

操作マニュアル【応用編】

応用編では、プログラムをカスタマイズして再生する方法を順を追ってご説明致します。

I. 自分専用の【カテゴリー】を作成・編集・削除する

※既存のカテゴリー・コース・プログラムの作成・編集・削除はできません。



①自分専用のカテゴリーを作成する

例：「筋肉」というカテゴリーを作成します。

1-1. 画面左上にある【名前を入力】をタッチします。



1-2. 作成したいコース名を入力します。

入力後、画面左上にある青い【作成する】をタッチします。



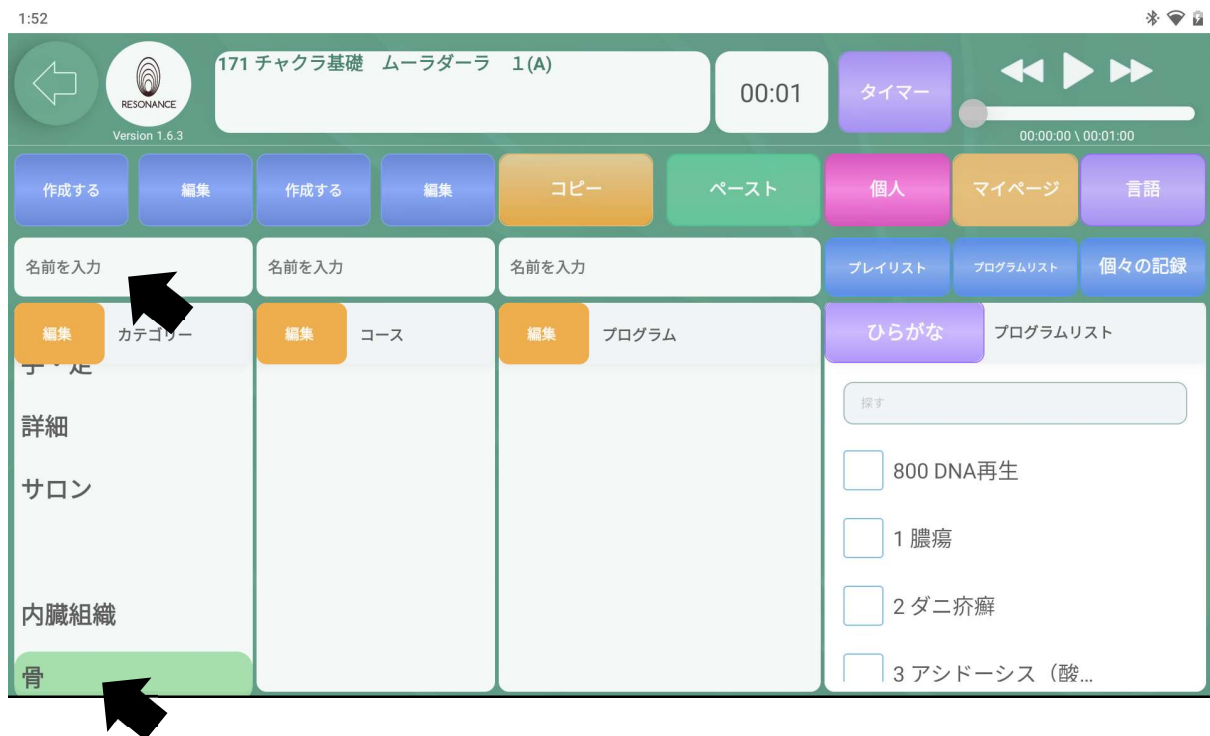
1-3. カテゴリーの一番下に作成したカテゴリーが追加されます。



②作成したカテゴリーの名称を変更する

例：「骨」から「筋肉」に名称を変更します。

2-1. 編集したいカテゴリーをタッチし、【名前を入力】をタッチします。

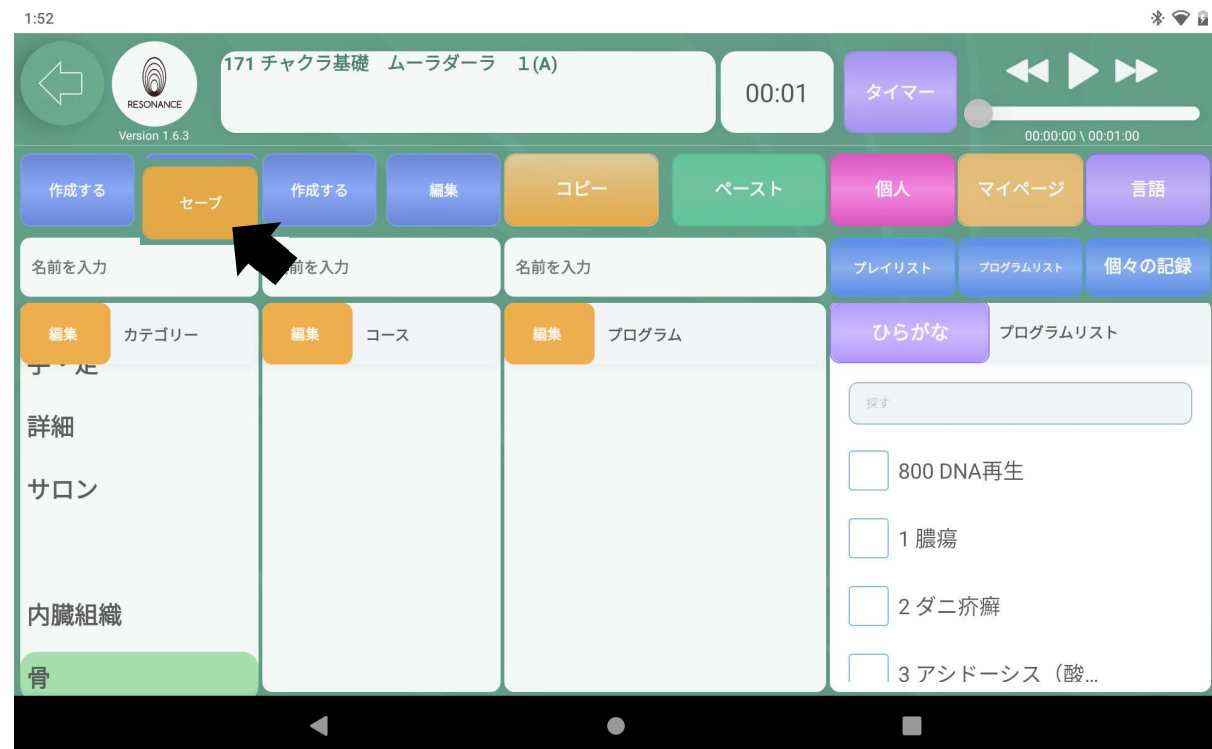


2-2. 変更したいカテゴリー名を入力します。

入力後、画面左上にある青い【編集】を指でタッチします。



