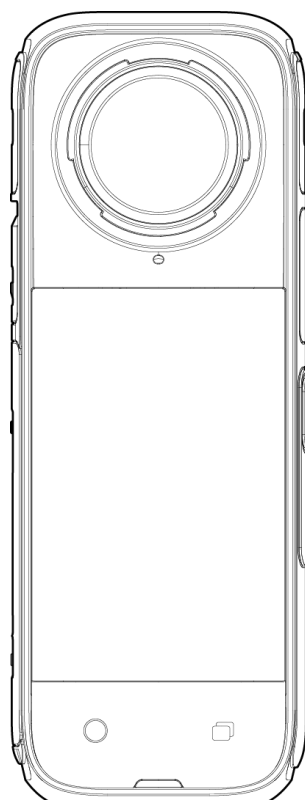


# Insta360 X4

## User Manual 用戶手冊



# 目錄

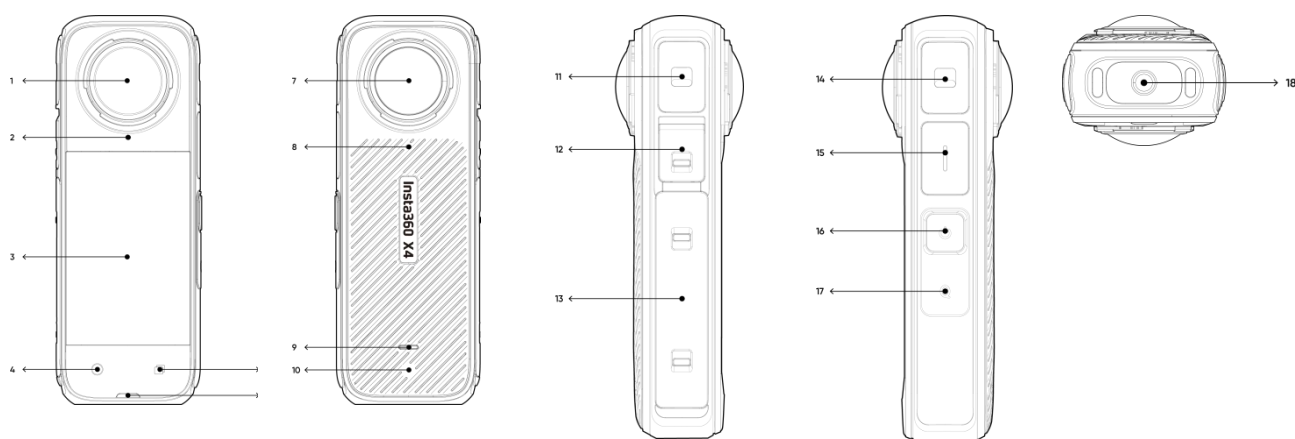
<b>產品概述</b>	<b>1</b>
認識 X4	1
標準配件	2
<b>首次使用</b>	<b>3</b>
安裝保護鏡	3
安裝 SD 卡	5
外接裝置	5
充電	6
查看相機序列號	7
下載與啓用	10
<b>機身操作</b>	<b>11</b>
按鍵功能	11
螢幕功能	14
拍攝模式	16
下滑-相機選單	18
上滑-拍攝規格設定	20
左滑-拍攝參數設定	22

---

右滑-相簿素材	25
LED 狀態指示燈	26
影像儲存	27
格式化相機記憶卡	28
<b>Insta360 App</b>	29
連接 App	29
剪輯素材	30
Insta360 App	30
Insta360 Studio	33
傳輸媒體檔案	34
<b>維護與保養</b>	37
韌體升級	37
鏡頭保護鏡注意事項	38
防水注意事項	39
清潔注意事項	40
電池注意事項	40

