 대한 주의 !

이 손목시계가 iPhone 과 페어링된 상태에서 이 손목시계를 사용할 때는 Wear OS by Google 앱을 열고 백그라운드에서 실행해야 합니다. 장치 사용 중에 Wear OS by Google 앱이 작동 중이지 않으면 iPhone 과의 통신에 필요한 기능이 작동하지 않습니다.

# 팩키지 구성품

---

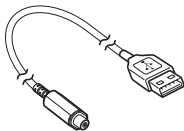
## 손목시계

---



## 충전 케이블

---



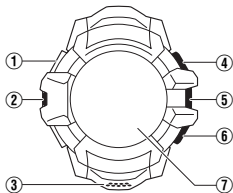
"먼저 읽어 주십시오"

---

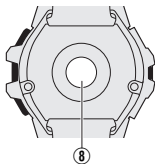
보증서

---

# 각부 명칭



- ① 충전 단자
- ② 압력 센서
- ③ 마이크
- ④ START 버튼  
(상단 버튼)



- ⑤ 전원 버튼
- ⑥ APP 버튼  
(하단 버튼)
- ⑦ 터치 스크린  
(화면)
- ⑧ 광학 센서  
(PPG 심박수)



# 처음으로 사용하기 위한 준비

---

이 손목시계를 처음 사용하기 전에 아래 단계를 순서대로 수행하여 손목시계를 충전하고 설정을 구성하십시오.

"1단계: 손목시계 충전하기"



"2단계: 본 손목시계를 고객님의 스마트폰과  
함께 페어링하기"



"3단계: 앱을 최신 버전으로 업데이트하기"



"4단계: 스마트폰에 CASIO "G-SHOCK  
MOVE" 앱을 설치하기"

## 1단계: 손목시계 충전하기

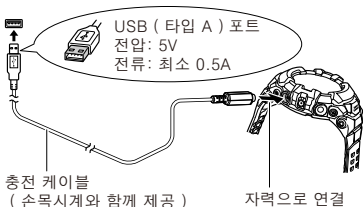
### 사용 전에 손목시계를 충전해야 합니다.

손목시계와 함께 제공되는 충전 케이블을 사용하여 USB-AC 어댑터를 사용하거나 컴퓨터 또는 기타 장치에 연결하여 충전합니다.

- 컴퓨터의 설정에 따라 컴퓨터의 USB 포트를 통한 충전을 지원하지 않을 수 있습니다.

### USB (타입 A) 포트에 연결

- 충전 케이블 커넥터를 USB 포트에 꽂을 때 올바른 방향인지 확인하십시오.



### 중요 !

- 사용하는 USB-AC 어댑터 또는 기타 USB 전원 공급 장치는 특정 사양을 충족해야 합니다. 요구 사양을 충족하지 않는 불량 어댑터 또는 장치를 사용하지 마십시오. 그렇게 하면 손목시계와 USB 전원 공급 장치가 오작동하거나 고장날 수 있습니다. 또한 USB-AC 어댑터 사용은 귀하가 위치한 국가에서 시행하는 현지 표준이 적용될 수 있습니다. CASIO COMPUTER CO., LTD.는 요구 사양을 충족하지 않는 불량 어댑터 또는 장치 사용으로 인해 발생하는 손목시계 및/또는 USB 전원 공급 장치의 오작동 또는 고장에 대해 어떠한 책임도 지지 않습니다.

## 충전 시 주의 사항

- 충전 케이블 커넥터를 USB 포트에 연결할 때 올바른 방향인지 확인하십시오.
- 컴퓨터를 사용하여 충전하는 경우 USB2.0 이상의 USB (타입-A) 포트 연결만 지원됩니다. 컴퓨터 모델, 연결 환경 및 기타 요인에 따라 충전 시간이 오래 걸리거나 불가능할 수 있습니다. 컴퓨터가 최대 절전 모드일 때는 충전이 수행되지 않습니다.
- 자작 컴퓨터 또는 원래 구성에서 개조된 컴퓨터에서의 작동은 보장되지 않습니다. 개조되지 않은 상용 컴퓨터의 경우에도 USB 포트 사양으로 인해 충전이 불가능할 수 있습니다.
- 충전 케이블로 손목시계를 컴퓨터에 연결할 때 오류 메시지가 나타날 수 있습니다.  
이 경우 컴퓨터에서 충전 케이블을 분리한 다음 다시 연결하십시오.
- 위의 방법으로 충전할 수 없는 경우 다른 USB 포트를 사용하거나 USB-AC 어댑터를 사용하십시오.

### 정품 CASIO USB-AC 어댑터

순정 CASIO USB-AC 어댑터를 입수하려면 아래 URL에 액세스한 다음 거주 국가의 CASIO 서비스 센터에 문의하십시오.

<https://s.casio.jp/w/10061en/>



## 충전 중 충전 수준 표시

- 손목시계 충전이 시작되면 충전 수준 표시가 나타납니다.
- 충전을 시작할 때 배터리가 방전된 경우 충전량이 사전 설정된 수준에 도달할 때까지 충전 수준 표시가 나타나지 않습니다.
- 전원 버튼을 2초 이상 누르면 손목시계가 켜집니다.

## 기타 충전 주의 사항

- 충전 시간은 배터리 잔량과 사용 환경에 따라 다릅니다.
- 충전 중에 손목시계, 충전 케이블 또는 USB 전원 공급 장치에 물이 들어가면 즉시 충전 케이블을 분리하고 충전을 중지하십시오.
- 진행 중인 충전이 중지되면 충전 케이블에서 손목시계를 분리합니다. 문제를 확인하고 해결한 후 다시 충전하십시오.
- 극도로 추운 곳이나 더운 곳에서는 시계를 충전할 수 없거나 시계가 완전히 충전되지 않을 수 있습니다. 주변 온도가 10℃ ~ 35℃인 곳에서 본 손목시계를 충전하십시오.
- 충전하면 라디오 및/또는 텔레비전 간섭이 발생할 수 있습니다. 이 경우 TV나 라디오에서 더 멀리 떨어진 전원 콘센트를 사용하여 충전하십시오.
- 배터리 수명이 오래가도록 하기 위해서는 비록 장시간 사용하지 않더라도 본 손목시계의 충전을 주기적 (한달에 한 번 정도) 으로 충전하실 것을 권장합니다.
- 충전 단자 또는 충전 케이블 커넥터에 먼지나 기타 이물질이 있으면 충전 시간이 더 오래 걸리거나 전혀 충전되지 않을 수 있습니다. 깨끗하고 마른 천이나 면봉을 사용하여 때때로 충전 단자와 충전 케이블 커넥터를 닦으십시오.

## 2단계: 본 손목시계를 고객님의 스마트폰과 함께 페어링하기

- 이 절차는 2025년 11월 현재 기준입니다.

**1. 스마트폰 설정을 사용하여 Bluetooth®를 켭니다.**

**2. 스마트폰에 Wear OS by Google 앱을 설치합니다.**

### Android 스마트폰 사용자

Android 스마트폰으로 아래 다운로드 사이트에 액세스해서 Wear OS by Google 앱을 설치하십시오.

<https://support.casio.com/gsw/ko/GSW-H1000/download/>

### **중요 !**

- 설치 절차에 관한 자세한 정보는 다운로드 사이트에서 이용하실 수 있습니다.

### iPhone 사용자

iPhone에서 App Store를 열고 Wear OS by Google 앱을 설치합니다.

**3. 아직 계정이 없으면 Google 계정을 만드십시오.**

Google 계정을 사용하면 다양한 Google 서비스에 액세스할 수 있습니다. 본 손목시계를 사용하기 전에 Google 계정을 만들어 주십시오.

- 이미 Google 계정이 있다면 이메일과 비밀번호에 액세스할 수 있도록 하십시오.
- iPhone을 사용하고 있고 Google 계정이 없는 경우 아래 4단계에서 스마트폰 화면에 표시되는 지침에 따라 계정을 취득하십시오.

## 4. 손목시계를 고객님의 스마트폰과 함께 페어링합니다.

### 중요 !

- 사용해야 하는 페어링 절차는 손목시계와 스마트폰에서 실행되는 **Wear OS by Google**의 버전에 따라 다릅니다. 절차에 대한 최신 정보는 아래 웹 사이트를 방문하십시오.  
<https://support.casio.com/gsw/ko/GSW-H1000/>

- 페어링 설정 구성 시에 스마트폰과 손목시계를 1미터 내에 놓는 것이 좋습니다.
  - iPhone을 사용하려면 Wi-Fi 환경이 필요합니다.
1. 손목시계가 꺼지면 전원 버튼을 2초 이상 눌러서 켜니다.
  2. 손목시계 화면을 탭합니다. 화면이 나타나면 언어를 선택합니다.
  3. 화면을 위로 밀어 시계 이름 (GSW-H1000) 을 표시합니다.
  4. 스마트폰에 Wear OS by Google 앱을 시작합니다.

아래 텍스트에서 “손목시계” 라는 용어는 Wear OS by Google로 구동되는 스마트워치를 나타냅니다.

5. 스마트폰과 손목시계를 처음으로 연결하는 경우 스마트폰에서 **Wear OS by Google** 앱을 시작합니다. 그런 다음 “설정 시작” 을 누릅니다.
  - 이제 스마트폰 화면에 나타나는 지침에 따라 페어링 절차를 완료합니다.

손목시계와 페어링된 기존 스마트폰을 사용하는 경우 위의 5단계 대신 아래 절차 중 하나를 수행해야 합니다. 사용해야 하는 절차는 스마트폰 종류에 따라 다릅니다.

## **Android 스마트폰 사용자**

여러 손목시계를 Android 스마트폰과 동시에 페어링할 수 있습니다.

Wear OS by Google 앱 화면의 왼쪽 상단에서 손목시계 이름을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "새시계추가"를 누릅니다.

- 이제 스마트폰 화면에 나타나는 지침에 따라 페어링 절차를 완료합니다.

## **iPhone 사용자**

iPhone을 사용하면 스마트폰당 하나의 손목시계만 페어링할 수 있습니다. 아래 절차에 따라 iPhone에서 현재 페어링된 손목시계의 페어링을 해제하면 이 손목시계와 페어링할 수 있습니다.

1. iPhone 홈 화면에서 "설정" > "Bluetooth" 순서로 누릅니다.
2. "나의 기기" 목록에서 현재 연결된 Wear OS by Google 손목시계의 이름 오른쪽에 있는 ⓘ 표시를 누릅니다.
3. "이 기기 지우기"를 누릅니다.
4. Wear OS by Google 앱을 시작합니다.
5. 화면의 왼쪽 상단에 있는 메뉴 아이콘 ( ≡ ) 을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "새로운 시계 설정"을 누릅니다.
  - 이제 스마트폰 화면에 나타나는 지침에 따라 페어링 절차를 완료합니다.

## **이 손목시계와 페어링된 스마트폰 모델 변경하기**

(아래 정보는 하나의 페어링된 스마트폰 모델에서 다른 것으로 변경할 때도 적용됩니다.)

한 번에 하나의 스마트폰만 손목시계와 페어링할 수 있습니다. 손목시계를 다른 스마트폰과 페어링하려면 먼저 기존 스마트폰에서 페어링을 해제해야 합니다.

스마트폰에서 페어링을 해제하려면 **"손목시계를 초기 공장 기본설정으로 되돌리기"** 아래의 절차를 수행합니다.

### 3단계: 앱을 최신 버전으로 업데이트하기

이 손목시계가 제공하는 모든 기능을 사용하려면 손목시계를 사용하기 전에 앱을 모두 최신 버전으로 업데이트해야 합니다.

- 이 절차는 2021년 4월 현재 기준입니다.
- iPhone을 사용하려면 Wi-Fi 환경이 필요합니다.

1. 손목시계에 시계 화면 (앱 화면 또는 설정 화면이 아닌 일반 시간 기록 화면) 이 표시된 상태에서 전원 버튼을 짧게 눌러 앱 목록을 표시합니다.
2. "Play 스토어"가 표시될 때까지 앱 목록을 위 또는 아래로 스크롤한 다음 누릅니다.
3. Play Store 메뉴를 표시하려면 터치 스크린을 위에서 아래로 밀어 내린 후 "내 앱" (📱) 아이콘을 누릅니다.
  - 만일 위의 조작이 되지 않는다면 터치 스크린을 아래에서 위로 밀어 올린 후 "내 앱"을 누릅니다.
4. 업데이트를 사용할 수 있는 앱이 있는 경우 해당 이름이 "사용 가능한 업데이트" 아래에 표시됩니다. "모두 업데이트"를 누릅니다.



## 4단계: 스마트폰에 CASIO "G-SHOCK MOVE" 앱을 설치하기

CASIO 앱을 사용하여 트레이닝 로그를 볼 수 있습니다.

- CASIO 앱을 사용하려면 CASIO ID를 등록해야 합니다. CASIO ID를 등록하면 CASIO 그룹에서 제공하는 다른 온라인 서비스를 사용할 수도 있습니다.

### 1. 스마트 폰에 "G-SHOCK MOVE" 앱을 설치합니다.

#### **Android 스마트폰 사용자**

Android 스마트폰에서 Google Play Store를 시작하고 "G-SHOCK MOVE" 앱을 검색한 다음 설치합니다.

#### **iPhone 사용자**

iPhone에서 App Store를 시작하여 "G-SHOCK MOVE" 앱을 검색한 다음 해당 앱을 설치합니다.

"처음으로 사용하기 위한 준비" 절차가 완료되면 "DIGITAL" 시계 화면이 화면에 나타납니다. DIGITAL에 대한 자세한 내용은 [""DIGITAL" 시계 화면 사용하기](#)를 참조하십시오.

# 켜거나 끄기 및 재시작

## 켜거나 끄기

### 전원 켜기

1. 전원 버튼을 2초 이상 누릅니다.

### 전원 끄기

1. 시계 화면이 표시되어 있는 동안 스크린을 위에서 아래로 밀어 내립니다.
2. ⚙ > "시스템" > "종료" 순서로 누릅니다. 확인 화면이 나타나면 ✔을 누릅니다.

## 재시작

Wear OS by Google을 사용하거나 시계 버튼 조작을 이용하여 손목시계를 다시 시작할 수 있습니다.

### Wear OS by Google을 이용하여 다시 시작하기

1. 시계 화면이 표시되어 있는 동안 스크린을 위에서 아래로 밀어 내립니다.
2. ⚙ > "시스템" > "다시 시작" 순서로 누릅니다. 확인 화면이 나타나면 ✔을 누릅니다.

## 강제로 다시 시작하기

### 중요 !

- 시계 화면이 멈추는 등의 작동 문제가 있는 경우에만 아래 절차를 시도합니다. 다른 경우에는 "[Wear OS by Google을 이용하여 다시 시작하기](#)" 아래의 절차를 사용하는 것이 좋습니다.

## 1. 화면이 흰색으로 될 때까지 전원 버튼을 길게 누릅니다.

- 화면이 흰색으로 변하는 데 최대 12초가 걸립니다. 화면이 흰색으로 변하면 시스템이 다시 시작되고 있음을 나타내므로 전원 버튼에서 손가락을 떼도 됩니다.

# 초기 설정 및 손목시계를 손목에 착용하기

이 절에서는 활동 측정에 필요한 시계의 초기 설정을 구성하는 방법을 설명합니다. 보다 정확한 측정을 위해 시계를 손목에 착용하는 방법도 설명합니다.

## 심박수 측정을 위한 초기 기본설정 구성하기

이 설정은 심박수 존 및  $VO_2\text{Max}$ 를 포함하여 퍼포먼스를 계산하는 데 필수적입니다.

**1. "DIGITAL" 시계 화면이 표시된 상태에서 터치 스크린의 중앙을 약 2초 동안 손가락으로 누릅니다.**

• 이렇게 하면 시계 화면이 축소되고 그 아래에 ⚙️ 마크가 표시됩니다.

**2. ⚙️ > "심박수 설정" 순서로 누릅니다.**

• "심박수 설정" 메뉴가 표시됩니다.

**3. "생일", "안정시의 심박수", "성별", "키", "몸무게" 순서로 입력합니다.**

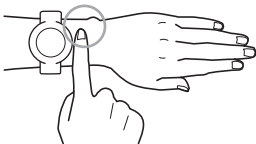
**4. 설정 절차를 종료하고 시계 화면으로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.**

## 손목시계를 손목에 착용하기

시계를 손목에 착용하는 방법에 따라 심박수 모니터링 값의 정확도에 영향을 미칩니다. 손목시계를 아래 설명과 같이 위치시킵니다.

### 1. 손목시계를 손목에 느슨하게 조인 후 전원 버튼의 오른쪽에 손가락 1개 이상 놓습니다.\*

\* 만일 손목시계를 오른쪽 손목에 착용한다면 손가락을 압력 센서의 왼쪽 (손목시계의 왼쪽) 에 놓으십시오.

