

GoPro[®]
Be a HERO. ■■■■

HERO
SESSION™

用户手册

To download this user manual in a different language, visit gopro.com/help.

Pour télécharger ce manuel de l'utilisateur dans une autre langue, rendez-vous sur gopro.com/help.

Wenn Sie dieses Benutzerhandbuch in einer anderen Sprache herunterladen möchten, besuchen Sie gopro.com/help.

Per scaricare questo manuale utente in un'altra lingua, visita gopro.com/help.

Para descargar este manual de usuario en otro idioma, visite gopro.com/help.

Para baixar este manual do usuário em outro idioma, acesse gopro.com/help.

このユーザーマニュアルの他言語版をダウンロードするには、gopro.com/helpにアクセスしてください。

若要下載其他語言版本的使用說明書，請前往：gopro.com/help。

如需下載本用戶手冊的其他語言版本，請訪問 gopro.com/help。

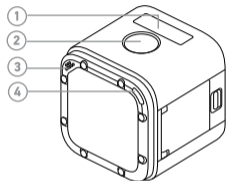
Чтобы загрузить это руководство пользователя на другом языке, посетите страницу gopro.com/help.

/ 目录

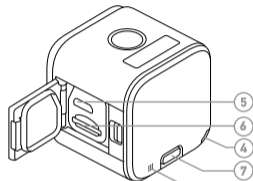
基本结构	6
入门	7
摄像机图标	16
拍摄视频	18
拍摄照片	24
更改摄像机设置	30
访问所有模式和设置	32
视频设置	37
照片设置	48
多重拍摄设置	50
设置模式	55

/ 目录

Protune™	68
将文件传输至电脑	75
回放视频和照片	77
重要信息	78
The Frame	81
安装摄像机	84
电池	90
故障排除	95
客服支持	100
法规信息	106



1. 摄像机状态屏幕
2. 快门/选定按钮 [●]
3. 麦克风
4. 摄像机状态灯 (红色) / 无线状态指示灯 (蓝色)



5. 微型 USB 端口
6. microSD 卡槽
7. 信息/无线按钮

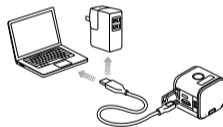
为电池充电

摄像机自带的集成电池并未充满电量。使用未充满电量的电池并不会对摄像机或电池造成损坏。

要为电池充电：



1. 打开侧盖。



2. 使用随附的 USB 连接线为电池充电。

注意：无法从摄像机中取出电池。

充电时, 摄像机状态指示灯 (红色) 会亮起, 充电完成后会自动熄灭。当摄像机通过电脑充电时, 请确保电脑已连接至电源。如果摄像机指示充电的状态指示灯并未亮起, 请使用其他的 USB 端口。



警告: 使用 GoPro 壁式充电器以外的壁式充电器可能会导致 GoPro 摄像机电池受损, 甚至会造成火灾或泄漏。只允许使用标有以下额定值的充电器: 输出 5V 1A。如果您不清楚所用充电器的额定电压和电流, 请使用随附的 USB 连接线将摄像机连接至电脑进行充电。

如需更多电池相关信息, 请参阅 [电池](#) (第 90 页)。



警告: 在运动过程中使用 GoPro 摄像机时, 请务必提高警觉。请随时留意周遭状况, 避免自身或他人受到伤害。

使用 GoPro 与相关的固定座及配件时, 请遵守当地各项法律规范, 包括可能限制在一定区域进行录制的所有隐私法规。

插入 + 取出存储卡

向下倾斜一定角度插入 SD 卡, 标签朝下。

使用符合以下要求的品牌存储卡 (单独出售):

- microSD、microSDHC
或 microSDXC
- Class 10 或 UHS-I 等级
- 容量最高达 64GB

如需查看建议使用的 microSD 存储卡列表, 请访问 gopro.com/help。





注意事项: 装卸存储卡时请务必小心。避免接触液体、灰尘和碎屑。为谨慎起见, 插入或取出存储卡前请关闭摄像机。请参照制造商的说明指示, 在可接受的温度范围内使用。


摄像机软件更新

若希望您的 HERO Session™ 摄像机获得最新功能并发挥最佳性能, 请确保您所使用的摄像机软件为当前最新版本。您可使用 GoPro App、或访问 gopro.com/getstarted 更新您的摄像机软件。

开机 + 关机当您

按下**快门/选定按钮** [] 时, HERO Session 开机并开始拍摄视频或照片。照片拍摄后或当您按下**快门/选定按钮** [] 以停止录制视频时, 摄像机将自动关机以节省电池电量。



专业小贴士: 当使用包袋携带摄像机时, 将摄像机倒立放置在保护框中 (遮住**快门/选定按钮** []), 防止意外拍摄视频或照片。为防止保护框在摄像机表面留下印记, 请打开保护框上的顶闩。

显示状态信息

按下**信息/无线按钮**, 即可显示您摄像机的状态信息。

注意: 若要更快速退出这些屏幕, 则按住信息/无线按钮 3 秒钟。

- 视频分辨率/FPS (每秒帧数)/视野 (FOV)
- 延时拍摄照片分辨率/视野 (FOV)/拍摄间隔
- 每种模式剩余的 microSD 卡内存
- Protune 状态
- 点测光状态
- 无线状态
- 电池状态

实用提示

请遵循以下指南, 获取摄像机的最佳性能:

- 摄像机具有 10 米 (33') 防水特性, 无需保护盒。在水、泥土或沙子里 (或旁边) 使用摄像机之前, 确保已关闭侧盖。
- 关闭侧盖之前, 确保密封条周围没有碎屑。如有必要, 使用吹风刷或罐装空气清洁。
- 打开侧盖之前, 确保摄像机周围没有水或碎屑。如有需要, 请用清水冲洗摄像机, 并用布擦干。