## 產品概述

### 認識 X4



1. 前置鏡頭

2. 麥克風

3. 觸控顯示螢幕

4. 快門鍵

5. 菜單鍵

6. 指示燈

7. 後置鏡頭

8. 麥克風

9. 指示燈

10. 泄壓孔

11. 麥克風

12. USB 保護蓋

13. 電池保護蓋

14. 麥克風

15. 揚聲器

16. 電源鍵

17. Q 鍵

18. 1/4"螺紋接口

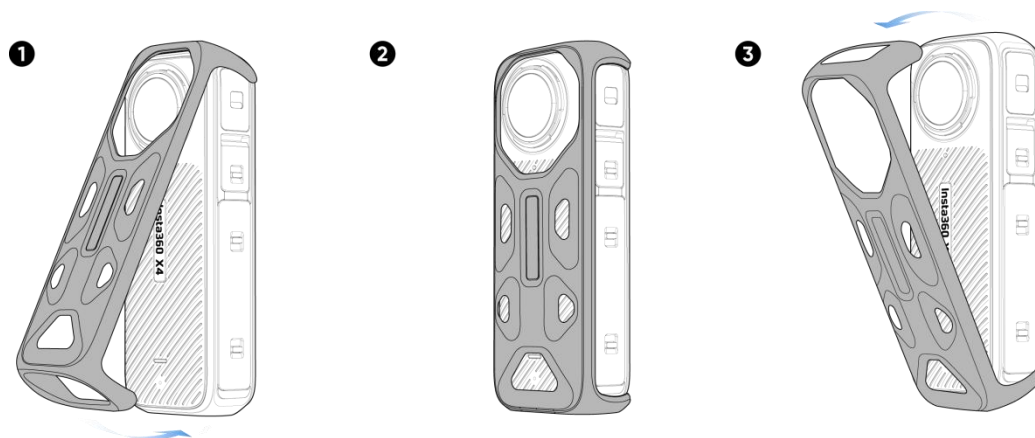
## 標準配件（控溫握套）

Insta360 X4 提供 8K 30fps 高規格拍攝模式，該模式下相機運行功率增加，可能產生發熱體感。若長時間拍攝 8K 影片，建議搭配控溫握套使用，可有效減輕機身發熱體感，提供更舒適的拍攝體驗。

\*建議在無風靜態場景中使用該配件，不建議用於大部分運動場景，如滑雪、水類運動、機車、單車等。

### 安裝步驟：

1. 在相機背面，將控溫握套從相機頂部位置向下扣緊機身；
2. 請確保控溫握套緊貼相機背面，避免影響隔熱效果；
3. 若需拆卸，則從相機頂部輕拉控溫握套，即可拆下。



### 注意事項：

1. 安裝或拆卸控溫握套時，請注意保護相機鏡頭。
2. 安裝控溫握套前，確保相機乾燥。不建議在涉水場景中長時間使用控溫握套。
3. 切勿在拍攝過程中安裝或拆卸控溫握套，以免影響畫面拼接效果。
4. 控溫握套不能與以下配件同時使用：全隱形潛水殼、多功能擴展框、水上運動拖繩支架、自拍棒專用冷靴。

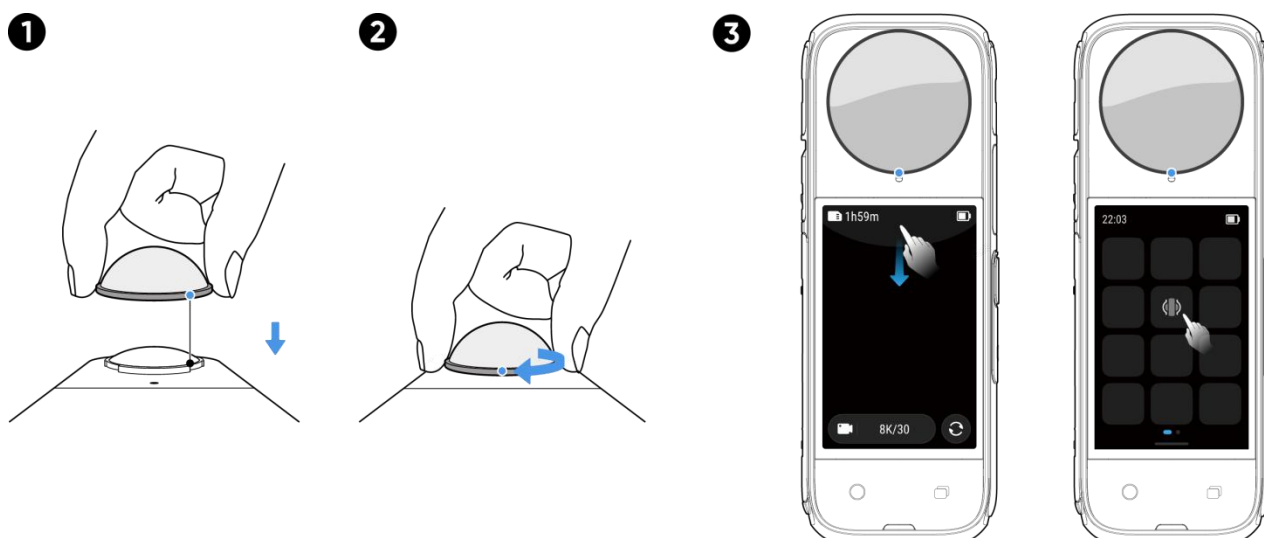
## 首次使用

### 安裝保護鏡

Insta360 X4 配有前後兩個標準保護鏡，可滿足鏡頭基本的保護需求。如果您對耐磨性有更高要求，建議另購高級保護鏡，二者安裝方式相同。

前後保護鏡的安裝方式相同，步驟如下：

1. 將保護鏡上的藍色標記對齊鏡頭右下方卡位；
2. 順時針旋轉保護鏡，使保護鏡藍色標記對准相機麥克風圓孔處，確保完全旋緊；
3. 安裝完成後，開啟相機並進入下拉菜單，點擊“保護鏡模式”，確保“保護鏡模式”設定為自動，相機將會自動檢測保護鏡是否安裝，以匹配對應的拼接效果；
4. 如需拆卸保護鏡，逆時針旋轉即可將其取下。拆卸保護鏡後，保持相機“保護鏡模式”設定為自動或者手動選擇無保護鏡。