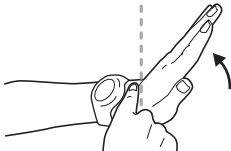


- 만일 손목시계가 손목의 돌출된 뼈 (척골, 그림에서 동그라미 부분)를 덮을 경우 덮지않을 때까지 손가락을 추가합니다.



- 이 뼈의 모양과 위치는 사람에 따라 다릅니다.

- 2. 손목시계는 손을 뒤로 젖혔을 때 시계와 손목 관절 사이에 손가락이 1개 이상 들어갈 수 있도록 위치를 조정합니다.**




- 3. 최적의 손목 위치를 정한 후에 편안하게 밴드를 조여 손목에서 흘러내리지 않도록 하십시오.**

**중요 !**

- 심박수 측정을 위해 밴드를 꼭 맞게 조이면 공기가 밴드 아래로 통과하기 어렵고 땀을 유발하게 되어 피부 자극으로 이어질 수 있습니다. 심박수를 모니터링할 필요가 없는 일반적인 착용 시에는 손목과 밴드 사이에 손가락이 들어갈 정도로 충분히 느슨하게 밴드를 유지하십시오.
- 심박수 측정을 위해 손목시계를 착용할 손목에 자외선 차단제, 핸드 크림, 화장품 및 기타 피부 응용 제품 사용을 피하십시오. 이러한 크림과 젤은 손목시계의 센서 창을 더럽히고 심박수 측정 정확도를 떨어뜨릴 수 있습니다. 손목시계를 착용할 손목에 이러한 약제 사용을 피하십시오.

## 주의

각 센서의 데이터는 시계가 손목에 착용되었는지 여부를 추정하는 데 사용되며, 시계를 착용하고 있음이 감지되면 심박수가 측정됩니다. 시계를 착용한 상태에서 심박수를 측정하지 않으려면 "손목에 장착했는지 검출합니다"\* 설정으로 "끄기"를 선택합니다. 그러나 CASIO 활동 앱을 사용하여 측정 조작을 수행하는 경우 이 설정에 관계없이 측정이 수행됩니다.

\* "손목에 장착했는지 검출합니다" 설정을 표시하려면 시계 화면을 아래로 밀어 내립니다. 나타나는 화면에서  > "접근성" > "심박수 측정" 순서로 누릅니다.

# 기본 버튼 및 화면 (터치 스크린) 조작

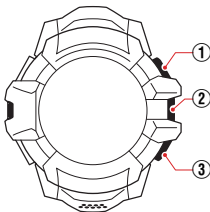
이 손목시계의 조작은 세 개의 측면 버튼과 화면 (터치 스크린) 을 사용하여 수행됩니다.

## 표시 화면 복구하기

이 손목시계의 화면이 어두우면 화면을 누르거나 전원 버튼을 누릅니다. 조작을 수행하기 전에 화면이 켜질 때까지 기다리십시오.

## 기본 버튼 조작

이 절에서는 시계 화면이 표시된 상태에서 수행할 수 있는 버튼 조작에 대해 설명합니다.



- ① **START** 버튼 (상단 버튼)
- ② **전원** 버튼
- ③ **APP** 버튼 (하단 버튼)



### ① **START 버튼 (상단 버튼)**

시계 화면이 표시된 상태에서 이 버튼을 누르면 활동 측정 시작 및/또는 측정 항목 선택을 위한 **START** 화면 표시를 수행합니다.  
자세한 내용은 "**측정할 활동 선택하기**"를 참조하십시오.

### ② **전원 버튼**

시계 화면이 표시된 상태에서 이 버튼을 누르면 **Wear OS by Google** 앱 목록이 표시됩니다. 앱 목록을 위아래로 밀면 스크롤할 수 있습니다. 앱을 눌러 선택하고 시작합니다.

앱 화면, 설정 화면 또는 시계 화면 이외의 다른 화면이 표시되는 경우 전원 버튼을 누르면 시계 화면으로 돌아갑니다.

### ③ **APP 버튼 (하단 버튼)**

시계 화면이 표시된 상태에서 이 버튼을 누르면 다양한 **CASIO** 고유 기능을 빠르게 불러오는 데 사용할 수 있는 **CASIO**의 앱 화면이 표시됩니다.

자세한 내용은 "**주요 기능 빠른 호출 (CASIO의 앱)**"을 참조하십시오.

## **중요 !**

- **Wear OS by Google**을 사용하여 **START** 및 **APP** 버튼의 기능을 변경할 수 있습니다. 그러나 "**DIGITAL**" 시계 화면을 사용할 때는 기본 버튼 조작을 변경하지 않고 사용합니다.  
이 사용설명서에서는 기본설정을 사용하는 것으로 가정하여 조작을 설명합니다.

## 기본 화면 조작 (상하좌우로 밀기)

시계 화면이 표시된 상태에서 화면을 상하좌우로 밀면 다양한 Wear OS by Google 기능에 액세스할 수 있습니다.

### 참고

- 아래 절차는 2021년 4월 현재 기준입니다. 여기에 설명된 조작은 Wear OS by Google 업데이트 및 기타 요인으로 인해 변경될 수 있습니다. Wear OS by Google 조작에 대한 자세한 내용은 아래 웹 사이트를 방문하십시오.

<https://support.google.com/wearos/>

## 위에서 아래로 밀어 내리기



Wear OS by Google 설정 화면이 표시됩니다.

- |            |   |
|------------|---|
| ① 설정       | ⑧  Wi-Fi 연결이 있는 동안 표시됩니다.                   |
| ② 밝기       | ⑨  손목시계와 스마트폰이 Bluetooth로 연결되어 있는 동안 표시됩니다. |
| ③ 절전 모드    | ⑩  배터리 잔량                                   |
| ④ 내 전화 찾기  |   |
| ⑤ 영화관 모드   |   |
| ⑥ 방해 금지 모드 |   |
| ⑦ 비행기 모드   |   |

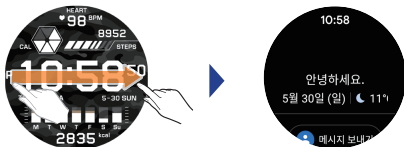
## 아래에서 위로 밀어 올리기



알림이 표시됩니다.

- 알림 화면을 아래에서 위로 밀어 올려 다른 알림을 표시할 수 있습니다.
- 알림을 오른쪽이나 왼쪽으로 밀면 사라집니다.

## 왼쪽에서 오른쪽으로 밀기



현재 날씨와 기타 정보를 표시합니다.

- 이 화면을 아래에서 위로 밀면 다양한 타입의 정보를 표시합니다.

## 오른쪽에서 왼쪽으로 밀기



밀 때마다 그 다음 타일\*을 표시합니다.

\* 타일은 신속한 조치를 취하고 한눈에 중요한 정보에 액세스하기 쉽게 해 줍니다. 타일에는 기상 예보, 뉴스, 운동 추적, 가이드 호흡 등이 포함됩니다. 손목시계에 넣고자 하는 타일을 선택하고 편집합니다.

# 기본 기능

## 현재 시간 설정 조정하기

손목시계와 페어링된 스마트폰 간에 Bluetooth 연결이 있는 동안 시계의 현재 시간은 스마트폰의 시간과 동기화됩니다. 손목시계의 현재 시간 설정을 수동으로 조정할 수도 있습니다.

## 알람, 타이머, 스톱워치 등

이러한 기능은 Wear OS by Google 표준 앱에서 사용할 수 있습니다.

시계 화면이 표시된 상태에서 전원 버튼을 짧게 누릅니다. 나타나는 앱 목록에서 원하는 앱을 누릅니다.

위의 설정 및 사용 방법에 대한 자세한 내용은 아래 웹 사이트를 방문하십시오.

<https://support.google.com/wearos/>

## 앱 업데이트

### 중요 !

시계가 설계된 높은 수준에서 작동할 수 있도록 모든 앱을 최신 상태로 유지해야 합니다. 앱 업데이트가 자동으로 수행될 수 있도록 손목시계를 켜고 충전 시 스마트폰 및 Wi-Fi에 연결한 상태를 유지하는 것이 좋습니다. 또한 Google Play의 MyApps에서 업데이트할 수 있는 CASIO 앱이 있다면 그것들도 업데이트해 주십시오. 자세한 내용은 아래의 지원 사이트를 방문하시기 바랍니다.

<https://support.casio.com/gsw/ko/GSW-H1000/>

# "DIGITAL" 시계 화면 사용하기

"DIGITAL"은 이 손목시계의 초기 기본설정 시계 화면입니다. 활동 측정에 유용할 뿐만 아니라 중요하고 필수적인 시계 화면입니다.

"일상" 및 "활동" 등 두 가지 주요 표시 형식이 있습니다. 달리기, 스키, 근력 트레이닝 또는 기타 활동에 대한 측정을 시작하면 화면이 일상 시계 화면에서 측정 중인 활동에 대한 최적의 기능을 보여주는 디자인으로 변경됩니다. 시계 화면의 상단, 중간, 하단 표시 영역의 기능을 변경할 수도 있습니다. 기능 외에도 다양한 화면 디자인 중 하나를 선택할 수도 있습니다.

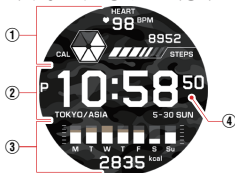
이 장의 설명은 기본적으로 일상 화면을 사용합니다.

## 중요 !

- "DIGITAL"은 이 손목시계의 모든 조작의 시작점 역할을 하는 중요한 시계 화면입니다. 손목시계에는 몇 가지 시계 화면이 내장되어 있지만 특히 활동 측정을 수행할 때 일반적으로 이 시계 화면을 사용해야 합니다.

## 일상 화면

이것은 활동 측정을 하지 않을 때 일상적으로 사용하는 일반 화면입니다.



- ① 상단 표시 영역: 칼로리 / 걸음수 / 심박수
- ② 중간 표시 영역: 시간
- ③ 하단 표시 영역: 소모 칼로리 / 주간 통계
- ④ 배경

- 손목시계 화면의 상단, 중간, 하단 표시 영역은 다양한 종류 중에서 선택할 수 있습니다. 다양한 배경 중에서 선택하거나 현재 위치의 지도를 배경으로 사용할 수 있습니다.
- 다른 시계 화면을 사용 중인 경우에도 활동 측정을 시작하면 손목시계가 자동으로 "DIGITAL" 시계 화면으로 전환되어 측정이 완료될 때까지 계속 표시됩니다. 표시되는 항목은 수행하는 활동 측정에 따라 다릅니다. 자세한 내용은 "**측정할 활동 선택하기**"를 참조하십시오.

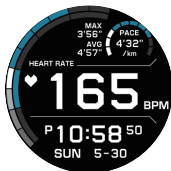


## 활동 측정이 진행 중인 화면

활동 측정을 수행할 때의 화면입니다. \* 손목시계는 수십 종류의 활동 및 운동 타입의 타이밍을 지원하며 각 단계에 대한 적절한 정보 표시로 전환할 수 있습니다.

"런닝" 및 "로드 바이크" 스포츠 활동의 경우 각 스포츠 활동에 사용할 수 있는 다양한 표시 항목 (상단, 중간, 하단 표시 영역) 및 배경 종류 중에서 선택할 수 있습니다.

\* 활동 측정에 대한 자세한 내용은 "**측정할 활동 선택하기**"를 참조하십시오.

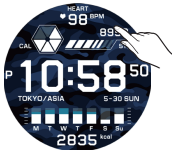


"런닝" 선택시 예제 화면

## DIGITAL 화면 항목 변경하기

### 1. DIGITAL 시계 화면에서 변경하고자 하는 표시 항목의 표시 영역 (상단, 중간, 하단) 을 누릅니다.

- 누른 표시 영역의 내용을 변경하는 화면이 표시됩니다.



DIGITAL 일상 화면



표시 항목 선택 화면

### 2. ◀ 또는 ▶ 표시를 눌러 표시 항목을 변경합니다.

- 왼쪽이나 오른쪽으로 밀어서 표시 항목을 변경할 수 없습니다.
- 선택한 표시 항목의 메뉴를 표시하려면 ≡ 표시를 누릅니다. 메뉴를 사용하여 표시 내용 및 기타 설정과 관련된 설정을 변경할 수 있습니다. 자세한 내용은 "표시 항목 선택 메뉴 사용하기"를 참조하십시오.

## 표시 항목 선택 메뉴 사용하기

표시 전환 화면에서 선택한 표시 내용의 메뉴를 표시할 수 있습니다. 여기에서 표시 내용과 관련된 기능을 사용하고 설정을 변경할 수 있습니다.

### 1. DIGITAL 시계 화면에서 표시 영역 (상단, 중간, 하단) 중 하나를 누릅니다.

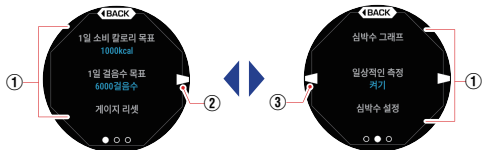
- 누른 영역의 표시 항목을 선택하기 위한 화면이 표시됩니다.



예: 상단 표시 영역에 대해 "칼로리 / 걸음수 / 심박수"를 선택한 경우

## 2. ≡ 표시를 누릅니다.

- 메뉴가 표시됩니다.



- ① 메뉴 항목
- ② 눌러서 (또는 화면을 오른쪽에서 왼쪽으로 밀어서) 다음 메뉴 페이지를 표시합니다.
- ③ 눌러서 (또는 화면을 왼쪽에서 오른쪽으로 밀어서) 이전 메뉴 페이지를 표시합니다.

### 3. 메뉴 항목을 누릅니다.

- 예를 들어 아래 메뉴 항목은 "칼로리 / 걸음수 / 심박수" 메뉴에서 사용할 수 있습니다.

메뉴 항목	해설
1일 소비 칼로리 목표	일일 소모 칼로리 목표를 지정합니다.
1일 걸음수 목표	일일 걸음수 목표를 지정합니다.
게이지 리셋	현재 표시된 걸음수 또는 소모 칼로리 미터의 최대 값을 재설정합니다.
심박수 그래프	일일 심박수 그래프를 표시합니다.
일상적인 측정	비활동 일일 심박수 측정 기록을 지정합니다.
심박수 설정	심박수 존 및 $VO_2\text{Max}$ 에 필요한 설정 구성용. (" <a href="#">심박수 측정을 위한 초기 기본설정 구성하기</a> " 참조)
정확한 심박수 모니터링	심박수를 측정하는 동안 손목시계를 손목에 착용하는 방법에 대한 팁을 표시합니다.
에너지 소모 단위	소모된 칼로리 단위를 지정합니다.

### 4. 시계 화면 표시로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.

## DIGITAL 배경 변경하기

### 1. APP 버튼 (하단 버튼) 을 누릅니다.

- 주요 기능 메뉴가 표시됩니다 (CASIO의 앱 화면) .

### 2. 화면의 바깥쪽 둘레를 손가락으로 움직여서 아이콘을 회전시켜 중앙에 "시계 화면 배경" 아이콘이 표시되도록 합니다.



### 3. 화면 중앙에 있는 아이콘을 누릅니다.

- 시계 화면 배경 선택 화면이 표시됩니다.

### 4. 화면을 왼쪽이나 오른쪽으로 밀어 배경을 선택합니다.

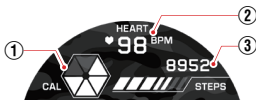
## DIGITAL 화면 항목 예

이 절에서는 DIGITAL 일상 화면에 대해 선택할 수 있는 몇 가지 표시 항목에 대해 설명합니다.

### 상단 표시 영역 예

이 절에서는 "칼로리 / 걸음수 / 심박수"에 대해 설명합니다. 또한 "심박수", "기압 / 낚시 시간", "기압 / 기압 그래프"를 선택할 수도 있습니다.

#### 칼로리 / 걸음수 / 심박수 (초기 기본설정)



- ① 6개 세그먼트의 이 표시는 시계에 지정한 일일 최대 소모 칼로리 값 (오늘 자정부터 시작해서 현재 시각까지) 의 100%를 나타냅니다. 일일 소모 칼로리 값이 사전 설정된 최대값의 1/6 미만인 경우 세그먼트 표시가 표시되지 않고, 사전 설정된 최대값보다 크면 6개의 세그먼트가 모두 표시됩니다.\*
  - ② 현재 심박수를 40~220BPM으로 표시합니다.
  - ③ 일일 걸음수를 표시합니다 (자정부터 현재 시간까지) . 측정을 실패하면 값 대신 "----"가 표시됩니다.\*
- \* 활동 중에 이 값은 현재 소모된 칼로리 또는 활동 시작부터 시작한 걸음수를 표시합니다.

## 중간 표시 영역 예

이 절에서는 "시간" 및 "심박수"에 대해 설명합니다.