2-3. 【編集】の表示が黄色い【セーブ】に切り替わるので、【セーブ】をタッチします。



■ カテゴリー名が変更されて表示されます。



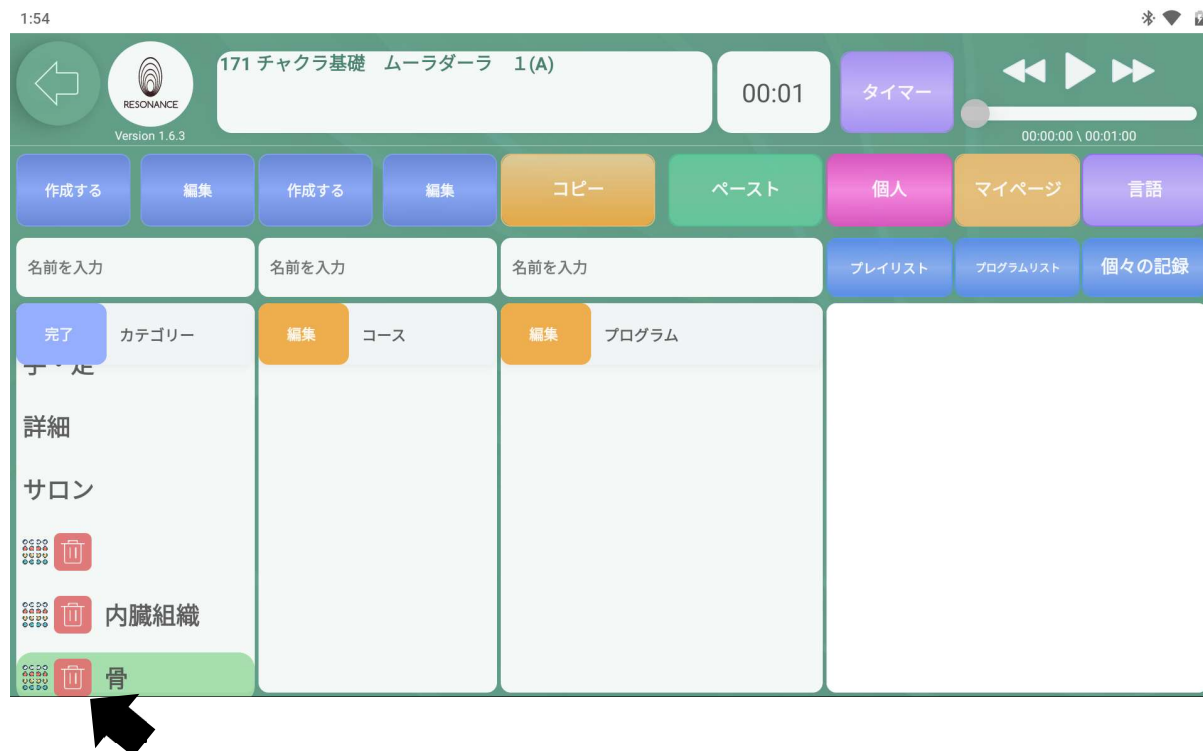
③作成したカテゴリーを削除する

3-1. 画面左にある【カテゴリー】の左隣の黄色い【編集】をタッチします。

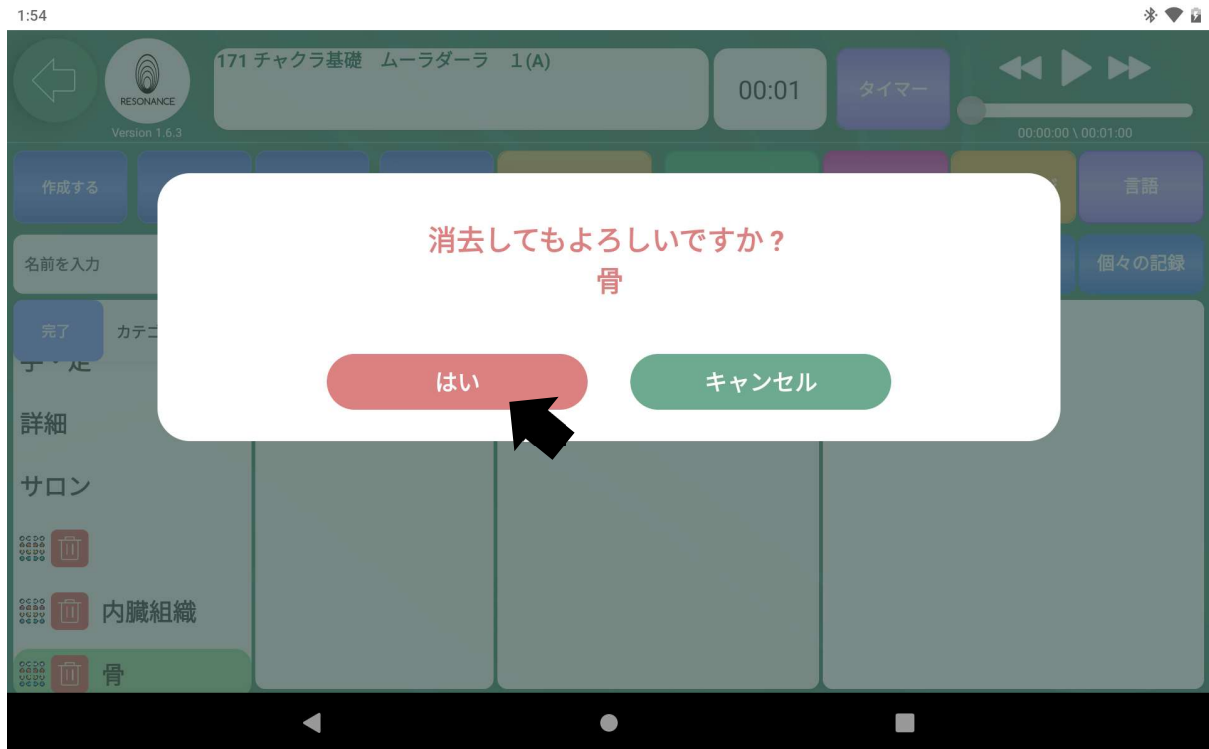


■ 【カテゴリー】下の表示が変わります。

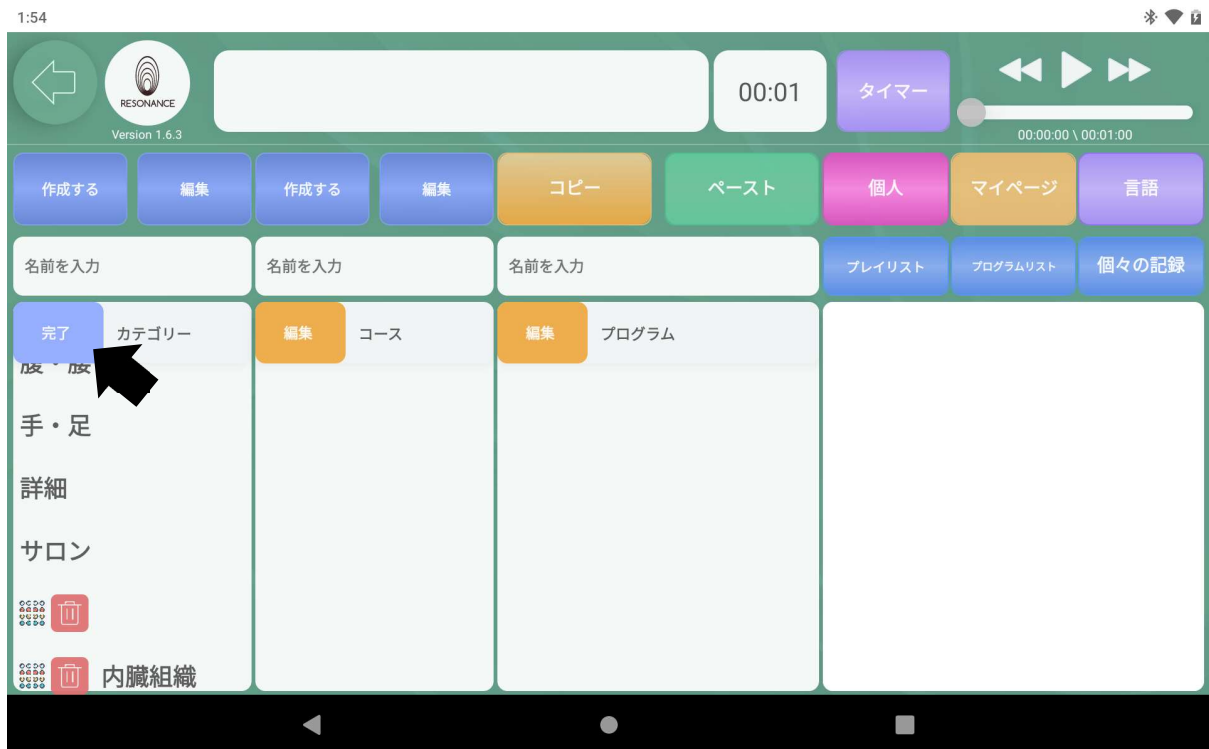
3-2. 削除したいカテゴリー左の【🗑️】ゴミ箱マークをタッチします。



- 3-3. 【消去してもよろしいですか?〇〇】と表示されますので、
【はい】をタッチします。



- 3-4. 終了したら【カテゴリー】の左隣の青い【完了】をタッチします。

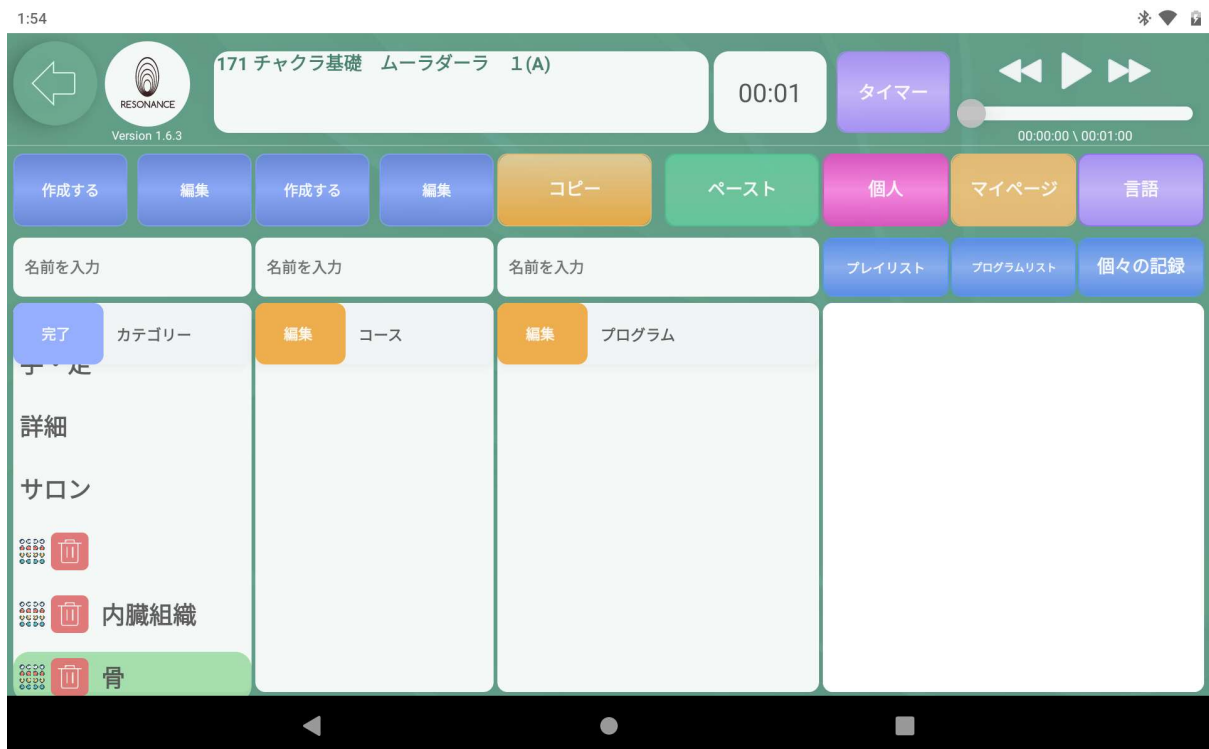


④作成したカテゴリーの順番を変更する

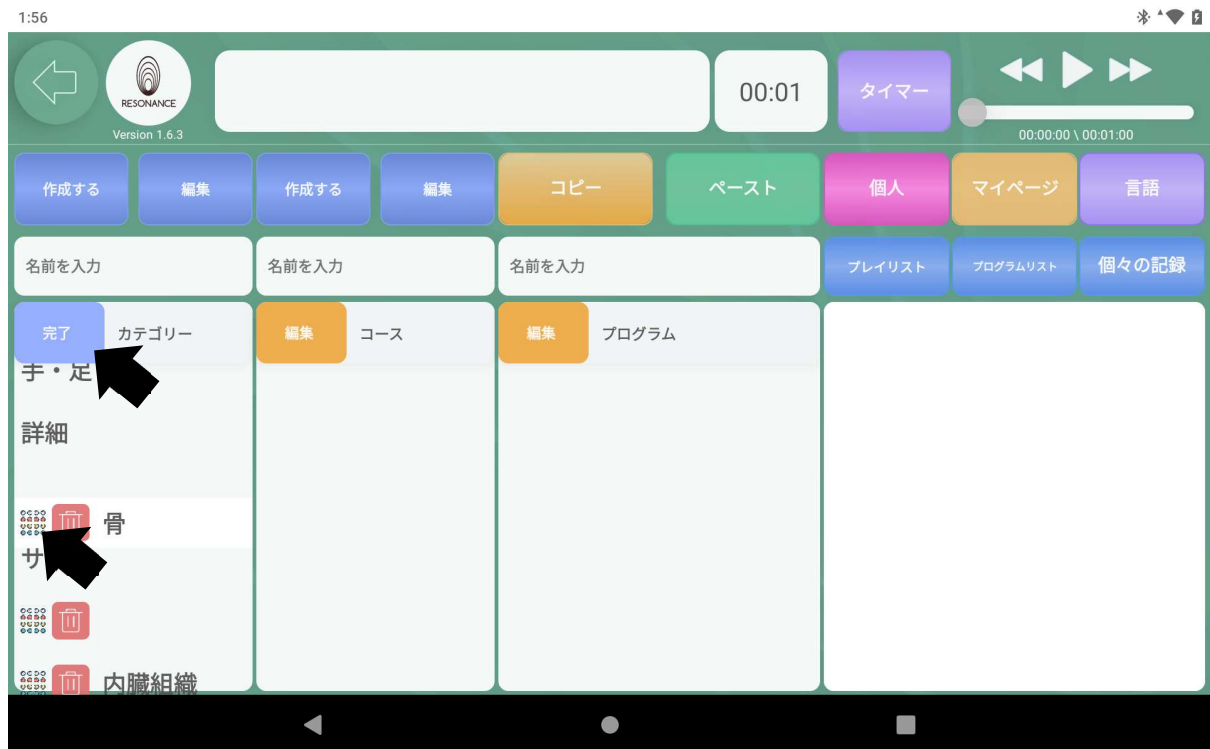
4-1. 画面左上にある【カテゴリー】左隣の黄色の【編集】をタッチします。