\*如果您想獲得更精確的拼接效果，建議根據佩戴的保護鏡型號，手動選擇對應的保護鏡模式。但請注意，拆卸保護鏡後請將“保護鏡模式”更改為“無保護鏡”，否則可能會出現拼接錯誤。

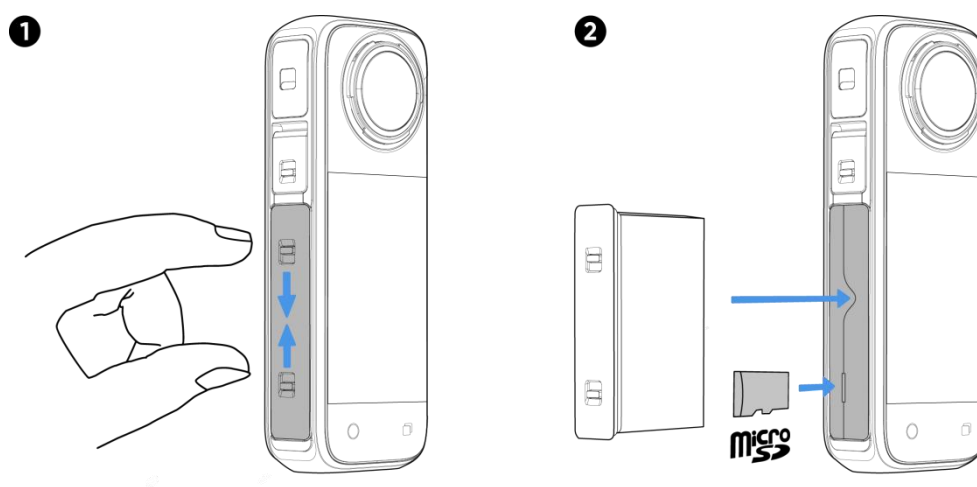
全景檔案可在 App 或者 Stuido 中再次調整保護鏡模式。

**注意事項：**

- 安裝時,避免暴力擠壓或者掰扯保護鏡的底座,可能導致底座變形或者開膠。
- 安裝時,請確保保護鏡已完全旋緊(藍色標記對準麥克風圓孔)。
- 保護鏡安裝後請在相機內開啟"保護鏡模式",拆下後請關閉"保護鏡模式"。
- 請保持保護鏡乾淨,鏡面髒污或磨損可能會影響畫質。
- 保護鏡為非封閉結構,請避免在沖浪、雨天等涉水場景中使用保護鏡。
- 請保持保護鏡及周邊充分乾燥,如遇雪、水或霧氣,可用柔軟乾布擦乾後再使用。否則可能會在保護鏡內側出現霧氣。

## 安裝記憶卡

1. 雙指向中間撥動電池蓋開關，取出電池；
2. 將記憶卡按卡面標識方向插入卡倉；
3. 安裝完成後，重新裝回電池，請確保電池完全鎖緊，未露出橙色標識，以免影響防水性能。