- 如果沙子或碎屑在侧盖周围硬化, 将摄像机在温水中浸泡 15 分钟, 彻底冲洗以清除碎屑, 然后再打开侧盖。
- 为实现最佳的音频性能, 摇动摄像机或向麦克风吹气, 以清除麦克风小孔中的水和碎屑。
- 每次在海水中使用摄像机后, 记得用淡水冲洗摄像机, 并用软布擦干。
- 如果摄像机镜头起雾, 请保持镜头盖敞开, 静置至干燥。

专业小贴士: 进行水上运动时, 用挂带拴住摄像机以增强安全性, 使用 Floaty 以保持您的摄像机处于漂浮状态 (单独出售)。如需更多信息, 请访问 gopro.com。

/ 摄像机图标



哔声



连拍照片



日期/时间



默认模式



删除



视野



每秒帧数



拍摄间隔



LED 灯



循环视频



低光



百万像素



多重拍摄模式



方向

/ 摄像机图标



照片模式



Protune



连拍速率



设置模式



点测光



延时拍摄



视频格式



视频模式



视频分辨率




无线

拍摄视频


默认视频分辨率为 1080p30。要选择其他分辨率, 请参阅[更改摄像机设置](#) (第 30 页)。

要开始录制视频:

按下**快门/选定按钮** []。摄像机会开机, 发出三声哔声, 然后开始自动录制视频。录制期间, 摄像机状态灯将会闪烁。

当存储卡已满或电池没电时, 摄像机将自动停止录制, 并在关机之前自动保存视频。

要停止录制:

按下**快门/选定按钮** []。摄像机会停止录制, 发出几声哔声, 然后自动关机以延长电池寿命。

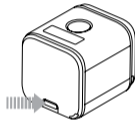
专业小贴士: 以较低分辨率拍摄的视频 (如 720p 30 帧/秒) 可被更多移动设备支持, 也更容易被分享和上传至网络。

HIGHLIGHT 标记

录制视频的过程中,您可以随时使用 HiLight 标记来标记特定时刻的画面。HiLight 标记让您轻松找到想要分享的最佳时刻。

注意: 在 GoPro App 中回放视频时,可以清楚看见 HiLight 标记。

要在录制过程中添加 HiLight 标记:
按下**信息/无线按钮**。






专业小贴士: 您也可以在录制过程中使用适用于移动设备的 GoPro App 或智能遥控器添加 HiLight 标记。

拍摄循环视频

循环视频可让您进行连续录制, 并仅保存您想保存的精彩时刻, 从而帮助您节省 microSD 卡的存储空间。

只有当您的摄像机连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器时, 方能拍摄循环视频。要更改循环视频设置, 请参阅[视频设置](#) (第 37 页)。

要拍摄循环视频:

1. 将摄像机连接至适用于移动设备的 GoPro 或 GoPro 遥控器。
有关详细信息, 请参阅[访问所有模式和设置](#) (第 32 页)。
2. 从 GoPro App 或遥控器上, 选择**视频模式** []。
3. 选择循环视频。
4. 点击 App 上的“录制”按钮, 或短按遥控器或摄像机上的**快门/选定按钮** []。进行录制时, 摄像机会发出一声哔声, 且摄像机状态灯会不断闪烁。
5. 要停止录制, 点击 App 上的“录制”按钮, 或短按遥控器或摄像机上的**快门/选定按钮** []。摄像机状态指示灯会闪烁三次, 并发出多次哔声。

注意: 当摄像机连接 App 或遥控器时, 拍摄视频或照片结束后, 摄像机仍处于待机模式。如果您想关闭摄像机, 点击 App 上的“电源”按钮或按下遥控器上的电源/模式按钮。无线处于打开状态, 所以您的摄像机仍然与 App 或遥控器相连接。



专业小贴士: 以较低分辨率拍摄的视频 (如 720p 30 帧/秒) 可被更多移动设备支持, 也更容易被分享和上传至网络。

拍摄延时拍摄照片


“延时拍摄”可以按特定的拍摄间隔拍摄一系列照片。您可以使用“延时拍摄”拍摄任何活动的照片，如此即可在日后挑选最喜欢的照片。

“延时拍摄”的默认拍摄间隔为 0.5 秒。要选择其他拍摄间隔，请参阅[更改摄像机设置](#) (第 30 页)。

开始拍摄延时拍摄照片：

按住**快门/选定按钮** [] 约 3 秒，直到摄像机状态屏幕上出现延时拍摄照片图标 []。摄像机会开机，发出两声哔声，然后开始自动拍摄延时拍摄照片。拍摄照片时，摄像机状态灯闪烁。

要停止录制：






按下**快门/选定按钮** []。摄像机会停止录制，发出几声哔声，然后自动关机以延长电池寿命。




拍摄单张照片

拍摄单张照片时，默认照片分辨率为 8MP。要更改照片设置，请参阅[更改摄像机设置](#) (第 30 页)。

要拍摄单张照片：

1. 按下**信息/无线按钮**，打开摄像机状态屏幕。





2. 确保照片拍摄模式设为“单张”：
 - a. 重复按**信息/无线**按钮, 浏览到“摄像机设置”, 然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。
 - b. 重复按**快门/选定**按钮 [], 直至进入**照片**图标 []。
 - c. 按下**信息/无线**按钮, 将选定的照片拍摄模式 (“单张”或“连拍”) 高亮显示。
 - d. 若拍摄模式为“连拍”, 则按下**快门/选定**按钮 [], 即可改为“单张”。
 - e. 重复按**信息/无线**按钮, 浏览到“完成”, 然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。





