

Guide de l'utilisateur ProSense 307/347/367

Table des matières

Guide de l'utilisateur ProSense 307/347/367	7
Présentation de votre produit	8
Contenu de la boîte du produit	8
Accessoires en option et pièces de rechange	9
Système de notation employé dans la documentation	9
Boutons du produit	10
Icônes d'écran	11
Icônes des zones de fréquence cardiaque	14
Icônes de notification de téléphone intelligent	15
Configuration du produit	17
Chargement de la montre	17
Affichage du niveau de la pile	21
Comment allumer ou éteindre la montre	25
Configuration de votre montre	25
Configuration de la montre au moyen des boutons	25
Configuration de la montre au moyen d'un téléphone intelligent	27
Acquisition d'un signal GPS	29
Connexion de l'appareil à un téléphone intelligent via Bluetooth	30
Mesure de votre fréquence cardiaque	32
Calcul de votre longueur de foulée	34
Activation des notifications de téléphone intelligent	34
Ajustement de l'affichage sur l'appareil	35
Ajustement des paramètres de cadran de montre et d'arrière-plan	36
Ajustement des paramètres de rétroéclairage	36
Ajustement des paramètres de son et de vibration	38
Verrouillage et déverrouillage des boutons de la montre	39
Mesure et examen des entraînements	41
Mesure des entraînements	41
Mesures d'entraînement affichables	41
Début de la mesure d'un entraînement	44

Arrêt de la mesure de l'entraînement et sauvegarde des données	47
Enregistrement de tours	48
Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Course, Marche ou Vélo.....	48
Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage en piscine	49
Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage extérieure ou Vélo intérieur..	50
Interruption et reprise de la mesure de l'entraînement.....	50
Changement de type d'entraînement durant la mesure d'un triathlon.....	51
Suivi des données de l'entraînement en cours	52
Personnalisation de vos mesures d'entraînement avec Epson View.....	52
Estimation de votre VO ₂ max.....	53
Commande de lecture de musique.....	53
Utilisation du chronomètre.....	54
Examen des données d'entraînement.....	55
Examen de l'historique des données d'entraînement sur votre montre	55
Mesure et examen des activités quotidiennes.....	58
Mesure d'activité et collecte de données	58
Début de la mesure d'activité	58
Données d'activité affichées sur votre appareil.....	59
Activités disponibles pour chaque mode de fréquence cardiaque	62
Configuration d'un nombre cible de pas	63
Configuration d'un nombre cible de calories à brûler.....	64
Examen des données d'activité sur votre montre	64
Examen des données d'activité dans l'application Epson View.....	65
Paramètres des menus de la montre	67
Menus de l'écran Heure	67
Menus de l'écran Mesure	69
Entretien de votre montre	72
Nettoyage de votre montre	72
Durée de vie de la pile	73
Résolution de problèmes.....	74
Résolution de problèmes au moyen de votre montre	74
Solutions aux problèmes d'écran de la montre	74

Solutions aux problèmes de chargement de la montre	75
Solutions aux problèmes de réglage de la montre	76
Solutions aux problèmes de signal GPS.....	76
Résolution de problèmes concernant l'utilisation d'Epson View	76
Solutions aux problèmes concernant l'utilisation d'Epson View.....	77
Redémarrage de la montre	77
Réinitialisation de la montre	78
Vérification de la version du micrologiciel de votre montre	79
Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de l'application Epson View.....	80
Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de votre ordinateur	81
Comment obtenir de l'aide.....	82
Caractéristiques techniques	84
Caractéristiques de l'appareil	84
Caractéristiques des accessoires en option	86
Consultation des caractéristiques de sécurité et d'homologation	86
Avis.....	88
Remarques concernant les ondes électromagnétiques	88
Avis sur les droits d'auteur.....	90
Arbitrage exécutoire et recours collectifs.....	90
Marques de commerce.....	94
Attribution des droits réservés	94

Guide de l'utilisateur ProSense 307/347/367

Bienvenue au *Guide de l'utilisateur* de l'appareil ProSense 307/347/367.

Si vous préférez consulter un *Guide de l'utilisateur* dans un autre format, visitez [epson.com/support](https://www.epson.com/support) (É.-U.) ou [epson.ca/support](https://www.epson.ca/support) (Canada), sélectionnez votre produit, puis sélectionnez l'onglet **Manuels et garantie**.

Présentation de votre produit

Consultez ces sections pour en apprendre davantage sur votre produit et ce manuel.

[Contenu de la boîte du produit](#)

[Accessoires en option et pièces de rechange](#)

[Système de notation employé dans la documentation](#)

[Boutons du produit](#)

[Icônes d'écran](#)

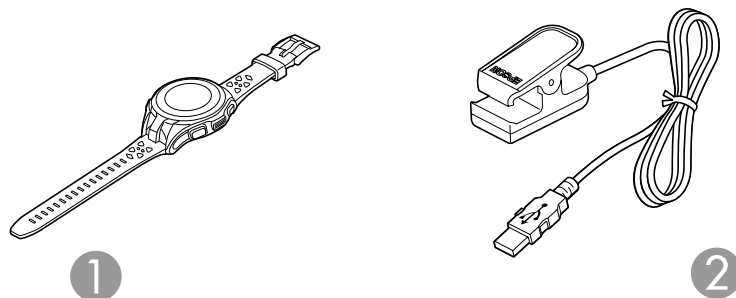
[Icônes des zones de fréquence cardiaque](#)

[Icônes de notification de téléphone intelligent](#)

Contenu de la boîte du produit

Conservez tous les matériaux d'emballage au cas où il vous faudrait expédier votre produit. Pour l'expédition, employez toujours l'emballage d'origine (ou l'équivalent).

Assurez-vous que la boîte de votre produit contient toutes ces pièces :



1 Montre ProSense 307, ProSense 347 ou ProSense 367

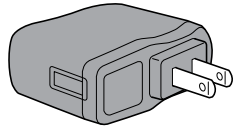
2 Pince de chargement USB

Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

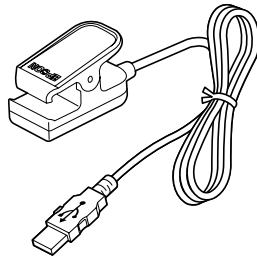
Accessoires en option et pièces de rechange

Epson offre les pièces de rechange et les accessoires optionnels suivants pour votre produit :

- Adaptateur CA, modèle SFAC04 (numéro de pièce : E12E204001)



- Pince de chargement USB, modèle WPCLP01 (numéro de pièce : E12E220202)



Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

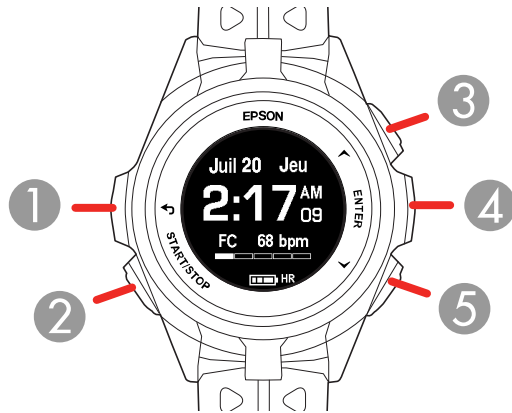
Système de notation employé dans la documentation




Suivez les directives de ces notations lorsque vous lisez votre documentation :

- **Avertissements** : doivent être suivis à la lettre pour éviter les blessures.
- **Mises en garde** : doivent être respectées afin d'éviter d'endommager votre matériel.
- **Remarques** : contiennent des renseignements importants au sujet de votre produit.

Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

Boutons du produit



- 1 Bouton 
Appuyez sur ce bouton pour afficher l'écran précédent.
- 2 Bouton 
Enfoncez ce bouton durant deux secondes pour allumer ou éteindre le produit.
Appuyez sur ce bouton pour commencer, interrompre ou réinitialiser les mesures d'entraînement.
- 3 Bouton 
Appuyez sur ce bouton pour mettre en surbrillance l'option au-dessus de l'option actuelle.
Enfoncez ce bouton durant deux secondes pour verrouiller ou déverrouiller les boutons du produit.
À l'écran Heure, appuyez sur ce bouton pour afficher l'écran Activité.
Aux écrans Mesure et Activité, appuyez sur ce bouton pour basculer entre les écrans d'information disponibles.

4 Bouton  Enter

Appuyez sur ce bouton pour sélectionner l'option en surbrillance.

À l'écran Heure, appuyez sur ce bouton pour afficher l'écran Menu.

À l'écran Mesure, appuyez sur ce bouton pour enregistrer les tours.

À l'écran Activité, appuyez sur ce bouton pour afficher votre historique d'activité.

5 Bouton  Vers le bas

Appuyez sur ce bouton pour mettre en surbrillance l'option en dessous de l'option actuelle.












À l'écran Heure, appuyez sur ce bouton pour afficher l'écran Sélection d'activité.






















Aux écrans Mesure et Activité, appuyez sur ce bouton pour basculer entre les écrans d'information disponibles.
























Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)


Icônes d'écran

Les icônes de ce tableau peuvent apparaître à l'écran d'affichage de votre appareil.

Icône	Description
	Mode Course
	Mode Marche
	Mode Vélo
	Mode Tapis roulant
	Mode Nage en piscine
	Mode Nage extérieure
	Mode Triathlon
	Mode Course intérieure
	Mode Vélo intérieur
	Autre mode d'activité extérieure
	Autre mode d'activité intérieure

Icône	Description
	Mode chronomètre
	Connecté par GPS (la montre repère un signal GPS quand l'icône clignote)
	Recherche d'un appareil Bluetooth
	Connexion à un appareil Bluetooth
	Connexion à un appareil USB
	Nombre de pas
	Distance
	Calories brûlées
	Vitesse
HR	Mesure de la fréquence cardiaque
	Fréquence cardiaque
	Tours
	Allure
	Pause
	Cadence
	Foulée
	Temps
	Intervalle de sprint
	Intervalle de repos
	Différence de distance
	Différence de temps
»»	Transition de triathlon
	Fréquence de mouvement de nage
	Temps par mouvement de nage





Icône	Description
	Nombre de mouvements de nage
	Virages/longueurs de nage
	Score WOLF de nage (temps + nombre de mouvements par longueur)
	Commencer/reprendre la mesure
	Échec de la mesure
	Intensité d'exercice
	Cible d'activité
	Fréquence cardiaque élevée (activités normales)
	Fréquence cardiaque faible (activités normales)
	Sommeil profond
	Sommeil léger
	Paramètres
	Historique d'activité
	Vérification
	Notification de Facebook ou d'un autre média social
	Notification de courriel
	Notification d'appel téléphonique
	Notification de calendrier
	Alarme
	Niveau de la pile
	Avertissement de pile faible
	Erreur de chargement
	Boutons verrouillés


Icône	Description
	Boutons déverrouillés

Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

Icônes des zones de fréquence cardiaque

Les icônes dans le tableau peuvent apparaître à l'écran de votre montre lorsque vous mesurez votre fréquence cardiaque durant un entraînement.





Icône	Description
	Zone de fréquence cardiaque 1 Faible intensité d'exercice (par exemple, marche à un rythme lent)
	Zone de fréquence cardiaque 2 Intensité d'exercice modérée (par exemple, marche rapide ou jogging)
	Zone de fréquence cardiaque 3 Intensité d'exercice d'endurance (par exemple, course de faible intensité)
	Zone de fréquence cardiaque 4 Intensité d'exercice de renforcement (par exemple, course d'intensité modérée)


Icône	Description
	<p>Zone de fréquence cardiaque 5</p> <p>Intensité d'exercice maximale (par exemple, course d'intensité élevée ou sprint)</p>

Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

Icônes de notification de téléphone intelligent

Les icônes de ce tableau peuvent apparaître à l'écran d'affichage de votre montre quand celle-ci est appairée avec votre téléphone intelligent et que vous recevez une notification d'appel téléphonique, de courriel ou d'un autre service.

Icône	Texte	Description
	Appel téléphonique ou appel manqué	Votre montre affiche les 10 premiers caractères du nom de l'appelant si la langue d'affichage de votre montre est English et que les informations de contact de l'appelant sont enregistrées sur votre téléphone intelligent. Si une autre langue d'affichage est sélectionnée sur votre montre ou si le contact n'est pas enregistré, le numéro de téléphone de l'appelant est affiché.
	Courriel	Votre montre affiche les 10 premiers caractères de l'adresse courriel et de l'objet du message de l'expéditeur.
	Texte	Votre montre affiche les 10 premiers caractères du message texte de l'expéditeur.
	Horaire	Affiche un événement programmé si votre montre est configurée pour déclencher une notification d'événement.

Icône	Texte	Description
	Facebook	Votre montre affiche les 10 premiers caractères du texte de notification si la langue d'affichage de votre montre est English . Si une autre langue d'affichage est sélectionnée sur votre montre, seule l'icône de notification apparaît sur votre montre.
	Twitter	
	LINE	
	Weibo	
	WeChat	
	Autre	

Sujet parent: [Présentation de votre produit](#)

Configuration du produit

Suivez les instructions contenues dans ces sections afin de préparer votre produit pour son utilisation.

[Chargement de la montre](#)

[Comment allumer ou éteindre la montre](#)

[Configuration de votre montre](#)

[Acquisition d'un signal GPS](#)

[Connexion de l'appareil à un téléphone intelligent via Bluetooth](#)

[Mesure de votre fréquence cardiaque](#)

[Calcul de votre longueur de foulée](#)

[Activation des notifications de téléphone intelligent](#)

[Ajustement de l'affichage sur l'appareil](#)

[Ajustement des paramètres de son et de vibration](#)

[Verrouillage et déverrouillage des boutons de la montre](#)

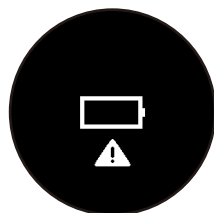
Chargement de la montre

Avant d'utiliser votre montre, vous devez charger sa pile au moyen de la pince de chargement USB et soit l'adaptateur CA, soit un ordinateur doté d'un port USB capable de charger des périphériques externes.