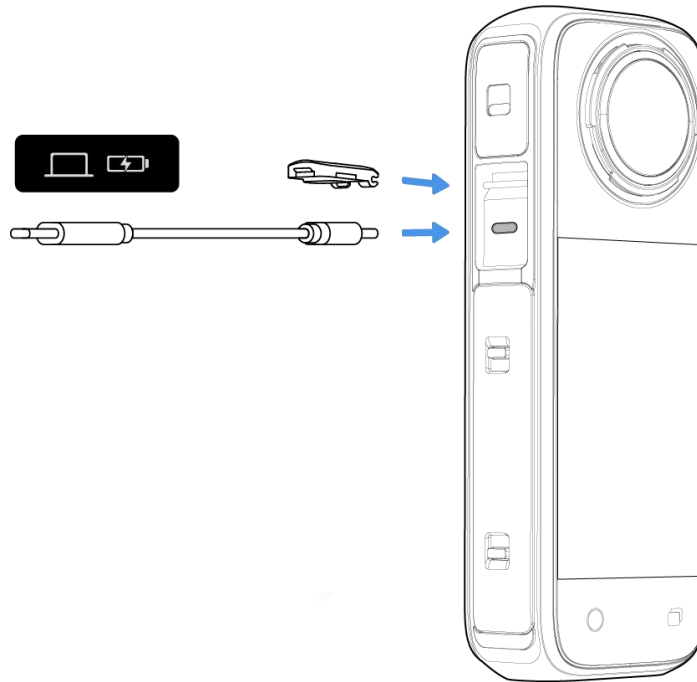
## 外接裝置

1. USB 保護蓋支持拔插，打開蓋口後，可用力向外直接拔出保護蓋；
2. 拆卸保護蓋後，即可安裝音頻適配器與閃傳伴侶等官方配件；
3. 使用完成或單獨使用相機時，請確保保護蓋緊閉，未露出橙色標識，以免影響防水性能。



## 充電

1. 向上推動保護蓋開關，打開相機 USB 保護蓋；
2. 使用官方數據線連接相機與充電器，即可對相機充電。



X4 支持使用官方充電底座進行快充，使用支持 PD 協議且充電功率大於等於 36W 的充電適配器，26 分鐘充到 80%，43 分鐘充滿。

### X4 充電時間 (9V/2A 適配器)

- 0-80%: 38 分鐘
- 0-100%: 55 分鐘

\*關機充電中，指示燈紅色常亮。指示燈熄滅，代表充電完成。

## 查看相機序列號

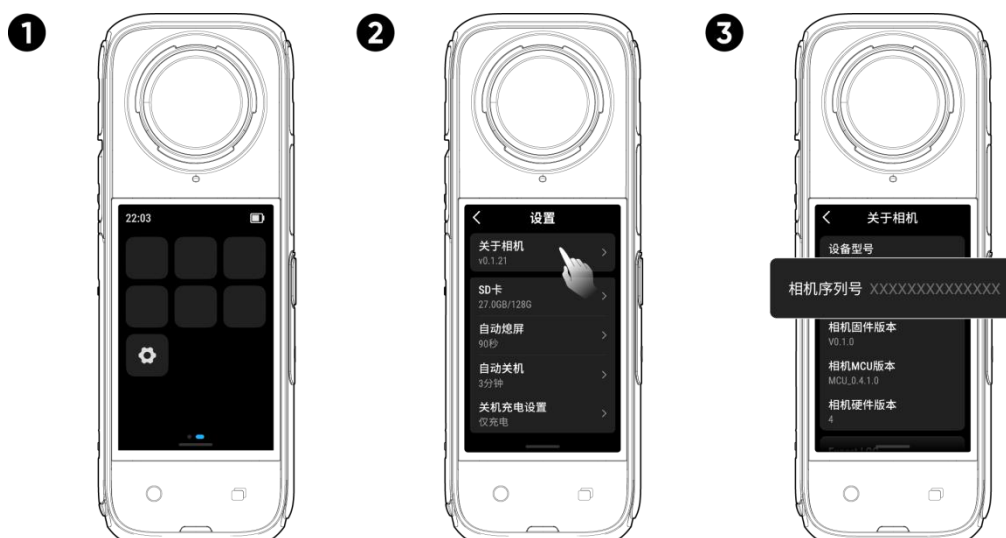
### 1. 透過產品包裝盒確認

在包裝盒背面可以查看相機序列號。



### 2. 透過相機設定頁確認

- (1) 點按電源鍵，開啟相機；
- (2) 下拉進入相機設定頁->"設定"->"關於相機"，即可查看相機序列號。



### 3. 透過 Insta360 App 確認

- (1) 連接相機至 Insta360 App;
- (2) 進入 Insta360 App 設定頁，點擊“裝置資訊”，即可查看相機序列號。



#### 4. 透過 Insta360 Studio 確認

- (1) 在電腦上打開 Studio，並輸入原片；
- (2) 選擇原片，在右側菜單欄中打開檔案屬性窗口，即可查看相機序列號。



#### 5. 透過相機機身電池倉貼紙查看

拆卸電池後，可直接在電池倉貼紙的條形碼下查看。

## 下載與啓用

首次使用 X4 需要透過 Insta360 App 啓用。

您可以透過以下方式下載 Insta360 App：

1. 首次開啟相機後，掃描螢幕中出現的 QR Code。
2. 掃描配件盒上的 QR Code。
3. 在 Insta360 官網的“下載”中找到“Insta360 App”進行下載。

下載完成後，請按照以下步驟啓用

1. 開啟相機。
2. 打開手機 Wi-Fi 和藍牙功能。
3. 打開 Insta360 App，點擊 App 頁面底部“發現新裝置”圖標，根據彈窗中顯示的相機及序列號後 6 位，來找到您需要連接的 X4。首次連接，需在相機螢幕上點擊確認連接。
4. 連接成功後，若有新版韌體，App 會彈出新韌體版本提醒，請根據 App 提示完成相機韌體升級。升級完成後，按照 App 頁面提示完成相機啓用。

## 機身操作

### 按鍵功能

#### 電源鍵



相機狀態	按鍵操作	按鍵功能
關機狀態	短按	<ul style="list-style-type: none"><li>開機</li></ul>
開機狀態	短按	<ul style="list-style-type: none"><li>螢幕關閉或開啟</li></ul>
	長按	<ul style="list-style-type: none"><li>2 秒：關機</li><li>5 秒：異常情況下，強制關機</li></ul>

## Q 鍵



相機狀態	按鍵操作	按鍵功能
開機狀態	短按	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 喚出預設的拍攝模式與參數。再次單擊，可循環切換選中項。</li> <li>• 切換至最後，可添加或修改更多預設場景或自定義預設。</li> </ul>