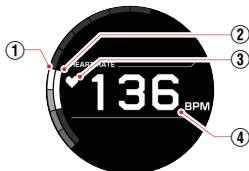
### 시간 (초기 기본설정)



- ① 현재 시간
- ② 현재 위치 (시간대 이름)
- ③ 날짜, 요일



# 심박수



- ① 심박수 존을 나타내는 10개의 세그먼트. 표시된 세그먼트는 ④에서 표시된 값에 해당하는 심박수 존을 보여 줍니다.
  - ② 목표 심박 존\*을 보여 줍니다.
  - ③ 이 심장 아이콘은 심박수 측정이 진행되는 동안 깜박입니다. 심박수 측정이 없으면 깜박이지 않습니다. 이 아이콘이 깜박이는 동안 ④는 현재 심박수를 표시합니다. 깜박이지 않으면 ④는 마지막으로 측정된 심박수 값을 표시합니다.
  - ④ 심박수 (현재 및 마지막 측정) 는 40~220BPM 범위 내에서 표시됩니다. 측정이 범위를 벗어났거나 측정이 불가능한 경우 값 대신 "---"가 표시됩니다.
- \* "목표 심박 존" 설정은 CASIO "G-SHOCK MOVE" 앱을 사용하여 구성할 수 있습니다.

## 하단 표시 영역 예

이 절에서는 "소모 칼로리 / 주간 통계"에 대해 설명합니다. 이런 종류의 표시 외에도 "심박수", "예정", "고도 / 나침반", "고도 / 고도 그래프"를 선택할 수도 있습니다.


### 소모 칼로리 / 주간 통계 (초기 기본설정)



- ① 글자는 요일을 나타냅니다. 이 그래프는 오늘을 포함한 해당 주의 일일 에너지 소비량을 보여줍니다. 오른쪽 막대는 오늘 소모된 칼로리를 보여줍니다. 각 그래프 막대의 높이는 매일 달성한 사전 설정된 최대 소모 칼로리 값의 백분율을 나타냅니다. 사전 설정된 최대 에너지 값이 100%입니다.

"1일 소비 칼로리 목표 \* 1"를 설정한 경우 목표를 초과한 부분이 테마 컬러 \* 2에 표시됩니다.

- ② 오늘 (자정 이후) 소모한 칼로리를 표시합니다. 측정을 실패하면 값 대신 "----"가 표시됩니다.

\*1 하단 표시 영역을 눌러서 여기에 표시되는 표시 항목을 변경할 수 있습니다. 그런 다음  표시를 누른 후 나타나는 메뉴에서 원하는 항목을 선택합니다.

\*2 "테마 컬러"는 이 손목시계의 설정 항목 중 하나입니다. 특정 문자의 컬러와 표시 디자인을 지정합니다.

# 주요 기능 빠른 호출 (CASIO의 앱)

APP (하단) 버튼을 눌렀을 때 나타나는 아이콘 메뉴에서 이 손목시계에 설치된 주요 CASIO 오리지널 기능에 빠르게 액세스할 수 있습니다.





## CASIO의 앱으로 기능 호출하기

1. 시계 화면이 표시된 상태에서 **APP 버튼** (하단 버튼) 을 누릅니다.
  - 이렇게 하면 CASIO의 앱 화면이 표시됩니다.
2. 화면의 바깥쪽 둘레를 손가락으로 움직여서 아이콘을 회전시켜 중앙에 호출하고자 하는 아이콘이 표시되도록 합니다.






### 3. 화면 중앙에 있는 아이콘을 누릅니다.

• 아래 표는 호출할 수 있는 기능을 보여줍니다.

기능	해설
 활동	START 화면을 표시하여 활동 측정을 시작합니다. 활동 측정이 이미 진행 중인 경우 손목시계는 이 절차의 1단계 이전에 표시되었던 측정 화면으로 돌아갑니다.
 이력	활동 측정 결과의 이력 목록을 표시합니다.
 시계 화면 배경	"DIGITAL" 시계 화면의 배경 이미지를 선택합니다.
 테마 컬러	눌러서 시계 화면의 균일한 테마 컬러를 선택합니다. 선택한 컬러는 아이콘과 커서에 사용됩니다 (CASIO 앱만 해당) .
 지도	손목시계의 전체 표시 영역을 사용하여 지도를 표시합니다.

기능	해설
 <p>심박수 그래프</p>	<p>지난 24시간의 심박수 그래프와 함께 최근 심박수 측정값을 표시합니다.</p> <p>활동이 진행 중이면 화면에 현재 심박수와 현재의 활동 동안 측정된 그래프가 표시됩니다.</p>
 <p>센서 오버레이</p>	<p>활동 중에 데이터를 측정해서 활동 중에 동영상 또는 정지 이미지에 덧씌웁니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 동영상 또는 정지 이미지에 측정 데이터를 덧씌우기 위해서는 "G-SHOCK MOVE" 스마트폰 앱이 필요합니다.</li> </ul>
 <p>타임피스</p>	<p>Wear OS by Google 로부터 타임피스 모드로의 전환.</p> <p>타임피스는 손목시계의 배터리를 최대로 사용하기 위해 스마트 기능을 무효로 하는 대신 흑백의 시간 및 센서 조작만 표시합니다.</p>
 <p>조수 그래프</p>	<p>현재의 조석 수준과 이전 12시간 및 다음 12시간의 조석 그래프를 표시합니다. 현재의 조석 수준과 다음 12시간의 만조와 간조가 시간과 함께 표시됩니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "DIGITAL" 시계면의 하단 표시 전환 화면의 조석 그래프 메뉴를 사용하여 표시하고자 하는 정보의 항목을 선택할 수 있습니다. 절차에 대한 정보는 "<a href="#">DIGITAL 화면 항목 변경하기</a>"를 참조하십시오.</li> </ul>
 <p>고도</p>	<p>현재 고도와 이전 24시간의 고도 그래프를 표시합니다.</p> <p>활동이 진행 중이면 화면에 현재 고도와 현재의 활동 동안 측정된 고도 그래프가 표시됩니다.</p>

기능	해설
 <p data-bbox="174 278 233 302">기압</p>	<p data-bbox="353 129 940 190">현재 기압과 이전 24시간의 기압 그래프를 표시합니다.</p> <p data-bbox="353 200 940 262">활동이 진행 중이면 화면에 현재 기압과 현재의 활동 동안 측정된 기압 그래프가 표시됩니다.</p>
 <p data-bbox="161 460 245 484">나침반</p>	<p data-bbox="353 311 809 336">나침반 (방위 표시기) 을 표시합니다.</p>
 <p data-bbox="96 642 311 666">G-SHOCK MOVE</p>	<p data-bbox="353 496 940 557">"G-SHOCK MOVE" 스마트폰 앱에 연결하거나 연결을 끊습니다.</p> <p data-bbox="353 562 940 652">"G-SHOCK MOVE"에 연결되어 있는 동안 스마트폰을 사용하여 활동 기록을 보고 스마트폰 설정을 구성할 수 있습니다.</p>

# 측정할 활동 선택하기

손목시계는 수십 종류의 활동의 측정 및 기록을 지원합니다. 아래 표는 지원되는 활동의 일부 목록을 보여줍니다.

걷기	아령 들기 *
사이클링	윗몸 일으키기 *
스키	어깨운동 *
세일링	스쿼트 *
트레일 달리기	트레드밀 *
트래킹	팔굽혀펴기 *
낚시	플랭크 *
수영장 수영	벤치 프레스 *
산악 사이클링	레그 프레스 *
달리기	로어백 * 등
로드 바이킹 등	

\* 손목시계의 활동 선택 화면의 "워크아웃" 항목에 포함된 활동입니다. 이러한 활동의 조작은 다른 활동의 조작과 약간 다릅니다.

## 중요 !

- 손목시계로 정확한 심박수 측정을 보장하려면 아래의 주의 사항을 참고하십시오.
  - 측정을 시작하기 전에 "심박수 측정을 위한 초기 기본설정 구성하기" 아래의 절차에 따라 생일, 성별 및 기타 프로필 정보를 입력하십시오.
  - 손목시계를 손목에 올바르게 착용하십시오. ("손목시계를 손목에 착용하기" 참조)
- 달리기와 같은 야외 활동 측정을 시작할 때는 하늘이 보이는 열린 공간의 야외로 이동하십시오.

## 참고

- 손목시계가 "G-SHOCK MOVE" 스마트폰 앱과 연결되어 있는 동안 스마트폰을 사용하여 활동 기록을 볼 수 있습니다.
    - "G-SHOCK MOVE"에 연결하려면 시계 화면의 APP 버튼 (하단 버튼) 을 누릅니다. 표시되는 화면에서 화면 중앙의 "G-SHOCK MOVE" 아이콘을 누릅니다.
- 자세한 내용은 "주요 기능 빠른 호출 (CASIO의 앱)"을 참조하십시오.

## 활동 측정 (워크아웃 제외)

이 절에서는 주로 야외에서 수행되는 달리기 및 기타 활동에 대한 측정 조작에 대해 설명합니다.

워크아웃 측정에 대한 자세한 내용은 "활동 측정 (워크아웃)"을 참조하십시오.

## 활동 측정의 시작, 일시 정지, 정지

### 활동 측정 시작하기

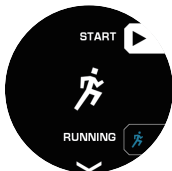
## 참고

- 아래 절차의 1단계를 수행할 때 "DIGITAL" 시계 화면을 표시하는 것이 좋습니다.
- 표시한 시계 화면의 종류에 관계없이 활동 측정을 시작하면 "DIGITAL" 활동 측정 진행 중 화면으로 전환됩니다.



**1. 시계 화면이 표시된 상태에서 START 버튼 (상단 버튼) 을 누릅니다.**

- 현재 선택된 활동을 보여주는 활동 측정 START 화면이 표시됩니다.



- 스포츠 활동을 변경하려면 2단계로 이동합니다. 현재 선택한 스포츠 활동을 사용하여 측정을 시작하려면 이 절차의 4 단계로 이동합니다.

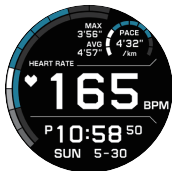
**2. APP 버튼 (하단 버튼) 을 눌러 활동 선택 화면을 표시합니다.**



**3. 원하는 활동을 찾을 때까지 화면을 위아래로 밀어 올리거나 내린 후 누릅니다.**

#### 4. 측정을 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.

- 위치 정보를 기록하는 활동을 사용 중인 경우 이때 "위치 정보 취득 중..." 메시지가 나타납니다. 위치 정보가 취득될 때까지 하늘이 보이고 장애물이 없는 밖에서 움직이지 말고 기다리십시오.
- 카운트다운이 나타나면 카운트다운이 0이 될 때 운동을 시작합니다. 카운트다운이 0이 될 때까지 기다리지 않고 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.
- 일부 활동 (예: 스키)의 경우 화면에 "대기 중입니다. 기록을 다시 시작하려면 **GO** 버튼을 누르십시오." 메시지가 나타납니다. 이 경우 **START** 버튼을 눌러 측정을 시작할 수 있습니다.
- 측정이 시작되면 시계가 "DIGITAL" 시계 화면의 활동 측정 진행 중 화면으로 이행됩니다.



"런닝" 선택시 예제 화면

화면 항목에 대한 정보는 "**활동 측정 진행 중 화면**"을 참조하십시오.

## 활동 측정의 일시 정지 또는 정지하기

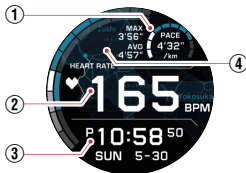
1. 측정을 일시 정지하려면 **활동 측정 진행 중 화면을 표시한 후 START 버튼 (상단 버튼)** 을 누릅니다.
  - 측정을 일시 정지하고 일시 정지한 측정 화면이 표시됩니다.
  - 측정을 다시 시작하려면 **START 버튼**을 누릅니다.
2. 측정을 중지하려면 **APP 버튼 (하단 버튼)** 을 약 **2초** 동안 누릅니다.
3. "이력을 저장하시겠습니까?" 메시지를 표시합니다. "저장 (상단 버튼)"을 누르거나 **START 버튼**을 누릅니다.
  - 측정 기록을 삭제하려면 "폐기(하단 버튼)"를 누르거나 **APP 버튼**을 누릅니다.
  - "저장(상단 버튼)"을 누르면 저장이 수행되고 통계 화면이 표시됩니다. 위아래로 밀어 올리거나 내려서 통계 화면 내용을 스크롤할 수 있습니다.
  - 나중에 저장된 통계 데이터를 보려면 **CASIO**의 앱에서 "이력"을 선택합니다.

### 참고

- "위치 기록 빈도" 설정을 "MAX (1초마다)" (초기 기본설정) 에서 "MID (5초마다)" 또는 "LOW (120초마다)"으로 변경하면 배터리 전력 소비가 줄어들지만 다양한 측정의 정확도도 떨어지고 자동 일시 정지 및 기타 기능이 비활성화됩니다.

## 활동 측정 진행 중 화면

이 절에서는 활동 측정 화면의 내용을 해석하는 방법에 대해 설명합니다. "런닝" 화면은 이 설명의 예로 사용됩니다.



"런닝" 선택시 예제 화면

- ① 이 링의 10개 세그먼트는 과거 달리기 기록 (각각 10%) 을 기반으로 개인 최고 페이스의 100%를 나타냅니다. 개인 최고 페이스의 초기 기본설정은 킬로미터당 4:00분입니다. 달리면 세그먼트가 표시되어 현재 페이스가 개인 최고 기록의 몇 %인지를 보여 줍니다.

아래 항목은 링 근처에 표시됩니다.

- PACE: 현재 페이스
- MAX: 지금까지 측정한 최대 페이스
- AVG: 현재 측정된 평균 페이스

- ② 심박수를 보여 줍니다. "중간 표시 영역 예" 아래의 "심박수"를 참조하십시오.
- ③ 현재 시간, 요일, 날짜를 표시합니다.
- ④ 현재 위치 주변의 지도와 이동 경로가 배경으로 표시됩니다.

## 활동 측정 (워크아웃)

효과적인 워크아웃 측정 및 기록된 데이터를 확보하려면 자신의 개인 훈련량과 각 스포츠 활동의 목표를 결정하고 손목시계에 정보를 입력합니다.

예:

### 팔굽혀펴기

랩 수: 20 세트: 3

세트 간 간격: 1분



### 윗몸 일으키기

랩 수: 40 세트: 3

세트 간 간격: 1분



### 플랭크

유지 시간: 30초 세트: 3

세트 간 간격: 30초

### 참고

- 아래 절차의 1단계를 수행할 때 "DIGITAL" 시계 화면을 표시하는 것이 좋습니다.
- 표시한 시계 화면의 종류에 관계없이 활동 측정을 시작하면 "DIGITAL" 활동 측정 진행 중 화면으로 전환됩니다.

- 1. 시계 화면이 표시된 상태에서 **START** 버튼 (상단 버튼) 을 누릅니다.**
  - 현재 선택된 활동을 보여주는 활동 측정 **START** 화면이 표시됩니다.
- 2. **APP** 버튼 (하단 버튼) 을 눌러 활동 선택 화면을 표시한 후 "워크아웃"을 누릅니다.**
- 3. 운동 활동 선택 화면에서 훈련량, 목표 또는 기타 정보를 입력하려는 항목을 누릅니다.**
  - 누른 활동을 보여주는 활동 측정 **START** 화면으로 돌아갑니다.
  - 여기에서 화면을 아래에서 위로 밀어 올리면 표시된 스포츠 활동의 설정 메뉴가 나타납니다. 메뉴에 대한 자세한 내용은 "[활동 측정 설정 메뉴](#)"를 참조하십시오.

- 4. 화면을 아래에서 위로 밀어 올립니다. 나타나는 메뉴에서 "설정"을 누릅니다.**
- 3단계에서 선택한 운동 활동에 따른 설정 메뉴가 표시됩니다.
- 5. 운동 활동에 필요한 각 설정 항목을 입력합니다.**
- 입력해야 하는 설정 항목은 선택한 운동 활동에 따라 다릅니다.
- 6. 필수 항목을 모두 입력한 후 아래 단계를 수행하여 **START** 화면으로 돌아갑니다.**
1. 설정 메뉴 화면을 왼쪽에서 오른쪽으로 밀어서 이 절차의 4단계에서 표시된 메뉴 화면으로 돌아갑니다.
  2. 화면을 위에서 아래로 밀어 내립니다.
- 7. 다른 운동 활동에 대한 정보를 입력하려면 이 절차의 2~6단계를 반복합니다.**

## 워크아웃 종류에 따라 측정 수행하기

워크아웃 측정을 수행할 때 수행해야 하는 조작은 근력 트레이닝, 지방 연소 트레이닝 또는 몸통 트레이닝을 수행하는지에 따라 약간 다릅니다. 워크아웃 카테고리에 대한 자세한 내용은 "[손목시계에 훈련량, 목표 및 기타 데이터 입력하기](#)"를 참조하십시오.

### 근력 트레이닝 측정 시작하기

#### 참고

- 랩 수, 세트 수, 간격 설정은 근력 트레이닝 (푸시 업, 윗몸 일으키기, 벤치 프레스 등) 측정에 영향을 미칩니다.