4-2. プレイリスト内の表示が下記のように変わります。



4-3. 左端の【。。。】の部分にタッチしたまま目的の位置まで移動させます。



※反応しない場合はゆっくり行ってみてください。

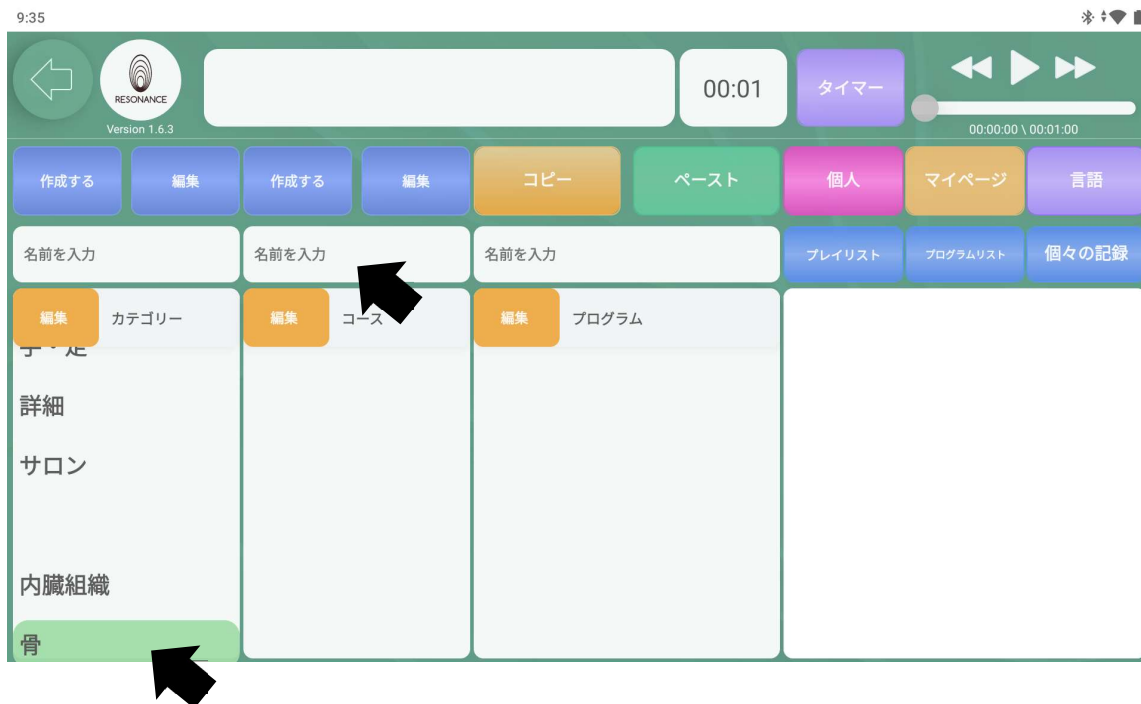
終了したら【カテゴリー】の左隣の青い【完了】をタッチします。

Ⅱ. 自分専用の【コース】を作成・編集・削除

①自分専用のコースを作成する

例：「足首」というコースを作成します。

- 1-1. どのカテゴリーにコースを作成するかを選択し、
【コース】の上にある【名前を入力】をタッチします。



- 1-2. キーボードが表示されますので、コース名を入力し、
画面上にある青い【作成する】をタッチします。

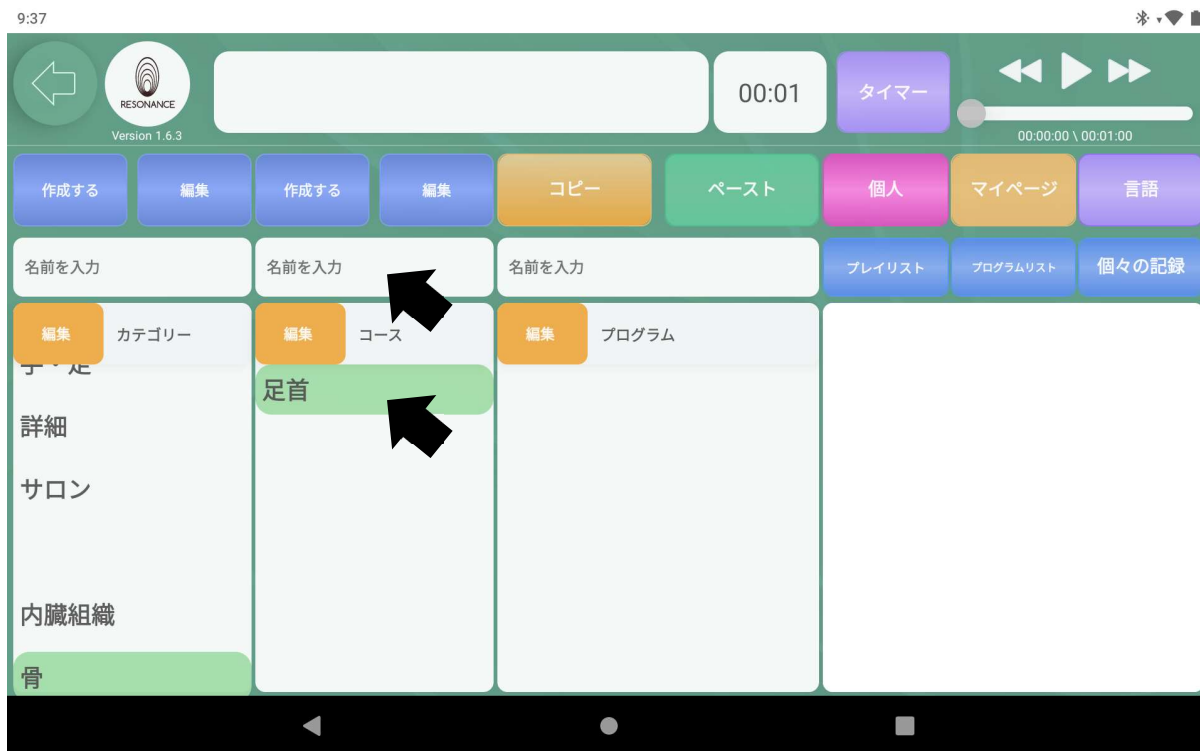


【 コース 】 の下に作成したコースが追加されます。



②作成したコースの名称を変更する

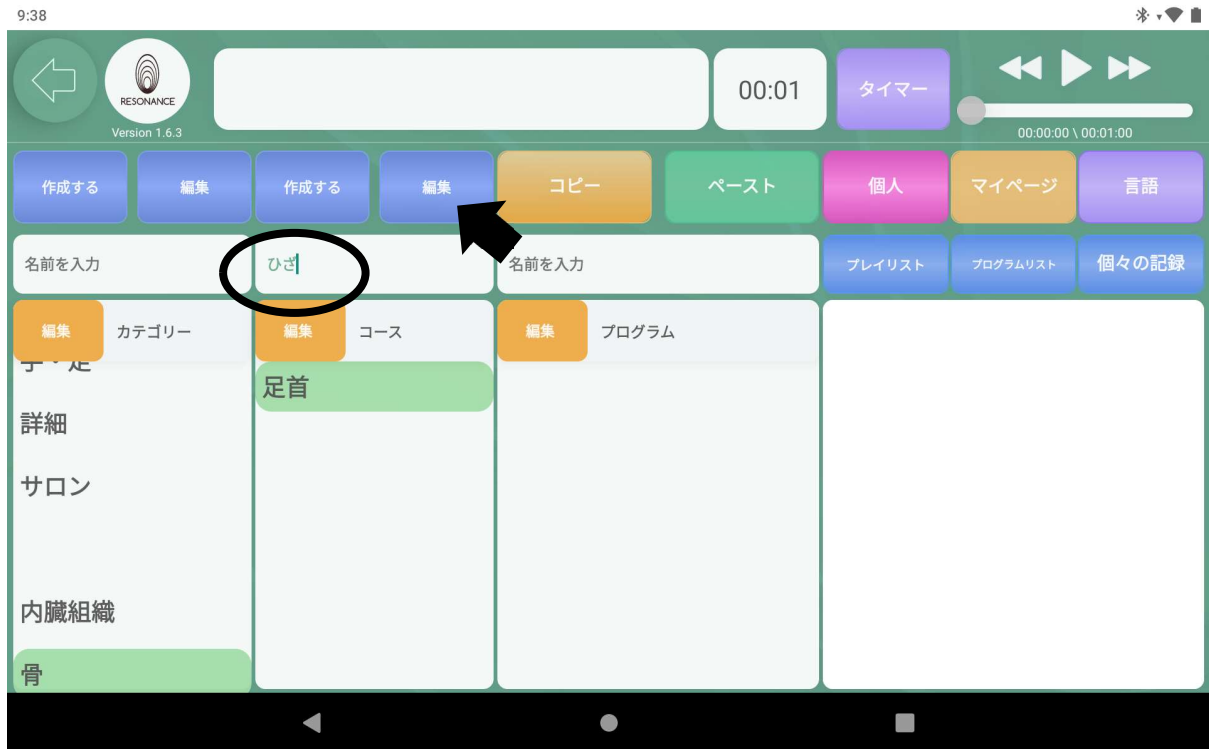
- 2-1. 編集したいコース名をタッチし、
【コース】の上にある【名前を入力】をタッチします。