## 選單鍵



相機狀態	按鍵操作	按鍵功能
開機狀態	短按	切換拍攝模式

## 快門鍵



相機狀態	按鍵操作	按鍵功能
關機狀態	短按	<ul style="list-style-type: none"> <li>開始快速拍攝</li> </ul> <i>*需打開快速拍攝功能</i>
開機狀態	短按	<ul style="list-style-type: none"> <li>處於預覽介面時：點按即開始拍照/錄影，錄影模式下，再次點按停止錄影</li> <li>處於其他介面時：點按返回預覽介面</li> </ul>
	長按	<ul style="list-style-type: none"> <li>在設定頁打開“長按取消錄影”功能，錄影過程中可快速刪除素材</li> </ul>

除以上默認功能外，您還可以在【設定】-【自定義按鍵】中，根據您的喜好來自定義按鍵功能。



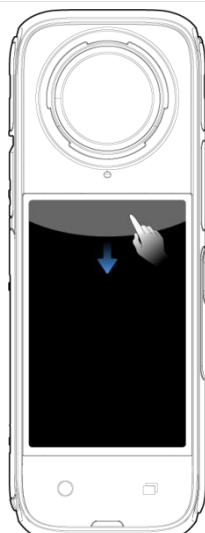
## 螢幕功能

相機開機後，觸控螢幕將顯示相機主頁，以及拍攝模式、電池電量及內存容量等資訊。透過點擊或滑動觸控螢幕，可進行功能操作。



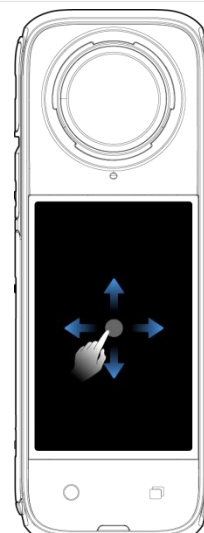
### 點擊螢幕

隱藏/顯示觸控螢幕上的資訊。



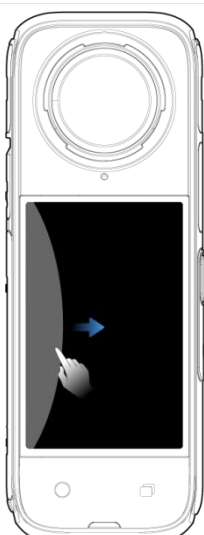
### 螢幕邊緣向下滑動

進入快捷選單。



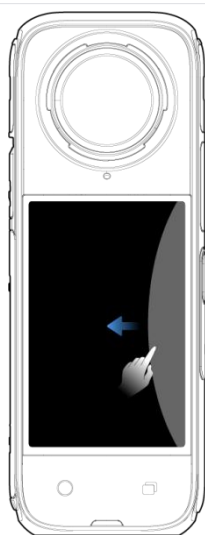
### 滑動螢幕中央

全景模式下，可調整拍攝視角。



### 螢幕邊緣向右滑

進入相簿頁。



### 螢幕邊緣向左滑動

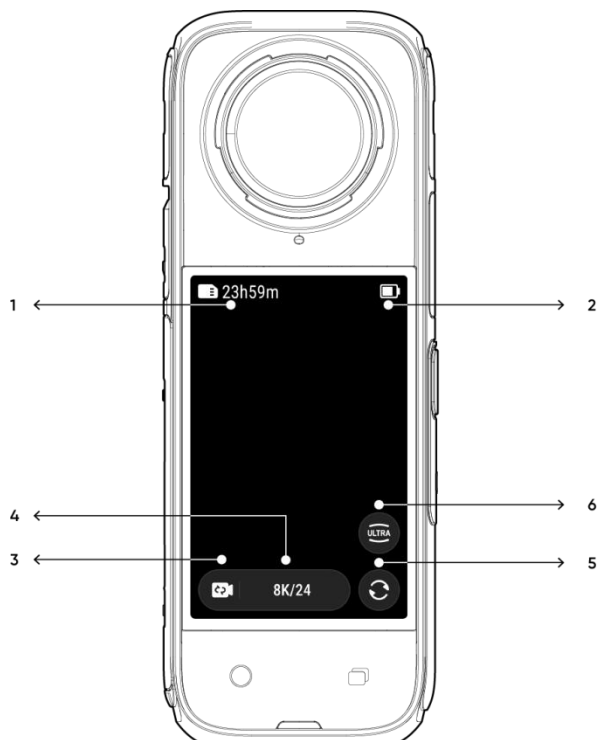
進入拍攝參數設定頁。



### 螢幕邊緣向上滑動

進入拍攝規格設定頁。

## 相機主頁



1. **內存容量資訊：**顯示記憶卡的剩餘可存儲照片數量或可拍攝時長。
2. **電池電量：**顯示相機的剩餘電量。
3. **拍攝模式資訊：**顯示當前拍攝模式，點擊圖標後可滑動選擇不同拍攝模式。
4. **拍攝規格資訊：**顯示當前拍攝模式的對應參數，點擊圖標後可修改參數。
5. **切換鏡頭：**點擊圖標後可切換前後鏡頭。全景模式下，還可返回初始的預覽位置。
6. **視場角：**點擊圖標後可切換視角。