3. 重复按**信息/无线**按钮, 浏览到“进入照片模式”, 然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。
4. 按下**快门/选定**按钮 []。摄像机发出了一声哔声, 拍摄照片后会再发出一声哔声。拍摄照片时, 摄像机状态灯闪烁。
5. 要退出照片模式, 按下**信息/无线**按钮, 浏览到“退出照片模式”, 然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。

拍摄连拍照片

连拍模式可以在 1 秒内拍摄多达 10 张照片, 所以非常适合在高速运动中拍摄关键时刻。要更改连拍照片设置, 请参阅[更改摄像机设置](#) (第 30 页)。

要拍摄连拍照片:



1. 按下**信息/无线按钮**, 打开摄像机状态屏幕。
2. 确保照片拍摄模式设为“连拍”:
 - a. 重复按**信息/无线按钮**, 浏览到“摄像机设置”, 然后按下**快门/选定按钮** [] 以将其选中。
 - b. 重复按**快门/选定按钮** [], 直至进入**照片图标** []。
 - c. 按下**信息/无线按钮**, 将选定的照片拍摄模式 (“单张” 或 “连拍”) 高亮显示。
 - d. 若拍摄模式为“单张”, 则按下**快门/选定按钮** [], 即可改为“连拍”。

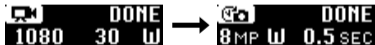
- e. 重复按**信息/无线按钮**, 浏览到“完成”, 然后按下**快门/选定按钮** [] 以将其选中。
3. 重复按**信息/无线按钮**, 浏览到“进入照片模式”, 然后按下**快门/选定按钮** [] 以将其选中。
4. 按下**快门/选定按钮** []。摄像机会发出一声哔声, 每拍摄一张照片后都会再发出一声哔声。拍摄照片时, 摄像机状态灯闪烁。
5. 要退出照片模式, 按下**信息/无线按钮**, 浏览到“退出照片模式”, 然后按下**快门/选定按钮** [] 以将其选中。

/ 更改摄像机设置

您可以使用摄像机上的按钮，更改视频和照片的一些设置。要访问所有设置和模式，请参阅[访问所有模式和设置](#) (第 32 页)。

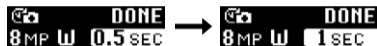
要更改摄像机设置：



1. 按下**信息/无线**按钮，打开状态屏幕。
2. 重复按**信息/无线**按钮，直至进入“摄像机设置”，然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。
3. 按下**快门/选定**按钮 []，选中所需的模式。



/ 更改摄像机设置

4. 重复按下**信息/无线**按钮以移至某个设置。



5. 按下**快门/选定**按钮 []，以选中新的选项。
6. 重复按下**信息/无线**按钮，直到进入“完成”，然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。

/ 访问所有模式和设置

要访问所有模式和设置, 将摄像机连接至 GoPro 遥控器 (单独出售) 或适用于移动设备的 GoPro App。摄像机与其断开连接后, 会保存您选择的所有设置。



视频
录制视频



循环视频
连续录制



照片
拍摄单张照片



定时拍摄
按一定的时间间隔
拍摄照片



连拍照片
在 1 秒内拍摄多达 10 张
照片



设置
调整摄像机的所有设置

/ 访问所有模式和设置

连接至适用于移动设备的 **GOPRO APP**

使用适用于移动设备的 GoPro App (免费), 即可在智能手机或平板电脑上更改所有模式和摄像机设置。可用功能包括: 摄像机全面控制、即时预览、回放和分享内容, 以及摄像机软件更新。如需了解更多信息, 请访问 gopro.com/getstarted。

注意: 当摄像机连接至 App 或遥控器时, 拍摄视频或照片结束后, 摄像机仍处于待机模式。

要连接至适用于移动设备的 **GoPro App**:

1. 从 Apple® App Store 上, 将 GoPro App 下载至您的智能手机或平板电脑上。
2. 打开 App。

3. 按照屏幕上的操作说明连接您的摄像机。

注意: 如需密码, 摄像机的默认密码为 goprohero。

如需获取完整的配对说明, 请访问 gopro.com/help。


与遥控器配对

使用智能遥控器, 您可以更改拍摄模式和设置、打开/关闭 GoPro 摄像机、开始/停止录制以及添加 HiLight 标记。

注意: HERO Session 与智能遥控器和 Wi-Fi 遥控器兼容。

如何与遥控器配对:

1. 在摄像机上, 按下**信息/无线按钮**, 显示状态屏幕。

2. 重复按下**信息/无线按钮**, 浏览至“遥控”, 然后按下**快门/选定按钮** [] 以将其选中。摄像机自动开始配对。


注意: 如果您已将 HERO Session 与适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器配对, 请导航至“添加新的配对选项”而非“遥控”。如需详细信息, 请参阅遥控器的《用户手册》。

3. 遥控器进入配对模式。如需更多信息, 请访问 gopro.com/getstarted, 参阅遥控器的《用户手册》。

配对后连接

摄像机与 GoPro App 或遥控器首次连接后, 以后您即可通过无线菜单进行连接。

配对后要连接您的摄像机:

1. 在摄像机上, 按下**信息/无线**按钮以显示状态屏幕, 继续重复按下该按钮直到出现想要的设置 (App、遥控或 App 和遥控)。
2. 按下**快门/选择**按钮 [] 以将其选中。

注意: 只有将您的摄像机与使用蓝牙 LE 的智能手机/平板电脑配对, “App 和遥控” 才会出现。使用此选项, 您的摄像机可连接至 App 或遥控器。

无线打开且摄像机没有录制时, 无线状态指示灯 (蓝色) 闪烁。

视频设置

视频模式包含两种拍摄模式: 视频和循环视频。将 HERO Session™ 连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器, 即可更改所有的视频模式设置。