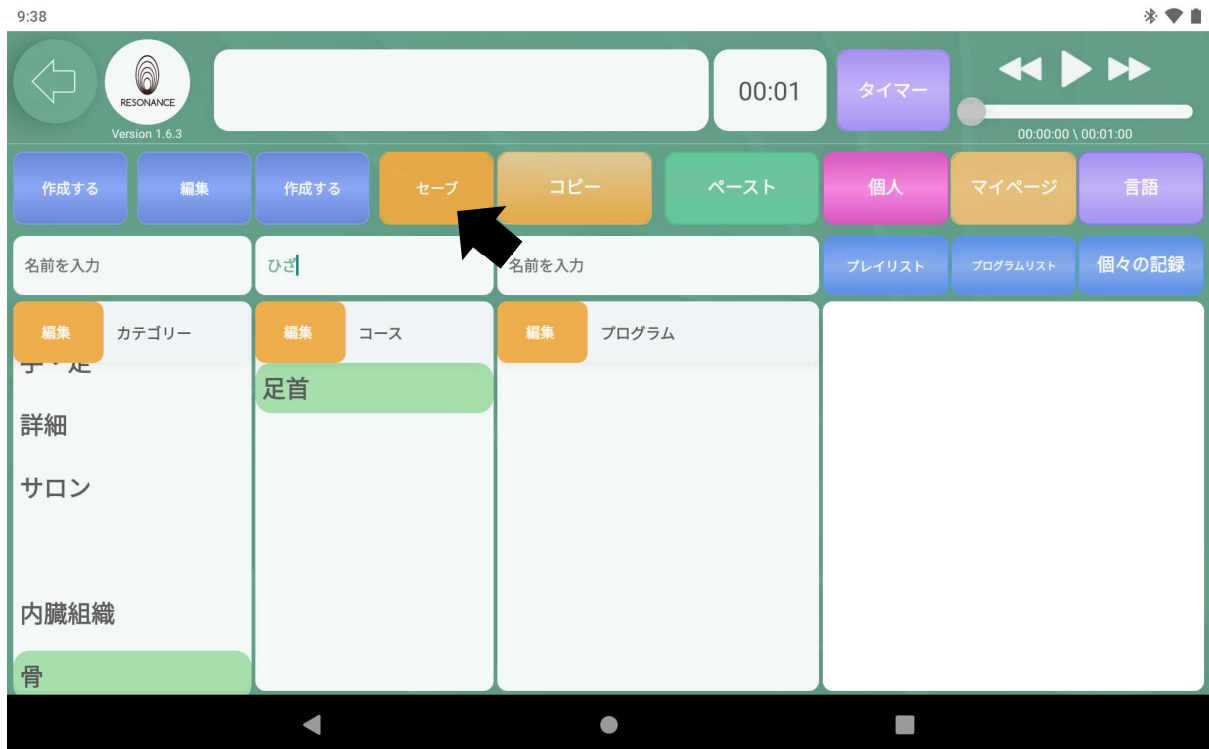
- 2-2. キーボードが表示されますので、コース名を入力します。



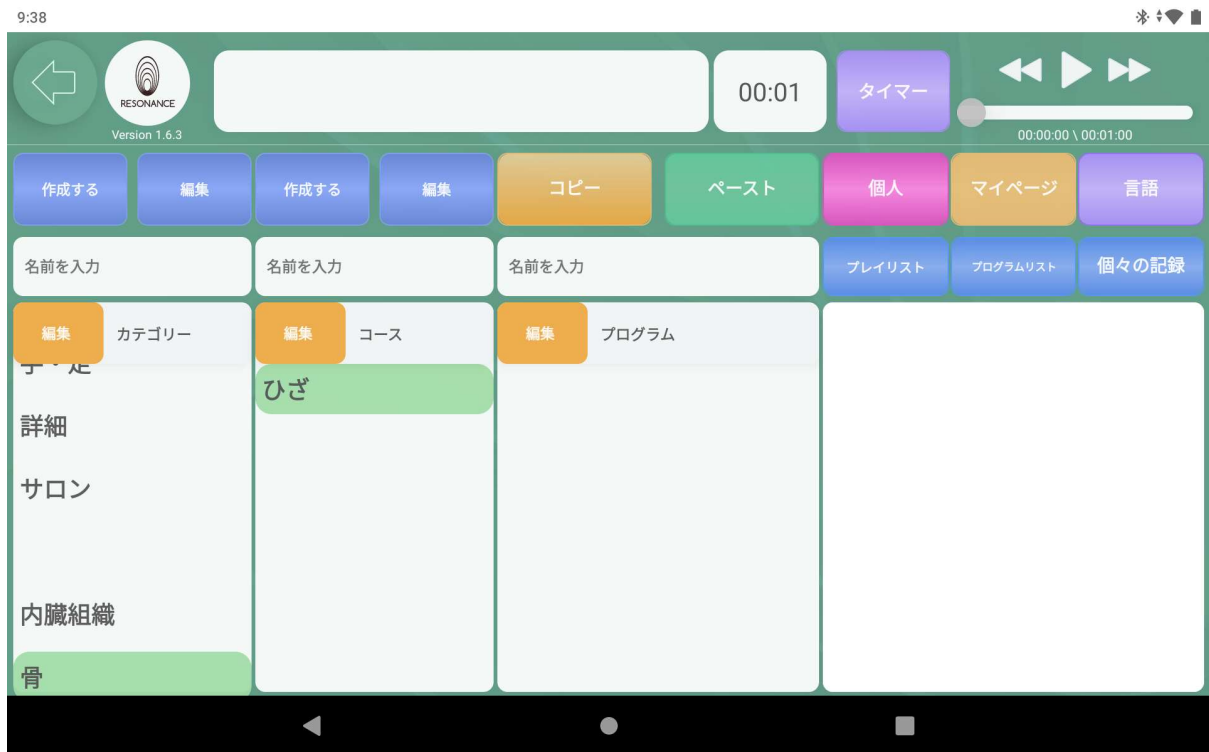
2-3. 画面上にある青い【編集】をタッチします。



2-4. 【編集】の表示が黄色い【セーブ】に切り替わるので、【セーブ】をタッチします。

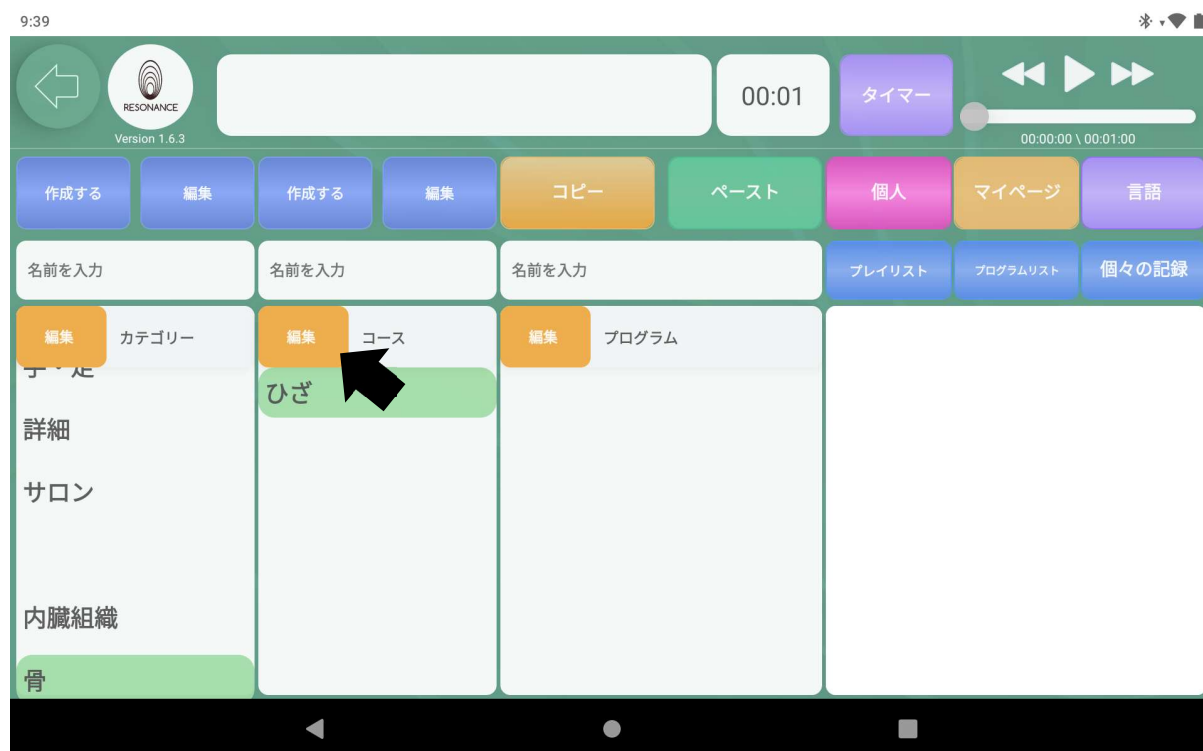


2-5. コース名が変更されて表示されます。

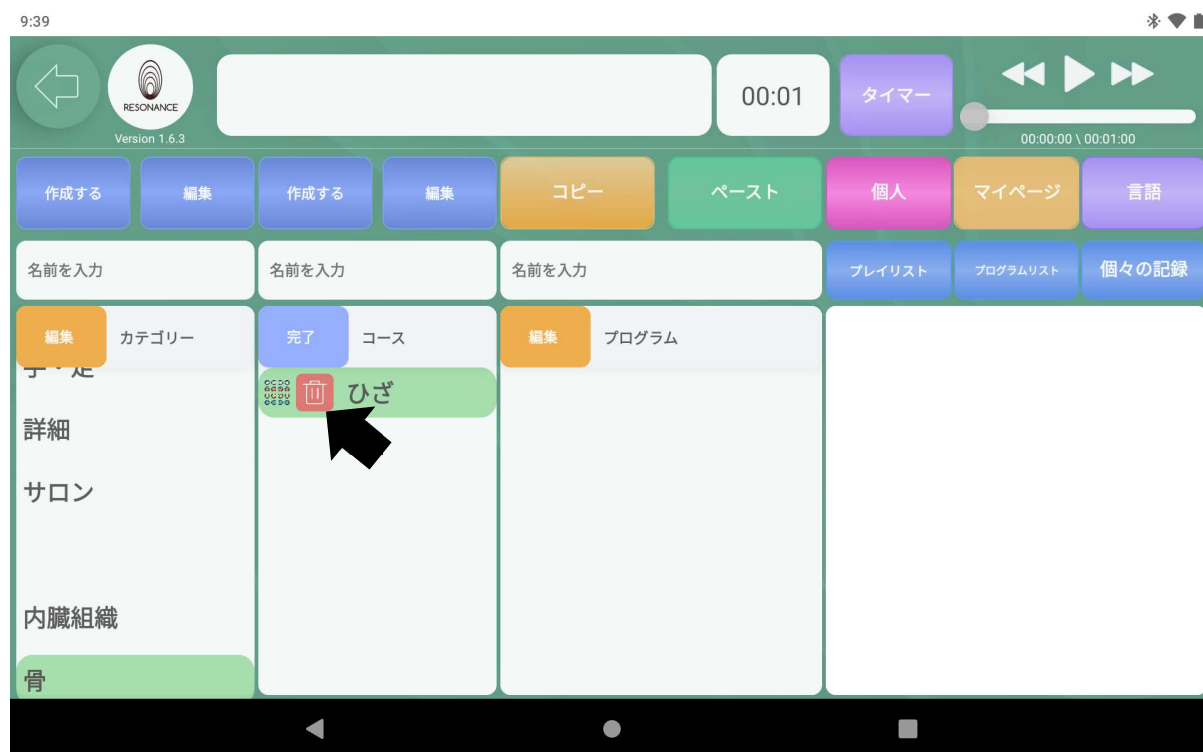


③作成したコースを削除する