## 拍攝模式

點擊相機主頁拍攝模式圖標後滑動選擇，或在主頁中央位置左右滑動，可以選擇不同的拍攝模式。

- **全景模式:**

拍攝模式	描述
標準錄影	適用於在多數場景下，錄製最高 8K 解析度的超清晰全景影片。
運動 HDR	建議在日間光線充足時拍攝，以拍攝高動態範圍的全景影片。
縮時錄影	適用於拍攝靜態縮時，自動生成全景縮時影片。
移動縮時	適合移動場景的縮時錄影，得到穿梭空間的縮時效果。
子彈時間	配合子彈時間配件，拍攝出 360 度旋轉的時間凝固慢動作影片。
循環錄影	持續拍攝，並保存最後固定時長的全景影像。
星空模式	持續拍攝星空照片，自動合成星軌效果。
Burst 連拍	快速連拍多張全景照片。
間隔拍照	按特定間隔時間，相機自動連續拍照，適用於後期手動合成縮時影片。
HDR 拍照	適合拍攝高動態範圍的全景照片，建議靜止狀態使用。
標準拍照	適用於在多數場景下，拍攝全景照片。

- 單鏡頭模式：

拍攝模式	描述
標準錄影	適用於在多數場景下，錄製最高 4K 的清晰影片。
跟拍模式	拍攝隱藏自拍棒的第三人稱廣角防震影片。
循環錄影	持續拍攝，並保存最後固定時長的影像。
自由比例錄影	拍攝可在後期自由調整畫面比例的高清影片
標準拍照	適用於在多數場景下拍攝照片。

## 下滑-相機選單

從觸控螢幕頂部下滑，進入相機選單頁。



1. **旋轉鎖定：** 點擊立即鎖定/開啟螢幕旋轉。
2. **鎖定螢幕：** 點擊立即鎖定螢幕。鎖定後，往上滑動螢幕即可解鎖。
3. **亮度調節：** 點擊打開亮度調節滑塊，滑動調節螢幕亮度。
4. **保護鏡模式：** 可選擇為自動、標準保護鏡、高級保護鏡或無保護鏡。
5. **語音提示：** 開啟後，部分操作將使用語音進行提示，例如切換模式、拍攝操作等。
6. **提示音：** 點擊設定相機揚聲器音量，提供高、中、低和靜音四種選擇，默認為中。

7. **AI 亮點精選助手**：啟用後，相機拍攝時可自動識別每段拍攝素材中的精彩瞬間，並在 App 快速分析一鍵成片。
8. **手勢識別**：點擊可開啟/關閉手勢控制。
9. **語音控制**：點擊可開啟/關閉語音控制。
10. **快速拍攝**：啟用後，關機狀態下點擊拍攝鍵可開啟快速拍攝。
11. **預錄影**：啟用後，可保存按下快門鍵前 10-15 秒的影片，不同模式下存在差異，具體以相機顯示為準。
12. **定時拍攝**：啟用後，可設定定時拍攝時間和拍攝模式等參數。到達設定時間時，相機將自動開啟拍攝。
13. **指示燈**：點擊可開啟/關閉指示燈。
14. **音頻設定**：點擊切換音頻模式，可切換為智能降風噪、立體聲、運動降風噪或指向增強。
15. **潛水殼模式**：安裝或拆卸潛水殼時使用。開啟後，可通過電源鍵切換拍攝模式，Q 鍵開始/停止拍攝。
16. **藍牙耳機**：可搜索並連接藍牙耳機。
17. **藍牙遙控器**：可搜索並連接藍牙遙控器。
18. **預設模式**：可切換、修改或自定義拍攝模式與參數。
19. **設定**：點擊進入相機的更多設定。

## 上滑-拍攝規格設定

從觸控螢幕底部上滑，進入拍攝規格設定頁。



- 全景模式:

拍攝模式	可設定參數
標準錄影	解析度、影格率
運動 HDR	解析度、影格率
縮時攝影	解析度、影格率、間隔時長
移動縮時	解析度、影格率、倍速
子彈時間	解析度、影格率
循環錄影	解析度、影格率、循環時長
星空模式	成片類型、解析度、拍攝時長、倒數計時
Burst 連拍	解析度、倒數計時、連拍張數/時長
間隔拍照	解析度、拍攝時長、間隔時長
HDR 拍照	解析度、倒數計時
標準拍照	解析度、倒數計時

- 單鏡頭：

拍攝模式	可設置參數
標準錄影	比例、解析度、影格率
跟拍模式	比例、解析度、影格率
循環錄影	比例、解析度、影格率、循環時長
自由比例錄影	比例、解析度、影格率、水平校正
標準拍照	比例、解析度、倒計時



## 左滑-拍攝參數設定

從觸控螢幕右側邊緣往左滑，進入參數設定頁面



參數設定	描述
快門速度	決定光線進入相機的時間長度，從而影響照片的曝光程度和影像清晰度。
感光度 (ISO)	感光元件對光的敏感程度。感光度越高，曝光量越多，畫面越亮。
曝光補償 (EV)	自動模式(Auto)下，可調節曝光補償值，應對曝光過度或曝光不足的情況。