分辨率、FPS (每秒帧数)、视野 (FOV)

视频分辨率	FPS (NTSC/PAL)	视野 (FOV)	屏幕分辨率
1440p	30/25	超宽	1920x1440, 4:3
1080p SuperView™	48/48 30/25	超宽	1920x1080, 16:9

/ 视频设置

视频分辨率	FPS (NTSC/PAL)	视野 (FOV)	屏幕分辨率
1080p	60/50 30/25	超宽、中	1920x1080, 16:9
960p	60/50 30/25	超宽	1280x960, 4:3
720p SuperView	60/50 30/25	超宽	1280x720, 16:9

/ 视频设置

视频分辨率	FPS (NTSC/PAL)	视野 (FOV)	屏幕分辨率
720p	100/100 60/50 30/25	超宽、中	1280x720, 16:9
WVGA	120/100	超宽	848x480, 16:9

/ 视频设置

分辨率	最佳用途
1440p	适合拍摄完整图像, 并按所需的长宽比编辑图像的高级用户。
1080p SuperView	SuperView 可提供令人身临其境的视野感受。建议在将摄像机安装于身上或装备上拍摄时选用。较为垂直的 4:3 拍摄内容会自动延展为全屏幕 16:9 的画面比例, 以便在电脑上呈现更出色的宽屏幕回放效果。

/ 视频设置

分辨率	最佳用途
1080p	适合各种拍摄条件。高分辨率和高帧率可产生令人惊艳的效果。
960p	适合拍摄完整图像, 并按所需的长宽比编辑图像的用户。

/ 视频设置

分辨率

最佳用途

720p SuperView

SuperView 可提供令人身临其境的视野感受。适合在将摄像机安装于身上或装备上拍摄时选用。较为垂直的 4:3 拍摄内容会自动延展为全屏幕 16:9 的画面比例, 以便在电脑上呈现更出色的宽屏幕回放效果。

/ 视频设置

分辨率

最佳用途

720p

适合手持拍摄, 以及需要拍摄慢动作画面时选用。720p 最适合在社交媒体网站上分享。720p100 适合拍摄慢动作。

WVGA

适合在拍摄超慢动作画面, 且可接受标准画质分辨率时选用。

视野 (FOV)

最佳用途

超宽 (W)

视野最宽阔。建议在将摄像机安装于身上和装备上拍摄时选用。适合拍摄动作视频，尽可能在保护框中捕捉所有动作。

中 (M)

视野适中。适合拍摄让主体填满画面的情况。

专业小贴士: 使用适用于桌面的 GoPro App (免费), 轻松制作精彩的 GoPro 风格视频。如需了解更多信息, 请访问 gopro.com/getstarted。



自动低光模式能让您在低光环境或快速进出低光环境时流畅拍摄。摄像机会根据光线条件自动调整每秒拍摄帧数, 以获得最佳曝光与最好的拍摄成果。

自动低光模式适用于 48 帧/秒及更高的拍摄设置。自动低光模式在分辨率为 WVGA 时不适用。此设置选项包含自动/打开 (默认) 及关闭。

 点测光

点测光适合拍摄与您所处位置光线不同的场景。例如：从车内拍摄车外或站在太阳下拍摄阴暗环境。点测光根据图像中心的单个点而非根据整个画面自动设置曝光。此设置选项包含关闭（默认）及打开。

注意：您在视频设置中对“点测光”做出的更改只应用在视频拍摄中。若要针对照片拍摄调整此设置，请在照片设置中调整“点测光”。若要针对多重拍摄调整此设置，请在多重拍摄设置中调整“点测光”。

 Protune

如需了解关于 Protune 设置的更多信息，请参阅 [Protune](#) (第 68 页)。

照片设置

照片模式包含一种拍摄模式：单张照片。您可以直接在摄像机上更改“照片”的一些设置。要访问所有设置，请将 HERO Session™ 连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器。

MP 百万像素

8MP 超宽 (默认)	视野最宽阔。适合动作拍摄。
5MP 中	视野适中。适合拍摄让主体填满画面的情况。

注意：您在照片设置中对“百万像素”做出的更改只应用在照片拍摄中。若要针对多重拍摄调整此设置，请在多重拍摄设置中调整“点测光”。

点测光

点测光适合拍摄与您所处位置光线不同场景的照片。例如：从车内拍摄车外或站在太阳下拍摄阴暗环境的照片。点测光根据图像中心的单个点而非根据整个画面自动设置曝光。此设置选项包含关闭（默认）及打开。

注意：您在照片设置中对“点测光”做出的更改只应用在照片拍摄中。若要针对视频拍摄调整此设置，请在视频设置中调整“点测光”。若要针对多重拍摄调整此设置，请在多重拍摄设置中调整“点测光”。

多重拍摄设置

将 HERO Session 连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器, 即可更改“延时拍摄”和“连拍”照片的所有设置。

拍摄间隔

拍摄间隔设置适用于延时拍摄照片。拍摄间隔决定了每张拍摄照片之间经过的时间。

“延时拍摄”拍摄间隔

可用的拍摄间隔为 0.5 秒 (默认) 至 60 秒。

拍摄间隔	示例
0.5-2 秒	冲浪、骑单车或其他运动
2 秒	繁忙的街道转角
5-10 秒	日落
10-60 秒	时间较长的活动, 例如建设项目或家庭聚会

专业小贴士: 使用适用于桌面的 GoPro App (免费), 可将延时拍摄照片制作成精彩的视频。如需了解更多信息, 请访问 gopro.com/getstarted。