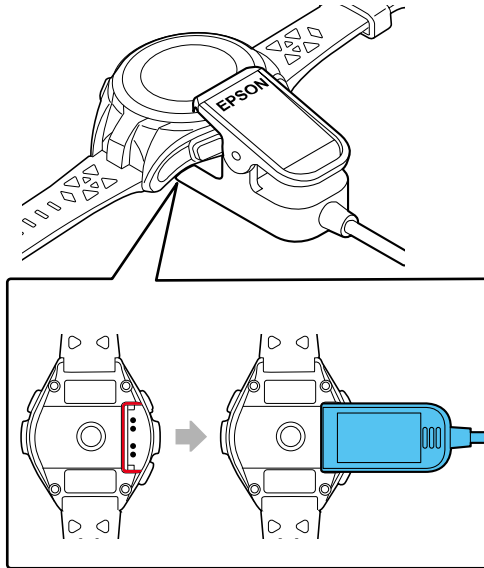
Votre montre se charge en 2,5 à 3,5 heures environ, selon votre méthode de chargement.

Chargez votre montre dans un environnement où la température est de 41 à 95 °F (5 à 35 °C).

Remarque: Si vous chargez votre montre dans un environnement où la température est inférieure ou supérieure à la plage de températures indiquée, l'écran suivant s'affichera sur votre montre :

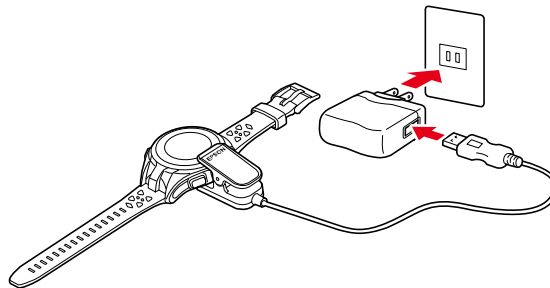


1. Fixez la pince de chargement USB à votre montre tel qu'indiqué. La pince de chargement doit s'insérer dans la rainure à l'arrière de votre montre.



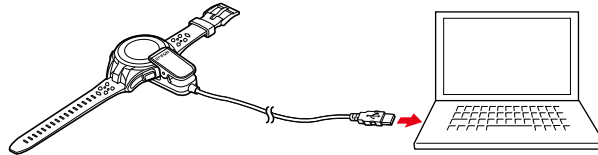
Mise en garde: Ne fixez pas la pince de chargement USB à votre montre si la pince ou la montre sont mouillées ou sales. Cela pourrait causer de la corrosion, des défaillances de communication ou même d'autres problèmes.

2. Branchez la pince de chargement USB à l'un des appareils suivants :
 - Adaptateur CA : Branchez la pince de chargement USB au port USB de l'adaptateur CA optionnel, puis branchez l'adaptateur CA dans une prise de courant.



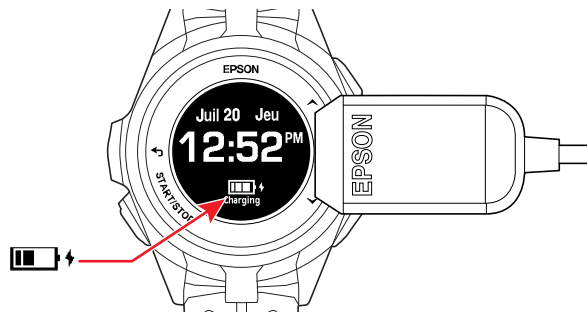
Mise en garde: Utilisez seulement l'adaptateur CA optionnel s'il est compatible avec votre produit pour le chargement de votre montre. Sinon, la montre risque de ne pas se recharger ou de ne pas fonctionner correctement.

- Ordinateur : Branchez la pince de chargement USB à un port USB de votre ordinateur qui peut charger les dispositifs externes.



Remarque: Il est possible que le chargement USB à partir d'un port d'ordinateur ne fonctionne pas sur tous les ordinateurs. Ne branchez pas la pince de chargement USB à un concentrateur USB ni à un autre dispositif intermédiaire.

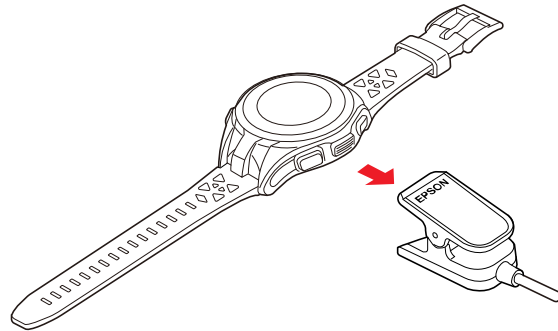
Le chargement débute, et un écran indiquant le niveau de la pile s'affiche sur votre montre.



Si vous avez branché votre montre à un ordinateur sur lequel vous avez déjà installé le logiciel Epson View Uploader, le logiciel démarre automatiquement sur votre ordinateur. Fermez la fenêtre du logiciel, au besoin.

3. Quand le chargement est complet et que l'écran de la montre affiche **Completed**, vous pouvez ouvrir complètement la pince de chargement USB et la débrancher de votre appareil.

Remarque: Ne débranchez pas la pince de chargement USB avant que votre montre soit complètement chargée. Sinon, il se pourrait que l'icône de la pile n'affiche pas le niveau de charge exact qui reste dans la pile.





Remarque: Si vous continuez à charger l'appareil après que le niveau de la pile a atteint 100 %, la montre active une fonction antisurcharge pour protéger votre appareil.

4. Débranchez le câble USB de l'adaptateur CA ou de votre ordinateur, et débranchez l'adaptateur CA si vous l'avez utilisé.

S'il s'agit de la première fois que vous avez chargé votre montre, l'écran Langue s'affiche :



5. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner votre langue, puis appuyez sur le bouton  Enter.

L'écran Paramètres s'affiche :



6. Configurez votre montre en utilisant une des méthodes disponibles.

[Affichage du niveau de la pile](#)

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Concepts associés

[Durée de vie de la pile](#)

Références associées

[Solutions aux problèmes de chargement de la montre](#)

Sujets reliés

[Configuration de votre montre](#)

Affichage du niveau de la pile

L'icône de pile à l'écran de votre appareil affiche le niveau de charge restant dans la pile.

Quand la pile est faible, l'écran suivant s'affiche :



(Appuyez sur n'importe quel bouton pour retourner à l'écran Heure.)


Quand la pile est trop faible, il se peut que l'écran s'éteigne.



Mise en garde: Chargez votre appareil au moins tous les six mois quand vous ne l'utilisez pas; l'entreposage à long terme de l'appareil avec une pile faible peut diminuer le rendement de la pile.


Le temps de fonctionnement de la pile varie selon les paramètres de l'appareil que vous utilisez. Ces paramètres sont décrits dans les tableaux ci-dessous.

Remarque: Le paramètre **Rétroécl.** est réglé à **Off** dans toutes les estimations indiquées.

Temps d'entraînement continu restant (estimation)

Icône de pile	Durée de fonctionnement	Paramètres utilisés
	ProSense 307 : 8 à 16 heures ProSense 347/367 : 18 à 36 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde Paramètre Mesu. FC : Activé
	ProSense 307 : 10 à 20 heures ProSense 347/367 : 21 à 42 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde ou Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Activé ou Désactivé
	ProSense 307 : 12 à 24 heures ProSense 347/367 : 25 à 50 heures	Rafraîchissement d'écran : Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Désactivé

Icône de pile	Durée de fonctionnement	Paramètres utilisés
	ProSense 307 : 3 à 8 heures ProSense 347/367 : 7 à 18 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde Paramètre Mesu. FC : Activé
	ProSense 307 : 4 à 10 heures ProSense 347/367 : 8 à 21 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde ou Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Activé ou Désactivé
	ProSense 307 : 5 à 12 heures ProSense 347/367 : 10 à 25 heures	Rafraîchissement d'écran : Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Désactivé
	ProSense 307 : 1,5 à 3 heures ProSense 347/367 : 3,5 à 7 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde Paramètre Mesu. FC : Activé
	ProSense 307 : 2 à 4 heures ProSense 347/367 : 4 à 8 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde ou Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Activé ou Désactivé
	ProSense 307 : 2,5 à 5 heures ProSense 347/367 : 5 à 10 heures	Rafraîchissement d'écran : Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Désactivé

Icône de pile	Durée de fonctionnement	Paramètres utilisés
	ProSense 307 : 0 à 1,5 heure ProSense 347/367 : 0 à 3,5 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde Paramètre Mesu. FC : Activé
	ProSense 307 : 0 à 2 heures ProSense 347/367 : 0 à 4 heures	Rafraîchissement d'écran : Chaque seconde ou Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Activé ou Désactivé
	ProSense 307 : 0 à 2,5 heures ProSense 347/367 : 0 à 5 heures	Rafraîchissement d'écran : Rotation poignet Paramètre Mesu. FC : Désactivé

Temps d'affichage continu restant; estimation

Paramètre	30 jours	7 jours	5 jours
Suivi de l'activité quotidienne	Désactivé	Activé (paramètre Mesu. FC : Auto)	Activé (paramètre Mesu. FC : Continue)
Mode de veille automatique	Activé	Activé	Activé
Recherche automatique	Désactivé	Désactivé	Désactivé
Bluetooth	Désactivé	Activé	Activé

Remarque: La durée de fonctionnement dépend des effets de l'environnement de fonctionnement sur la réception GPS.

Sujet parent: [Chargement de la montre](#)

Concepts associés

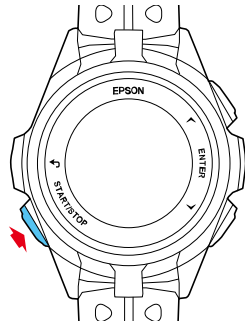
[Durée de vie de la pile](#)

Références associées


[Solutions aux problèmes de chargement de la montre](#)

Comment allumer ou éteindre la montre

Pour allumer la montre, enfoncez le bouton  Start/Stop durant au moins deux secondes.



La montre s'allume aussi automatiquement quand vous branchez la pince de chargement USB raccordée à une source d'alimentation.

À l'écran Heure, enfoncez le bouton  Start/Stop durant au moins deux secondes, puis sélectionnez **Oui** pour l'éteindre.

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Configuration de votre montre

Avant d'utiliser votre montre, vous devez la configurer à cette fin en sélectionnant des paramètres de base. Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour configurer votre montre.

[Configuration de la montre au moyen des boutons](#)

[Configuration de la montre au moyen d'un téléphone intelligent](#)

Sujet parent: [Configuration du produit](#)





Configuration de la montre au moyen des boutons

Vous pouvez configurer votre montre à l'aide de ses boutons.

Remarque: Vous pouvez modifier ces paramètres après avoir complété la configuration initiale dans le menu **Paramètres** de l'écran **Ma montre** de l'application Epson View. Pour obtenir plus de renseignements sur l'application Epson View app, consultez l'[aide en ligne](#).

1. Après que vous avez chargé votre montre et sélectionné la langue des écrans, l'écran Paramètres s'affiche.



2. Appuyez sur le bouton  Enter pour sélectionner **Défini par la montre**.
3. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour mettre en surbrillance les options désirées pour les paramètres suivants et appuyez ensuite sur le bouton  Enter pour les sélectionner.

- **Taille**
- **Poids**
- **Sexe**
- **Date actuelle**
- **Heure d'été**
- **Fuseau**
- **Heure actuelle**

Remarque: Pour modifier n'importe quel paramètre sélectionné, appuyez sur le bouton .

4. Quand cet écran s'affiche, vous pouvez choisir de régler l'heure actuelle de façon automatique ou manuelle.



- Sélectionnez **Fixé par GPS** pour régler l'heure automatiquement.

Remarque: Pour régler l'heure automatiquement, vous devez être à l'extérieur dans un endroit dépourvu d'obstacles aériens.

- Sélectionnez **Manuel** pour régler l'heure manuellement.

5. Quand vous avez fini de choisir des paramètres, sélectionnez **Terminé**.

L'écran Heure s'affiche :




Sujet parent: [Configuration de votre montre](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

Configuration de la montre au moyen d'un téléphone intelligent


Vous pouvez configurer votre montre en utilisant l'application Epson View sur votre téléphone intelligent.

1. Après avoir chargé ou réinitialisé votre montre, l'écran Langue s'affiche. Sélectionnez votre langue et appuyez sur le bouton  Enter.



L'écran suivant s'affiche :



2. Sélectionnez **Défini par téléphone** et appuyez sur le bouton  Enter.
Un code s'affiche à l'écran de la montre. Prenez note de ce code.
3. Téléchargez l'application Epson View dans la boutique d'applications de votre téléphone intelligent.
4. Choisissez l'une des options suivantes :
 - Lancez l'application et suivez les instructions à l'écran pour créer un compte.
 - Connectez-vous à votre compte Epson View existant.L'écran Paramètres initiaux s'affiche sur votre téléphone intelligent.
5. Sélectionnez votre modèle de montre dans la liste affichée sur votre téléphone intelligent.
6. Suivez les instructions à l'écran pour appairer votre montre et votre téléphone intelligent.
7. Suivez les instructions à l'écran pour configurer les paramètres suivants :
 - **Taille**
 - **Poids**

- Sexe
- Date actuelle
- Heure actuelle

Quand vous avez réglé l'heure et que l'écran suivant s'affiche à l'écran de votre montre, la configuration est terminée :

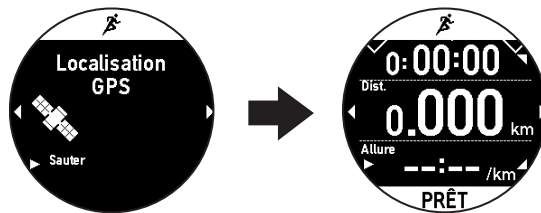


Sujet parent: [Configuration de votre montre](#)

Acquisition d'un signal GPS

Pour assurer l'exactitude des mesures prises par votre montre, vous devez vous placer à un endroit qui vous permet d'acquérir un signal GPS fort. Le positionnement GPS permet à votre montre de recevoir un signal GPS et des informations temporelles afin qu'elle puisse enregistrer correctement vos trajets, votre distance, votre allure ainsi que d'autres données d'entraînement et d'activité.

Pour accroître la précision GPS, attendez au moins 15 minutes avant de commencer votre entraînement. Vous devez seulement effectuer cette calibration GPS approfondie quand vous utilisez la montre pour la première fois ou si vous ne l'avez pas utilisée depuis quelques mois.



Remarque: Pour réduire le délai de localisation du signal GPS, vous pouvez utiliser la fonction AGPS dans l'application Epson View sur votre téléphone intelligent. Si vous gardez la montre connectée à votre téléphone intelligent, elle télécharge automatiquement des mises à jour GPS une fois par heure.