白平衡	解決色彩還原和色調處理問題，有效避免色溫偏差。
低光增穩	開啟後可改善運動模糊，提升畫面穩定性。環境光過暗時畫面亮度會降低，抗閃爍會失效。
濾鏡	為畫面添加不同色彩風格，增加畫面表現力。
測光模式	針對人臉區域進行測光，優先保障人臉亮度。
平衡曝光	畫面將根據環境自動均衡曝光。

全景和單鏡頭模式下的不同拍攝模式，所支持設定的參數存在差異，具體以螢幕顯示為準：

- 全景模式:

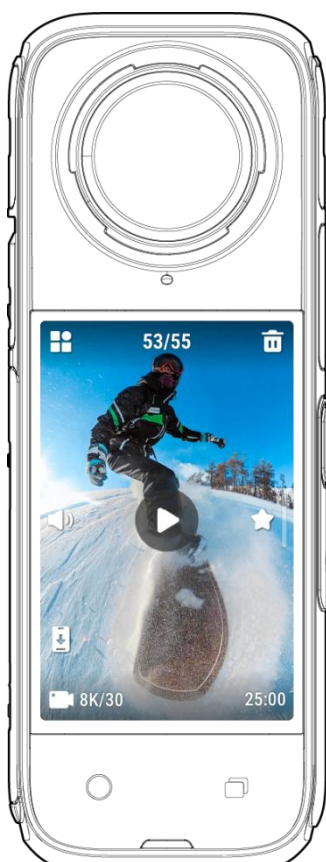
拍攝模式	參數調節	
	自動模式 (Auto)	手動模式 (M)
標準錄影	濾鏡, EV, 低光增穩, 白平衡, 平衡曝光	濾鏡, 快門, ISO, 白平衡
運動 HDR	白平衡	
縮時攝影	濾鏡, EV, 低光增穩, 白平衡, 平衡曝光	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
移動縮時	濾鏡, EV, 低光增穩, 白平衡, 平衡曝光	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
子彈時間	濾鏡, EV, 白平衡	濾鏡, 白平衡
循環錄影	濾鏡, EV, 低光增穩, 白平衡, 平衡曝光	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
星空模式	EV, 白平衡, 平衡曝光	快門速度, ISO, 白平衡
Burst 連拍	照片格式, EV, 白平衡, 平衡曝光	照片格式, 快門速度, ISO, 白平衡
間隔拍照	照片格式, EV, 白平衡, 平衡曝光	照片格式, 快門速度, ISO, 白平衡
HDR 拍照	照片格式, 白平衡	白平衡
標準拍照	照片格式, EV, 白平衡, 平衡曝光	照片格式, 快門速度, ISO, 白平衡

- 單鏡頭：

拍攝模式	參數調節	
	自動模式 (Auto)	手動模式 (M)
標準錄影	濾鏡, EV, 測光模式, 低光增穩, 白平衡	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
跟拍模式	濾鏡, EV, 測光模式, 低光增穩, 白平衡	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
循環錄影	濾鏡, EV, 測光模式, 低光增穩, 白平衡	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
自由比例錄影	濾鏡, EV, 測光模式, 低光增穩, 白平衡	濾鏡, 快門速度, ISO, 白平衡
標準拍照	照片格式, EV, 測光模式, 白平衡	照片格式, 快門速度, ISO, 白平衡

右滑-相簿素材

從觸控螢幕左側邊緣往右滑，進入相簿素材頁，可查看拍攝素材。



## LED 狀態指示燈

操作	指示燈狀態
----	-------

開機 待機/待機充電/待機充滿電 預錄中/U 盤模式	青燈長亮
觸發開機	青燈閃 3 次
觸發關機	青燈閃 5 次
關機充電	紅燈常亮，滿電後指示燈熄滅
錄像中	紅燈閃爍
韌體升級	藍燈慢閃
內存異常（卡滿） 寫卡/USB 異常	黃燈長亮
無記憶卡	黃燈閃爍
電量過低	黃燈每 5 秒快閃 3 次
高低溫預警	黃燈快閃 3 次
反向充電/發送至 App	綠燈閃爍