3-1. 【コース】左隣の黄色い【編集】をタッチします。



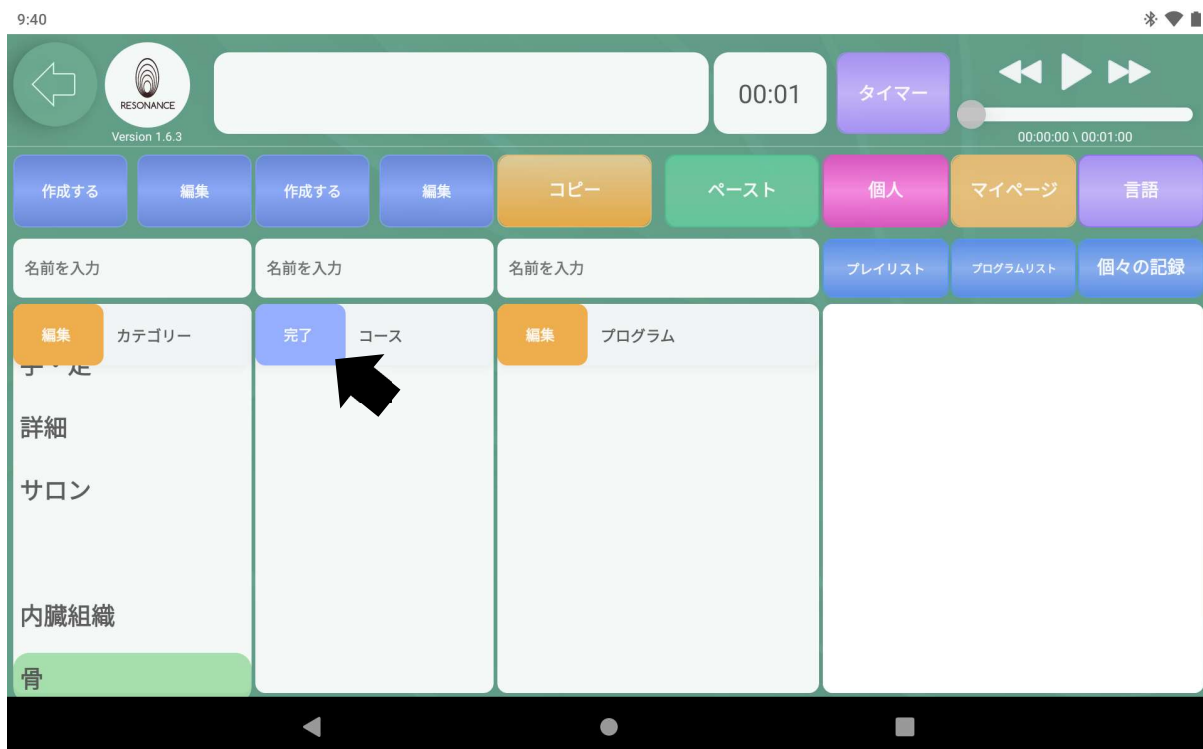
3-2. 削除したいコース名の左隣の【🗑️】ゴミ箱マークをタッチします。



- 3-3. 【消去してもよろしいですか？〇〇】と表示されますので、
【はい】をタッチします。

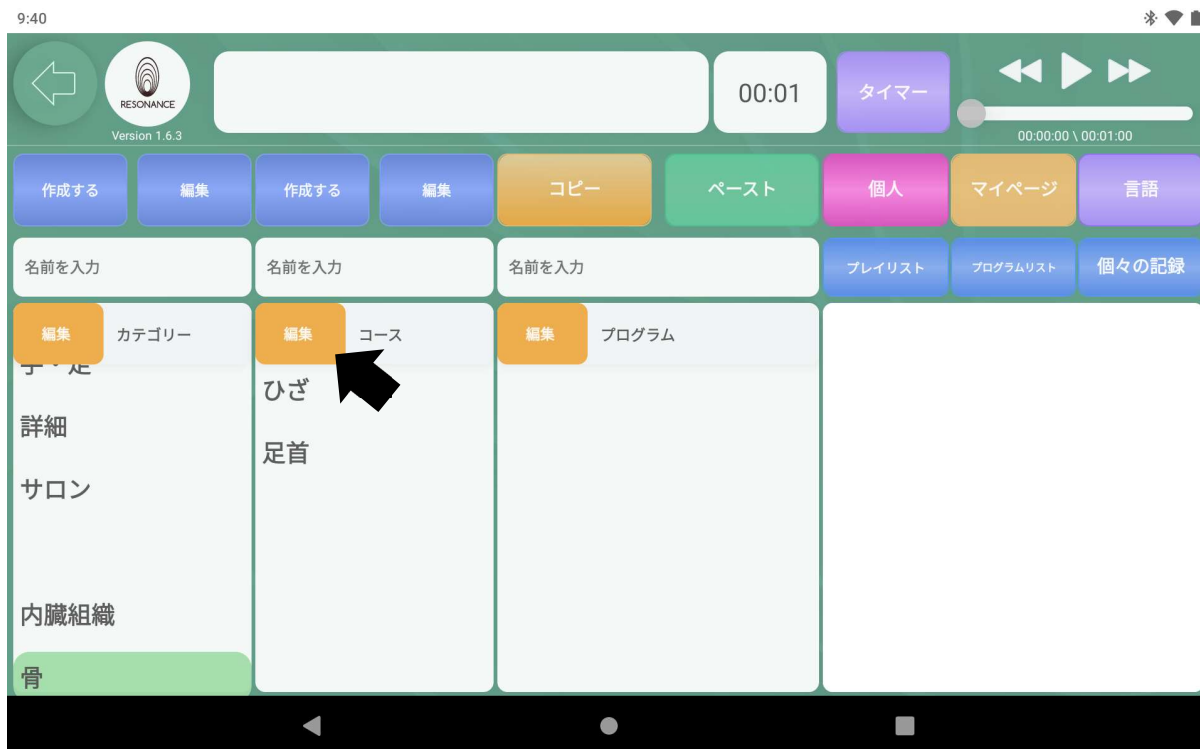


- 3-4. 終了したら【コース】の左隣の青い【完了】をタッチします。

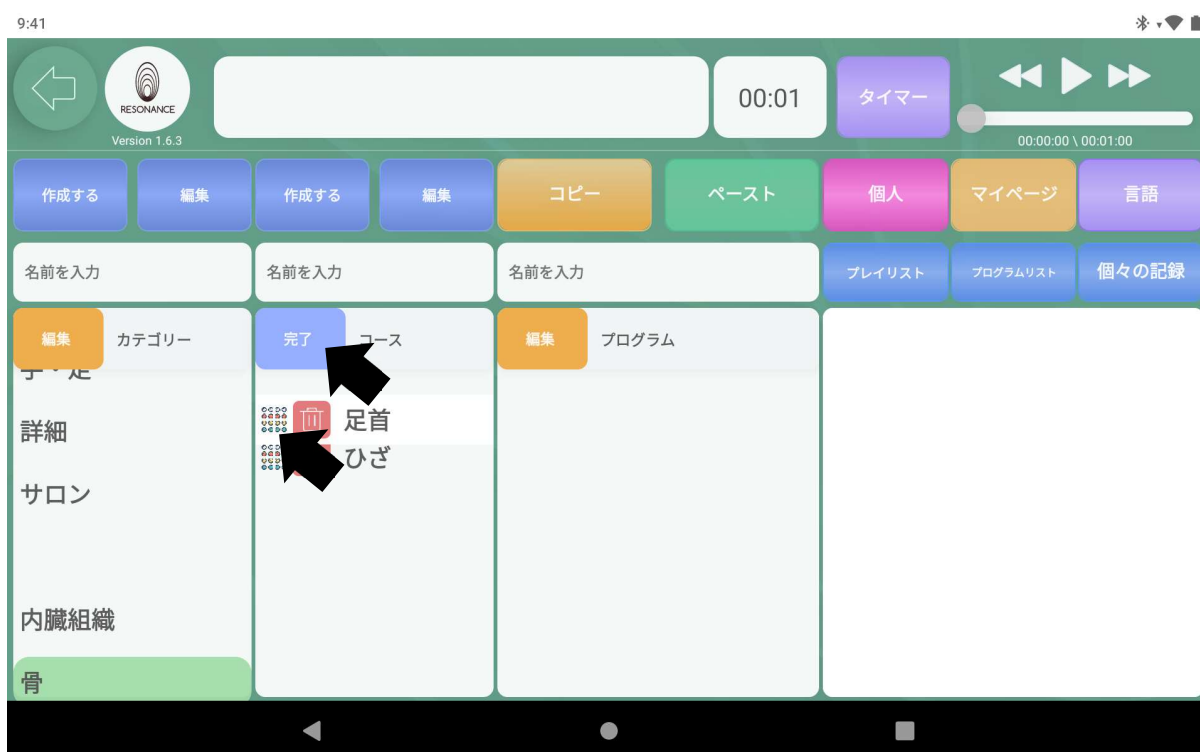


④作成したコースの順番を変更する

4-1. 【コース】の左隣の黄色の【編集】をタッチします。