Quand vous vous positionnez pour acquérir un signal GPS, évitez les environnements suivants :

- À l'intérieur d'un bâtiment ou d'une pièce, ou dans un tunnel ou un espace souterrain
- Près de fils à haute tension, de tours de télévision, d'immeubles élevés, de grands arbres ou de fils électriques en hauteur pour trains ou autobus
- Les endroits où il y a beaucoup de brouillage électronique, comme les chantiers de construction et les zones de circulation dense
- Sous l'eau ou à la surface de l'eau

Si vous avez de la difficulté à acquérir un signal, déplacez-vous à un endroit le plus dégagé possible. Si vous ne pouvez toujours pas acquérir de signal, sélectionnez **Sauter** à l'écran du GPS pour commencer votre entraînement. La distance parcourue sera estimée en fonction de votre cadence jusqu'à ce que le signal GPS soit complètement acquis.

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Références associées

[Solutions aux problèmes de signal GPS](#)

Connexion de l'appareil à un téléphone intelligent via Bluetooth

Vous pouvez brancher votre appareil à un téléphone intelligent en utilisant Bluetooth. Avant de débiter, assurez-vous de télécharger l'application Epson View sur votre téléphone intelligent.

Remarque: Ne vous connectez pas directement à votre montre à partir des paramètres Bluetooth de votre téléphone intelligent. L'application Epson View appairera votre téléphone intelligent avec votre montre.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



2. Sélectionnez **Bluetooth**.

3. Sélectionnez **Appairage**.



Votre appareil affiche un numéro de code que vous utiliserez pour l'appairage.



4. Démarrez l'application Epson View sur votre téléphone intelligent et sélectionnez **Appairage**.

Notez le code affiché sur votre montre.

5. Sélectionnez votre produit parmi la liste affichée sur votre téléphone intelligent, puis suivez les instructions pour appairer votre montre avec votre téléphone.

Quand l'appairage de votre appareil et de votre téléphone intelligent est achevé, l'icône Bluetooth  s'affiche au bas de l'écran Heure de votre montre. (Si l'icône  clignote, l'appairage n'est pas terminé.)



Remarque: Si vous devez désactiver la connexion Bluetooth, réglez l'option **Bluetooth > On/Off** sur **Off**. Si vous devez désappairer l'appareil et le téléphone intelligent, réglez l'option **Bluetooth > Oublier appareil** sur **Oublier appareil**.

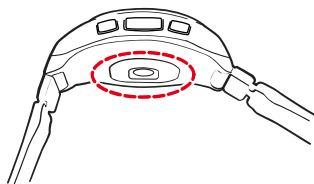
Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

Mesure de votre fréquence cardiaque

Votre montre est dotée d'un capteur à l'arrière qui détecte votre fréquence cardiaque.

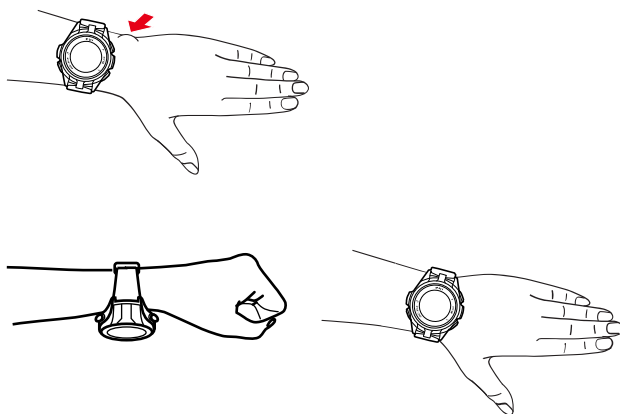


Mise en garde: La lumière du capteur n'a aucun effet néfaste sur votre peau, mais vous ne devriez pas la regarder directement.

Portez le produit bien ajusté sur votre poignet, tel qu'illustré. Resserrez la montre si votre fréquence cardiaque n'est pas mesurée correctement.

Remarque: Le produit ne doit pas être porté trop serré. Vous devriez encore être capable de glisser votre petit doigt sous le bracelet de la montre. Si vous ressentez de l'inconfort, desserrez le bracelet.


Remarque: La montre ne doit pas être portée sur la partie inférieure du poignet ni couvrir le cubitus.



Une fois que la montre a détecté votre pouls, elle affiche votre fréquence cardiaque, votre zone de fréquence cardiaque et l'icône de **fréquence cardiaque** à l'écran Heure.



Remarque: Quand vous utilisez votre montre en mode Nage en piscine ou Nage extérieure, la montre n'affiche pas votre fréquence cardiaque en temps réel.

Vous pouvez aussi appuyer sur le bouton  Vers le haut pour afficher l'écran Fréquence cardiaque.



Remarque: Si l'écran affiche — ou que l'icône **FR** clignote, la montre n'a pas détecté votre fréquence cardiaque. Assurez-vous que vous portez la montre correctement et essayez à nouveau. Si votre fréquence cardiaque est souvent indiquée comme étant inférieure à 120 battements pendant la course ou à 70 battements pendant la marche, vous avez peut-être une fréquence cardiaque naturellement basse. Cela peut entraîner des mesures inexactes de la fréquence cardiaque. Réglez l'option **Mesu. FC** à **Paramètres 2** dans l'application Epson View pour régler le problème.

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

[Solutions aux problèmes de réglage de la montre](#)

[Mesures d'entraînement affichables](#)

[Données d'activité affichées sur votre appareil](#)

Calcul de votre longueur de foulée

Votre montre calcule automatiquement votre longueur de foulée afin de pouvoir mesurer avec exactitude vos données de distance et d'allure dans les endroits où la réception du signal GPS est faible, par exemple à l'intérieur d'un bâtiment ou dans un tunnel.

À la première utilisation de votre montre, courez ou marchez à l'extérieur dans un espace ouvert pendant environ 10 minutes. Vous pouvez aussi courir ou marcher entre de grands arbres ou immeubles pendant au moins 30 minutes. Cela permet à votre montre de calculer votre longueur de foulée normale. Vous devriez seulement avoir besoin d'effectuer cette étape une fois.

Remarque: Ne croisez pas les bras et ne tenez pas les poignées du tapis roulant, car le capteur de foulée risquerait de ne pas détecter votre mouvement.

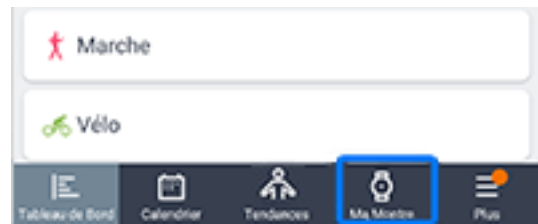
Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Activation des notifications de téléphone intelligent

Votre montre peut vous notifier avec des sons ou des vibrations quand vous recevez des notifications d'appel téléphonique ou de courriel ou d'autres notifications sur téléphone intelligent. Vous devez activer les notifications dans l'application Epson View avant de pouvoir utiliser cette fonction.

Remarque: Sous Android, vous devez quitter l'application Epson View qui s'exécute en arrière-plan de votre téléphone intelligent afin de recevoir des notifications sur votre montre.

1. Ouvrez l'application Epson View sur votre téléphone intelligent.
2. Sélectionnez **Ma Montre** au bas de l'écran de l'application.



- Sélectionnez **Param.**



- Sélectionnez **Notifications.**
- Appuyez sur la glissière pour activer les notifications.

Remarque: Sous Android, vous devez sélectionner **Voir ici pour “accès aux notifications”** et autoriser Epson View à accéder aux données de notification de votre téléphone intelligent. Assurez-vous de retourner dans l'application Epson View après avoir modifié vos paramètres système d'Android.

- Sélectionnez tout autre paramètre nécessaire dans l'application Epson View.
- Retournez à l'écran **Paramètres.**
- Sélectionnez **Transférer vers la montre** au bas de l'écran de l'application.

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Ajustement de l'affichage sur l'appareil

Vous pouvez ajuster l'affichage sur votre appareil en fonction de l'environnement et d'autres préférences.

[Ajustement des paramètres de cadran de montre et d'arrière-plan](#)

[Ajustement des paramètres de rétroéclairage](#)


Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

Ajustement des paramètres de cadran de montre et d'arrière-plan

Vous pouvez ajuster l'écran de l'appareil afin qu'il affiche le cadran de montre numérique ou analogue de votre choix parmi les options offertes. Vous pouvez aussi sélectionner la couleur du fond d'écran.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.
2. Sélectionnez **Paramètres**.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



3. Sélectionnez **Affichage**.
4. Sélectionnez **Cadran**.
5. Sélectionnez l'un des cadrans disponibles.
6. Sélectionnez **Fond d'écran**.
7. Sélectionnez un fond d'écran **Noir** (par défaut) ou **Blanc** pour l'écran de l'appareil.

Sujet parent: [Ajustement de l'affichage sur l'appareil](#)

Ajustement des paramètres de rétroéclairage

Vous pouvez ajuster les paramètres de rétroéclairage sur votre appareil selon vos préférences dans diverses conditions.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.
2. Sélectionnez **Paramètres**.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



3. Sélectionnez **Affichage**.
4. Sélectionnez **Rétroécl.**
5. Activez ou désactivez la fonction de rétroéclairage pour les paramètres suivants, selon vos préférences :
 - **Rotation poignet** : Le rétroéclairage s'allume dès que vous tournez votre poignet. (Ce paramètre est activé par défaut.)
 - **Appui touche** : Le rétroéclairage s'allume dès que vous appuyez sur un bouton de l'appareil. (Ce paramètre est activé par défaut.)
 - **Entraînement** : Le rétroéclairage s'allume pour la durée de votre entraînement quand vous sélectionnez **Tout le temps**. (Ce paramètre est désactivé par défaut.)

Remarque: L'utilisation du rétroéclairage réduit votre temps d'entraînement maximal d'environ deux heures. Quand le rétroéclairage est désactivé, il peut tout de même s'allumer pendant les entraînements si vous l'avez activé pour d'autres activités. Le rétroéclairage s'éteint momentanément durant les entraînements si un événement déclenche une vibration sur votre appareil.

- **Notifications** : Le rétroéclairage s'allume lors des événements de notification suivants (ce paramètre est activé par défaut) :
 - Compléter un tour
 - Interrompre ou reprendre un entraînement
 - Compléter une distance ou un temps cible en mode Formation

- Recevoir une notification de téléphone intelligent


Remarque: Le rétroéclairage s'éteint automatiquement après un temps prédéterminé, sauf quand vous avez sélectionné **Entraînement > Tout le temps** durant les entraînements.

Sujet parent: [Ajustement de l'affichage sur l'appareil](#)

Ajustement des paramètres de son et de vibration

Vous pouvez régler les sons et les vibrations qu'émet votre appareil lors de divers événements. Vous pouvez sélectionner les options suivantes ou désactiver l'option :

- **Son & vibr.** (paramètre par défaut) pour entendre les sons et sentir les vibrations
- **Sonner** pour entendre seulement le son
- **Vibr.** pour sentir seulement les vibrations

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.
2. Sélectionnez **Paramètres**.

Un écran comme celui-ci s'affiche :





3. Sélectionnez **Son & vibr.**
4. Si vous avez activé la fonction d'alarme, sélectionnez **Alarme** pour choisir comment vous voulez que l'alarme vous notifie.
5. Si vous voulez être notifié par un son ou des vibrations pour n'importe quel des événements suivants, sélectionnez **Notifications** et choisissez comment vous voulez être notifié :
 - Vous complétez un tour au moyen de la fonction de tour automatique
 - Vous interrompez ou reprenez un entraînement au moyen de la fonction de pause automatique
 - Vous complétez un tour et avez atteint une distance ou un temps cible en mode Formation

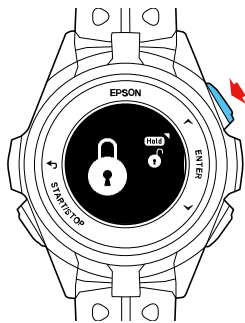
- Vous recevez des notifications d'appel téléphonique ou de courriel ou d'autres types de notifications
 - Vous recevez une notification de téléphone intelligent quand vous avez interrompu ou repris un entraînement
6. Si vous voulez être notifié par un son ou des vibrations pour n'importe quel des événements d'entraînement suivants, sélectionnez des alertes et choisissez comment vous voulez être notifié :
- L'appareil s'est connecté par GPS et affiche l'écran Mesure
 - Vous avez commencé un entraînement
 - Vous complété un tour au moyen de la fonction de tour automatique
 - Vous interrompez ou reprenez un entraînement en sélectionnant **Pause**
 - Vous atteignez une distance ou un temps cible en mode Formation
7. Si vous voulez désactiver les sons émis par l'appareil lorsque vous appuyez sur les boutons de l'appareil, sélectionnez **Touches sons** et sélectionnez Off (ce paramètre est désactivé par défaut).

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Verrouillage et déverrouillage des boutons de la montre

Vous pouvez verrouiller les boutons de votre montre pour l'empêcher de réagir lorsque vous appuyez accidentellement sur les boutons.

Enfoncez le bouton  Vers le haut pendant au moins deux secondes. L'icône de cadenas  apparaît dans le haut de l'écran.



Quand la montre est verrouillée, enfoncez le bouton  Vers le haut pendant au moins deux secondes pour la déverrouiller.

Remarque: Vous pouvez verrouiller les boutons seulement lors de l'affichage de l'écran Heure ou de l'écran de mesure d'entraînement.

Sujet parent: [Configuration du produit](#)

Mesure et examen des entraînements

Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour mesurer vos entraînements avec votre montre et examiner les données d'entraînement qu'elle recueille.

- [Mesure des entraînements](#)
- [Commande de lecture de musique](#)
- [Utilisation du chronomètre](#)
- [Examen des données d'entraînement](#)

Mesure des entraînements






Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour mesurer vos entraînements avec votre montre.