RATE

速率只适用于连拍照片。照片拍摄的速率如下:

1 秒内 3 张照片

1 秒内 5 张照片

1 秒内 10 张照片 (默认)

2 秒内 10 张照片

MP 百万像素

设置	说明
8MP 超宽 (默认)	视野最宽阔。适合动作拍摄。
5MP 中	视野适中。适合拍摄让主体填满画面的情况。

注意: 您在多重拍摄设置中对“百万像素”做出的更改只应用在多重拍摄中。若要针对照片拍摄调整此设置, 请在照片设置中调整“百万像素”。

点测光

点测光适合拍摄与您所处位置光线不同场景的照片。例如：从车内拍摄车外或站在太阳下拍摄阴暗环境的照片。点测光根据图像中心的单个点而非根据整个画面自动设置曝光。此设置选项包含关闭（默认）及打开。

注意：您在**多重拍摄**设置中对“点测光”做出的更改只应用在多重拍摄中。若要针对视频拍摄调整此设置，请在**视频**设置中调整“点测光”。若要针对照片拍摄调整此设置，请在**照片**设置中调整“点测光”。

设置模式设置


在**设置**模式中，您可以更改适用于摄像机所有模式的设置。要在此模式下更改设置，摄像机必须连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器。如需更多信息，请参阅[访问所有模式和设置](#)（第 32 页）。

当摄像机与 App 或遥控器断开连接时，摄像机将保存您选择的设置。



该设置可使摄像机连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器。开启无线时, 摄像机状态屏幕会显示无线状态图标, 且蓝色无线指示灯每隔一段时间定时闪烁。录制期间, 蓝色无线指示灯不闪烁。

访问无线选项:

1. 按下**信息/无线**按钮, 显示状态信息。
2. 重复按下**信息/无线**按钮, 直到进入所需的无线选项, 然后按下**快门/选定**按钮 [] 以将其选中。

专业小贴士: 要快速退出无线菜单或状态信息屏幕, 请按住**信息/无线**按钮 3 秒钟。

设置	说明
App	将摄像机连接至适用于移动设备的 GoPro App。如需详细信息, 请参阅 连接至 GoPro App 部分 (第 33 页)。
遥控	将摄像机连接至 GoPro 遥控器。如需关于配对的操作指南, 请参阅 与遥控器配对 (第 34 页)。

/ 设置模式


设置	说明
关闭摄像机	关闭摄像机。此选项只有在无线开启, 且摄像机连接至 GoPro App 或 GoPro 遥控器时才会出现。如果您选择该选项, 摄像机将会关机, 但无线仍保持开启状态。
关闭无线	关闭无线。该选项只有在无线开启时才会出现。无线关闭时, 摄像机上可用的拍摄模式是“视频”和“延时拍摄”。

/ 设置模式

设置	说明
添加新的配对选项	将摄像机与其他 GoPro 遥控器或其他智能手机/平板电脑上的 GoPro App 配对。只有当您完成摄像机和 GoPro 遥控器或智能手机/平板电脑的配对后, 才会显示此选项。

注意: 如果您的智能手机/平板电脑使用蓝牙® LE, 首次连接后, GoPro App 与遥控选项会合二为一, 成为“App 和遥控”。使用“App 和遥控”选项, 可将摄像机连接至 GoPro App 或遥控器。

重置摄像机的无线名称和密码

1. 关闭摄像机, 按住**信息/无线**按钮, 直到出现重置选项 (约 8 秒)。
2. 再按一次**信息/无线**按钮, 以高亮显示“是”。
3. 按下**快门/选定**按钮 [], 选择“是”, 重置摄像机名称和密码。默认密码为 *goprohero*。

专业小贴士: 使用适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器关闭摄像机时, 无线仍保持开启状态, 以便于快速重新连接。为了节约电池电量, 完成使用时关闭无线。

方向

您可通过该设置决定所拍摄视频是正面朝下还是正面朝上。

注意: 该设置只在拍摄视频时适用。

设置	说明
自动 (默认)	(自动图像旋转) 摄像机在开始录制时, 会根据机身朝向自动选择“向上”或“向下”。该选项会使反向安装摄像机时, 无需在编辑时翻转视频。

设置	说明
向上	正面朝上使用摄像机。
向下	正面朝下使用摄像机。该选项会使反向安装摄像机时, 无需在编辑时翻转视频。

DFLT 默认模式

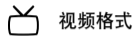
该设置仅适用于 HERO Session™ 连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器时的情况。摄像机通过 App 或遥控器开机时, 您可以选择出现的拍摄模式。选项包括视频 (默认)、循环视频、照片、连拍和延时拍摄。



该设置决定摄像机状态灯（红色）和无线状态指示灯是打开（默认）还是关闭。



您可以将指示音频的音量设为 100%（默认）、70% 或关闭。



NTSC/PAL 设置主要是在电视/高清电视上观看视频时，用以控制视频的录制帧率与回放。

设置	说明
NTSC (默认)	使用 NTSC 电视/高清电视观看视频（适用于北美地区的大多数电视）
PAL	使用 PAL 电视/高清电视观看视频（适用于北美地区以外的大多数电视）



日期/时间

当摄像机连接至 GoPro App 时, 摄像机会自动设置日期和时间。此设置让您可以在需要时手动调整摄像机日期和时间。



删除

利用本设置可删除最近拍摄的视频、照片、连拍照片或延时拍摄照片。您还可选择删除所有文件, 以及将存储卡重新格式化。摄像机状态灯会持续闪烁, 直到操作完成。

注意事项: 若选择“全部/格式化”, 存储卡会重新格式化, 这会删除存储卡中的所有视频和照片文件。

摄像机重置

通过该设置, 您可以将摄像机的设置重置为默认值。该选项不会重置日期/时间设置、摄像机名称、无线密码或遥控器配对等。该选项只在摄像机连接 GoPro 遥控器时才可用。