**1. 시계 화면이 표시된 상태에서 **START** 버튼 (상단 버튼) 을 누릅니다.**

**2. **APP** 버튼 (하단 버튼) 을 눌러 활동 선택 화면을 표시한 후 "**워크아웃**"을 누릅니다.**

- 워크아웃에 대한 운동 선택 화면이 표시됩니다.

**3. 측정을 시작하려는 항목을 누릅니다.**

- 누른 항목의 **START** 화면으로 돌아갑니다.

**4. 측정을 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.**

- 실내 운동을 시작하기 위해 첫 번째 항목을 선택한 경우 "센서 정보 획득 중" 메시지가 나타납니다. 손목시계가 피부에 밀착된 상태에서 약 15 초간 가만히 있습니다.
- 시계 화면에 세트 수, 랩 수, 중량 설정 (운동에 이러한 설정이 포함된 경우) 이 몇 초 동안 표시됩니다.
- 그 직후 화면이 "**DIGITAL**" 시계 화면 활동 측정 진행 중 화면으로 전환 되고 첫 번째 세트의 측정이 시작됩니다. 워크아웃을 시작합니다.



## 5. 랩 수 설정이 완료되면 **START** 버튼을 누릅니다.

- 확인 화면이 표시됩니다.

## 6. 확인 화면에서 아래 설명된 조작 중 하나를 선택합니다.

이 세트의 측정 데이터를 저장하고 다음 세트로 진행하려면:

"세트를 저장"을 누릅니다. 7단계로 이동합니다.

이 세트의 측정 데이터를 폐기하고 다음 세트로 진행하려면:

"세트를 폐기"를 누릅니다. 표시되는 확인 화면에서 휴지통 아이콘을 누르고 7단계로 진행합니다.

이 세트의 측정 데이터를 저장하고 워크아웃을 종료하려면:

"저장 완료"를 누릅니다. "한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기"로 진행합니다.

이 세트의 측정 데이터를 폐기하고 운동을 종료하려면:

"폐기하고 측정을 종료합니다" 표시를 누릅니다. "한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기"로 진행합니다.

- 마지막 세트를 완료한 후 **START** 버튼을 누르면 "저장 완료" 및 "세트를 폐기하고 종료" 옵션만 나타납니다.

## 7. 표시되는 간격 화면에서 카운트다운 시간이 00이 될 때까지 기다립니다.

- 예를 들어 간격 설정이 30초이면 카운트다운 시간은 30초입니다. 다음 세트가 시작될 때까지 휴식을 취합니다.
- 카운트다운 시간이 00이 될 때까지 기다리지 않고 워크아웃을 다시 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.
- 카운트다운 시간이 00에 도달하거나 **START** 버튼을 누르면 다음 세트의 측정이 시작됩니다. 워크아웃을 다시 시작하고 이 순서의 5단계로 돌아갑니다.

## 몸통 트레이닝 측정 시작하기

### 참고

- 몸통 트레이닝 (플랭크 등) 측정은 측정을 수행할 때 유지 시간, 세트 수, 간격 설정이 조작에 영향을 줍니다.

1. 시계 화면이 표시된 상태에서 **START** 버튼 (상단 버튼) 을 누릅니다.
2. **APP** 버튼 (하단 버튼) 을 눌러 활동 선택 화면을 표시한 후 "워크아웃"을 누릅니다.
  - 워크아웃에 대한 운동 선택 화면이 표시됩니다.
3. 측정을 시작하려는 항목을 누릅니다.
  - 누른 항목의 **START** 화면으로 돌아갑니다.

#### 4. 측정을 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.

- 실내 운동을 시작하기 위해 첫 번째 항목을 선택한 경우 "센서 정보 획득 중" 메시지가 나타납니다. 손목시계가 피부에 밀착된 상태에서 약 15 초간 가만히 있습니다.
- 시계 화면에 세트 수 및 유지 시간 설정이 몇 초 동안 표시됩니다.
- 그 직후 화면이 "DIGITAL" 시계 화면 활동 측정 진행 중 화면으로 전환되고 첫 번째 세트의 측정이 시작됩니다. 이때 화면은 설정한 유지 시간의 카운트다운 시간이 표시됩니다. 워크아웃을 시작합니다.

#### 5. 유지 시간 경과 후 카운트다운 시간이 00이되면 **START** 버튼을 누릅니다.

- 확인 화면이 표시됩니다.

#### 6. 확인 화면에서 아래 설명된 조작 중 하나를 선택합니다.

이 세트의 측정 데이터를 저장하고 다음 세트로 진행하려면:

"세트를 저장"을 누릅니다. 7단계로 이동합니다.

이 세트의 측정 데이터를 폐기하고 다음 세트로 진행하려면:

"세트를 폐기"를 누릅니다. 표시되는 확인 화면에서 휴지통 아이콘을 누르고 7단계로 진행합니다.

이 세트의 측정 데이터를 저장하고 워크아웃을 종료하려면:

"저장 완료"를 누릅니다. "한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기"로 진행합니다.

이 세트의 측정 데이터를 폐기하고 운동을 종료하려면:

"폐기하고 측정을 종료합니다" 표시를 누릅니다. "한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기"로 진행합니다.

- 마지막 세트를 완료한 후 **START** 버튼을 누르면 "저장 완료" 및 "세트를 폐기하고 종료" 옵션만 나타납니다.

## 7. 표시되는 간격 화면에서 카운트다운 시간이 00이 될 때까지 기다립니다.

- 다음 세트가 시작될 때까지 휴식을 취합니다.
- 카운트다운 시간이 00이 될 때까지 기다리지 않고 워크아웃을 다시 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.
- 카운트다운 시간이 00에 도달하거나 **START** 버튼을 누르면 다음 세트의 측정이 시작됩니다. 워크아웃을 다시 시작하고 이 순서의 5단계로 돌아갑니다.

## 지방 연소 트레이닝 측정 시작하기

### 1. 시계 화면이 표시된 상태에서 **START** 버튼 (상단 버튼) 을 누릅니다.

### 2. **APP** 버튼 (하단 버튼) 을 눌러 활동 선택 화면을 표시한 후 "워크아웃"을 누릅니다.

- 워크아웃에 대한 운동 선택 화면이 표시됩니다.

### 3. 측정을 시작하려는 항목을 누릅니다.

- 누른 항목의 **START** 화면으로 돌아갑니다.

### 4. 측정을 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.

- 실내 운동을 시작하기 위해 첫 번째 항목을 선택한 경우 "센서 정보 획득 중" 메시지가 나타납니다. 손목시계가 피부에 밀착된 상태에서 약 15 초간 가만히 있습니다.
- 시계 화면에 목표 시간 및 목표 칼로리 설정이 몇 초 동안 표시됩니다.
- 그 직후 화면이 "DIGITAL" 시계 화면 활동 측정 진행 중 화면으로 전환 되고 첫 번째 세트의 측정이 시작됩니다. 이때 화면에는 측정 시작부터 경과된 시간이 표시됩니다. 워크아웃을 시작합니다.

**5. 측정을 일시 중지하려면 활동 측정 진행 중 화면을 표시한 다음 **START** 버튼을 누릅니다.**

- 측정을 일시 정지하고 일시 정지한 측정 화면이 표시됩니다.
- 측정을 다시 시작하려면 **START** 버튼을 누릅니다.

**6. 측정을 종료하려면 **APP** 버튼을 약 2초 동안 누릅니다.**

- 달리기 거리 입력 화면이 표시됩니다.

**7. 달리기 거리 입력 화면에서 아래 설명된 조작 중 하나를 선택합니다.**

달리기 거리를 저장하고 종료하려면:

달리기 거리를 입력한 다음 "거리 저장하고 종료" 표시를 누릅니다.

달리기 거리를 저장하지 않고 종료하려면:

"거리 저장하지 않고 종료" 표시를 누릅니다.

- 이렇게 하면 달리기 거리 이외의 측정 데이터를 저장합니다.

현재의 측정 데이터를 파기하고 종료하려면:

"기록 폐기하고 종료" 표시를 누릅니다. 표시되는 확인 화면에서 휴지통 아이콘을 누릅니다.

**8. "한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기"로 진행합니다.**

## 한 워크아웃을 완료한 후 그 워크아웃을 계속할지 또는 종료할지 선택하기

"근력 트레이닝 측정 시작하기", "몸통 트레이닝 측정 시작하기", "지방 연소 트레이닝 측정 시작하기"에서 조작을 수행하여 워크아웃을 완료한 후 아래 절차를 수행해야 합니다. 독립된 작업으로 수행할 수 없습니다.

### 1. "수고하셨습니다!! 다른 워크아웃을 계속하시겠습니까?" 메시지가 나타나면 아래 조작 중 하나를 수행합니다.

다른 워크아웃 활동으로 계속 하려면:

"예. 계속합니다."을 (를) 누릅니다.

- 워크아웃 활동 선택 화면으로 돌아갑니다.
- 다음으로 "근력 트레이닝 측정 시작하기", "몸통 트레이닝 측정 시작하기", "지방 연소 트레이닝 측정 시작하기"의 3단계에서 시작할 운동 활동을 선택합니다.

워크아웃을 종료하려면:

"아니요. 취소."를 누릅니다.

- 이력 저장 확인 화면이 표시됩니다. "저장(상단 버튼)" 또는 "폐기(하단 버튼)"를 누릅니다.
- 완료한 모든 워크아웃에 대한 통계 화면이 표시됩니다. 위아래로 밀어 올리거나 내려서 통계 화면 내용을 스크롤할 수 있습니다.
- 워크아웃을 시작하기 전에 표시되었던 시계 화면으로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.
- 나중에 저장된 통계 데이터를 보려면 CASIO의 앱에서 "이력"을 선택합니다.

## 활동 측정 설정 메뉴

활동 측정 **START** 화면을 아래에서 위로 스 와이프하면 현재 표시된 활동에 대한 설정 메뉴가 표시됩니다.

메뉴 항목	해설
이력	활동 측정 결과의 이력 목록을 표시합니다. 로그는 각 운동 활동에 대한 상세하고 최적화된 보기를 제공합니다.
정보 표시	이 항목을 누를 때 나타나는 하위 메뉴를 사용하여 현재 선택한 운동 활동에 대해 측정 진행 중 표시를 맞춤 설정할 수 있습니다. "표시 항목"... 상단, 중간, 하단 표시 영역에 대한 표시 항목을 선택합니다. "배경 이미지"... 배경을 선택합니다.
지도 다운로드	인터넷 접속이 가능한 동안 지도를 미리 다운로드해서 네트워크 접속이 되지 않는 곳에서의 접근성을 보장할 수 있습니다. 손목시계는 한 번에 최대 5개의 Mapbox* 지도를 시계 메모리에 가질 수 있습니다.
지도 표시	손목시계의 전체 표시 영역을 사용하여 지도를 표시합니다.
경로 가져오기	이 항목을 사용하면 시계 메모리에 저장된 경로 데이터를 Google Drive에 저장된 활동 측정 이력 또는 외부 경로 데이터 (GPX 또는 KML 파일) 로 가져와서 참조 경로로 표시할 수 있습니다.
설정	모든 종류의 스포츠 활동에 공통적인 다양한 설정 항목이 포함된 하위 메뉴를 표시합니다.
취소	활동 측정을 취소하고 <b>START</b> 화면 이전의 시계 화면으로 돌아갑니다.

\* 손목시계는 "Google 지도" 및 "Mapbox" 등 두 가지 종류의 지도 사용을 지원합니다. Mapbox 지도 데이터만 다운로드하여 사용할 수 있습니다. 네트워크 통신이 가능한 장소에서는 "설정" (상기) > "지도 앱" > "지도 타입" 순서로 조작을 수행합니다. 다음에 "Google 지도" 또는 "Mapbox"를 선택합니다.

## 활동 측정 중 표시되는 화면 항목 변경하기

활동 측정 진행 중 화면은 "DIGITAL" 시계 화면의 표시 형식 중 하나이므로 DIGITAL 일상 화면과 동일한 조작을 사용하여 상단, 중간, 하단 표시 영역의 표시 항목을 변경할 수 있습니다. 절차에 대한 정보는 "[DIGITAL 화면 항목 변경하기](#)"를 참조하십시오.

### 참고

- 활동 측정 진행 중 화면을 누를 때 나타나는 표시 항목 선택 화면에는 화면에 일시 정지 버튼 (⏸) 이 있습니다. 이것은 일상 화면을 누를 때 나타나는 화면과 다릅니다. 측정을 일시 정지하려면 버튼을 누릅니다.



# 지도 다운로드 및 경로 가져오기

이 절에서는 아래 조작에 대해 설명합니다.

- 손목시계가 오프라인일 때도 표시할 수 있도록 미리 지도를 다운로드하는 방법
- 활동 측정 조작 중에 지도에 표시할 경로 데이터를 가져오는 방법

## 참고

- 손목시계는 "Google 지도" 및 "Mapbox" 등 두 가지 종류의 지도 사용을 지원합니다. Mapbox 지도 데이터만 다운로드하여 사용할 수 있습니다.

## 지도 다운로드

인터넷 액세스가 불가능하지만 여전히 지도를 사용하려는 위치로 이동할 계획이라면 인터넷 액세스가 가능할 때 Mapbox 지도를 미리 다운로드할 수 있습니다.

## 중요 !

- 다운로드 조작을 취소하려는 경우를 제외하고 지도 다운로드가 완료될 때까지 시계 조작을 수행하지 마십시오. 조작을 수행하면 다운로드가 중지될 수 있습니다.
- 지도 데이터의 용량이 크므로 Wi-Fi 연결을 사용할 것을 권장합니다.
- 다운로드한 지도가 표시되는 동안 확대/축소 수준이 제한됩니다. 아래 절차의 4단계에서 표시하는 지도의 면적이 작을수록 지도를 확대할 때 표시되는 세부 정보가 많아집니다. 4단계에서 가능한 가장 작은 지도 영역을 지정할 것을 권장합니다.
- 손목시계는 한 번에 최대 5개의 Mapbox 지도를 시계 메모리에 가질 수 있습니다. 5개의 지도 메모리가 이미 들어있는 때 더 많은 지도 데이터를 다운로드하려고 하면 기존의 다운로드된 지도 데이터를 삭제하라고 지시하는 메시지가 표시됩니다. 더 이상 필요하지 않은 지도 데이터를 삭제한 후, 새로운 데이터를 다시 다운로드해 보십시오.

1. CASIO의 앱 화면에서 "지도"를 눌러 지도를 표시합니다.
2. 화면의 하단을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "지도 다운로드"를 누릅니다.
  - 현재 위치를 중앙으로 하여 지도가 표시됩니다.
3. 다운로드한 지도의 중심에 놓고 싶은 위치가 시계 화면의 중앙이 되도록 지도를 스크롤합니다.
  - APP 버튼 (하단 버튼) 을 사용하여 지도의 크기를 줄이고 표시 영역을 늘린 다음 화면에서 지도를 스크롤할 수 있습니다. 이 때에 화면 중앙의 원내 영역은 다운로드 가능한 최대 영역을 보여줍니다.

**4. START 버튼 (상단 버튼) 과 APP 버튼 (하단 버튼) 을 사용하여 지도를 확대 및 축소하여 다운로드하려는 영역이 화면을 가득 채웁니다.**

- 이 때에 표시되는 영역은 대략 다운로드되는 영역과 같습니다.

**5. "확정"을 누릅니다.**

- 화면에 다운로드 진행률이 표시되면서 지도 다운로드가 시작됩니다. 다운로드를 취소하려면 ✕ 표시를 누릅니다.
- 다운로드가 완료되면 다운로드한 지도가 화면에 나타납니다.

## 지도 종류 변경하기

네트워크 통신이 가능한 환경에서 이 절의 절차를 수행하여 지도를 다운로드할 수 있습니다.

**1. CASIO의 앱 화면에서 "지도"를 눌러 지도를 표시합니다.**

**2. 화면의 하단을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "지도 앱" > "지도 타입" 순서로 누릅니다.**

- "지도 타입"을 누를 때마다 "Google 지도" 및 "Mapbox"를 전환합니다.

### 참고

- "Mapbox"를 선택한 상태에서 표시되는 지도는 OpenStreetMap의 지리 정보를 사용합니다. OpenStreetMap 지리 정보는 누구든지 자유롭게 편집할 수 있으므로 지도에 표시된 정보가 정확하지 않을 수 있습니다.
- 지도 다운로드 조작 실행 직후에 시계가 자동으로 "Mapbox"로 변환됩니다.

## 경로 가져오기

이 절의 조작을 사용하여 시계 메모리에 저장된 경로 데이터 또는 Google 드라이브에 저장된 외부 경로 데이터 \* 를 가져와서 활동 측정 중에 참조 경로로 표시합니다. 가져온 경로는 활동 측정 중에 지도 상에 회색선으로 표시됩니다.