- [Mesures d'entraînement affichables](#)
- [Début de la mesure d'un entraînement](#)
- [Arrêt de la mesure de l'entraînement et sauvegarde des données](#)
- [Enregistrement de tours](#)
- [Interruption et reprise de la mesure de l'entraînement](#)
- [Changement de type d'entraînement durant la mesure d'un triathlon](#)
- [Suivi des données de l'entraînement en cours](#)
- [Personnalisation de vos mesures d'entraînement avec Epson View](#)
- [Estimation de votre VO2max](#)

Sujet parent: [Mesure et examen des entraînements](#)

Mesures d'entraînement affichables

Vous pouvez afficher une variété de mesures d'entraînement sur votre appareil dans les modes d'entraînement suivants :













































-  Mode Course
-  Mode Marche
-  Mode Tapis roulant
-  Mode Vélo
-  Nage en piscine

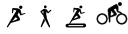
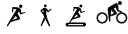




-  Nage extérieure

Remarque: Vous pouvez configurer les paramètres d'affichage des mesures dans le menu des paramètres d'entraînement de l'application Epson View.








Les mesures d'entraînement disponibles dépendent du mode d'entraînement utilisé, tel qu'énuméré dans les tableaux suivants.

Informations d'entraînement pour les modes Course, Marche, Tapis roulant et Vélo

Modes	Description
   	Temps total depuis le début de la mesure
   	Distance totale depuis le début de la mesure
   	Heure actuelle
 	Total des calories brûlées depuis le début de la mesure
  	Nombre total de pas depuis le début de la mesure
 	Nombre actuel de pas par minute
 	Fréquence cardiaque actuelle par minute
 	Fréquence cardiaque moyenne depuis le début de la mesure
 	Fréquence cardiaque maximale depuis le début de la mesure
 	Foulée actuelle
 	Distance totale depuis le début de la mesure des tours
 	Temps total depuis le début de la mesure des tours
	Allure actuelle, en temps par mile/kilomètre
   	Temps cible actuel; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Temps cible
   	Distance estimée parcourue à la fin du temps configuré; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Temps cible
   	Distance cible sélectionnée et distance totale depuis le début de la mesure; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Dist. cible

Modes	Description
	Distance estimée parcourue à la fin du temps configuré; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Dist. cible
	Fréquence cardiaque cible sélectionnée et fréquence cardiaque actuelle; s'affichent à l'écran d'entraînement seulement quand le paramètre Formation est réglé sur FC Cible
	Allure cible sélectionnée et allure actuelle en temps par mile/kilomètre; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Allure cible
	Informations sur les intervalles, y compris les intervalles de sprint et de repos; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Intervalle Quand vous sélectionnez une distance cible, affiche la distance sélectionnée et la distance actuelle. Quand vous sélectionnez un temps cible, affiche le temps sélectionné et le temps écoulé.
	Écart par rapport à l'allure et à la distance sélectionnées; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Course
	Vitesse cible sélectionnée et vitesse moyenne actuelle; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Vitesse cible

Informations sur les modes d'entraînement Nage et Nage extérieure

Modes	Description
	Distance totale depuis le début de la mesure
	Temps total depuis le début de la mesure
	Heure actuelle
	Fréquence cardiaque actuelle par minute
	Temps total depuis le début de la mesure des tours
	Distance totale depuis le début de la mesure des tours
	Allure actuelle pour 100 verges ou 100 mètres

Modes	Description
	Temps cible sélectionné et temps total depuis le début de la mesure; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Temps cible
	Distance estimée parcourue à la fin du temps configuré; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Temps cible
	Distance cible sélectionnée et distance totale depuis le début de la mesure; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Dist. cible
	Distance estimée parcourue à la fin du temps configuré; s'affiche seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Dist. cible
	Informations sur les intervalles, y compris les intervalles de sprint et de repos; s'affichent seulement quand le paramètre Formation est réglé sur Intervalle Quand vous sélectionnez un temps cible, affiche le temps sélectionné et le temps écoulé.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Tâches associées

[Personnalisation de vos mesures d'entraînement avec Epson View](#)

[Suivi des données de l'entraînement en cours](#)




Sujets reliés

[Examen des données d'entraînement](#)

Début de la mesure d'un entraînement

Avant d'utiliser votre montre pour mesurer un entraînement, vous devez sélectionner un mode d'entraînement et localiser le signal GPS de la montre.


1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton Vers le bas.
L'écran de sélection d'activité s'affiche.
2. Appuyez sur le bouton Vers le haut ou Vers le bas pour choisir un des modes d'entraînement suivants et appuyez sur le bouton Start/Stop.
 - Mode Course
 - Mode Marche
 - Mode Tapis roulant
 - Mode Vélo


-  Mode Vélo intérieur
-  Nage en piscine
-  Nage extérieure
- Autre 1
- Autre 2

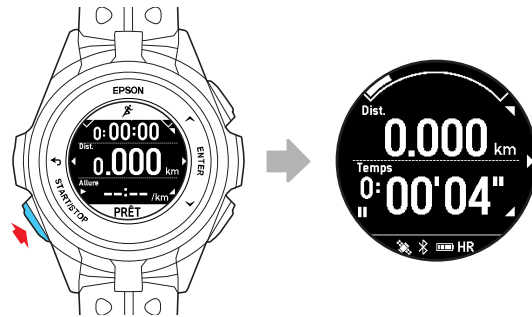
Remarque: Certains modes d'entraînement ne s'affichent pas par défaut. Vous pouvez configurer les modes d'entraînement affichés dans le menu des paramètres d'entraînement de l'application Epson View. Pour obtenir plus de renseignements sur l'utilisation de cette application, consultez [l'aide en ligne](#).

Votre montre localise le signal GPS et affiche l'écran Mesure une fois la localisation terminée (sauf en mode Tapis roulant, Nage en piscine ou Vélo intérieur)




Remarque: Si vous devez commencer un entraînement avant la fin du positionnement GPS, appuyez sur le bouton  Start/Stop. Votre montre poursuit le processus de positionnement et commence à mesurer votre entraînement grâce au capteur de foulée intégré. La montre n'enregistrera pas certaines mesures qui nécessitent des signaux GPS, comme votre trajet d'entraînement, jusqu'à ce que le positionnement GPS soit terminé.

3. Appuyez sur le bouton  Start/Stop pour commencer à mesurer l'entraînement.



Si votre montre affiche le message **Échec de localisation du GPS**, la localisation GPS a échoué :



Déplacez-vous à un endroit à l'extérieur dépourvu d'obstacles aériens et appuyez sur le bouton  pour réessayer.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

[Menus de l'écran Mesure](#)

Tâches associées

[Arrêt de la mesure de l'entraînement et sauvegarde des données](#)

[Interruption et reprise de la mesure de l'entraînement](#)

[Suivi des données de l'entraînement en cours](#)

[Personnalisation de vos mesures d'entraînement avec Epson View](#)

Sujets reliés



[Enregistrement de tours](#)

Examen des données d'entraînement

Arrêt de la mesure de l'entraînement et sauvegarde des données


Vous pouvez sauvegarder jusqu'à 248 séances de données d'entraînement.

Remarque: Vous pouvez sauvegarder jusqu'à 99 heures par tour. Si vous dépassez ce temps, la mesure de l'entraînement s'arrête.

1. À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Start/Stop pour interrompre la mesure de l'entraînement.
2. Appuyez sur le bouton  Enter ou attendez trois secondes.




Votre montre affiche l'écran Arrêt.



3. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Sauvegarder**, puis appuyez sur le bouton  Enter.

Votre montre sauvegarde vos données d'entraînement et affiche l'écran Historique.



4. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour afficher chaque écran de données d'entraînement disponible.
5. Appuyez sur le bouton  Enter du produit pour retourner à l'écran Heure.

Remarque: Si vous voulez effacer les données d'entraînement actuelles quand vous consultez l'écran Arrêt, sélectionnez **Effacer** > **Oui**.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Tâches associées

[Début de la mesure d'un entraînement](#)

[Interruption et reprise de la mesure de l'entraînement](#)

Sujets reliés

[Examen des données d'entraînement](#)

Enregistrement de tours

Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour mesurer vos entraînements avec votre appareil.

[Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Course, Marche ou Vélo](#)

[Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage en piscine](#)




[Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage extérieure ou Vélo intérieur](#)


Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Références associées

[Menus de l'écran Mesure](#)

Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Course, Marche ou Vélo

Vous pouvez enregistrer des tours automatiquement ou manuellement durant un entraînement en mode  Course,  Marche ou  Vélo.

- À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Enter pour commencer l'enregistrement manuel d'un tour.



- Pour enregistrer des tours automatiquement, sélectionnez **Aut. tour** à l'écran Paramètres, puis sélectionnez une distance ou un délai pour déterminer le début de l'enregistrement des tours. Quand vous atteignez ce délai ou cette distance durant votre entraînement, votre appareil commence automatiquement à enregistrer des tours.


Quand votre appareil enregistre un tour, il affiche l'écran Tour durant quelques secondes.





L'écran Tour affiche le numéro, la durée et le temps intermédiaire du tour actuel.

Sujet parent: [Enregistrement de tours](#)


Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage en piscine

Vous pouvez enregistrer des tours automatiquement ou manuellement durant un entraînement en mode  Nage en piscine.

- À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Enter pour commencer l'enregistrement manuel d'un tour. Si vous n'avez pas besoin de période de repos durant un tour, appuyez sur le bouton  Enter.



- Pour enregistrer des tours automatiquement, sélectionnez **Aut. tour** à l'écran Paramètres, puis sélectionnez une distance ou un délai pour déterminer le début de l'enregistrement des tours. Quand vous atteignez ce délai ou cette distance durant votre entraînement, votre appareil commence automatiquement à enregistrer des tours. Si vous avez besoin de vous reposer durant un tour, vous



n'avez qu'à rester au même endroit dans la piscine pour basculer automatiquement en mode repos.
Puis, recommencez à nager ou appuyez sur le bouton  Enter.

Quand votre appareil enregistre un tour, il affiche l'écran Tour durant quelques secondes.

Remarque: L'appareil risque de ne pas enregistrer le tour correctement si vous faites un virage avec un coup de pied faible ou s'il y a très peu de changement dans vos mouvements de bras durant le virage.

Sujet parent: [Enregistrement de tours](#)

Enregistrement de tours durant un entraînement en mode Nage extérieure ou Vélo intérieur

Vous pouvez enregistrer des tours manuellement durant un entraînement en mode  Nage extérieure ou  Vélo intérieur.



À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Enter pour commencer l'enregistrement d'un tour.



Sujet parent: [Enregistrement de tours](#)

Interruption et reprise de la mesure de l'entraînement




Durant votre entraînement, vous pouvez démarrer, interrompre et reprendre la mesure de l'entraînement, au besoin.

À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Start/Stop pour interrompre la mesure de l'entraînement. Appuyez à nouveau sur le bouton  Start/Stop dans les trois secondes pour reprendre la mesure de l'entraînement.



Si vous interrompez la mesure de l'entraînement pendant plus de trois secondes, votre montre affiche l'écran Arrêt.



Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Reprendre** et appuyez sur le bouton  Enter pour reprendre la mesure de l'entraînement.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Tâches associées

[Début de la mesure d'un entraînement](#)

[Arrêt de la mesure de l'entraînement et sauvegarde des données](#)

Changement de type d'entraînement durant la mesure d'un triathlon

Durant un entraînement en mode Triathlon, vous pouvez changer le mode d'entraînement ou amorcer des périodes de transition au fil des étapes des activités de triathlon.



Remarque: Vous pouvez sélectionner l'ordre de vos modes d'entraînement et choisir de mesurer ou non le temps de triathlon dans l'application Epson View.

À l'écran Mesure, maintenez enfoncé le bouton  Enter pour changer le mode d'entraînement ou effectuer une transition. Maintenez enfoncé le bouton  Enter à nouveau pour faire défiler la liste des modes ou des transitions.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Suivi des données de l'entraînement en cours

Durant un entraînement, vous pouvez consulter les données d'entraînement actuelles que votre montre a recueillies.

À l'écran Mesure, appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour afficher les données de l'entraînement en cours.



Remarque: Vous pouvez configurer les paramètres d'affichage des mesures dans le menu des paramètres d'entraînement de l'application Epson View. Pour obtenir plus de renseignements sur l'utilisation de cette application, consultez l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Références associées

[Mesures d'entraînement affichables](#)

Personnalisation de vos mesures d'entraînement avec Epson View

Vous pouvez utiliser l'application Epson View sur votre téléphone intelligent pour personnaliser les paramètres de mesure d'entraînement selon vos préférences.

Remarque: Pour obtenir des renseignements sur l'utilisation de l'application Epson View, reportez-vous à l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Estimation de votre VO₂max

Votre montre calcule la quantité maximale estimée d'oxygène que votre corps peut transformer. Cette mesure s'appelle le VO₂ max. Cet estimé peut être un indicateur de votre condition physique et devrait s'améliorer en fonction de vos performances athlétiques.

Votre montre utilise vos mesures de fréquence cardiaque et de GPS pour calculer votre VO₂max avec précision si les conditions suivantes sont respectées :

- Vos informations de profil doivent être entrées correctement.
Le VO₂ max est seulement mesuré en mode Course.
- Votre montre est connectée par GPS, et vous courez avec la montre pendant au moins 10 minutes.
- Vous avez activé la mesure de la fréquence cardiaque, et le paramètre **Aut. pause** est désactivé.
- Votre allure de course est d'au moins 16 min/mile (10 min/km).
- Vous courez à une fréquence cardiaque élevée à une intensité moyenne.

Votre montre ne peut pas estimer avec précision votre VO₂max si l'une des situations suivantes se produit :

- Vous cessez de courir avant que 10 minutes se soient écoulées.
- Votre fréquence cardiaque ne peut pas être mesurée.
- Votre vitesse de course a diminué au point de devenir une vitesse de marche, ou vous vous êtes arrêté devant un feu de circulation et votre fréquence s'est trop abaissée pour être estimée.

Sujet parent: [Mesure des entraînements](#)

Références associées

[Menus de l'écran Mesure](#)


Tâches associées

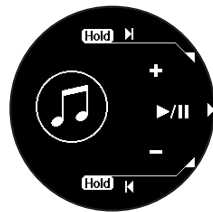
[Mesure de votre fréquence cardiaque](#)







Commande de lecture de musique

Vous pouvez écouter des fichiers audio sur votre téléphone intelligent et en commander la lecture sur votre montre via une connexion Bluetooth.

Remarque: Sous Android, vous devez quitter l'application Epson View qui s'exécute en arrière-plan de votre téléphone intelligent afin d'utiliser les commandes de lecture audio.