注意: 若摄像机无反应且您不希望丢失设置时, 请按住快门/选定按钮, 直至摄像机关机。

PROTUNE™ 优点

Protune 能充分利用摄像机的所有功能, 产生令人惊艳的影像质量以及电影级视频, 是专业影像制作的最佳选择。借助 Protune, 视频创作者能够获享前所未有的灵活性和更有效率的工作流程。

Protune 模式可兼容专业的色彩校正工具、适用于桌面的 GoPro App 及其他视频编辑软件等等。

Protune 模式可让您手动控制白平衡、色彩、感光度上限、锐度和曝光补偿, 从而实现高级控制以及自定义视频片段。



此设置选项包含关闭 (默认) 及打开。Protune 模式开启时, 摄像机状态屏幕上会出现 *PT*。Protune 适用于以下视频分辨率 (仅限超宽视野 (FOV)) : 1440p、1080p、720p100 和 960p60/50。Protune 不可用于循环视频或照片。

 白平衡

白平衡可调整视频的整体色调。

设置	说明
自动 (默认)	可根据环境条件自动调整色调
3000K	暖光 (白炽灯或日出/日落光照环境)
5500K	偏冷光 (冷荧光灯或一般日光)
原生	文件将直接从图像传感器上储存下来, 且经过最低限度的色彩校正, 非常适合在后期制作中进行更精确的调整

 色彩

色彩可以调整视频片段的色彩配置文件。

色彩设置	产生的色彩配置文件
GoPro 色彩 (默认)	提供 GoPro 色彩校正配置文件 (在 Protune 模式关闭的情况下仍可带来同样鲜明的色彩)。
平面	可呈现中性色彩配置文件, 即在经过色彩校正之后, 能够更加符合使用其他设备拍摄的视频, 从而在后期制作时提供更多的灵活性。由于较长曲线的缘故, “平面”色彩可拍摄出阴影或亮部的更多细节。



感光度上限

“感光度上限”可调整摄像机在低光环境中的感亮度，并在亮度与所产生的图像噪点之间取得平衡。图像噪点指的是图像中的粒状度。

设置	成像质量
1600 (默认)	可于低光环境下拍出亮度适中的视频质量，呈现中等图像噪点
400	可于低光环境下拍出较暗的视频质量，但图像噪点会减少



锐度

锐度控制视频的细节等级和对比度。

设置	成像质量
开启 (默认)	标准锐度视频
关	较柔和的视频在后期制作时具有更高的灵活性

专业小贴士：如果您计划在编辑过程中增加锐度，请关闭该设置。



曝光补偿

“曝光补偿”会影响视频的亮度。调整此设置可以改善在光照反差较大环境中拍摄的图像质量。

设置

-2.0	-1.5	-1.0	-0.5	0 (默认)	+0.5	+1.0	+1.5	+2.0
------	------	------	------	--------	------	------	------	------

专业小贴士: 您可通过“曝光补偿”功能调整现有感光度上限内的亮度。在低光环境下, 若亮度已达到感光度上限, 增加曝光补偿不会有任何影响。

重置

此选项可将所有 Protune 设置重置为默认值。

若要在电脑上回放视频和照片, 您必须先将这些文件传输至电脑。传输文件同样可释放 microSD 卡的空间, 用于存储新内容。

要将文件传输至电脑

1. 请访问 gopro.com/getstarted 下载并安装适用于桌面的 GoPro App。HERO Session™ 摄像机可与 App 通信, 以帮助您轻松定位和传输文件。
2. 使用随附的 USB 连接线将摄像机连接至电脑。
3. 按下**快门/选定按钮** [] 打开摄像机, 并在 App 中打开文件传输助手。
4. 按照屏幕上的指示操作。

专业小贴士: 您也可以使用读卡器 (单独出售) 将文件传输至电脑。将读卡器连接至电脑, 并将 microSD 卡插入读卡器。然后即可将文件传输至电脑, 或者删除存储卡中选中的文件

在电脑上回放内容

1. 请访问 gopro.com/getstarted 下载并安装适用于桌面的 GoPro App。HERO Session™ 摄像机可与 App 通信, 以帮助您轻松定位和传输文件。
2. 将文件传输至电脑。如需更多信息, 请参阅 [将文件传输至电脑](#) (第 75 页)。
3. 使用 App 回放文件。

在智能手机/平板电脑上回放内容

1. 将摄像机连接至适用于移动设备的 GoPro App。如需更多信息, 请参阅 [连接至连接至 GoPro App 部分](#) (第 33 页)。
2. 使用 App 上的控制功能, 即可在智能手机/平板电脑上回放视频片段。

/ 重要信息

关于 MICROSD 卡的信息

无 SD 卡	没有任何存储卡。摄像机需安装 microSD、microSDHC 或 microSDXC 卡, 方可录制视频和拍摄照片。
SD 卡已满	存储卡已满。请删除文件或换用其他存储卡。
SD 卡出错	摄像机无法读取存储卡格式。请重新格式化摄像机中的存储卡。 注意事项: 如果您选择“是”来重新格式化存储卡, 存储卡中的所有内容将被删除。

/ 重要信息

专业小贴士: 定期重新格式化 microSD 卡, 可确保存储卡继续收到摄像机的信息。

重要的摄像机信息

修复文件	如果上一个视频文件在录制过程中遭损坏, 摄像机将尝试恢复文件并在屏幕上显示修复文件。该过程完成后, 如果没有连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器, 则摄像机将关机。
------	---