\* KML 및 GPX 형식 파일들이 지원됩니다. 하지만 파일이 어떻게 만들어졌는지에 따라 형식이 호환이 안 되고 가져오기에 오류가 발생할 수 있습니다.

### 참고

- 손목시계에는 지도에 표시할 단일 경로 데이터 파일을 저장할 수 있는 충분한 메모리가 있습니다. 새 경로 데이터를 가져오면 현재 메모리에 있는 가져온 경로 데이터를 덮어씁니다.

## 활동 이력에서 경로 데이터를 가져와서 지도에 표시하기

1. CASIO의 앱 화면에서 "지도"를 눌러 지도를 표시합니다.
2. 화면의 하단을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "경로 가져오기" > "이력" 순서로 누릅니다.
  - 날짜, 시간, 활동 종류의 활동 측정 이력 목록이 표시됩니다.
3. 가져오려는 경로 데이터가 있는 이력 기록을 누릅니다.
  - 누른 이력 기록에 대한 지도 화면이 지도에 표시된 경로와 함께 표시됩니다.
  - 이 지도 기록에 대한 경로 데이터를 가져오려면 이 절차의 4단계로 이동합니다. 다른 이력 기록의 데이터를 보려면 화면을 아래에서 위로 밀어 올립니다. 나타나는 메뉴에서 "날짜 선택으로 돌아가기"를 누릅니다.

**4. 화면을 아래에서 위로 밀어 올립니다. 나타나는 메뉴에서 "경로 가져오기" > "불러오기" 순서로 누릅니다.**

- 가져오기가 시작됩니다. 진행 상황이 화면에 표시됩니다. 가져오기를 중지하려면 ✕ 표시를 누릅니다.
- 가져오기가 완료되면 손목시계는 가져온 경로 데이터와 함께 지도 화면을 표시합니다.

**5. 지도에서 시계 화면 표시로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.**

**Google Drive에서 지도로 경로 데이터 가져오기**

**1. CASIO의 앱 화면에서 "지도"를 눌러 지도를 표시합니다.**

**2. 화면의 하단을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "경로 가져오기" > "구글 드라이브" 순서로 누릅니다.**

- 이것으로 Google Account 선택 화면이 표시됩니다.

**3. 사용하려는 계정의 이름을 누릅니다.**

- Google Drive에 저장된 파일과 폴더가 나열된 파일 선택 화면이 표시됩니다.

**4. 가져오려는 KML 파일 또는 GPX 파일을 누릅니다.**

- "이 데이터를 참고할까요?" 메시지가 표시됩니다. 여기에서 파일 선택 화면으로 돌아가려면 "취소"를 누릅니다.

**5. 누른 파일을 가져오려면 "불러오기"를 누릅니다.**

- 가져오기가 시작됩니다. 진행 상황이 화면에 표시됩니다. 가져오기를 중지하려면 ✕ 표시를 누릅니다.
- 가져오기가 완료되면 손목시계는 가져온 경로 데이터와 함께 지도 화면을 표시합니다.

**6. 지도에서 시계 화면 표시로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.**

### 참고

- 기본설정으로 가져온 경로 데이터는 지도에 표시됩니다. 원하는 경우 경로 데이터를 숨길 수도 있습니다. "경로 참조 표시"를 사용하여 표시와 숨기기를 전환합니다.

1. **CASIO**의 앱 화면에서 "지도"를 눌러 지도를 표시합니다.
2. 화면의 하단을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "설정" > "지도 앱" > "경로 참조 표시" 순서로 누릅니다.
  - "경로 참조 표시"를 누를 때마다 "끄기" (경로 데이터 숨기기) 와 "켜기" (경로 데이터 표시) 간에 전환됩니다.
  - "끄기"를 선택하더라도 가져온 경로 데이터는 시계의 메모리에 남습니다.

# 다른 시계 화면 사용하기

손목시계의 초기 기본설정 "DIGITAL" 시계 화면 외에도 Wear OS by Google 기능을 사용하여 다른 여러 시계 화면 중 하나를 선택할 수 있습니다. CASIO, Google 및 타사 시계 화면을 추가할 수 있습니다.

## 중요 !

- CASIO 외의 시계 화면을 사용하는 경우 활동 측정 후에 다시 그 시계 화면으로 돌아갈 수 없습니다. CASIO 외의 시계 화면으로 돌아가려면 화면을 길게 누른 다음 시계 화면을 다시 선택합니다.
- 다른 시계 화면으로 변경하더라도 활동 측정 중에 시계 화면이 자동으로 "DIGITAL"로 전환됩니다.

## 다른 시계 화면으로 변경하기

1. 시계 화면이 표시된 상태에서 화면의 중앙을 약 2초 동안 손가락으로 누릅니다.
  - 시계 화면 목록이 표시됩니다.
2. 터치 스크린을 왼쪽 또는 오른쪽으로 밀어서 사용 가능한 시계 화면을 스크롤합니다. 원하는 것이 표시되면 그것을 누릅니다.
  - 예를 들어 "2 레이어" CASIO 시계 화면을 누릅니다. "2 레이어"에 대한 자세한 내용은 ["2 레이어" CASIO 시계 화면 사용하기](#)를 참조하십시오.

## 참고

- 위의 1단계에서 나타나는 시계 화면 목록의 "시계 모 드 더보기"를 탭하고 다른 시계 화면을 설치할 수 있습니다.

## "ANALOG" CASIO 시계 화면 사용하기

CASIO ANALOG 시계 화면은 가독성을 우선시하는 아날로그 화면입니다. 이 시계 화면에 표시되는 정보는 현재 위치 및 활동에 따라 자동으로 변경됩니다.

### ANALOG 화면 항목

이 화면은 배경에서 자동으로 정보를 변경함으로써 현재 시간을 더 잘 볼 수 있게 해 줍니다.

표시를 누르면 배경이 약 5초간 보기 쉬워집니다.



현재 시간



배경 정보



## 배경 정보

홈 시간대 및 "일상 활동 범위 \*"를 지정한 후에 화면의 배경 정보가 현재 위치 및 활동에 따라 자동으로 변환됩니다.

\* "일상 활동 범위"는 여러분이 일상 생활을 보내는 지역입니다. 자택과 같이 센터 지점과 손목 시계에서 표시되는 지도상의 원의 반경을 설정해서 범위를 지정할 수 있습니다.

일상 활동 범위 내에 있는  
경우

(A)



운동 중이 아님

일상 활동 범위를 벗어난  
경우

(C)



운동 중이 아님

(B)



운동 중

(D)



운동 중

## 배경 정보 세부사항

이 절에서는 자동으로 변경되는 배경 정보에 대해 설명합니다.

이 절에서 표시되는 예제 화면은 배경 정보를 보기 쉽게 하기 위해 표시를 누를 때 보여지는 것들입니다.

### 화면 (A)

이 화면은 운동을 하지 않고 일상 활동 범위 내에 있을 때 나타납니다. 심박수, 일일 걸음수 등을 확인할 때 사용할 수 있습니다.



배경 정보 예

## 화면 (B)

화면 (A) 가 표시 중일 때에 계속 걷거나, 달리거나, 자전거를 타거나, 사전 설정된 시간동안 기타 활동을 하면 이 화면이 표시됩니다. 이 화면으로 심박수 존과 걸음수가 확대되어 보기 쉬워집니다.



배경 정보 예

## 화면 (C)

이 화면은 운동을 하지 않고 일상 활동 범위 외에 있을 때 나타납니다. 시계 화면의 배경이 지도로 변경됩니다.

- 홈 시간대 외부로 이동하면 시계 화면이 현재 위치의 현재 시간으로 전환되고 사용자의 홈 시간대이 하단 표시 영역에 표시됩니다.



홈 시간대 내  
배경 정보 예



홈 시간대 외  
배경 정보 예

- 시간이 여러분이 위치한 곳의 시간으로 변환되지 않으면 손목시계 면을 아래로 밀어 주십시오. 나타나는 설정 화면에서 다음 단계를 수행하십시오: > "시스템" > "날짜및시간". 다음으로 "시간대 자동설정" 설정에 대해 "켜기"가 선택되어 있는 것을 확인하십시오.

## 화면 (D)

화면 (C) 가 표시 중일 때에 계속 걷거나, 달리거나, 자전거를 타거나, 사전 설정된 시간동안 기타 활동을 하면 이 화면이 표시됩니다. 시계 화면의 배경이 현재 위치에 대한 자세한 정보를 보여주는 지도로 변경됩니다.



홈 시간대 내  
배경 정보 예



홈 시간대 외  
배경 정보 예

## "2 레이어" CASIO 시계 화면 사용하기

읽기 쉬운 흑백 LCD와 컬러 LCD를 결합한 디지털 시계 화면입니다. 화면의 상단과 하단 표시 영역에 표시할 정보를 맞춤 설정할 수 있습니다. 이 시계 화면이 표시된 상태에서 화면을 누르면 수동 심박수 측정이 시작됩니다.

### 2 레이어 화면 항목

2 레이어 시계 화면을 사용하여 필요에 따라 아래 표시 정보를 결합할 수 있습니다.

상단 표시 영역: 날짜, 기압, 심박수

하단 표시: 걸음수, 배터리 잔량, 고도, 소모 칼로리



표시 예  
(상단 표시 영역: 심박수,  
하단 표시 영역: 소모 칼로리)


중간 표시 영역은 일반적으로 요일과 현재 시간을 표시하고 바깥쪽 링은 배터리 잔량을 표시합니다. 심박수 측정 중 표시에 대한 정보는 "[심박수를 수동으로 측정하기](#)"를 참조하십시오.

## 2 레이어 시계 화면 표시 항목 변경하기

1. "2 레이어" 시계 화면이 표시된 상태에서 터치 스크린의 중앙을 약 2초 동안 손가락으로 누릅니다.
  - 이렇게 하면 시계 화면이 축소되고 그 아래에 ⚙️ 마크가 표시됩니다.
2. ⚙️ > "디스플레이" 순서로 누릅니다.
3. "상단"을 누릅니다. 표시되는 메뉴에서 상단 표시 영역에 표시할 항목 (날짜, 기압, 심박수) 을 누릅니다.
4. "하단"을 누릅니다. 표시되는 메뉴에서 하단 표시 영역에 표시할 항목 (걸음수, 배터리 잔량, 고도, 소모 칼로리) 을 누릅니다.
5. 설정 절차를 종료하고 시계 화면으로 돌아가려면 전원 버튼을 누릅니다.


## 심박수를 수동으로 측정하기

1. "2 레이어" 시계 화면이 표시된 상태에서 화면을 누릅니다.


2. "심박수 측정 시작." 메시지를 표시합니다.  표시를 누릅니다.

- 심박수 측정이 시작됩니다. 중앙 표시 영역에 표시된 심박수와 함께 시계 화면 표시로 돌아갑니다. 화면의 바깥쪽 링은 심박수 존을 표시합니다.\*<sup>1</sup>



- 수동 심박수 측정은 "수동 심박수 측정 시간\*<sup>2</sup>"에 설정한 시간 (1~3 분) 이 지나면 자동으로 종료됩니다. 심박수 측정을 도중에 수동으로 종료하려면 화면을 다시 누릅니다. 만일 "심박수 측정 종료." 메시지가 나타나면  표시를 누릅니다.

\*1 이 측정을 위해 "심박수 측정을 위한 초기 기본설정 구성하기" 아래의 절차에 따라 생일, 성별, 기타 프로필 정보를 입력해야 합니다.

\*2 "2 레이어 시계 화면 표시 항목 변경하기" 아래 절차의 2단계에서  > "수동 심박수 측정 시간"을 눌러 이 설정을 변경할 수 있습니다.



# 전력 소비 줄이기 (타임피스)

타임피스는 손목시계의 배터리를 최대로 사용하기 위해 스마트 기능을 무효로 하는 대신 최소 정보를 표시하는 손목시계 모드입니다. 손목시계 및 센서만 작동합니다.

타임피스를 사용해서 수면 중이나 네트워크 접속이 되지 않을 때 등에 전원을 절약합니다.

## 중요 !

- 타임피스에서는 앱, 위치 정보, Wi-Fi 및 스마트폰 연결 (알림 수신 등) 이 모두 비활성화됩니다.
- 타임피스에서는 현재 시간 및 날짜와 관련된 설정 (시간대 자동 전환, 스마트폰 시간 및 날짜 동기화, 썸머타임 조정 포함 등) 을 변경할 수 없습니다. 시간 설정을 업데이트하려면 며칠마다 타임피스를 종료하고 스마트폰과의 연결을 설정해야 합니다.

## 타임피스 화면 항목

타임피스 시계 화면을 사용하여 필요에 따라 아래 표시 정보를 결합할 수 있습니다.

상단 표시 영역: 날짜, 기압

하단 표시 영역: 걸음수, 배터리 잔량, 고도



표시 예  
(상단 표시 영역: 기압,  
하단 표시 영역: 고도)

- 중간 표시 영역에는 항상 현재 시간과 요일이 표시됩니다. 바깥쪽 링은 항상 배터리 잔량을 표시합니다.
- 걸음수를 하단 표시 영역에 할당하면 배터리 작동 시간이 단축됩니다.

## 타임피스로 변경하기

### 1. CASIO의 앱 화면에서 "타임피스"를 누릅니다.

- 타임피스 시작 화면이 표시됩니다.

### 2. "설정"을 누른 후, 필요에 따라 아래의 설정을 합니다.

흑백 화면	"밝게" (흰색 배경에 검은색 텍스트) 또는 "어두움" (검은색 배경에 흰색 텍스트) 을 선택합니다.
표시 항목	누르면 하위 메뉴가 표시됩니다. 하위 메뉴를 사용하여 타임피스 화면의 상단 및 하단 표시 영역에 대한 표시 항목을 선택할 수 있습니다.
단위	"미터법" 또는 "인치법"을 선택합니다. <ul style="list-style-type: none"><li>• 이 설정은 TYO (도쿄) 시간대로 선택한 경우에는 나타나지 않습니다.</li></ul>

- 원하는 대로 설정한 후 화면을 왼쪽에서 오른쪽으로 밀어서 타임피스 시작 화면으로 돌아갑니다.

### 3. "시작"을 누릅니다.

- Wear OS by Google이 종료되고 타임피스로 이행됩니다.

## 타임피스를 종료하고 일반 기능으로 돌아가기 (Wear OS by Google 시작)

전원 버튼을 2초 이상 누릅니다. 이렇게 하면 Wear OS by Google이 기동하고 일반 기능으로 돌아갑니다.

## 타임피스 고도 및 기압 측정 오류 줄이기

판독 오류를 최소화하려면 손목시계의 타임피스 시계 화면에 표시되는 고도 및 기압의 값을 수동으로 정확한 고도 및 기압의 값으로 수정해야 합니다. 아래 조작을 이용해서 다른 소스로부터의 표고값을 기초로 한 고도값 및/또는 정확한 기압계를 사용해서 측정한 기압값을 입력합니다.

아래 절차는 기압과 고도의 값이 모두 타임피스 화면에 표시될 때 적용됩니다. 이 두 값 중 하나만 표시되는 경우 이 절차는 표시된 값에만 영향을 줍니다.

### 1. 타임피스가 표시된 상태에서 **START** 버튼 (상단 버튼) 을 2 초 이상 누릅니다.

- 하단 표시 영역의 "ALTI" (고도) 값이 깜박입니다.

### 2. **START** 버튼과 **APP** 버튼을 사용하여 원하는 대로 값을 높이거나 낮춥니다.

### 3. **START** 버튼을 2초 이상 누릅니다.

- 상단 표시 영역의 "BARO" (기압) 값이 깜박입니다.

### 4. **START** 버튼과 **APP** 버튼을 사용하여 원하는 대로 값을 높이거나 낮춥니다.

### 5. **START** 버튼을 2초 이상 누릅니다.

- 보정 모드가 종료되고 일반 작동으로 돌아갑니다.

# 스마트폰과 연결되지 않은 상태에서 할 수 있는 작업

---

손목시계가 스마트폰과 페어링되어 있으면 스마트폰과 연결되어 있지 않아도 대부분의 기능을 사용할 수 있습니다. 이 경우 수행할 수 있는 작업 중 일부는 다음과 같습니다.

- 활동 측정
- CASIO의 앱에서 호출할 수 있는 거의 모든 기능
- "DIGITAL" 시계 화면의 표시 항목 변경 및 메뉴 사용
- 현재 시간 및 날짜 확인
- 알람, 스톱워치, 타이머
- 시계 화면 변경
- 비행기 모드 전환

손목시계가 스마트폰과 연결되어 있지 않으면 스마트폰 연결이 필요한 일부 앱, 서비스 및 기타 기능을 사용할 수 없습니다. 자세한 내용은 아래 웹사이트를 방문하시기 바랍니다.

<https://support.google.com/wearos/>

또한 아래 웹사이트도 방문할 수 있으며, "스마트폰에 연결하지 않은 상태에서 시계를 어떻게 사용할 수 있습니까?"를 입력한후 [검색] 버튼을 누르십시오.