1. À l'écran Heure, enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes.
Un écran comme celui-ci s'affiche :






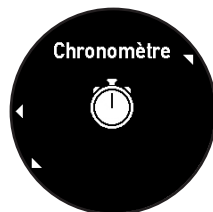
2. Au besoin, pour écouter des fichiers audio et en commander la lecture, faites ceci :
 - Pour commencer ou arrêter la lecture de la piste actuelle, appuyez sur le bouton  Enter.
 - Pour lire la piste suivante, enfoncez le bouton  Vers le haut pendant au moins deux secondes.
 - Pour lire la piste précédente, enfoncez le bouton  Vers le bas pendant au moins deux secondes.
 - Pour régler le volume, appuyez sur le bouton  Vers le haut afin de l'augmenter ou sur le bouton  Vers le bas afin de le baisser.
 - Pour quitter le mode de lecture audio et retourner à l'écran Heure, enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes.


Sujet parent: [Mesure et examen des entraînements](#)

Utilisation du chronomètre

Vous pouvez utiliser le chronomètre sur votre montre pour mesurer le temps sans enregistrer les informations comme données d'entraînement.






1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Vers le bas.
2. Appuyez sur le bouton  Vers le bas pour mettre en surbrillance **Chronomètre**, puis appuyez sur le bouton  Enter.



3. Appuyez sur le bouton  Start/Stop.

L'écran Chronomètre s'affiche :



4. Pour commencer à mesurer le temps, appuyez sur le bouton  Start/Stop.
5. Au besoin, faites ceci pour commander le chronomètre :
 - Pour cesser de mesurer le temps, appuyez sur le bouton  Start/Stop.
 - Pour réinitialiser le chronomètre lorsqu'il est en pause, appuyez sur le bouton  Enter.
 - Pour enregistrer jusqu'à 10 tours en utilisant le chronomètre, appuyez sur le bouton  Enter pour commencer à mesurer les tours.
 - Pour quitter le mode Chronomètre et retourner à l'écran Heure, appuyez sur le bouton .

Sujet parent: [Mesure et examen des entraînements](#)

Examen des données d'entraînement

Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour examiner les données d'entraînement que vous avez recueillies avec votre montre.

[Examen de l'historique des données d'entraînement sur votre montre](#)

Sujet parent: [Mesure et examen des entraînements](#)




Examen de l'historique des données d'entraînement sur votre montre

Vous pouvez consulter l'historique de vos données d'entraînement sur votre montre et les supprimer au besoin.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.




L'écran suivant s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Historique**, puis appuyez sur le bouton  Enter.



Un écran d'historique d'entraînement comme celui-ci s'affiche :






3. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner une date d'entraînement, puis appuyez sur le bouton  Enter.

Les données d'entraînement pour la date sélectionnée s'affichent dans un écran comme celui-ci :



4. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour voir chacun des écrans de données d'entraînement disponibles.

Remarque: Si vous voulez supprimer de votre montre les données d'entraînement actuellement affichées, appuyez sur le bouton  Enter, sélectionnez **Effacer**, puis appuyez sur le bouton  Enter.

5. Quand vous avez terminé de consulter votre historique de données d'entraînement, enfoncez le bouton  durant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

Remarque: Vous pouvez aussi visualiser vos données d'historique d'entraînement dans l'application Epson View. Pour obtenir plus de renseignements à ce sujet, consultez l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Examen des données d'entraînement](#)

Références associées

[Mesures d'entraînement affichables](#)

Mesure et examen des activités quotidiennes

Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour mesurer vos activités quotidiennes avec votre montre et examiner les données d'activité qu'elle recueille.

[Mesure d'activité et collecte de données](#)

[Début de la mesure d'activité](#)

[Configuration d'un nombre cible de pas](#)

[Configuration d'un nombre cible de calories à brûler](#)

[Examen des données d'activité sur votre montre](#)

[Examen des données d'activité dans l'application Epson View](#)

Mesure d'activité et collecte de données

Votre montre enregistre des données d'activité que vous pouvez ensuite consulter sur celle-ci, ou encore dans l'application Epson View sur votre téléphone intelligent. Vous pouvez consulter les données d'activité de la journée en cours ou encore des sept jours de la semaine précédente sous forme de tableau d'activité.

Remarque: La collecte des données d'activités quotidiennes débute à 0 h 01 chaque jour.

Vous pouvez aussi définir un nombre cible de pas ou de calories à brûler et vérifier votre progression vers cette cible sur votre montre.

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)



Début de la mesure d'activité

Avant d'entreprendre une activité quotidienne, vous pouvez activer la mesure d'activité et choisir le type d'activité que vous voulez mesurer sur votre appareil.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.


Un écran comme celui-ci s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Paramètres > Activité > Mesu. Activité > On.**

Votre appareil active le suivi d'activité et affiche l'écran suivant lorsque le suivi est terminé :



3. Sélectionnez l'une des options suivantes pour le paramètre **Mesu. FC** :
 - Le mode **Auto** mesure la fréquence cardiaque de façon intermittente (non disponible pour certaines activités).
 - Le mode **Continue** signale votre fréquence cardiaque chaque seconde durant une activité.
4. Enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

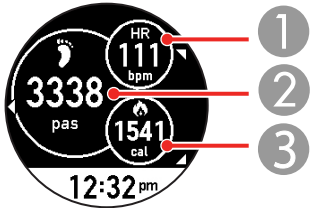
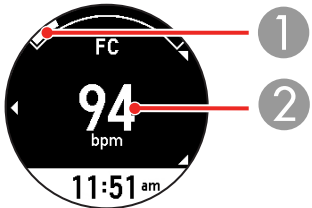
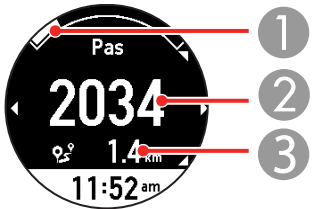

[Données d'activité affichées sur votre appareil](#)


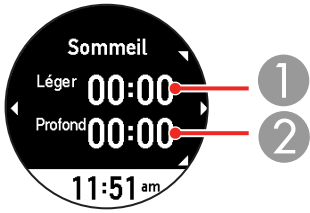

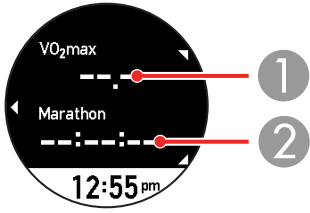
[Activités disponibles pour chaque mode de fréquence cardiaque](#)

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)

Données d'activité affichées sur votre appareil

Vous pouvez consulter les écrans de données d'activité suivants sur votre appareil.

Écran	Données affichées
<p>Sommaire</p> 	<p>1 : Fréquence cardiaque actuelle 2 : Nombre de pas effectués 3 : Calories brûlées jusqu'ici</p> <p>Vous pouvez configurer ce qui apparaît à l'écran Sommaire de l'application Epson View.</p>
<p>Fréquence cardiaque</p> 	<p>1 : Zone de fréquence cardiaque 2 : Fréquence cardiaque actuelle</p>
<p>Pas</p> 	<p>1 : Progression vers votre nombre cible de pas 2 : Nombre de pas effectués 3 : Distance estimée</p>
<p>Calories brûlées</p> 	<p>1 : Progression vers votre nombre cible de calories à brûler 2 : Calories brûlées jusqu'ici</p>

Écran	Données affichées
<p>Exercice*</p> 	<p>1 : Temps d'exercice actuel</p> <p>Le temps d'exercice est calculé par votre appareil en fonction du temps passé à accomplir n'importe quelle activité.</p>
<p>Sommeil*</p> 	<p>1 : Temps de sommeil léger</p> <p>2 : Temps de sommeil profond</p> <p>Pour enregistrer le temps de sommeil, activez les temps d'éveil et de sommeil dans l'application Epson View. Afin de faire un suivi exact de vos habitudes de sommeil, votre montre vous demandera si vous êtes éveillé dans l'éventualité où vous vous levez durant la nuit. Sélectionnez Oui pour confirmer que vous êtes éveillé, ou Non si vous retournez vous coucher.</p>
<p>Temps de récupération</p> 	<p>1 : Temps de récupération estimé; si ce temps est de moins d'une heure, le chiffre zéro s'affiche</p>
<p>VO₂max</p> 	<p>1 : Valeur de VO₂ max estimée</p> <p>2 : Temps de course estimé en fonction de la valeur de VO₂ max</p>

* Automatiquement calculé en fonction des données de fréquence cardiaque et d'activité.

Veillez noter ceci à propos du calcul du temps de sommeil :

- L'appareil ne tient pas compte des siestes ni des périodes de sommeil de moins d'une heure dans son calcul du temps de sommeil.
- L'appareil calcule seulement le temps de sommeil durant la période que vous avez définie en tant que période de sommeil dans l'application Epson View.

Sujet parent: [Début de la mesure d'activité](#)

Tâches associées

[Examen des données d'activité sur votre montre](#)

[Examen des données d'activité dans l'application Epson View](#)

Activités disponibles pour chaque mode de fréquence cardiaque

Vous pouvez sélectionner **Auto** ou **Continue** comme paramètre **Mesu. FC** (mode de mesure de la fréquence cardiaque) pour les activités et les durées énumérées ci-dessous.

Activité	Mode Continue	Mode Auto
Pas	Mesuré	Mesuré
Distance	Mesuré	Mesuré
Calories brûlées	Mesuré	Mesuré
Exercice	Mesuré	Mesuré
Temps de sommeil	Mesuré	Pas mesuré
Mesure de la fréquence cardiaque	Chaque seconde	Mesure de la fréquence en mode économie d'énergie; mesure prise à chaque seconde quand vous êtes actif, ou pendant deux minutes à chaque période de 10 minutes quand vous êtes inactif
Mesure d'activité de fréquence cardiaque maximale	5 jours	7 jours

Sujet parent: [Début de la mesure d'activité](#)

Configuration d'un nombre cible de pas



Vous pouvez configurer un nombre cible de pas à effectuer en une journée et vérifier votre progression vers cette cible à l'écran de votre montre. Le nombre cible par défaut est 10 000 pas par jour.

Remarque: Vous pouvez aussi configurer un nombre cible de pas en utilisant l'application Epson View sur votre téléphone intelligent.

1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Paramètres > Activité > Objectif pas**.

L'écran suivant s'affiche :



3. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner le nombre de pas que vous voulez cibler et appuyez sur le bouton  Enter.

L'écran Activité s'affiche.



4. Enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)

Configuration d'un nombre cible de calories à brûler


Vous pouvez configurer un nombre cible de calories à brûler en une journée et vérifier votre progression vers cette cible sur l'écran de votre montre. Vous pouvez définir le nombre cible de calories dans l'application Epson View.

Remarque: Pour obtenir des renseignements sur l'utilisation de l'application Epson View, reportez-vous à l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)


Examen des données d'activité sur votre montre

Vous pouvez examiner les données d'activité recueillies sur votre montre pendant l'accomplissement de votre activité ou voir un graphique d'activité sur sept jours de la semaine précédente.

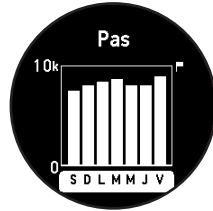
1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Vers le haut.






Vous verrez un écran comme celui-ci qui affiche les données de votre activité actuelle :



2. Pour voir un graphique d'activité sur sept jours de la semaine précédente, appuyez sur le bouton  Enter.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



3. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour voir chacun des écrans de données d'activité disponibles.
4. Lorsque vous avez terminé, effectuez l'une des tâches suivantes :
 - Quand l'écran Activité quotidienne est affiché, enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.
 - Quand le graphique d'activité sur sept jours est affiché, appuyez sur le bouton  pour retourner à l'écran Activité quotidienne. Puis, enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)

Références associées

[Données d'activité affichées sur votre appareil](#)

[Activités disponibles pour chaque mode de fréquence cardiaque](#)

Tâches associées

[Configuration d'un nombre cible de pas](#)

[Configuration d'un nombre cible de calories à brûler](#)

[Examen des données d'activité dans l'application Epson View](#)

Examen des données d'activité dans l'application Epson View

Vous pouvez examiner les données que vous avez recueillies au moyen de l'application Epson View sur votre téléphone intelligent. Vous pouvez examiner les données d'activité pendant l'accomplissement de votre activité ou voir un graphique d'activité sur sept jours de la semaine précédente.

Remarque: Pour obtenir des renseignements sur l'utilisation de l'application Epson View, reportez-vous à l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Mesure et examen des activités quotidiennes](#)

Références associées

[Données d'activité affichées sur votre appareil](#)

[Activités disponibles pour chaque mode de fréquence cardiaque](#)

Tâches associées

[Configuration d'un nombre cible de pas](#)

[Configuration d'un nombre cible de calories à brûler](#)

[Examen des données d'activité sur votre montre](#)


Paramètres des menus de la montre

Consultez les sections suivantes pour voir les paramètres disponibles dans les menus de votre montre.

[Menus de l'écran Heure](#)

[Menus de l'écran Mesure](#)

Menus de l'écran Heure


Vous pouvez sélectionner les paramètres suivants en appuyant sur le bouton  Enter à l'écran Heure.






Menu	Paramètres	Options/Description
Bluetooth	On Off	Active ou désactive la fonction Bluetooth pour la connexion avec votre téléphone intelligent
	Appairage	Met la montre en mode appairage
	Oublier appareil	Met fin à la connexion Bluetooth avec votre téléphone intelligent














































































Menu	Paramètres	Options/Description
Paramètres	Activité	Définit un nombre cible de pas, ou active ou désactive la mesure de l'activité
	Vibration	Définit les alarmes, les notifications, les alertes et les sons de bouton que vous souhaitez utiliser pour les fonctions de téléphone intelligent et les divers jalons de vos entraînements; vous pouvez utiliser l'application Epson View pour configurer les alarmes.
	Afficher	Définit le cadran, le fond d'écran et le rétroéclairage pour l'affichage et active/désactive le mode Veille
	Système	Configure ou affiche les informations générales de l'appareil Heure définit l'heure manuellement ou automatiquement par synchronisation Réinitialiser réinitialise tous les paramètres de l'appareil en rétablissant les paramètres par défaut, réinitialise le capteur de foulée et supprime toutes les données d'entraînement et d'activité Infos ver. affiche des informations sur la version du micrologiciel de l'appareil.
Alarme	On Off Modifier	Active/désactive les alarmes de réveil et vous permet de configurer les temps d'alarme
Historique	—	Affiche les informations de l'historique d'entraînement
Éteindre	—	Éteint l'appareil


Sujet parent: [Paramètres des menus de la montre](#)

Menus de l'écran Mesure

Vous pouvez sélectionner les paramètres suivants en appuyant sur le bouton  Enter à l'écran Mesure ou lorsque la mesure est interrompue. Sélectionnez ensuite le menu **Paramètres**.