修复文件 (续)

如果摄像机与 GoPro App 或遥控器相连接, 则修复完成时, 点击 App 上的“快门”按钮或按下遥控器或摄像机上的**快门/选定按钮** [], 即可继续使用摄像机。



当摄像机过热需要降温时, 摄像机状态屏幕上会出现温度图标和**摄像机过热**以示警告。此时只需将摄像机静置待其冷却, 然后就能尝试再次使用。

您的 HERO Session™ 配有标准保护框。

注意: 当长期将摄像机存放在保护框中时, 为防止保护框在摄像机表面留下印记, 请打开保护框上的顶门。

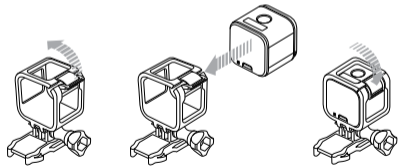
当侧盖关闭时, HERO Session 摄像机具有 10 米 (33') 防水特性, 因此在水里或水边使用摄像机时, 不需要其他的保护盒。

注意事项: 标准保护框不会为摄像机提供额外的防水保护。

/ The Frame

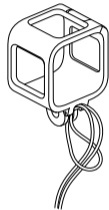
将摄像机固定在保护框中：

1. 打开顶门。
2. 将摄像机旋转至想要的方向，然后将其滑入保护框中。保护框的背面有一个凸出的边缘。确保摄像机的背面紧贴该边缘。
3. 关上顶门。



/ The Frame

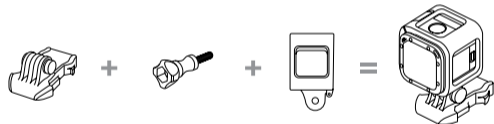
专业小贴士：进行水上运动时，请将保护框栓在固定座上，以增强安全性。使用标准保护框时，将挂带绕在安装架后面的小条上。摄像机挂带单独出售。



/ 安装摄像机

为摄像机安装固定座

要为 HERO Session 摄像机安装固定座, 需要一个安装固定扣和/或手转螺丝 (取决于所使用的固定座的类型)。



安装固定扣

手转螺丝

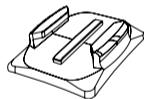
保护框

全套装置

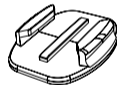
/ 安装摄像机

使用曲底 + 平底粘附固定座

曲底 + 平底粘附固定座可将摄像机轻松安装到安全帽、车辆和装备的弯曲和平坦表面上。使用安装固定扣, 可将保护框扣上曲底或平底粘附固定座或取下。



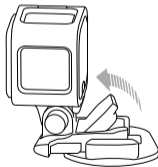
曲底粘附固定座



平底粘附固定座

将安装固定扣安装到固定座上

1. 向上翻转安装固定扣插头。
2. 将安装扣滑入固定座，直到卡至定位。
3. 按下插头，使其和底座齐平。



专业小贴士: 如果您反向安装 HERO Session, 摄像机将自动把图像方向调整为正面朝上。如需更多信息, 请参阅[方向](#) (第 61 页)。

安装指南

请遵照下列指示安装固定座:

- 至少于使用前 24 小时安装粘附固定座。
- 粘附固定座只可安装在光滑的表面。多孔或纹理表面无法确实黏牢。使用固定座时, 请用力按压至定位, 确保固定座与整个表面紧密黏合。

- 粘附固定座只可安装在干净的表面。蜡、油污、灰尘或其他碎屑会降低黏性，可能会影响固定座的牢固程度，万一松脱，摄像机可能会因此遗失。
- 请在室温环境中安装粘附固定座。如果在寒冷或潮湿的环境中，将固定座安装到冰冷或潮湿的表面，黏合剂将无法黏牢。
- 查看国家和地方法律法规，确保其允许将摄像机安装到具体设备上（如狩猎设备）。始终遵循限制使用消费类电子产品或摄像机的法规。



警告：为避免受伤，将摄像机安装到头盔上时不要使用挂带。

如需有关固定座的更多信息，请访问 gopro.com。



警告：若搭配 GoPro 安全帽固定座或头带使用摄像机，请务必选用符合安全标准的安全帽。

请挑选适合特定运动或活动的安全帽，并确保安全帽的大小适中。检查您的头盔，确保其状况良好，并遵循头盔制造商的头盔安全使用说明。


若安全帽曾遭受强力撞击，应立即更换。任何安全帽都不能百分之百确保您在每次意外中安然无恙。

HERO Session™ 摄像机和电池是一体的。您无法从摄像机中取出电池。

当电池电量低于 10% 时, 摄像机状态屏幕上的电池图标便会闪烁。如果录制过程中电量降到 0%, 摄像机将存储文件并关闭电源。

延长电池寿命

极度寒冷的气温可能会降低电池寿命。要在低温条件下延长电池寿命, 请在使用摄像机前将其置于温暖的地方。

不使用 HERO Session 时, 在保护框中旋转摄像机以遮住快门/选定按钮 [], 避免意外开机。

注意: 当长期将摄像机存放在保护框中时, 为防止保护框在摄像机表面留下印记, 请打开保护框上的顶门。

充电时间

若使用 GoPro 的 USB 兼容壁式充电器、车载充电器或其他 USB 充电适配器, 约 1 小时内即可将电池充电到 80%, 2 小时左右即可达到 100%。相比之下, 使用其他充电器可能需较长的充电时间。