4-2. 左端の【。。。】の部分に指で触れたまま目的の位置まで移動させます。 終了したら【コース】の左隣の青い【完了】をタッチします。



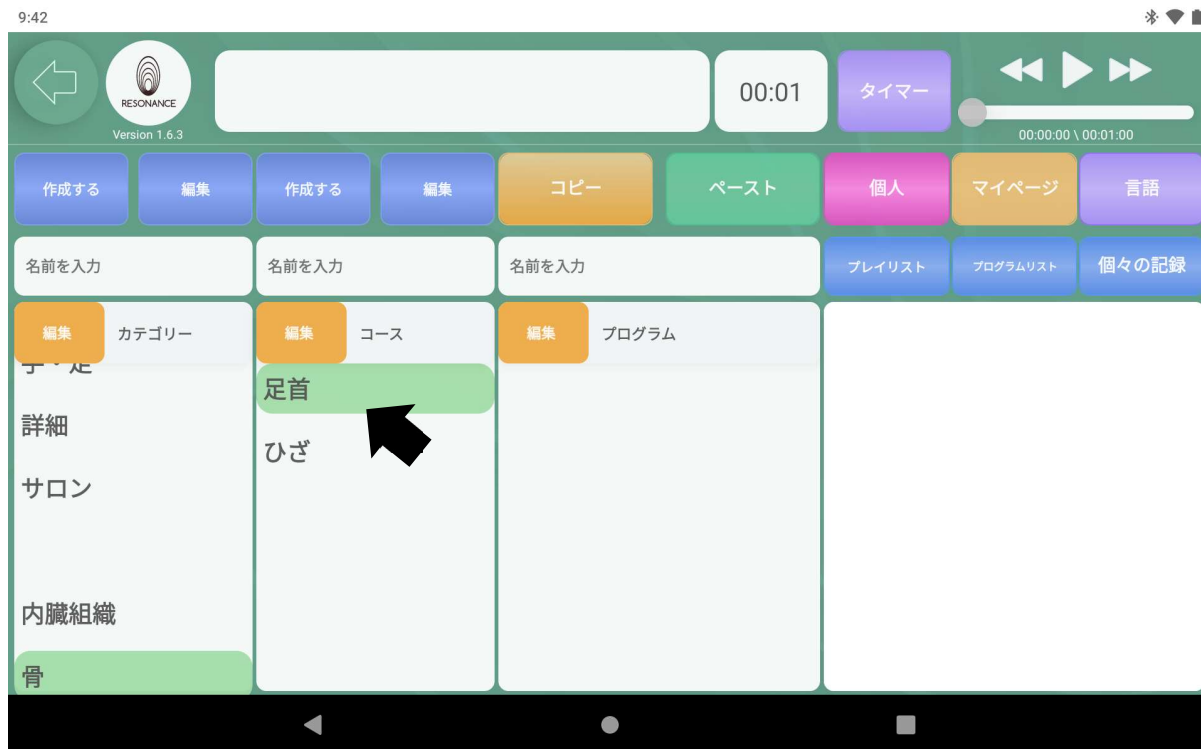
4-3. 並び順が変更されます。



Ⅲ. 自分専用の【プログラム】を追加・編集・削除

① 「プログラムリスト」からプログラムを追加する

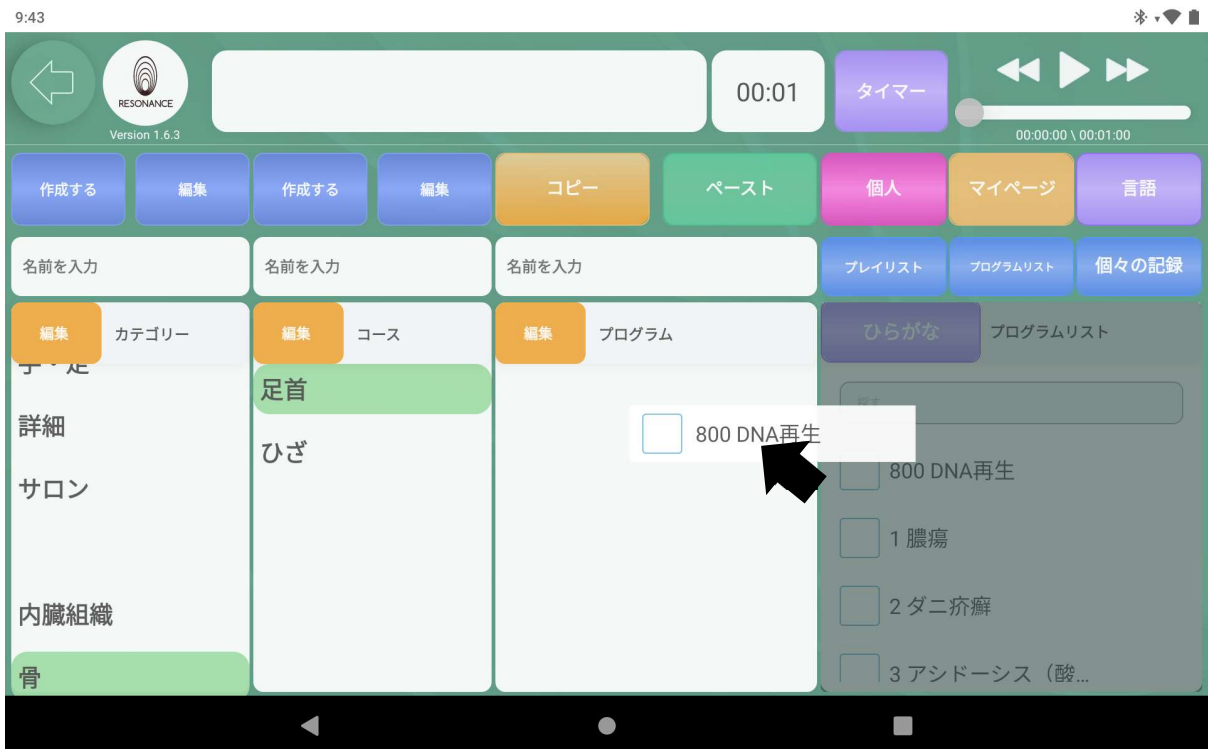
1-1. 追加したいコース名をタッチします。



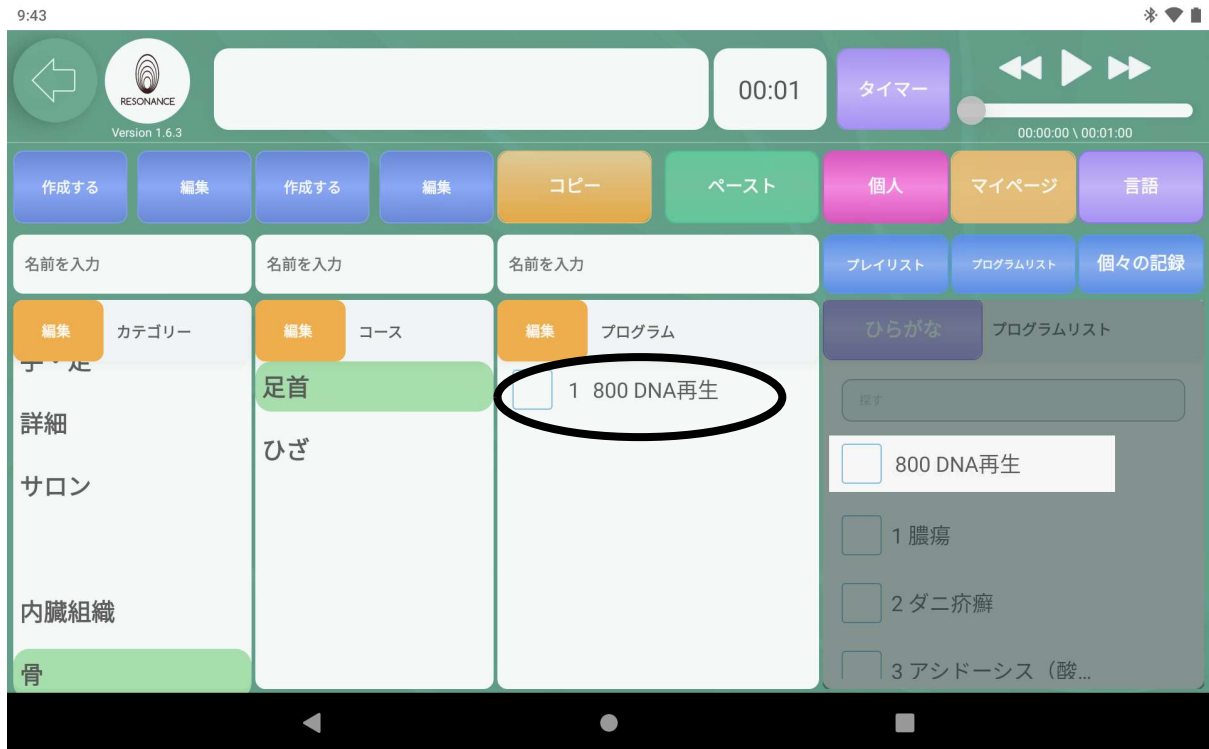
1-2. 右側にある【プログラムリスト】をタッチし、お好みのプログラムをタッチします。