<https://s.casio.jp/w/10016ko/>

# 문제 해결

시계 조작에 문제가 있을 때마다 이 절을 참조하십시오.

문제에 대한 해결책을 찾지 못한 경우 아래 웹 사이트를 방문하십시오.

<https://s.casio.jp/w/10016ko/>

## 시계 조작 복귀

어떤 이유로 시계가 올바르게 작동하지 못하면 재기동한 다음 조작을 다시 수행합니다. 재시작 절차에 대한 정보는 "[재시작](#)"을 참조하십시오.

## 다른 스마트폰 모델로 변경한 후 페어링을 할 수 없는 경우

아래 정보는 하나의 페어링된 스마트폰 모델에서 다른 것으로 변경할 때도 적용됩니다.

### Android 스마트폰 및 iPhone 사용자

한 번에 하나의 스마트폰만 손목시계와 페어링할 수 있습니다. 손목시계를 다른 스마트폰과 페어링하려면 먼저 기존 스마트폰에서 페어링을 해제해야 합니다.

스마트폰에서 페어링을 해제하려면 "[손목시계를 초기 공장 기본설정으로 되돌리기](#)" 아래의 절차를 수행합니다.




## iPhone 사용자

iPhone을 사용하면 스마트폰당 하나의 손목시계만 페어링할 수 있습니다. 이 손목시계를 스마트폰과 다시 페어링하거나 이 손목시계를 이미 다른 시계와 페어링된 iPhone과 페어링하려면 먼저 스마트폰에서 아래 절차를 수행하여 스마트폰에서 현재 시계의 페어링 정보를 삭제한 다음 이 손목시계와 페어링합니다.

1. iPhone 홈 화면에서 "설정" > "Bluetooth" 순서로 누릅니다.
2. "나의 기기" 목록에서 연결된 **Wear OS by Google** 시계 이름의 오른쪽에 있는 ⓘ 표시를 누릅니다.
3. "이 기기 지우기"를 누릅니다.
4. **Wear OS by Google** 앱을 시작합니다.
5. 화면의 왼쪽 상단에 있는 메뉴 아이콘 (≡) 을 누릅니다. 나타나는 메뉴에서 "새로운 시계 설정"을 누릅니다.
  - 이제 스마트폰 화면에 나타나는 지침에 따라 페어링 절차를 완료합니다.


## 손목시계를 초기 공장 기본설정으로 되돌리기

손목시계를 초기 공장 기본설정으로 재설정하면 현재 페어링된 스마트폰과 페어링이 해제됩니다. 또한 시계 메모리에 저장된 모든 데이터 (활동 측정 이력 기록, 설치된 앱 등) 를 초기화 (삭제) 하고 사용자가 구성한 모든 설정을 재설정합니다.

1. 시계 화면이 표시되어 있는 동안 스크린을 위에서 아래로 밀어 내립니다.
2.  > "시스템" 순서로 누릅니다.
3. "연결 해제 및 초기화"를 누릅니다.
  - 확인 화면이 나타나면 화면을 아래로 스크롤하여 내용을 읽습니다.
4.  표시를 누릅니다.
  - 작업을 중지하려면  표시를 누릅니다.



## 오류 코드 및 오류 메시지 목록

오류 코드 오류 메시지	필요한 조치
<b>1001, 1009</b> 정상적으로 충전할 수 없습니다. 이 메시지가 계속 나타나면 서비스 문의를 하십시오.	충전 케이블을 본 손목시계에서 분리하고 시계를 끈 다음 다시 충전해 보십시오. " <b>1단계: 손목시계 충전하기</b> "에 설명된 대로 손목시계와 함께 제공되는 충전 케이블을 사용하여 충전해야 합니다.  이 메시지/오류 코드가 계속 나타나면 충전용 배터리의 성능이 저하되었을 수 있습니다. 구입한 판매점 또는 인증된 CASIO 서비스 센터에 서비스를 요청하십시오.
<b>1003</b> 충전하기에는 너무 차갑습니다.	주변 온도가 10°C ~ 35°C인 곳에서 본 손목시계를 충전하십시오.
<b>1004, 1007</b> 충전하기에는 너무 뜨겁습니다.	
<b>1021</b> 센서로부터의 데이터 취득에 실패했을 가능성이 있습니다. 설정 화면을 이용해서 시스템을 재기동해 주십시오.	압력 센서, 가속도 센서, 자이로 센서, 자기 센서, 광학 센서 (PPG 심박수) 중 하나의 데이터 취득이 어떤 이유로 실패할 수 있습니다. 다음 단계를 수행하여 손목시계를 다시 시작합니다: 다시 시작하려면 시계 화면을 위에서 아래로 밀어 내립니다. 나타나는 화면에서  , "시스템"을 누른 후 "다시 시작"을 누릅니다.  재시작 후에 이 메시지/오류 코드가 계속 표시되면 구입한 판매점 또는 인증된 CASIO 서비스 센터에 서비스를 요청하십시오.

오류 코드 오류 메시지	필요한 조치
<b>9000</b> 시계에 문제가 발생했습니다. 곧 전원이 꺼집니다.	본 손목시계를 재기동하려면 우선 최소 1시간 동안 충전하십시오. 화면이 흰색으로 바뀔 때까지 약 12초 동안 전원 버튼을 길게 누릅니다.
<b>9001, 9002, 9003</b> 시계에 문제가 발생했습니다. 곧 전원이 꺼집니다.	손목시계를 공인 <b>CASIO</b> 서비스 센터 또는 구입한 판매점에 가져 가서 검사 및 수리하십시오.
<b>9010</b> 시계 온도가 높습니다. 시계를 보호하기 위해 전원이 꺼집니다.	손목에서 시계를 분리하여 온도가 10°C ~ 30°C인 직사광선이 비치지 않는 곳에 두어 시계가 식도록 하십시오. 손목시계가 더 낮은 온도에 도달하면 시계를 다시 켤 수 있습니다.

# 사용 중의 주의 사항

## 정보 정확도 표시

### 조석 그래프 주의 사항

일본의 해역에서는 해상보안청 수로부 발행, 서지 742호 일본연안 조석조화 정수표(1992년 2월 발간) 및 기상청 조위표 게재지점 일람표(2015년)로부터 얻어지는 조화정수 데이터를 사용해서 간만의 시각이나 조위 변화를 예측 계산하고 있습니다. 그 이외의 해역에서는 UKHO ADMIRALTY TIDE TABLES NP 201-05, UKHO ADMIRALTY TIDE TABLES NP 201-208, NOAA, NOAA CO-OPS 및 NOAA 조수 및 해류 웹사이트, 그리고 미국 상무부/해안측량조사청 1942년 1월 TH-1로부터 얻어진 조화정수 데이터를 사용해서 간만의 시각이나 조위 변화가 예측 계산하고 있습니다.

실제 조석 현상은 날씨, 계절 등 여러 가지 요인에 따라 달라지며 계산된 값과 일치하지 않는 불규칙성을 유발할 수 있습니다. 특정 조건으로 인해 실제 조석에서 약간의 편차가 발생할 수 있습니다. 이 때문에 이 앱과 시계의 조석 그래프 기능으로 생성된 정보는 대략적인 참조 정보로 취급해야 합니다. 안전을 위협할 수 있으므로 조석에 대한 항해 또는 다른 결정에 절대로 사용하지 마십시오.

### 일출/일몰 주의 사항

일출과 일몰 계산은 다음 방위각을 사용하여 수행됩니다: 북쪽: 0도, 동쪽: 90도, 남쪽: 180도, 서쪽: 270도. 계산 결과에는 수 초의 오류가 포함되며 오류는 높은 위도에서 더 커집니다. 계산은 평탄한 지평선을 상정하였으며 고유 지형은 고려하지 않습니다.

## 월령 주의 사항

이 손목시계로 표시되는 월령은 아래에 설명된 계산을 기반으로 합니다.

(1) 이각은 함수 계산한 태양과 달의 좌표를 사용하여 계산됩니다.

(2) 이각과 평균 월령과의 상관 관계에 따라 월령을 계산합니다.

월령 주기의 평균은 29.53일이지만 실제로는  $\pm 1$ 일 만큼 변동되므로 이 계산은 최대  $\pm 1$ 일의 오차를 발생시킵니다.

## 방수

본 손목시계는 20BAR까지 방수가 되며, 이것은 물 주변에서 작업하거나 서핑, 스킨다이빙 등에 착용할 수 있다는 뜻입니다. 하지만 아래 정보를 읽어 보시기 바랍니다.

- 비록 방수가 되지만 아래에 설명한 주의 사항에 유의하기 바랍니다.
  - 스쿠버 다이빙(공기통 사용) 중에는 본 손목시계 사용을 피하십시오.
  - 손목시계가 물에 잠겨 있거나 젖어 있는 동안에는 버튼을 작동하지 마십시오.
  - 물 속이나 젖어 있을 때는 충전하기 마십시오.
  - 목욕 중에는 손목시계 착용을 피하십시오.
  - 사우나 또는 고온/고습 환경에 있는 동안에는 손목시계를 착용하지 마십시오.
  - 손 또는 얼굴을 씻을 때나 비누나 세제를 포함한 기타 작업을 수행하는 동안에는 본 손목시계를 착용하지 마십시오.
- 본 손목시계가 물에 잠겨 있을 때는 터치스크린이 작동하지 않습니다.
- 씻기, 수영 또는 물과 관련된 기타 활동을 수행 중에는 심박수 모니터링의 정확도가 감소할 수 있습니다.
- 세탁이나 수영 중 특정 조건은 위치 정보를 취득하지 못하거나 정보 정확도를 떨어뜨릴 수 있습니다.

- 해수나 담수에 잠긴 곳이나 모래 또는 진흙으로 더럽혀진 곳에서 본 손목시계를 사용 한 후에는 아래에 설명한 대로 깨끗한 물로 씻고 완전히 말려 주십시오.
  1. 양동이나 기타 용기에 수돗물 또는 기타 깨끗한 물을 채웁니다.
  2. 손목시계를 물에 넣으십시오.
  3. 소금, 때, 진흙, 모래 등을 제거하기 위하여 물 속에서 부드럽게 앞뒤로 흔들어 줍니다.
  - 터치 스크린이 더러워지면 깨끗한 물로 행구십시오. 더러움이 남아 있으면 부드러운 천으로 닦아내십시오.
  - 충전 단자가 더러워지면 깨끗한 물로 행구십시오. 더러움이 남아 있으면 얇은 면봉 등으로 닦아내십시오.
  - 손목시계를 씻은 후에는 남아 있는 물을 닦아 내기 위하여 깨끗하고 부드러운 마른 헝겊을 사용합니다. 그리고 완전히 말리기 위하여 손목시계를 환기가 잘 되고 그늘진 곳에 둡니다.
  - 뒷면 커버 중앙의 센서 표면을 청소하려면 표면에 손상을 주지 않도록 주의하면서 부드러운 천으로 닦으십시오.
- 방수 기능을 유지하기 위하여 손목시계의 개스킷을 정기적 (2~3년에 한 번 정도) 으로 교체하시기 바랍니다. 개스킷 교체가 필요한 경우 CASIO 서비스 센터 또는 구입한 판매점에 요청하십시오.
- 배터리 교체는 공인 CASIO 서비스 센터 또는 구입한 판매점에 맡겨 주십시오. 공인되지 않은 배터리 교체는 손목시계의 방수 성능에 문제를 일으킬 수 있습니다.
- 손목시계가 갑작스런 온도 저하에 노출되면 손목시계 유리의 내부 표면에 김이 서릴 수 있습니다. 서린 김이 비교적 빨리 사라진다면 아무런 문제가 없습니다. 온도 변화가 갑작스럽고 과도한 경우 (여름에 냉방된 방으로 들어 오거나 냉방기 통풍구가 가까이 서 있는 경우, 또는 겨울에 난방된 방에서 나오거나 손목시계가 눈을 맞을 때)에는 유리에 서린 김이 사라지기까지 시간이 많이 걸릴 수 있습니다. 만일 유리에 서린 김이 사라지지 않거나 유리 내부에 습기가 있는 것을 알았을 때에는 즉시 손목시계 사용을 중지하고 공인 CASIO 서비스 센터 또는 구입한 판매점으로 가져 가십시오.

## 측정 기능 주의 사항

손목시계는 위치 정보, 기압, 고도, 방위, 심박수 및 기타 데이터를 측정하고 표시할 수 있습니다. 이 손목시계는 특별한 용도의 측정 기기가 아닙니다. 측정 기능에 의해 생성된 판독값은 일반적인 참조 정보로만 사용하십시오.

### GPS 사용

본 손목시계는 글로벌 위치 확인 시스템 (GPS) 위성의 무선 신호를 사용하여 지구상의 어디라도 사용자의 현재 위치를 확인할 수 있습니다. 이 GPS 기능은 GPS 위성으로부터 전파를 수신하여 현재 위치와 현재 시간을 계산할 수 있습니다. 현재 위치를 결정하는 프로세스를 “위치 확인”이라고 합니다.

#### 수신에 적절한 위치와 적절하지 않은 위치

- 신호 수신을 위한 좋은 위치는 하늘이 보이고 건물, 나무 또는 기타 물체로 막히지 않는 옥외입니다.
- 아래 설명된 지역에서 GPS 신호 수신 문제가 발생할 수 있습니다.
  - 하늘의 시야가 좁은 곳
  - 나무 또는 건물 근처
  - 기차역, 공항 또는 기타 혼잡한 지역 근처 또는 교통량이 많은 곳
  - 철도 공중선, 고압선, TV 탑 부근.
- GPS 신호 수신은 아래에 설명된 지역에서 가능하지 않습니다.
  - 하늘이 보이지 않는 곳
  - 지하, 터널, 수중
  - 실내 (창문 근처에서는 수신이 가능할 수 있음)
  - 전자기를 발생시키는 무선 통신 장비 또는 기타 장치 근처.
- GPS 위성이 일정한 동작을 하기 때문에 사용자의 위치, 시간 또는 기타 요인에 따라 위치 확인 조작이 지연되거나 위치 확인이 불가능해질 수 있습니다.

## 내장 GPS

이 손목시계에는 GPS\*<sup>1</sup>가 내장되어 있어 스마트폰과 연결하지 않고도 위치 정보를 취득할 수 있습니다. 본 손목시계 단독으로 고객님의 현재 위치의 지도\*<sup>2</sup>를 표시할 수 있으며, 다양한 트레이닝 활동 등을 위한 데이터의 측정 및 기록을 할 수 있습니다.

\*1 GPS (미국) 외에도 본 손목시계는 GLONASS (러시아) 및 QZSS (일본) 위치 확인을 지원합니다. 이 설명서에서는 이러한 모든 위치 확인 시스템을 "GPS"로 지칭합니다.

\*2 스마트폰을 갖고 있지 않을 때 지도를 표시하기 위해서는 사전에 지도 데이터를 다운로드하거나 손목시계가 Wi-Fi 네트워크에 연결되어 있어야 합니다.


## 국외에서 GPS 사용하기

일부 국가 또는 지역에서는 GPS 사용, 위치 정보 수집 및 기록 등에 법적 제한을 가합니다. 본 손목시계에는 GPS 기능이 내장되어 있으므로 시계를 구입한 국가 이외의 국가 또는 지역으로 해외 여행을 떠나기 전에 방문하려는 국가의 대사관 또는 여행사 또는 일부 신뢰할 만한 정보원을 통해 GPS 기능이 있는 장치의 반입 또는 위치 정보의 기록에 대한 금지 또는 제한 사항이 있는지 문의하십시오.

## 장기간 사용하지 않을 경우

본 손목시계를 방전된 상태로 장기간 사용하지 않을 경우 손목시계를 충전하여 다시 사용하기 시작한 직후에는 GPS 신호 수집 및 위치 확인에 시간이 오래 걸립니다.

## GPS 기능 주의 사항

- 전파 수신에 금지되거나 제한되는 지역에 있을 때마다 아래 조작을 수행하여 "위치" 설정을 해제하십시오.
  1. 시계 화면이 표시되어 있는 동안 터치 스크린을 위에서 아래로 내린 다음  표시를 누릅니다.
  2. 아래로 스크롤하여 "연결성" 및 "위치"를 차례로 누릅니다.
  3. 나타나는 화면에서 "위치"를 비활성화합니다.
- 지도 데이터에 잘못된 정보가 포함되어 있을 수 있습니다. 또한 지도 데이터에는 모든 국가 및 지역이 제공되지 않을 수 있습니다.
- 특정 국가 및 지역의 적용 법률 및 제한 사항으로 인해 일부 위치 및 주소 이름이 올바르게 표시되지 않을 수 있습니다.
- 이 손목시계의 GPS 기능에서 제공하는 위치 정보는 참고용이며 표시된 위치는 접근할 수 없거나 접근하기 어려울 수 있습니다. 또한 지도 정보에는 산, 정글, 사막 및 기타 위험하거나 불법적인 위치가 표시될 수 있습니다. 알려지지 않은 장소로 이동하기 전에 법과 안전에 관한 최신 정보를 확인하십시오.
- 이 손목시계를 1.5 GHz 대역의 전파를 사용하는 휴대폰 또는 기타 장치 근처에서 사용하면 신호 수신에 문제가 발생할 수 있습니다.
- 수신 상태에 따라 GPS 위치 정보에는 최대 수백 미터의 오류가 있을 수 있습니다.
- 위치 정보는 항공기를 타고 비행 중이거나 매우 빠른 속도로 움직이는 동안에는 취득할 수 없습니다.
- 이 손목시계의 GPS 기능을 사용하여 측량 또는 높은 정확도가 요구되는 다른 측정에는 절대로 사용하지 마십시오.
- 이 손목시계의 GPS 기능을 보트, 항공기, 자동차, 사람 등의 탐색에 사용하지 마십시오.
- 위치 측정은 미국 (GPS), 러시아 (GLONASS) 및 일본 (QZSS) 이 운영하고 관리하는 위성을 사용하여 수행됩니다. 이 때문에 이들 국가의 재량에 따라 정보에 대한 접근이 금지될 가능성이 항상 있습니다.