警告: 使用 GoPro 壁式充电器以外的壁式充电器可能会导致 GoPro 摄像机电池受损, 甚至会造成火灾或泄漏。只允许使用标有以下额定值的充电器: 输出 5V 1A。如果您不清楚所用充电器的额定电压和电流, 请使用随附的 USB 连接线将摄像机连接至电脑进行充电。

充电时使用摄像机

当摄像机正在插入 USB 充电适配器或 GoPro 壁式充电器、或使用随附的 USB 连接线插入车用充电器时, 您可以使用摄像机拍摄视频和照片。(当通过电脑充电时, 则不能进行录制。) 当停止录制时, 摄像机电池开始充电。

注意: 由于充电时侧盖处于打开状态, 此时摄像机不防水。

电池保存与处理

摄像机含有各种脆弱组件, 电池即为其中之一。请勿将摄像机置于极冷或极热的环境中。低温或高温条件可能会暂时缩短电池的使用寿命, 或者导致摄像机暂时停止正常工作。使用摄像机时, 避免温度或湿度出现急剧变化, 否则可能会在摄像机表面或内部引发冷凝现象。

摄像机中的内置电池不提供维修。请联系 GoPro 客户服务, 以咨询所有电池相关问题。

切勿试图以微波炉或电吹风等外部热源烘干摄像机或电池。因摄像机内部接触液体而导致摄像机或电池受损皆不在保修范围内。

在未经授权的情况下, 不要对摄像机做任何改动。倘若改动, 则可能会损害安全性、合规性及性能, 也可能造成保修无效。




警告: 切勿坠落、拆卸、打开、挤压、弯折、改变形状、刺穿、切割、用微波炉烘烤、焚烧或喷涂摄像机。切勿将异物插入摄像机的任何开口处, 如微型 USB 端口。切勿使用已损坏的摄像机, 例如破裂、刺穿或进水。拆卸或刺穿内置电池可能会导致爆炸或火灾。

GOPRO 无法开机

请确认您的 GoPro 已充电。若要为您的摄像机充电, 请将随附的 USB 连接线连接您的电脑。也可使用由 GoPro 制造的充电设备。

按下按钮时 GOPRO 无反应

按住快门/选定按钮 [] 约 8 秒, 直到摄像机关机。此重置操作会保存您的所有内容和设置。

想重置 GOPRO 为默认设置

在设置模式中选择“摄像机重置”。此选项不会重置“日期/时间”或摄像机的用户名称和无线密码。

注意: “摄像机重置”只有在摄像机连接 GoPro 遥控器时才可使用。


忘记摄像机的用户名称或密码


请参阅[重置摄像机的无线名称和密码](#) (第 60 页)。

如何关闭摄像机?


如果 HERO Session 没有连接至适用于移动设备的 GoPro App 或 GoPro 遥控器, 停止录制时摄像机则自动关机。

当摄像机连接 GoPro App 或遥控器时, 点击 App 上的“电源”图标或按下遥控器上的**电源/模式**按钮, 即可关闭摄像机。无线仍保持开启状态。

如果摄像机不在 GoPro App 或遥控器的范围内, 或已关闭 App, 请按下**信息/无线**按钮, 显示“关闭摄像机”, 然后按下**快门/选定** [] 按钮以将其选中。无线仍保持开启状态。

要关闭无线和摄像机电源, 按下**信息/无线**按钮, 并重复按下以显示“关闭无线”, 然后按下**快门/选定** [] 按钮以将其选中。

关闭 GOPRO 电源后蓝色指示灯仍在闪烁

蓝色指示灯表示无线处于开启状态。要关闭无线, 按下**信息/无线**按钮以显示“关闭无线”, 然后按下**快门/选定** [] 按钮以将其选中。


回放时断断续续

回放时断断续续通常不是文件问题。如果您的视频画面跳动, 可能是由于以下原因中的一种:

- 使用不兼容的视频播放器。并非所有视频播放器均支持 H.264 编解码器。为达到最佳的回放效果, 请使用最新版适用于桌面的 GoPro App。

- 电脑不符合高清画质回放的最低要求。视频的分辨率和帧率越高, 电脑回放所耗费的资源越多。如果使用适用于桌面的 GoPro App 回放文件, 则要确保您的电脑符合最低系统要求, 访问 gopro.com/getstarted 即可获取。
- 通过 USB 连接, 直接播放您摄像机上的内容。将文件传输到电脑上回放。如果电脑不符合最低要求, 录制时请关闭 Protune 模式, 同时确保电脑上的其他所有程序均已关闭。

当前运行软件版本是什么?

按下**信息/无线**按钮以显示状态屏幕, 然后重复按下该按钮, 直到显示“退出”。状态屏幕左上方将显示软件版本。要退出菜单, 按下**快门/选定**按钮 [] 即可。

摄像机的序列号是什么?

摄像机的序列号列于以下几个位置:

- 摄像机侧盖的内部
- 摄像机 microSD 存储卡中 (MISC 文件夹中的 version.txt 文件下)
- 摄像机原包装上

/ 客服支持

GoPro 致力于为用户提供极致卓越的服务。要获取 GoPro 支持, 请访问 gopro.com/help。

/ 商标

GoPro、HERO、GoPro 商标、GoPro Be a HERO 商标、BacPac、Protune、SuperView 与 Wear It. Mount It. Love It. 均为 GoPro, Inc. 在美国和国际上的商标或注册商标。其他名称和标志均为各自所有者的财产。

/ 法规信息

如需查阅完整的国家/地区认证清单, 请参见摄像机随附的《重要产品 + 安全信息》指南。如需查阅本产品的《符合标准声明》, 请访问 gopro.com/help。



Learn about more GoPro products at gopro.com

130-16091-000 REVA  Please Recycle