1-3. 画面に浮かび上がったプログラムを移動（タッチしたままプログラムの箱まで移動させます）させます。



1-4. プログラム内にプログラムがコピーされ表示されました。



②既存プログラムを「まとめてコピー」してオリジナルコースに追加する

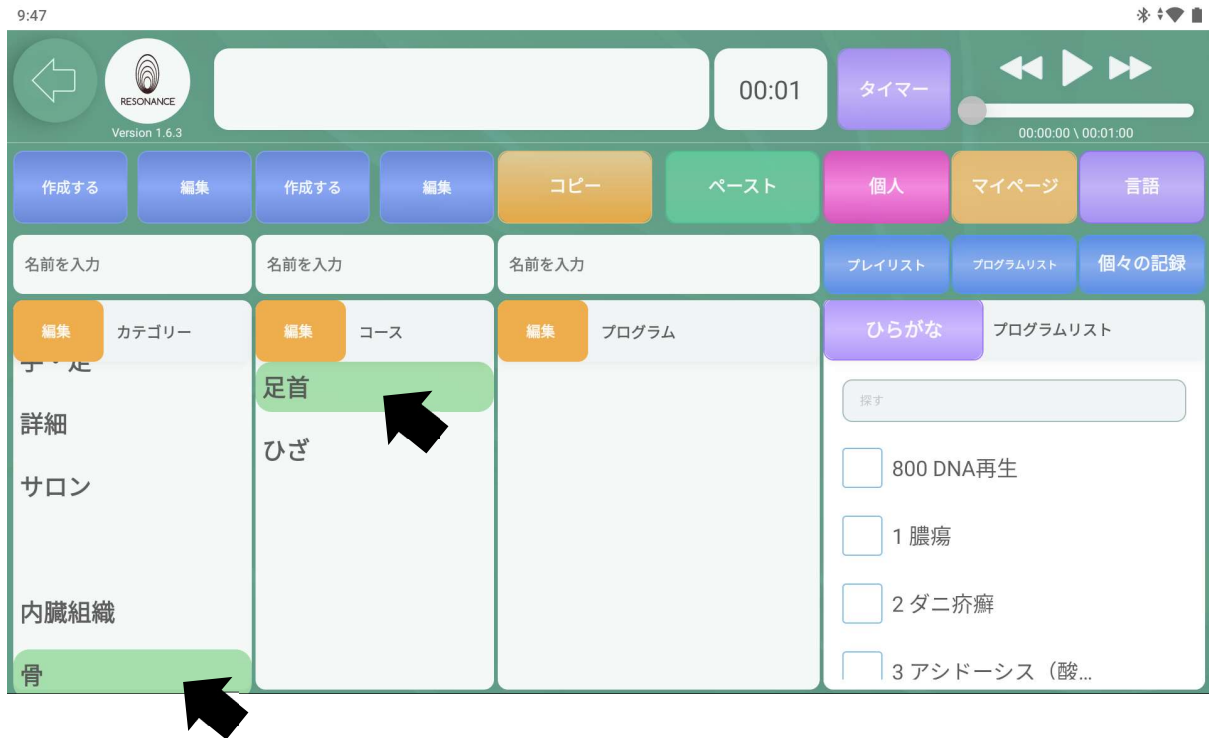
2-1. まとめてコピーしたい「カテゴリー」、「コース」を選びます。



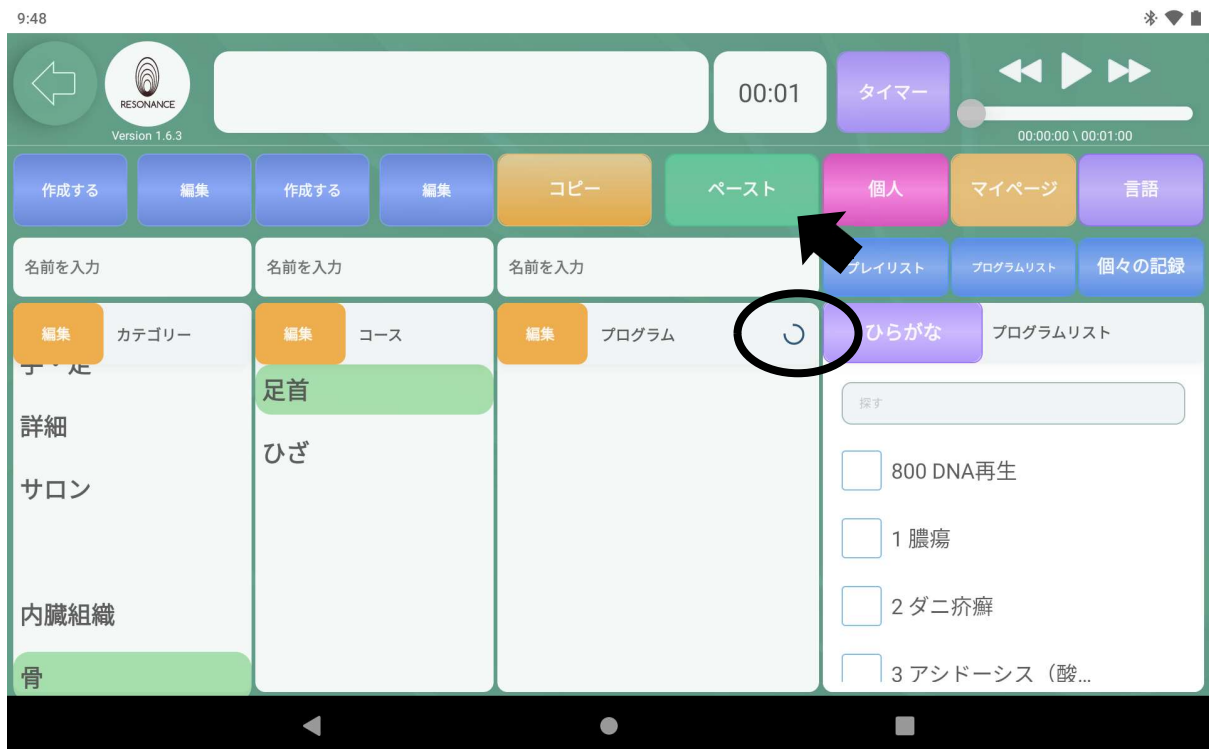
2-2. プログラムが表示されたら、画面中央上の黄色い【コピー】をタッチします。



2-3. 貼り付けたい先の「カテゴリー」、「コース」を選択してタッチします。



2-4. 画面中央上の緑色の【ペースト】をタッチします。



2-5. コピーしたプログラムが表示されました。