## 나침반 (방위 측정)

본격적인 산악 등반과 정확한 방위 판독이 필요한 기타 활동의 경우 손목시계의 나침반과 함께 사용할 수 있는 신뢰성이 높은 나침반을 가져 가십시오.

### 중요 !

- 정확한 나침반 판독 및/또는 보정은 아래 설명된 장소에서는 가능하지 않습니다.
  - 영구 자석 (자기 부속품 등) , 금속 물체, 고전압 전선, 공중선 또는 전기 가전 제품 (TV, 컴퓨터, 스마트폰 등) 근처
  - 기차, 보트, 항공기 등.
  - 실내, 특히 철근 콘크리트 구조물 내부.

## 고도계, 기압계

본 손목시계의 고도계는 압력 센서를 사용하여 기압을 측정하며 측정된 값을 기준으로 상대 고도를 계산하고 표시합니다. 이 때문에 동일한 위치에서 다른 시간에 측정한 값은 온도, 습도, 기압 및 기타 요인의 변화로 인해 다른 고도 판독값을 생성할 수 있습니다. 또한 본 손목시계가 표시하는 판독값은 사용자가 있는 지역의 표고와 다를 수 있습니다. 등산 중에 본 손목시계의 고도계를 사용할 때는 현재 위치의 고도 (표고) 표시에 따라 정기적으로 보정하는 것이 좋습니다.

## 조석 그래프 (조석 정보의 그래프 표시)

본 손목시계의 조석 그래프 기능은 현재의 조석 상태에 대한 대략적인 이미지를 제공하기 위한 것입니다. 조석 정보를 항해 용도로 사용하지 마십시오. 항해 목적을 위해서는 항해하는 지역에 대한 신뢰할 수 있는 기관 또는 당국이 발행한 공식 조석 차트를 사용해야 합니다. 표시된 조석 수준은 참고용으로만 의도된 근사치입니다. 현재 위치의 지리적 특징과 날씨의 판독값에 오류를 일으킬 수 있습니다.

## 심박수 측정

- 손목시계의 뒷면 커버는 맥박을 감지하는 내장 광센서가 있습니다. 이것은 대략적인 심박수를 계산하고 표시하는 데 사용됩니다. 아래 요소들은 심박수 표시에 오차를 일으킬 수 있습니다.
  - 시계를 손목에 착용하는 방법
  - 개인별 손목 특성 및 조건
  - 활동 타입 및/또는 강도
  - 땀, 때 및/또는 기타 센서 주변의 외부 물질
  - 수영 중 물에 잠긴 경우 등
- 따라서 손목시계에 표시되는 심박수는 대략적인 것이며, 정확도에 대한 보장을 할 수 없다는 뜻입니다.
- 본 손목시계의 심박수 모니터링 기능은 레저용이며, 어떠한 식으로도 의료용으로 사용해서는 안 됩니다.

## 기타 제품 주의 사항

### Wi-Fi 연결

Wi-Fi 연결을 사용할 때는 시계의 배터리 잔량과 주변 환경을 알아야 합니다. 배터리가 부족하거나 온도가 너무 낮으면 손목시계 시스템을 보호하기 위하여 Wi-Fi 작동이 자동으로 종료될 수 있습니다.

### 보호 스티커

- 구입 시에 모든 보호 스티커 및/또는 손목시계에 붙어 있는 종이 꼬리표 (뒷면 커버 포함) 및/또는 밴드를 제거하십시오. 보호 스티커 및/또는 종이 꼬리표를 제거하지 않고 시계를 사용하면 시계/밴드와 스티커/종이 꼬리표 간에 먼지가 쌓여 녹과 피부 발진의 위험이 있습니다.

## 충전

- 충전 중에는 손목시계와 AC 어댑터가 뜨거워질 수 있습니다. 이것은 정상적인 현상이며 오작동은 아닙니다.
- 시계의 충전 수준이 손목시계 작동에 충분할 정도로 높은 상태에서는 충전하지 마십시오. 충전하기 전에 충전량 낮아질 때까지 기다리면 배터리 수명이 연장됩니다. 충전기 케이블은 시계가 만충전된 후에 분리하는 것이 좋습니다. 다음의 경우 배터리 성능 저하가 빨라질 수 있으므로 피해야 합니다.
  - 배터리가 완전히 충전되었거나 거의 충전된 상태에서 자주 충전하는 경우
  - 장기간 (며칠간) 에 걸쳐 계속해서 충전하기
  - 배터리가 완전히 충전되었더라도 하루 동안 충전 케이블을 여러 번 연결과 분리를 반복하는 경우
- 손목시계 또는 충전 케이블이 젖었을 때는 손목시계를 충전하지 마십시오. 충전 전에는 모든 습기를 닦아내고 손목시계와 충전기가 건조된 상태인지 확인합니다.
- 다량의 습기, 먼지 또는 미세한 금속 입자가 있는 장소, 진동이 있는 장소 또는 유선 전화, TV, 라디오 등의 근처에서 손목시계를 충전하지 마십시오.
- 이 손목시계의 충전 케이블은 자성체입니다. 철 입자가 함유된 모래와 접촉하면 충전이 안 될 수 있습니다. 충전 단자 또는 케이블이 진흙 또는 모래로 더러워지면 충전하기 전에 모든 이물질을 완전히 닦아 내십시오.
- 극도로 추운 곳이나 더운 곳에서는 시계를 충전할 수 없거나 시계가 완전히 충전되지 않을 수 있습니다. 주변 온도가 10°C ~ 35°C인 곳에서 본 손목시계를 충전하십시오.

## 손목 심박수 측정

- 손목시계의 뒷면 커버는 손목 맥박을 감지하는 내장 센서가 있습니다. 이것은 대략적인 심박수를 계산하고 표시하는 데 사용됩니다. 아래 요소들은 심박수 표시에 오차를 일으킬 수 있습니다.
  - 시계를 손목에 착용하는 방법
  - 개인별 손목 특성 및 조건
  - 활동 타입 및/또는 강도
  - 땀, 때 및/또는 기타 센서 주변의 외부 물질따라서 손목시계에 표시되는 심박수는 대략적인 것이며, 정확도에 대한 보장을 할 수 없다는 뜻입니다.
- 아래 조건은 정확한 펄스 감지를 불가능하게 만들 수 있습니다.
  - 저온 환경 또는 팔로의 혈류를 감소시키는 기타 조건에서 하는 운동
  - 팔 문신
  - 자외선 차단 크림 또는 로션, 방충제 또는 기타 피부 응용 제품 사용
- 본 손목시계의 심박수 모니터링 기능은 레저용이며, 어떠한 식으로도 의료용으로 사용해서는 안 됩니다.

## 밴드

- 심박수 모니터링을 위해 밴드를 편안하게 조이면 땀을 유발할 수 있고 밴드 아래로 공기가 통하기 어려우므로 피부자극을 유발할 수 있습니다. 심박수를 모니터링할 필요가 없는 일반적인 착용 시에는 손목과 밴드 사이에 손가락이 들어갈 정도로 충분히 느슨하게 하십시오.
- 열화, 녹 및 기타 조건으로 인해 밴드가 파손되거나 시계에서 떨어지면 밴드 핀이 바깥으로 날아가거나 떨어질 수 있습니다. 이로 인해 손목시계가 손목에서 떨어지거나 분실할 위험이 있으며 또한 부상의 위험이 있습니다. 항상 밴드를 잘 관리하고 깨끗하게 유지하십시오.
- 밴드의 유연성 상실, 밴드 균열, 밴드 변색, 밴드 헐거움, 밴드 연결 핀 분실 또는 빠짐 또는 기타 이상을 발견하면 즉시 밴드 사용을 중단하십시오. 귀하의 시계를 공인 CASIO 서비스 센터 또는 구입한 판매점에 가져 가서 점검 및 수리 (청구 대상) 또는 밴드 교체 (청구 대상) 를 하십시오.

## 온도

- 차량의 대시보드, 히터 근처 또는 온도가 매우 높은 기타 장소에 시계를 두지 마십시오. 시계가 매우 낮은 온도에 노출될 수 있는 장소에 두지 마십시오. 오작동의 원인이 될 수 있습니다.
- +60℃ 보다 뜨거운 곳에 시계를 두면 화면 패널에 문제가 발생할 수 있습니다. 0℃ 미만 및 +40℃를 초과한 온도에서는 화면 패널을 읽기 어려울 수 있습니다. 고온으로 인해 정지된 손목시계 작동은 손목시계가 충분히 냉각될 때까지 재개되지 않습니다. 손목시계가 식을 때까지 잠시 기다리십시오.

## 추운 환경에서의 사용

- 추운 상태 하에서는 배터리가 만충전된 상태라도 배터리가 제공하는 조작 시간이 통상 시보다 짧아집니다.
- 온도가 너무 낮으면 손목시계 시스템을 보호하기 위하여 Wi-Fi 작동이 자동으로 종료될 수 있습니다.

## 자성

- 일부 손목시계 기능은 자성이 있는 곳에서는 정상적으로 작동하지 않을 수 있습니다. (의료 장비 등의) 매우 강한 자성은 시계가 오작동하거나 전자 부품이 손상될 수 있으므로 피해야 합니다.

## 화학 약품

- 손목시계를 희석제, 휘발유, 솔벤트, 오일 또는 지방, 또는 그러한 성분이 포함된 세제, 접착제, 도료, 의약품 또는 화장품과 접촉하지 않도록 하십시오. 이런 물질과 접촉하면 수지 케이스, 수지 밴드 및 기타 부품이 변색되거나 손상될 수 있습니다.
- 자외선 차단제, 핸드 크림, 화장품 및 기타 응용 제품이 손목시계 뒷면 커버에 닿으면 센서 창이 더러워져 심박수 정확도가 떨어질 수 있습니다. 심박수 측정을 수행할 때 이러한 피부 응용 제품을 사용하지 마십시오.

## 보관

- 장시간 시계를 사용하지 않으려면 때, 띠 및 습기를 완전히 제거하고 시원하고 건조한 곳에 보관하십시오.
- 충전하지 않을 때는 AC 어댑터에서 충전 케이블을 분리하고 AC 어댑터를 전원 콘센트에서 분리하십시오. 나중에 사용할 수 있도록 안전한 장소에 보관하십시오. 충전 케이블은 자기이므로 마그네틱 카드, 정밀 기기 및 아날로그 시계와 멀리 떨어뜨려 보관하십시오.

## 수지 성분

- 시계가 젖었을 때 오랫동안 다른 물체와 접촉하거나 다른 물체와 함께 보관하면 수지 구성 요소의 색이 다른 물체로 변지거나 다른 물체의 색이 손목시계의 수지 구성 요소로 변질 수 있습니다. 보관하기 전에 시계를 완전히 말리고 다른 물건과 접촉하지 않도록 하십시오.
- 직사광선 (자외선) 에 장시간 노출되거나 시계의 띠를 장기간 청소하지 않으면 시계가 변색될 수 있습니다.
- 특정 조건 (강한 외력, 지속적인 마찰, 충격 등) 으로 인해 마찰이 발생할 경우 페인트한 부품이 변색될 수 있습니다.
- 밴드에 인쇄된 그림이 있으면 인쇄된 부분을 강하게 문지르면 변색될 수 있습니다.
- 손목시계를 매일 사용하거나 시계를 장기간 보관하면 수지 구성 요소가 열화, 파손 또는 구부러질 수 있습니다. 이러한 손상의 정도는 사용 조건 및 보관 조건에 따라 다릅니다.

## 손목시계 센서

- 시계 센서는 정밀 기기입니다. 분해하려고 시도하지 마십시오. 센서의 구멍에 물체를 넣지 마십시오. 때, 먼지 또는 기타 이물질이 들어가지 않도록 주의하십시오. 바닷물 속에서 시계를 사용한 후에는 깨끗한 물로 완전히 헹굽니다.

## 금속 부품

- 금속 부품의 때를 닦지 않으면 부품이 스테인리스 스틸 또는 도금 처리되어 있어도 녹이 형성될 수 있습니다. 금속 부품이 땀이나 물에 노출된 경우 부드러운 흡수성 천으로 철저히 닦은 다음 건조시키기 위하여 통풍이 잘 되는 곳에서 둡니다.
- 부드러운 칫솔 또는 유사한 도구를 사용하여 순한 중성세제를 물로 희석시킨 용액 또는 비눗물로 금속을 닦아냅니다. 그런 다음 물로 행구어 남아있는 세제를 모두 제거한 다음 부드러운 흡수성 천으로 닦아 내십시오. 밴드를 닦을 때 시계 케이스를 주방용 플라스틱 랩으로 감싸서 세제나 비누와 접촉하지 않도록 하십시오.

## 화면 패널

- 화면은 보는 방향에 따라 잘 보이지 않을 수 있습니다.
- 이 손목시계의 화면 패널은 99.99%를 넘는 픽셀 수율의 고정밀 기술을 사용합니다. 이것은 극소수의 픽셀이 켜지지 않거나 항상 켜져 있을 수 있음을 의미합니다. 이는 화면 패널의 특성으로 인한 것이며 오작동을 의미하지 않습니다.

## 화면 보기

손목시계의 화면을 보기 전에 안전한 장소에 있는지 확인하십시오.

그렇게 하지 않으면 넘어지거나 부상 및 사고의 위험이 있습니다. 또한 다른 사람과 부딪히지 않도록 충분히 주의하십시오.

## 피부 발진

### 피부 발진을 일으키는 상태를 피하도록 주의하십시오.

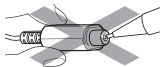
시계와 밴드가 피부에 직접 닿기 때문에 특정 사용 조건으로 인해 피부 발진이 발생할 수 있습니다.

- 금속 또는 가죽 알레르기
- 시계 또는 밴드의 먼지, 녹, 땀
- 안 좋은 몸 상태 등
  - 시계를 손목에 착용할 때 시계와 손목 사이에 손가락을 넣을 수 있도록 충분히 느슨하게 착용해야 합니다.
  - 만일 어떤 이상 증상을 인식하게 된다면 즉시 손목시계 사용을 중지하고 의사와 상담하시기 바랍니다.

## 충전 케이블

충전 케이블을 사용할 때에는 아래의 주의 사항을 반드시 준수해 주십시오. 그렇게 하지 않으면 오작동할 우려가 있습니다.

- 과도한 힘을 충전 케이블 플러그에 가하거나 플러그에 물건을 삽입하거나 억지로 커넥터에 밀어 넣지 마십시오.



- 충전 케이블 플러그 부근에 열쇠, 목걸이, 종이 클립 또는 기타 금속 물체를 두지 마십시오. 그렇게 하면 금속이 마그네틱 플러그에 부착되어서 단락이 발생할 수 있습니다.
- 충전 케이블을 사용하지 않을 때는 전원 콘센트에서 USB-AC 어댑터를 뽑고 케이블을 분리하십시오.



# 사용자 유지 보수

## 손목시계 관리

옷과 마찬가지로 피부에 시계를 착용하십시오. 설계된 수준으로 시계가 작동하려면 시계와 밴드에 땀, 땀, 물 및 기타 이물질이 없도록 부드러운 천으로 자주 닦아서 깨끗하게 유지하십시오.

- 시계가 바닷물 또는 진흙에 노출될 때마다 깨끗한 물로 씻어 내십시오.
- 수지 밴드의 경우 물로 씻은 다음 부드러운 천으로 닦으십시오. 수지 밴드의 표면에 얼룩 무늬가 나타날 수 있습니다. 이것은 피부나 옷에 아무런 영향을 미치지 않습니다. 얼룩 무늬를 제거하기 위해 천으로 닦으십시오.
- 수지 밴드의 금속 부품을 청소하려면 부드러운 칫솔 또는 유사한 도구를 사용하여 순한 중성세제를 물로 희석시킨 용액 또는 비눗물로 밴드를 닦아냅니다. 그런 다음 물로 헹구어 남아있는 세제를 모두 제거한 다음 부드러운 흡수성 천으로 닦아 내십시오. 밴드를 닦을 때 시계 케이스를 주방용 플라스틱 랩으로 감싸서 세제나 비누와 접촉하지 않도록 하십시오.
- 장기간 버튼을 조작하지 않으면 작동 문제가 발생할 수 있습니다. 적절한 작동을 유지하려면 가끔 버튼을 누르십시오.
- 충전 단자 또는 충전 케이블 커넥터에 먼지나 기타 이물질이 있으면 충전 시간이 더 오래 걸리거나 전혀 충전되지 않을 수 있습니다. 깨끗하고 마른 천이나 면봉을 사용하여 때때로 충전 단자와 충전 케이블 커넥터를 닦으십시오.