Modes	Paramètres	Options/Description
	Aut. tour	Enregistre les tours automatiquement quand vous atteignez une distance ou un temps préconfiguré; vous pouvez utiliser l'application Epson View pour configurer des distances ou des temps au tour
	Aut. pause	Interrompt/reprend automatiquement la mesure de l'entraînement quand vous arrêtez et reprenez votre activité d'entraînement
	Formation	Définit des alertes pour indiquer quand vous atteignez des cibles préconfigurées; vous pouvez utiliser l'application Epson View pour configurer des cibles. Temps cible Dist. cible FC cible Allure cible Vitesse cible (mode Vélo seulement) Intervalle Course
	Métronome	Régule votre appareil pour qu'il émette des sons rythmiques afin de vous aider à rythmer votre entraînement.
	Mesu. FC	Active ou désactive la mesure de la fréquence cardiaque; désactivez la mesure de la fréquence cardiaque quand vous n'utilisez pas les informations de fréquence cardiaque pour préserver la charge de la pile.

Modes	Paramètres	Options/Description
	Repère	Enregistre l'emplacement local comme point de repère dans votre entraînement pour que votre appareil puisse vous notifier de vos progrès vers le point de repère et vous alerte à l'arrivée; fonctionne à l'extérieur seulement.
                                    	Défil. auto	Change l'affichage pour activer le défilement automatique en fonction de vos mouvements ou du temps Rotation poignet Temps
                                    	Actualiser	Modifie la fréquence à laquelle l'écran se met à jour durant votre entraînement en fonction de vos mouvements ou du temps Rotation poignet Chaque seconde
	Longueur piscine	Définit la longueur de la piscine, entre 20 et 150 verges/mètres
	Aut. repos	Détecte automatiquement quand vous faites une pause durant la nage et quand vous recommencez à nager pour que vous n'ayez pas à interrompre manuellement la mesure de l'entraînement de nage

Modes	Paramètres	Options/Description
	Style de nage	Détecte automatiquement le style de nage utilisé ou vous laisse le définir manuellement Auto Manuel Les styles de nage suivants sont disponibles quand vous sélectionnez Manuel : <ul style="list-style-type: none"> • Libre • Brasse • Papillon • Dos

Sujet parent: [Paramètres des menus de la montre](#)

Entretien de votre montre

Suivez les instructions fournies dans les sections suivantes pour entretenir adéquatement votre montre.

[Nettoyage de votre montre](#)

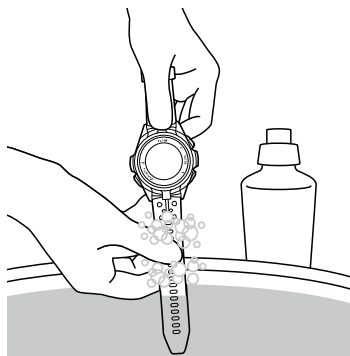
[Durée de vie de la pile](#)

Nettoyage de votre montre

Nettoyez votre montre après chaque utilisation tel que décrit ci-dessous. Si vous avez de la difficulté à charger votre montre, vous pouvez aussi nettoyer les points de contact sur votre montre et la pince de chargement USB.

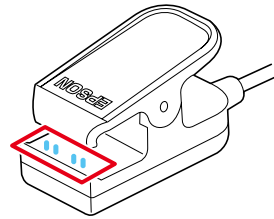
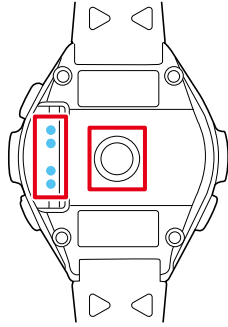
Mise en garde: Durant le nettoyage, n'appuyez pas trop fort sur la vitre ni sur les boutons pour éviter de les endommager et d'entraîner le mauvais fonctionnement de la montre. N'utilisez pas de benzène, de solvant, d'alcool, de détergent corrosif ou un autre tout solvant organique, car vous risqueriez d'endommager votre produit.

1. Après chaque utilisation, nettoyez votre montre en l'essuyant délicatement avec de l'eau et en la séchant complètement avec un chiffon sec. Vous pouvez aussi nettoyer le bracelet de la montre avec un détergent doux et dilué.



Remarque: Avec le temps, la couleur du bracelet peut s'estomper naturellement, ou le bracelet peut perdre son élasticité.

2. Si vous éprouvez des problèmes de chargement, utilisez un coton-tige humide pour nettoyer les points de contact de votre montre ainsi que la pince de chargement USB, tel qu'illustré ici.



Mise en garde: Ne fixez pas la pince de chargement USB à votre montre pendant que les points de contact sont mouillés ou sales, car ils pourraient se corroder et entraîner des défaillances de communication ou le mauvais fonctionnement de la montre.

Sujet parent: [Entretien de votre montre](#)

Durée de vie de la pile

La pile rechargeable intégrée dans votre montre a une durée de vie moyenne de quatre ans, tout dépendant des conditions d'utilisation. La pile n'est pas remplaçable par l'utilisateur.

Si la pile ne conserve plus sa charge aussi longtemps qu'auparavant, elle a probablement atteint la fin de sa durée de vie. Communiquez avec l'assistance Epson pour remplacer la pile.

Sujet parent: [Entretien de votre montre](#)

Résolution de problèmes

Consultez les solutions fournies dans les sections suivantes si vous éprouvez des problèmes avec votre montre.

[Résolution de problèmes au moyen de votre montre](#)

[Résolution de problèmes concernant l'utilisation d'Epson View](#)

[Redémarrage de la montre](#)

[Réinitialisation de la montre](#)

[Vérification de la version du micrologiciel de votre montre](#)

[Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de l'application Epson View](#)

[Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de votre ordinateur](#)

[Comment obtenir de l'aide](#)

Résolution de problèmes au moyen de votre montre

Consultez les solutions fournies dans les sections suivantes si vous éprouvez des problèmes avec votre montre.

[Solutions aux problèmes d'écran de la montre](#)

[Solutions aux problèmes de chargement de la montre](#)

[Solutions aux problèmes de réglage de la montre](#)

[Solutions aux problèmes de signal GPS](#)

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Solutions aux problèmes d'écran de la montre

Si vous éprouvez des problèmes avec l'écran de votre montre, essayez les solutions suivantes :

- Si l'écran est vide, il se peut que la pile soit faible ou vide, ou que vous ne l'ayez pas encore chargée. Chargez la pile avant d'utiliser votre montre et dès que la pile est faible.
- Si l'écran devient bleu ou s'éteint pendant que vous utilisez votre montre, essayez de la redémarrer.
- Si l'écran ne change pas quand vous appuyez sur un bouton de votre montre, il se peut que la pile soit faible. Chargez la pile. Si la montre ne réagit toujours pas aux commandes, essayez de la redémarrer.
- Si l'intérieur de la vitre devient embrouillé, il se peut que de la condensation se soit produite en raison d'un changement subit de température. La condensation temporaire n'endommage pas votre montre, et vous pouvez continuer de l'utiliser. Si la condensation persiste pendant une longue période, il est

possible que de l'eau se soit infiltrée dans la montre. Communiquez avec l'assistance Epson pour recevoir de l'aide.

Sujet parent: [Résolution de problèmes au moyen de votre montre](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)

[Menus de l'écran Mesure](#)

Tâches associées

[Chargement de la montre](#)

[Redémarrage de la montre](#)

[Mesure de votre fréquence cardiaque](#)

Solutions aux problèmes de chargement de la montre

Si vous éprouvez des problèmes avec le chargement de votre montre, essayez les solutions suivantes :

- Si la montre ne se charge pas quand vous fixez la pince de chargement USB, vérifiez ceci :
 - Assurez-vous de charger complètement la montre. Le chargement partiel de la montre peut nuire à la durée de la pile.
 - Assurez-vous que la pince de chargement USB est fixée correctement.
 - Nettoyez les points de contact de votre montre et de la pince de chargement USB et fixez à nouveau la pince.
 - Si la pile était vide quand vous avez fixé la pince de chargement USB, il se peut que l'écran de chargement ne s'affiche pas pendant une minute ou deux. Attendez que l'écran s'affiche.
 - Assurez-vous que vous utilisez un chargeur USB ou un port USB compatible.
 - Si vous n'arrivez toujours pas à charger la pile de votre montre, détachez la pince de chargement USB et communiquez avec l'assistance Epson pour recevoir de l'aide.
- Si la montre et la pince de chargement USB deviennent chaudes pendant le chargement, arrêtez le chargement de la montre, détachez la pince de chargement USB et communiquez avec l'assistance Epson pour recevoir de l'aide.
- Si vous voyez un écran d'erreur de chargement, arrêtez le chargement de la montre et allez dans un environnement où la température est conforme à la plage de températures de fonctionnement.

Sujet parent: [Résolution de problèmes au moyen de votre montre](#)

Tâches associées

[Chargement de la montre](#)

Solutions aux problèmes de réglage de la montre

Si vous éprouvez des problèmes avec les paramètres de votre montre, essayez les solutions suivantes :

- Si les informations d'horloge disparaissent de l'écran, il est possible que la montre ait basculé en mode veille et désactivé l'affichage de l'heure. Appuyez sur n'importe quel bouton de la montre pour la réveiller. Si l'écran ne s'allume pas, chargez la pile de la montre.
- Si l'heure est réglée incorrectement, réinitialisez-la.
- Si la mesure s'arrête pendant une séance d'exercice, c'est peut-être parce que vous vous déplacez très lentement. Dans ce cas, désactivez le paramètre **Aut. pause**.
- Si la mesure de votre fréquence cardiaque s'arrête, assurez-vous que vous portez la montre correctement. Si la surface de votre corps est froide, couvrez votre poignet avec un vêtement ou essuyez la transpiration sous la montre pour stabiliser la mesure de la fréquence cardiaque.

Sujet parent: [Résolution de problèmes au moyen de votre montre](#)

Solutions aux problèmes de signal GPS

Si vous avez de la difficulté à acquérir ou à maintenir une connexion GPS, essayez les solutions suivantes :

- Si vous ne pouvez pas repérer de signal GPS, allez dehors avec la montre pendant au moins 15 minutes. Assurez-vous d'être à un endroit dépourvu d'obstacles aériens et de rester immobile, et essayez d'acquérir un signal GPS à nouveau. Le signal GPS peut être interrompu par des bâtiments élevés, de grands arbres ou des flancs de montagne, alors essayez d'être à un endroit le plus dégagé possible.
- Assurez-vous que votre montre est appairée avec votre téléphone intelligent. Votre montre téléchargera automatiquement les informations de votre emplacement GPS à partir de votre téléphone intelligent.
- Si vous ne pouvez toujours pas acquérir de signal, sélectionnez **Sauter** à l'écran du GPS pour commencer votre entraînement. La distance parcourue sera estimée en fonction de votre cadence jusqu'à ce que le signal GPS soit complètement acquis.

Sujet parent: [Résolution de problèmes au moyen de votre montre](#)

Tâches associées

[Acquisition d'un signal GPS](#)

Résolution de problèmes concernant l'utilisation d'Epson View

Consultez les solutions fournies dans les sections suivantes si vous éprouvez des problèmes concernant l'utilisation de l'application Epson View sur votre téléphone intelligent.

[Solutions aux problèmes concernant l'utilisation d'Epson View](#)

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Solutions aux problèmes concernant l'utilisation d'Epson View

Si vous éprouvez des problèmes concernant l'utilisation de l'application Epson View sur votre téléphone intelligent ou Epson View Uploader sur votre ordinateur, essayez les solutions suivantes :

- Si un écran d'erreur s'affiche pendant que votre montre communique avec votre téléphone intelligent ou votre ordinateur, ne déplacez pas votre montre ni la pince de chargement USB durant la communication. Retirez et fixez à nouveau la pince de chargement USB et réessayez de communiquer avec votre téléphone intelligent ou votre ordinateur.
- Si votre ordinateur ne reconnaît pas votre montre, vérifiez la connexion USB. Nettoyez aussi les points de contact sur la montre et la pince de chargement USB, puis essayez de redémarrer votre montre.

Si vous éprouvez encore des problèmes concernant l'utilisation de l'application Epson View ou Epson View Uploader, consultez l'[aide en ligne](#).

Sujet parent: [Résolution de problèmes concernant l'utilisation d'Epson View](#)

Tâches associées





[Nettoyage de votre montre](#)

[Chargement de la montre](#)

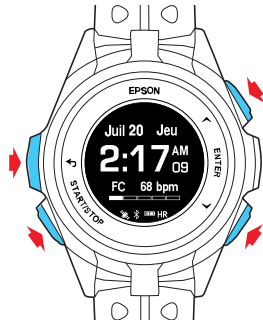
Redémarrage de la montre

Si vous éprouvez des problèmes avec votre montre, vous devriez peut-être la redémarrer. Au redémarrage, votre montre conserve vos données et vos paramètres, sauf les données d'activité de la journée en cours.

Pour redémarrer votre montre, appuyez simultanément sur les boutons suivants :

-  
-  Start/Stop
-  Vers le haut

-  Vers le bas




L'écran s'éteint pendant un moment, et la montre redémarre.

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Réinitialisation de la montre



Si vous devez supprimer toutes les données et tous les paramètres de la mémoire de votre montre, vous pouvez réinitialiser celle-ci.

Remarque: Avant de réinitialiser votre montre, vous devriez peut-être télécharger vos données d'entraînement et d'activité vers votre téléphone intelligent au moyen de l'application Epson View.

1. Appuyez sur le bouton  Enter.

Un écran comme celui-ci s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Paramètres > Système > Réinitialiser > Oui**.

Votre montre se réinitialise. Après l'opération, elle redémarre et affiche l'écran Langue.

3. Vous pouvez maintenant reconfigurer votre montre.

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Références associées

[Menus de l'écran Heure](#)



Vérification de la version du micrologiciel de votre montre

Vous pouvez vérifier la version du micrologiciel de votre montre en l'affichant à l'écran de celle-ci.