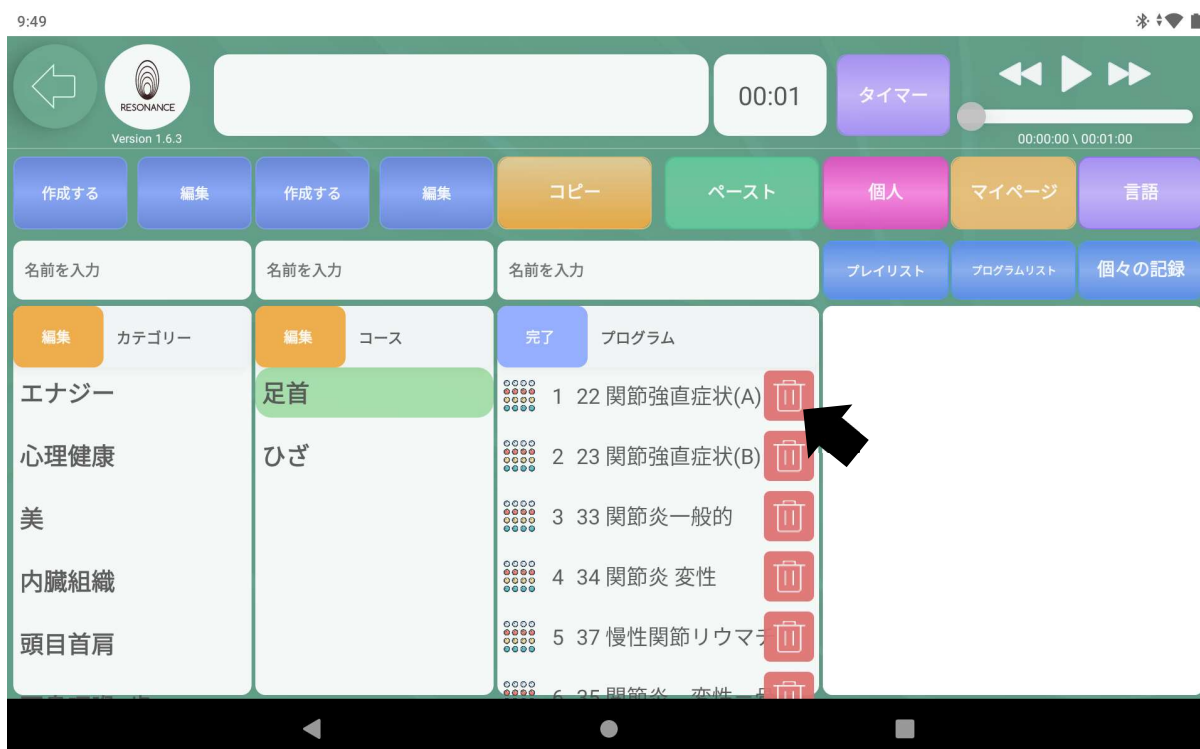


③プログラムを削除する

3-1. 左から3番目にある【プログラム】 左隣の黄色い【編集】をタッチします。



3-2. 削除したいプログラムの右隣の【🗑️】ゴミ箱マークをタッチします。



3-3. 【消去してもよろしいですか ○○】と表示されますので、【はい】をタッチします。



3-4. 終了したら【プログラム】の左隣の青い【完了】をタッチします。



④プログラムの順番を変更する

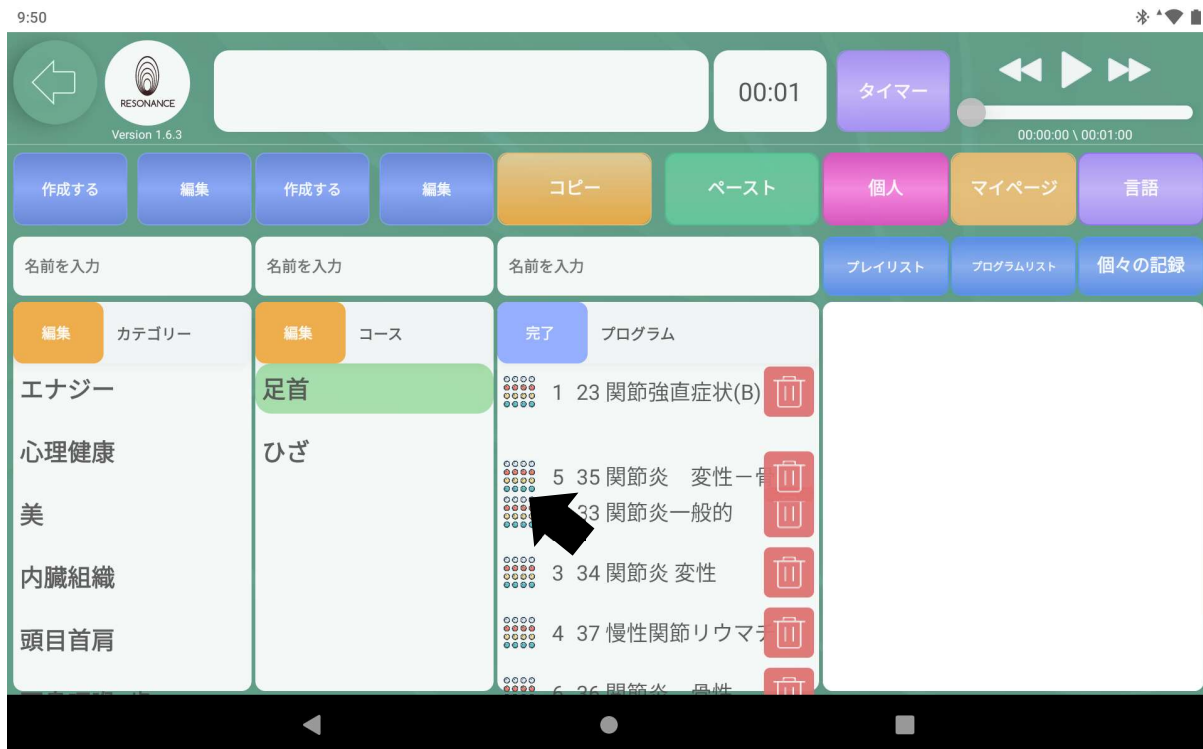
4-1. 【プログラム】左隣の黄色の【編集】をタッチします。



4-2. プログラム内の表示が変わります。



4-3. 左端の【。。。】の部分に指で触れたまま目的の位置まで移動させます。



4-4. 終了したら【プログラム】の左隣の青い【完了】をタッチします。