## 부실한 손목시계 관리로 인한 위험

### 녹

- 손목시계에 사용되는 금속은 녹이 슬기 매우 어렵지만 시계가 더러워진 후 청소하지 않으면 녹이 슬 수 있습니다.
  - 시계에 때가 묻으면 산소가 금속에 닿지 않아 금속 표면의 산화막이 부식되고 녹을 발생시킬 수 있습니다.
- 녹이 발생하면 금속 부분에 날카로운 부분이 생기고 밴드 핀이 튀어 나가거나 떨어질 수 있습니다. 이상이 발견되면 즉시 사용을 중지하고 공인 CASIO 서비스 센터 또는 구매한 판매점으로 가져 가십시오.
- 금속 표면이 깨끗해 보이더라도 갈라진 틈의 땀과 녹이 옷 소매를 더럽히고 피부에 자극을 줄 수 있으며 시계 성능을 방해할 수도 있습니다.

### 조기 열화

- 수지 밴드나 베젤에 땀이나 물기가 남거나 습기가 많은 곳에 시계를 보관하면 조기 열화, 절단 및 파손이 발생할 수 있습니다.

### 피부 발진

- 민감한 피부 또는 신체 상태가 좋지 않은 사용자는 시계 착용시 피부에 자극을 받을 수 있습니다. 이러한 사용자는 가죽 밴드 또는 레진 밴드를 특히 청결하게 유지해야 합니다. 발진 또는 기타 피부 자극을 경험할 경우 즉시 시계를 분리하고 피부 관리 전문가에게 연락하십시오.

# 기타 주의 사항

---

## 충전용 배터리 취급 (재활용해 주십시오 !)

내장 리튬-이온 배터리는 다양한 자원들을 포함하고 있습니다. 손목시계를 폐기할 때는 자원 재활용을 위하여 적절한 절차에 따라 주십시오. 손목시계 폐기 시에 따라야 할 적절한 절차에 대한 정보는 공인 CASIO 서비스 센터 또는 구입한 판매점에 문의하기 바랍니다.

## 개인정보 보호 주의사항

고객님의 개인정보를 보호하기 위하여 손목시계를 다른 사람에게 양도하거나 손목시계를 폐기하기 전에 고객님의 스마트폰과 페어링을 종료하기 바랍니다. 스마트폰에서 페어링을 해제하려면 "[손목시계를 초기 공장 기본설정으로 되돌리기](#)" 아래의 절차를 수행합니다.

# 주요 사양

---

## 화면 :

3.05cm (1.2인치) , 2 레이어 구조 LCD, 컬러 TFT LCD (360×360 픽셀)  
+ 흑백 LCD

## 터치 패널 :

정전용량식 터치 패널

## 기타 :

마이크, 진동

## 배터리 :

종류 : 리튬이온 배터리

충전 시간 :

실온에서 약 3시간 (특별 충전 케이블을 사용해야 함)

## Bluetooth :

Bluetooth® V4.1 (Low Energy 대응)

## Wi-Fi (무선 LAN) :

IEEE802.11b/g/n

## 메모리 :

4GB 내장 메모리, 768MB RAM

## 충전 방식 :

마그네틱 압착식 충전단자

## 버튼 :

START 버튼, 전원 버튼, APP 버튼

## 방수 :

20BAR (200미터) 방수 \*1

## 센서 :

GPS, 압력 센서, 가속도 센서, 자이로 센서, 자기 센서, 광학 센서 (PPG 심박수)

## 손목시계 :

자동 시간 수정 :

스마트폰과의 통신으로 수정 (수동으로 시간 수정 가능)

GPS 정보로 수정 (수동으로 수정 가능)

시간대 (세계 시간 기능) :

여러 세계 시간대를 지원합니다. (종류는 시스템 시간대에 따라 다릅니다.)

12/24 시간 전환

자동 캘린더 :

스마트폰과의 연동으로 자동 전환

썸머타임 :

스마트폰과의 연동으로 자동 전환

시계 화면 종류 :

3가지 CASIO 시계 화면 : DIGITAL, ANALOG, 2 레이어

추가 시계 화면을 설치할 수 있습니다.

## 지도 기능 :

지도 화면, 경로 화면, 선택 가능한 지도 스킨, 지도 다운로드 (오프라인 지도), 음성 메모, 랜드마크, 이력 화면

## 나침반 :

측정 범위 :  $0^{\circ} \sim 359^{\circ}$

측정 단위 :  $1^{\circ}$

연속 측정 시간 : 1분

북방위 지침, 자기 편차 보정, 방위각 메모리, 경사 보정

## 고도계 :

측정 범위 :  $-700 \sim 10,000$  m

측정 단위 : 1 m

측정 정확도 :  $\pm 75$  m 이내 (수동 보정이 자주 수행되는 경우)

최단 측정 간격 : 1분

고도 그래프 : 과거 24시간분

수동 고도 보정, 위치 정보를 이용한 자동 고도 보정 \*2

**기압계 :**

측정 범위 : 260 ~ 1,100 hPa  
측정 단위 : 1 hPa  
측정 정확도 :  $\pm 3$  hPa 이내  
기압 변화 그래프 : 과거 24시간분  
기압 측정 간격 : 1분  
수동 기압 보정

**조석 및 낚시 :**

조석 그래프 : 과거 12시간 + 향후 12시간  
낚시 시간 (현재 위치 및 달의 시간 각도, 월령에 따라 계산)

**일출/일몰 :**

일출/일몰 시간 (현재 위치 일출/일몰)

**활동 종류 :**

달리기, 트레일 달리기, 로드 바이킹, 사이클링,  
산악 자전거, 실내 운동, 수영장 수영, 서핑,  
세일링, 카약, SUP, 스키,  
스노 보드, 트레킹, 낚시, 걷기

**화면 밝기 설정 :**

5 레벨

**배터리 수준 표시 :**

0~100% 정수값

**충전 케이블 :**

길이 : 약 0.75 m  
종류 : AC 어댑터 USB 타입 A

**만충전 시의 동작 시간\*1 :**

일반 사용 : 약 1.5일 이상  
타임피스모드 : 약 한 달\*3

**동작 온도 :**

-10℃ ~ 40℃

**크리스탈 :**

미네랄 글래스 (때 방지 코팅)

**크기 (본체 높이 × 넓이 × 깊이) :**

약 65.6 × 56.3 × 19.5 mm

센서 영역 포함 시 두께 : 약 21.3mm

**중량 (밴드 포함) :**

약 103g

**포함된 액세서리 :**

전용 충전 케이블

\*1 CASIO 시험 조건

\*2 GPS 고도 정보가 사용되므로 표시된 고도가 실제 해수면 표고 또는 고도와 정확히 일치하지 않을 수 있습니다.

\*3 걸음수를 표시하면 배터리 작동 시간이 줄어듭니다.

\*4 iOS 기기에 연결된 경우 기능이 제한됩니다.

# 보충 정보

## 오픈 소스 정보

CASIO는 GPL, LGPL 및 이 제품의 오픈 소스 라이선스에 포함된 기타 소스 코드를 사용합니다. CASIO는 각 오픈 소스 라이선스에 따라 소스 코드를 공개합니다. 소스 코드 및 각 오픈 소스 라이선스에 대한 자세한 내용은 CASIO 웹 사이트를 방문하십시오. 소스 코드는 보증없이 "있는 그대로" 제공됩니다. 그러나 이는 CASIO의 제품 결함 (소스 코드의 결함 포함)에 대한 보증 조건에는 영향을 미치지 않습니다.


## 저작권

- Bluetooth® 워드 마크 및 로고는 Bluetooth SIG, Inc.가 소유하고 있는 등록 상표이며, CASIO COMPUTER CO., LTD.에 의해 사용되는 모든 마크는 라이선스 하에 있습니다. 기타 상표 및 상표 이름은 해당 소유자의 것입니다.
- Wi-Fi는 Wi-Fi Alliance의 등록 상표입니다.
- Google, Google Play, Wear OS by Google, Google Fit 및 기타 마크는 Google LLC의 상표입니다.
- iPhone은 미국 및 기타 국가에서 등록된 Apple Inc.의 상표 또는 등록 상표입니다.
- App Store는 미국 및 기타 국가에서 등록된 Apple Inc.의 서비스 마크입니다.
- 본 매뉴얼에 사용된 기타 회사, 제품 및 서비스 이름은 타인의 상표이거나 등록 상표일 수 있습니다.



## 규정 정보

본 손목시계는 전자 방식의 화면 표시를 지원하는 장치입니다. 규정 정보를 표시하려면 아래 단계를 수행하십시오.

1. 시계 화면이 표시되어 있는 동안 터치 스크린을 위에서 아래로 내린 다음 를 누릅니다.
2. 화면을 아래로 스크롤합니다. "시스템" 및 "규정 정보"를 차례로 누릅니다.

본 손목시계는 다양한 국가 및 지역의 전파법을 준수하거나 이에 따라 승인되었습니다.

이 손목시계를 준수하지 않거나 승인되지 않은 지역에서 사용하면 현지 법률에 따라 처벌을 받을 수 있습니다.

자세한 내용은 아래 웹사이트를 방문하시기 바랍니다.

<https://s.casio.jp/w/10122en/>

## EU 지침에 따른 적합성 선언



Manufacturer:  
CASIO COMPUTER CO., LTD.

6-2, Hon-machi 1-chome  
Shibuya-ku, Tokyo 151-8543, Japan

Responsible within the European Union:  
Casio Europe GmbH  
Casio-Platz 1, 22848 Norderstedt, Germany  
[www.casio-europe.com](http://www.casio-europe.com)

적합성 선언의 사본은 아래에서 찾을 수 있습니다.

<http://doc.casio.com>

관련 유럽 RF 노출 준수 요구 사항을 준수하기 위해 GSW-H1000은 다른 송신기와 함께 배치하거나 사용해서는 안 됩니다.

유의사항: 이 장비는 모든 EU 및 EFTA 국가에서 사용하기 위한 것입니다. 옥외 사용은 특정 주파수에 제한이 될 수 있으며, 그리고/또는 작동에 대한 라이선스가 필요할 수 있습니다.

자세한 내용은 고객 서비스 담당자에게 문의하기 바랍니다.

이에, Casio Europe GmbH, Casio-Platz 1, 22848 Norderstedt, Germany는 이 GSW-H1000 모델이 1999/5/EC 또는 2014/53/EU 지침의 필수 요구 사항 및 다른 관련 규정을 준수함을 선언합니다.

본 제품은 미국 수출관리규정(EAR)의 적용을 받습니다. 따라서, 미국 금수조치 및 기타 특별 통제가 적용되는 국가에 본 제품을 수출하거나 가지고 들어갈 수 없습니다.

주파수 대역 및 최대 출력

- GSW-H1000  
IEEE802.11b/g/n: 2.4GHz band  $\leq 19\text{dBm}$   
Bluetooth(2.4GHz)  $\leq 10.5\text{dBm}$

## 주의

- 배터리를 잘못된 타입으로 교체하면 폭발 위험이 있습니다. 사용한 배터리는 지침에 따라 폐기하십시오.
- 배터리를 사용, 보관 또는 운반하는 동안 배터리 및 **GSW-H1000**을 고온 또는 저온 환경에 두지 마십시오. 폭발, 가연성 액체, 가스가 새어 나올 수 있습니다.
- 극히 낮은 기압 하의 배터리 및 **GSW-H1000**은 폭발하거나 가연성 액체 또는 가스가 누출될 수 있습니다.
- 본 손목시계를 사용할 때는 아래 사항을 반드시 준수해 주십시오. 그렇지 않으면 발열, 화재 및 폭발의 위험이 발생합니다.
  - 본 손목시계를 불에 넣거나 열에 노출되지 않도록 하십시오.
  - 본 손목시계를 분해 및 개조하거나 밟지 마십시오. 그렇게 하면 제품에 강한 충격을 줍니다.
  - 본 손목시계를 전자렌지, 건조기, 압력 용기 등의 내부에 넣지 마십시오.

## 제품 품질 정보

CASIO는 사용자를 익명으로 유지하는 방식으로 시계 사용에 대한 정보를 수집합니다. 이 정보는 CASIO 서버에 안전하게 저장되며 제삼자가 접근할 수 없습니다. 제품의 품질과 기능을 향상시키는 데 사용됩니다.

## 한국의 고객

장비 이름 : 특정소출력 무선기기  
(무선데이터통신시스템용 무선기기)

제작년월 :

사용자는 제품의 액정 표시 및 포장  
라벨에서 일련 번호를 볼 수 있습니다.

사용자는 회사에 문의하십시오.

제조년월을 확인할 수 있습니다.

일련 번호를 표시하려면 다음을  
수행하십시오.

표시하는 동안 상단 가장자리에서  
터치 스크린을 스와이프하십시오.

“”를 탭해 주십시오.

아래로 스크롤하여 “시스템” > “정보”  
를 탭합니다.

또한 일련 번호는 패키지 라벨의  
바코드 부분에 표시되어 있습니다.

패키지 라벨 바코드 예

GSW-H1000-1DR



SERIAL NO.



일련 번호의 예

제조국 : 일본

참고 : 해당 무선 설비는 전자 표시가 탑재되어 있습니다.

전자 표시를 확인하려면 다음을 수행하십시오.

표시하는 동안 상단 가장자리에서 터치 스크린을 스와이프하십시오.

“”를 탭해 주십시오.

아래로 스크롤하여 “시스템” > “규정 정보”를 탭합니다.

또한 이 전자 표시는 사용자가 변경할 수 없습니다.

## 리튬 이온 충전지에 관한 취급 주의사항

〈경고〉 발열, 화재, 폭발 등의 위험을 수반할 수 있으니  
다음사항을 지켜주시기 바랍니다.

- a) 육안으로 식별이 가능할 정도의 부풀음이 발생한 전지는 위험할 수 있으므로 제조자 또는 판매자로 즉시 문의할 것.
- b) 지정된 정품 충전기만을 사용할 것.
- c) 화기에 가까이 하지 말 것. (전자레인지에 넣지 말 것)
- d) 여름철 자동차 내부에 방치하지 말 것.
- e) 찜질방 등 고온다습한 곳에서 보관, 사용하지 말 것.
- f) 전지 단자에 목걸이, 동전, 열쇠, 시계 등 금속 제품이 닿지 않도록 주의할 것.
- g) 제조 업체가 보증한 리튬2차전지를 사용할 것.
- h) 분해, 압착, 관통 등의 행위를 하지 말 것.
- i) 높은 곳에서 떨어뜨리는 등 비정상적 충격을 주지 말 것.
- j) 45℃ 이상의 고온에 노출하지 말 것.
- k) 습기에 접촉되지 않도록 할 것.



모델명 : LIS1665CSPC

신고번호 : 전지 본체의 “KC” 마크 가까이에 표시

전지의 종류 : 리튬 이온 배터리 팩

제조자명 또는 수입자명 : 전지 본체에 표시

공칭전압 : 3.7V

정격용량 : 280mAh

제조년월 : 전지 본체에 표시

A/S 문의 : 주식회사 지코스모 02-3143-0718

제조국명 : 중국

# USB-AC 어댑터 (AD-W50150U1)

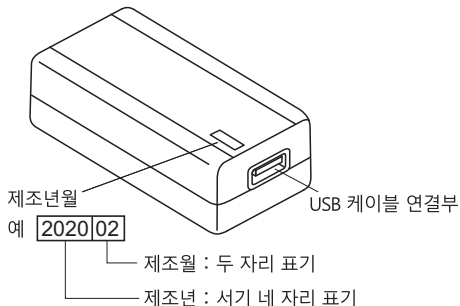
입력 : 100 ~ 240V AC, 50/60Hz, 160mA

출력 : 5.0V DC, 550mA

작동 온도 조건 : 5 ~ 35 °C

외형 치수 : 55.0 (W) × 23.0 (H) × 31.6 (D) mm

무게 : 약 34.5g



SU10291-19001

R-R-Mm7-AD-W50150U1

인증취득 회사 : MITSUMI PHILIPPINES, INC.

제조자 : MinebeaMitsumi Inc.

생산국 : MADE IN PHILIPPINES



**CASIO COMPUTER CO., LTD.**

6-2, Hon-machi 1-chome  
Shibuya-ku, Tokyo 151-8543, Japan

MA2511-E