1. Appuyez sur le bouton  Enter.


L'écran suivant s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Paramètres > Système > Infos ver.**

L'écran de votre montre affiche l'information sur la version du micrologiciel.



3. Enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Références associées

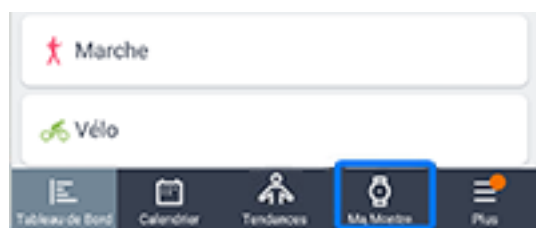
[Menus de l'écran Heure](#)

Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de l'application Epson View

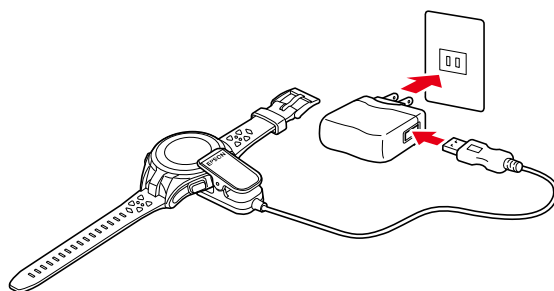
Si vous éprouvez des problèmes avec votre montre, vous devriez peut-être mettre à jour le micrologiciel au moyen de l'application Epson View.

Avant de mettre à jour le micrologiciel, vous devriez peut-être aussi sauvegarder vos données d'entraînement et d'activité sur votre téléphone intelligent en utilisant l'application Epson View, car la mise à jour du micrologiciel peut réinitialiser les données et les paramètres stockés dans la mémoire de votre montre.

1. Sélectionnez **Ma Montre** au bas de l'écran de l'application.

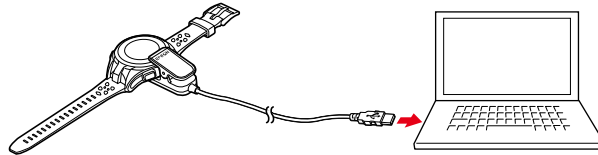


2. Sélectionnez votre version de micrologiciel sous le titre **Micrologiciel**.
3. Choisissez l'une des options suivantes :
 - Adaptateur CA : Branchez la pince de chargement USB au port USB de l'adaptateur CA optionnel, puis branchez l'adaptateur CA dans une prise de courant.



Mise en garde: Utilisez seulement l'adaptateur CA optionnel s'il est compatible avec votre produit pour le chargement de votre montre. Sinon, la montre risque de ne pas se recharger ou de ne pas fonctionner correctement.

- Ordinateur : Branchez la pince de chargement USB à un port USB de votre ordinateur qui peut charger les dispositifs externes.



Remarque: Il est possible que le chargement USB à partir d'un port d'ordinateur ne fonctionne pas sur tous les ordinateurs. Ne branchez pas la pince de chargement USB à un concentrateur USB ni à un autre dispositif intermédiaire.

4. Suivez les instructions à l'écran de votre téléphone intelligent pour mettre à jour le micrologiciel de votre montre.

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

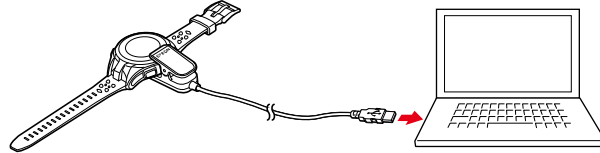
Mise à jour du micrologiciel de votre montre au moyen de votre ordinateur

Si vous éprouvez des problèmes avec votre montre, vous devriez peut-être mettre à jour le micrologiciel au moyen de votre ordinateur.

Avant de mettre à jour le micrologiciel, vous devriez peut-être aussi sauvegarder vos données d'entraînement et d'activité sur votre téléphone intelligent en utilisant l'application Epson View, car la mise à jour du micrologiciel peut réinitialiser les données et les paramètres stockés dans la mémoire de votre montre.

1. Pour télécharger la plus récente version du micrologiciel de votre montre, visitez la page et sélectionnez votre produit.

2. Fixez la pince de chargement USB à votre montre et au port USB de l'ordinateur où vous avez téléchargé le micrologiciel de la montre.



3. Exécutez le fichier de micrologiciel téléchargé et suivez les instructions à l'écran pour mettre à jour le micrologiciel de la montre.

Remarque: Si l'utilitaire de mise à jour du micrologiciel ne démarre pas, assurez-vous que la pince de chargement USB est fixée correctement et que l'utilitaire de mise à jour n'est pas exécuté plusieurs fois sur votre ordinateur.

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Comment obtenir de l'aide

Si vous avez besoin de contacter Epson pour obtenir des services de soutien technique, utilisez l'une des options suivantes :

Assistance via Internet

Visitez le site Web de soutien d'Epson à l'adresse epson.ca/Soutien et sélectionnez votre produit pour obtenir des solutions aux problèmes courants. Vous pouvez y télécharger des utilitaires et de la documentation en français, consulter une foire aux questions et des conseils de dépannage, ou envoyer vos questions par courriel à Epson.

Appel téléphonique avec un représentant du soutien

Composez le 800 241-5789 ou le 562 276-4394 (É.-U.), ou encore le 905 709-3839 (Canada).

Le soutien technique est offert de 6 h à 20 h, heure du Pacifique, du lundi au vendredi et de 7 h à 16 h, heure du Pacifique, le samedi.

Les jours et les heures de service peuvent changer sans préavis. Des frais d'interurbain peuvent s'appliquer.

Avant de communiquer avec Epson, ayez les informations suivantes sous la main :

- Nom du produit

- Numéro de série du produit
- Preuve d'achat (telle qu'un reçu de magasin) et date d'achat
- Configuration informatique
- Modèle de téléphone intelligent et version du système d'exploitation
- Description du problème

Sujet parent: [Résolution de problèmes](#)

Caractéristiques techniques

Les sections suivantes présentent les caractéristiques techniques de votre produit.

[Caractéristiques de l'appareil](#)

[Caractéristiques des accessoires en option](#)

[Consultation des caractéristiques de sécurité et d'homologation](#)

Caractéristiques de l'appareil

Épaisseur de l'appareil

ProSense 307 :

0,52 po (13,4 mm)

ProSense 347/ProSense 367 :

0,62 po (15,7 mm)

Poids

ProSense 307 :

Environ 1,8 once (51 g)

ProSense 347 :

Environ 2,2 onces (62 g)

ProSense 367 :

Environ 2,3 onces (64 g)

Durée de fonctionnement continu	<p>ProSense 307 : 8 à 24 heures (durée approximative d'entraînement continu)</p> <p>ProSense 347/ProSense 367 : 17 à 50 heures (durée approximative d'entraînement continu)</p> <p>ProSense 307 : 3 à 30 jours (durée approximative d'affichage continu de l'heure)</p> <p>ProSense 347/ProSense 367 : 6 à 60 jours (durée approximative d'affichage continu de l'heure)</p> <p>Remarque: La durée de fonctionnement varie selon la qualité de réception du signal GPS et les paramètres de l'appareil. Le temps de fonctionnement est considérablement réduit quand la réception du signal GPS est faible, par exemple à l'intérieur. La durée de vie de la pile dépend notamment des paramètres de rétroéclairage.</p>
Durée de recharge	Environ 3 heures
Méthode de chargement	<p>Tension nominale : 5 V (+/- 5 %)</p> <p>Courant : 500mA (port USB de 2,5 W)</p>
Résistance à l'eau	<p>ProSense 307 : Jusqu'à 5 bar de pression</p> <p>ProSense 347/ProSense 367 : Jusqu'à 10 bar de pression</p>
Communication	<p>Sans fil : Bluetooth</p> <p>Câblée : USB 2.0</p>
Fonction de notification	Vibreur sonore et vibration
Température de fonctionnement	23 à 122 °F (-5 à 50 °C)
Température de chargement	41 à 95 °F (5 à 35 °C)
Température d'entreposage	14 à 140 °F (-10 à 60 °C)

Plages d'affichage

Distance/Distance au tour : 0 à 999,99 miles ou km
Allure/Allure au tour/Allure moyenne : 1 seconde à 45 minutes par mile (1 seconde à 30 minutes par kilomètre)
Temps/Temps au tour : 0 h 00 min 00 s à 13 h 00 min 00 s
Cadence/Cadence moyenne : 0 à 255 mpm
Longueur de foulée/Foulée moyenne : 0 à 100 po (0 à 255 cm)
Pas : 0 à 999 999 pas
Calories brûlées : 0 à 9999 kcal
Fréquence cardiaque : 30 à 240 bpm
Heure d'achèvement estimée : 0 h 00 min 00 s à 23 h 59 min 59 s
Distance d'achèvement estimée : 0 à 999,999 miles ou km

Sujet parent: [Caractéristiques techniques](#)

Caractéristiques des accessoires en option

Pince de chargement USB

Numéro de modèle WPCLP01 (numéro de pièce : E12E220202)
Température de fonctionnement 41 à 95 °F (5 à 35 °C)

Adaptateur CA

Numéro de modèle SFAC04 (numéro de pièce : E12E204001)
Tension d'entrée 100 VCA, 50/60 Hz
Fréquence de sortie 5 VDC, 1,0 A

Sujet parent: [Caractéristiques techniques](#)




Consultation des caractéristiques de sécurité et d'homologation

Vous pouvez consulter les caractéristiques de sécurité et d'homologation de votre montre à l'écran de la montre.


1. À l'écran Heure, appuyez sur le bouton  Enter.

L'écran suivant s'affiche :



2. Appuyez sur le bouton  Vers le haut ou  Vers le bas pour sélectionner **Certificat** et appuyez sur le bouton  Enter.

Les informations d'homologation de la montre s'affichent.

3. Enfoncez le bouton  pendant au moins deux secondes pour retourner à l'écran Heure.

Sujet parent: [Caractéristiques techniques](#)

Avis

Consultez ces sections pour des avis importants concernant votre produit.

Remarque: Epson offre un programme de recyclage des produits Epson en fin de vie. Veuillez consulter [ce site](#) pour obtenir des informations sur la façon de retourner vos produits Epson pour une élimination appropriée.

[Remarques concernant les ondes électromagnétiques](#)

[Avis sur les droits d'auteur](#)

[Arbitrage exécutoire et recours collectifs](#)

[Marques de commerce](#)

[Attribution des droits réservés](#)

Remarques concernant les ondes électromagnétiques

Cet appareil est doté de la technologie Bluetooth Smart. Cette fonction permet la communication sans fil de données de mesure entre l'appareil et le moniteur de fréquence cardiaque ou un téléphone intelligent.

Selon la loi sur les équipements hertziens, cet appareil a été classé comme système de communication de données électroniques faible puissance. Par conséquent, il ne nécessite pas de licence de station de radio. Les actions suivantes peuvent être sanctionnées par la loi.

- Désassembler ou remodeler l'appareil
- Retirer le numéro de vérification ou de certification de l'appareil

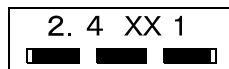
Dispositif de technologie de l'information classe B VCCI

Cet appareil est un dispositif de technologie de l'information de classe B VCCI. Bien qu'il soit conçu pour une utilisation à domicile, des interférences peuvent se produire s'il est utilisé à proximité d'une radio ou d'une antenne TV.



Fréquence

Cet appareil utilise des bandes de fréquences comprises entre 2,402 et 2,480 GHz. D'autres appareils sans fil peuvent utiliser la même fréquence. Observez les points suivants pour prévenir les interférences avec d'autres appareils sans fil.



Précautions à prendre lors d'une communication sans fil

Cet appareil fonctionne sur la fréquence 2,4 GHz.

Cet appareil fonctionne sur la même bande passante de fréquences que les appareils industriels, scientifiques et médicaux tels que les fours micro-ondes et les systèmes RF-ID (postes radio sous licence et postes radio amateur de faible puissance spécifiés hors licence [par la suite, « autres postes radio »]) utilisés dans les chaînes de production industrielle.

1. Avant d'utiliser cet appareil, vérifiez qu'aucun autre poste radio n'est utilisé à proximité.
2. Si cet appareil provoque des interférences RF entre lui et d'autres postes radio, déplacez-le rapidement vers un autre endroit, arrêtez de l'utiliser et communiquez avec votre revendeur local en vous reportant à la section « Nous contacter à propos de ce produit » pour obtenir des conseils afin de prévenir les interférences (par exemple, en configurant des partitions).
3. En outre, lorsque des interférences RF nuisibles se produisent entre l'appareil et d'autres postes radio, reportez-vous à la section « Nous contacter à propos de ce produit » pour communiquer avec notre centre de réparation.

Avertissement :

- Si vous constatez une irritation de la peau ou une autre réaction indésirable, cessez immédiatement d'utiliser l'appareil et consultez un professionnel de la santé.
- Dans les lieux où l'utilisation du produit est restreinte (par exemple, dans les avions ou les hôpitaux), observez les règlements en vigueur (par exemple, indiqués par les annonces en vol).
- Ne rentrez pas avec le produit dans une salle d'opération, une unité de soins intensifs ou un autre environnement du genre. N'utilisez pas l'appareil à proximité d'un équipement médical; les ondes radio générées par l'appareil peuvent interférer avec l'équipement médical électronique et ainsi provoquer une défaillance de l'équipement et un accident.
- Les ondes radio produites par l'appareil peuvent interférer avec des dispositifs médicaux implantés de manière chirurgicale tels que les pacemakers. Si vous avez un dispositif médical implanté de manière chirurgicale, suivez les instructions et les avertissements fournis avec votre appareil.

Sujet parent: [Avis](#)

Avis sur les droits d'auteur

Tous droits réservés. Il est interdit de reproduire, de conserver dans un système central ou de transmettre le contenu de cette publication sous quelque forme et par quelque moyen que ce soit – reproduction électronique ou mécanique, photocopie, enregistrement ou autre – sans la permission écrite préalable de Seiko Epson Corporation. L'information contenue dans la présente ne peut être utilisée qu'avec ce produit Epson. Epson décline toute responsabilité en cas d'utilisation de cette information avec d'autres produits.

Ni Seiko Epson Corporation ni ses sociétés affiliées ne peuvent être tenues responsables par l'acheteur de ce produit ou par des tiers de tout dommage, pertes, frais ou dépenses encourus par l'acheteur ou les tiers suite à : un accident, le mauvais usage ou l'usage abusif de ce produit, ou de modifications, réparations ou altérations non autorisées du produit, ou (sauf aux É.-U.) du manquement à respecter strictement les instructions d'utilisation et d'entretien de Seiko Epson Corporation.

Seiko Epson Corporation décline toute responsabilité en cas de dommages ou de problèmes découlant de l'utilisation d'options ou de produits consommables autres que les produits désignés comme produits d'origine Epson ou comme produits approuvés pour Epson par Seiko Epson Corporation.

Seiko Epson Corporation ne pourra être tenue responsable des dommages résultant des interférences électromagnétiques se produisant à la suite de l'utilisation de câbles d'interface autres que ceux désignés par Seiko Epson Corporation comme étant des produits approuvés par Epson.

L'information contenue dans ce guide peut être modifiée sans préavis.

Sujet parent: [Avis](#)

Arbitrage exécutoire et recours collectifs

1. DIFFÉRENDS, ARBITRAGE INDIVIDUEL EXÉCUTOIRE ET RENONCIATION À EXERCER DES RECOURS ET DES ARBITRAGES COLLECTIFS

1.1 **Différends.** Les dispositions du présent article 1 s'appliquent à tous les différends entre vous et Epson. Le terme « différend » doit être interprété de manière à donner le sens le plus large autorisé par la loi et inclut les différends, réclamations, controverses ou actions entre vous et Epson en lien avec le présent contrat, les produits de marque Epson (matériel et tout logiciel), ou toute autre opération conclue entre vous et Epson ou y ayant trait, qu'ils découlent d'un contrat, d'une garantie, d'une fausse déclaration, d'une fraude, d'un délit, d'un délit intentionnel, d'une loi, d'un règlement ou d'une ordonnance, en droit ou en equity. UN « DIFFÉREND » N'INCLUT PAS LES RÉCLAMATIONS EN MATIÈRE DE PROPRIÉTÉ INTELLECTUELLE, ou plus précisément, toute réclamation ou cause d'action pour (a) la contrefaçon ou la dilution d'une marque de commerce (b) la violation d'un brevet (c) la violation du droit d'auteur ou son utilisation abusive ou (d) l'usurpation d'un secret commercial (une «

réclamation en matière de propriété intellectuelle »). Vous et Epson reconnaissez également, nonobstant le paragraphe 1.6, qu'un tribunal, et non un arbitre, peut décider si une réclamation ou une action constitue une réclamation en matière de propriété intellectuelle.

1.2 Arbitrage exécutoire. Vous et Epson acceptez de régler tous les différends par arbitrage exécutoire conformément aux dispositions du présent contrat. **L'ARBITRAGE SIGNIFIE QUE VOUS RENONCEZ À VOTRE DROIT À UN JUGE OU À UN JURY DANS LE CADRE D'UNE POURSUITE JUDICIAIRE ET QUE VOS MOTIFS D'APPEL SONT RESTREINTS.** En vertu du présent contrat, l'arbitrage exécutoire sera administré par JAMS, une autorité reconnue à l'échelle nationale en matière d'arbitrage, conformément à son code de procédure en vigueur pour les conflits liés aux consommateurs, à l'exception de toutes les règles qui autorisent les recours collectifs ou les arbitrages collectifs (pour plus de détails sur la procédure, consultez le paragraphe 1.6 ci-dessous). Vous et Epson comprenez et acceptez que (a) la loi Federal Arbitration Act (9 U.S.C. § 1 et suivants) régit l'interprétation et l'application du présent article 1 (b) que le présent contrat consigne une opération de commerce entre États et que (c) le présent article 1 demeurera en vigueur même après la résiliation du présent contrat.

1.3 Préparation à l'arbitrage et envoi d'un avis. Avant de soumettre une demande d'arbitrage, vous et Epson devez chacun accepter de vous efforcer de résoudre tout différend de façon informelle pendant soixante (60) jours. Si vous et Epson ne parvenez pas à un accord pour régler le différend dans les soixante (60) jours, vous ou Epson pouvez entamer le processus d'arbitrage. L'avis de différend à l'intention d'Epson doit être envoyé à cette adresse : Epson America, Inc., ATTN : Legal Department, 3840 Kilroy Airport Way, Long Beach, CA 90806 (l'« adresse d'Epson »). L'avis de différend vous sera envoyé à votre adresse la plus récente dans les dossiers d'Epson. Pour cette raison, il est important de nous informer de tout changement d'adresse par courriel à l'adresse EAILEgal@ea.epson.com, ou par la poste à l'adresse d'Epson indiquée précédemment. L'avis de différend doit inclure le nom, l'adresse et les coordonnées de la partie qui l'envoie, les faits à l'origine du différend et la réparation demandée (l'« avis de différend »). Après avoir reçu l'avis de différend, vous et Epson vous engagez à agir de bonne foi pour tenter de résoudre le conflit avant de commencer l'arbitrage.

1.4 Cour des petites créances. Nonobstant ce qui précède, vous pouvez intenter une action individuelle à la Cour des petites créances de votre province ou municipalité si l'action relève de la compétence de ce tribunal et qu'elle est en instance uniquement dans cette cour.

1.5 RENONCIATION DE RECOURS COLLECTIF ET D'ARBITRAGE COLLECTIF. VOUS ET EPSON ACCEPTEZ QUE CHAQUE PARTIE PUISSE SOULEVER UN DIFFÉREND À L'ENCONTRE DE L'AUTRE PARTIE UNIQUEMENT À TITRE INDIVIDUEL ET NON COMME UN REQUÉRANT OU COMME MEMBRE D'UN GROUPE DANS UNE ACTION COLLECTIVE OU UNE PROCÉDURE REPRÉSENTATIVE, Y COMPRIS LES RECOURS COLLECTIFS FÉDÉRAUX, PROVINCIAUX OU TERRITORIAUX OU LES ARBITRAGES COLLECTIFS. LES RECOURS COLLECTIFS, LES ARBITRAGES COLLECTIFS, LES POURSUITES PRIVÉES ET TOUTE AUTRE PROCÉDURE OÙ UN INDIVIDU AGIT EN TANT QUE REPRÉSENTANT SONT INTERDITS. EN VERTU DES PROCÉDURES D'ARBITRAGE DÉCRITES DANS CET ARTICLE, L'ARBITRE NE PEUT COMBINER

OU CONSOLIDER PLUS D'UNE RÉCLAMATION D'UNE PARTIE SANS LE CONSENTEMENT ÉCRIT DE TOUTES LES PARTIES CONCERNÉES PAR LA PROCÉDURE D'ARBITRAGE.

1.6 Procédure d'arbitrage. Si vous ou Epson entamez le processus d'arbitrage, l'arbitrage sera régi par les règlements de JAMS, en vigueur au moment où l'arbitrage est initié, à l'exception de tous les règlements qui permettent un recours ou un arbitrage collectif (les « règlements de JAMS »), et par les règles énoncées dans le présent contrat. On peut prendre connaissance des règlements de JAMS à l'adresse <http://www.jamsadr.com> ou en composant le 1 800 352-5267. Tous les différends doivent être résolus par un seul arbitre neutre, et les deux parties doivent avoir une possibilité raisonnable de participer à la sélection de l'arbitre. L'arbitre est lié par les conditions de ce contrat. L'arbitre, et non un tribunal ou un organisme fédéral, provincial, territorial ou local, détient le pouvoir exclusif de régler tous les différends découlant de l'interprétation, de l'applicabilité, du caractère exécutoire ou de la formation du présent contrat ou y étant liés, y compris toute déclaration indiquant qu'une partie ou l'intégralité du présent contrat est nulle ou annulable. Malgré cette vaste extension des pouvoirs de l'arbitre, un tribunal peut décider de ne se pencher que sur la question limitée visant à déterminer si une réclamation ou une cause d'action relève d'une réclamation en matière de propriété intellectuelle, ce qui est exclu de la définition du terme « différend » dans le paragraphe 1.1 ci-dessus. L'arbitre est habilité à accorder toute réparation qui serait offerte dans un tribunal en droit ou en equity. L'arbitre peut vous accorder les mêmes dommages-intérêts qu'un tribunal, et peut accorder un jugement de constatation ou une mesure injonctive seulement à un requérant individuel et uniquement dans la mesure nécessaire pour fournir la réparation garantie par la réclamation individuelle de cette partie. Dans certains cas, les frais d'arbitrage peuvent dépasser les coûts de procédure de litige, et le droit d'obtenir la communication peut être plus limité dans la procédure d'arbitrage que devant les tribunaux. La décision de l'arbitre lie les parties et pourra être considérée comme un jugement dans n'importe quel tribunal compétent.

Vous pouvez décider de participer à des audiences d'arbitrage par téléphone. Les audiences d'arbitrage en personne doivent avoir lieu dans un endroit raisonnablement accessible à partir de votre résidence principale, ou à Orange County, en Californie, à votre discrétion.

a) Introduction de la procédure d'arbitrage. Si vous ou Epson décidez d'aller en arbitrage pour régler un différend, les deux parties consentent à suivre la procédure suivante :

(i) Rédigez une demande d'arbitrage. La demande doit comprendre une description du différend et la réparation demandée. Vous pouvez trouver un exemple d'une demande d'arbitrage sur le site <http://www.jamsadr.com> (la « demande d'arbitrage »).

(ii) Envoyez trois exemplaires de la demande d'arbitrage, ainsi que les droits de dépôt appropriés à l'adresse : JAMS, 500 North State College Blvd., Suite 600, Orange, CA 92868, U.S.A.

(iii) Envoyez un exemplaire de la demande d'arbitrage à l'autre partie (à la même adresse que l'avis de différend), ou selon ce que les parties auront convenu.

b) Formule de l'audience. Pendant l'arbitrage, la somme de toute offre de règlement ne doit pas être divulguée à l'arbitre avant que celui-ci ne convienne de la somme, s'il y a lieu, à laquelle Epson a droit.

Le partage ou l'échange de renseignements non confidentiels se rapportant au différend peuvent être autorisés pendant l'arbitrage.

c) Frais d'arbitrage. Epson doit payer ou, s'il y a lieu, vous rembourser tous les frais de dépôt et d'arbitre de JAMS pour un arbitrage entamé (par vous ou par Epson), conformément aux dispositions du présent contrat.

d) Décision en votre faveur. Pour ce qui est des différends dans lesquels vous ou Epson réclamez 75 000 \$ ou moins en dommages-intérêts à l'exclusion des honoraires d'avocat et frais engagés, si la sentence de l'arbitre vous octroie une réparation d'un montant plus élevé que la dernière offre écrite d'Epson dans le but de régler le différend, le cas échéant, Epson s'engage à : (i) vous payer le montant le plus élevé entre 1 000 \$ et le montant de la réparation (ii) vous payer le double du montant de vos honoraires d'avocat raisonnables, le cas échéant, et (iii) vous rembourser les frais (y compris les honoraires et coûts d'experts témoins) ayant été engagés raisonnablement par votre avocat pour l'analyse, la préparation et la présentation du différend en arbitrage. Sauf entente à l'effet contraire conclue par écrit entre vous et Epson, l'arbitre déterminera le montant des frais, des coûts et des dépenses à être payés par Epson conformément au présent alinéa 1.6d).

e) Honoraires d'avocat. Epson ne réclamera pas les honoraires d'avocat et les dépenses engagées pour tout arbitrage entamé à propos d'un différend conformément au présent contrat. Votre droit d'obtenir le remboursement des honoraires d'avocat et des dépenses énoncé à l'alinéa 1.6d) ci-dessus ne limite pas vos droits d'obtenir le remboursement des honoraires d'avocat et des dépenses en vertu des lois applicables.

1.7 Retrait. Vous pouvez choisir de vous retirer (vous exclure) de la procédure d'arbitrage individuelle, exécutoire et finale, et de la renonciation des procédures de recours collectif et des mesures représentatives mentionnées dans le présent contrat en adressant une lettre à l'adresse d'Epson dans les trente (30) jours à compter de votre acceptation du présent contrat (y compris l'achat, le téléchargement, l'installation de logiciel ou toute autre utilisation applicable des appareils, produits et services d'Epson) dans laquelle figurent (i) votre nom (ii) votre adresse postale et (iii) votre demande d'être exclu de la procédure d'arbitrage finale, exécutoire et individuelle et de la renonciation des procédures de recours collectif et de mesures représentatives indiquées dans le présent article 1. Dans le cas où vous choisissez de vous retirer de la procédure décrite ci-dessus, toutes les autres conditions continuent de s'appliquer, y compris l'obligation de fournir un avis préalable à un différend.

1.8 Modifications apportées à l'article 1. Nonobstant toute disposition à l'effet contraire dans le présent contrat, vous et Epson convenez que si Epson modifie la procédure de règlement des différends et les dispositions de la renonciation de recours collectif dans le présent contrat (sauf en cas de modification de l'adresse d'Epson), Epson obtiendra votre consentement relativement à la modification applicable. Si vous refusez la modification applicable, vous acceptez d'arbitrer tout différend entre les parties en fonction du libellé du présent article 1 (ou de résoudre les différends conformément au paragraphe 1.7, si vous vous êtes retiré en respectant le délai de rigueur pour ce faire à compter de votre acceptation initiale du présent contrat).

1.9 Dissociabilité. Si l'une ou l'autre des dispositions du présent article 1 est déclarée inexécutoire, cette disposition est retirée et le reste du présent contrat demeure en vigueur. **Ce qui précède ne s'applique pas à l'interdiction d'intenter des recours collectifs conformément au paragraphe 1.5. Cela signifie que si le paragraphe 1.5 est jugé inexécutoire, la totalité de l'article 1 (mais seulement l'article 1) sera nulle.**

Sujet parent: [Avis](#)

Marques de commerce

EPSON® est une marque déposée, EPSON Exceed Your Vision est un logotype déposé, et ProSense est une marque de commerce de Seiko Epson Corporation.

Google® est une marque déposée et Android™ est une marque de commerce de Google Inc.

Le mot-symbole Bluetooth est la propriété de Bluetooth SIG, Inc.



Sujet parent: [Avis](#)

Attribution des droits réservés

© 2017 Epson America, Inc.

10/17

CPD-54161

Sujet parent: [Avis](#)