## 影像內存

為了確保拍攝順利，X4 需要使用 UHS-I、V30 及以上且帶 exFAT 格式的 Micro SD/TF 記憶卡，否則可能會速度不足導致拍攝中斷或檔案損壞。

另外，請勿使用 UHS-II、UHS-III 或超過 1TB 的記憶卡，否則也可能會因為適用性問題導致拍攝停止。

推薦使用的記憶卡型號如下：

類型	型號	內存	速度等級
Insta360 MicroSD V30 A1	64 GB	64 GB	U3, A1, V30
	128 GB	128 GB	U3, A1, V30
Sandisk Extreme V30 A1	SDSQXVF-032G-GN6MA	128 GB	V30
Sandisk Extreme Pro V30 A1	SDSQXCG-064G-GN6MA	64 GB	V30
Sandisk Extreme V30 A2	SDSQXAH-064G-GN6GN	64 GB	U3, A2, V30
	SDSQXAA-128G-GN6GN	128 GB	U3, A2, V30
	SDSQXAV-256G-GN6GN	256 GB	U3, A2, V30
	SDSQXA1-512G-ZN6MA	512 GB	U3, A2, V30
	SDSQXA1-1T00-ZN6MA	1 TB	U3, A2, V30
Sandisk Extreme Pro V30 A2	SDSQXCU-064G-GN6MA	64 GB	U3, A2, V30
	SDSQXCY-128G-ZN6MA	128 GB	U3, A2, V30
	SDSQXCD-256G-GN6MA	256 GB	U3, A2, V30
	SDSQXCZ-512G-ZN6MA	512 GB	U3, A2, V30
	SDSQXCD-1T00-GN6MA	1 TB	U3, A2, V30
Lexar 1066x microSD UHS-I SILVER Series	LMS1066064G-BN	64 GB	V30
	LMS1066128G-BN	128 GB	V30
	LMS1066256G-BN	256 GB	V30
	LMS1066512G-BN	512 GB	V30

## 格式化相機記憶卡

建議定期傳輸相機檔案至手機或電腦進行備份，並對相機記憶卡進行格式化，以避免出現異常情況。

以下介紹如何透過 X4 或 Insta360 App 格式化相機內存卡：

- 透過 X4

1. 將記憶卡插入 X4;
2. 點按相機電源鍵，相機開機；
3. 從螢幕頂部往下滑動，進入下拉菜單，點擊「設定」圖標，向下滑動，找到「記憶卡」並點擊，點擊「格式化」即可格式化相機內存卡。

- 透過 Insta360 App

1. 連接 X4 至 Insta360 App;
2. 進入 Insta360 App 設定頁，選擇「其他設定」 - 「相機內存」 - 「格式化」，即可格式化相機內存卡。

\*注：如果透過電腦格式化相機記憶卡，需要格式化為 exFAT 格式，分配單元大小默認。

## Insta360 App

### 連接 App

1. 開啟 X4 ；



2. 打開手機 Wi-Fi 和藍牙功能；
3. 打開 Insta360 App，點擊首頁相機圖標連接 X4，根據介面提示操作。

\*首次連接 X4 需要在螢幕點擊確認（或點擊快門鍵）授權。

如果以上操作無法進行，請直接在手機系統 WiFi 設定裏，找到 X4 的名稱，點擊後輸入密碼進行連接，然後再返回 App。

**如無法連接 Insta360 App? 可以排查以下幾點：**

1. Insta360 App 是否開啟以下的權限：網路權限，藍牙權限，本地網路權限。
2. 在相機的設定頁，Wi-Fi 選項設定為「開啟」。
3. 將 X4 靠近手機放定。

## 素材剪輯

您可透過 Insta360 App 或 Insta360 Studio 查看和剪輯您的全景或平面素材。

### Insta360 App

#### 剪輯頁

1. 連接 X4 至 Insta360 App;
2. 進入剪輯頁，您可以在“開始創作”中打開並剪輯您的素材，也可以在“一鍵成片”中導入並自動生成作品。此外，剪輯頁中還提供了豐富的主題模板和 AI 創意庫，助您輕鬆生成炫酷大片。

### 相簿頁

1. 連接 X4 至 Insta360 App;
2. 進入相簿頁即可查看所有素材;
3. 打開您的平面或全景素材，即可在播放器中進行剪輯。

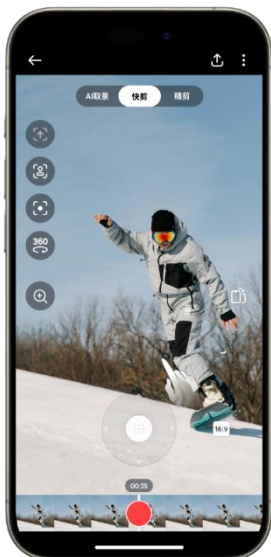
### 全景素材後期取景

在相冊頁播放器中，您可通過快剪、精剪、AI 取景和深度追蹤對素材進行後期取景。

#### ● 快剪

1. 快剪（原自由錄屏 FreeFrame）功能提供了三種取景方式，您可選擇手動滑動螢幕、重力感應或遙杆取景，輕鬆編輯後期視角。
2. 同時，借助強大的算法功能，快剪功能還將為您自動捕捉並生成前進方向的視角、拍攝主體的視

角，以及 360°自動環繞視角供您選擇。您可以在介面左側點擊對應模式進行選擇，過程中可隨時進行手動調整。



\*請注意：為了獲得更好的算法識別效果，請在拍攝前開啟相機內的 AI 亮點精選助手功能。若因拍攝品質或未開啟該功能，導致算法無法準確識別，那麼在 app 的功能介面中，部分片段的視角圖標可能會轉為灰色狀態，效果將無法在該片段內生效。

### ● 精剪

1. 在時間軸上，拖動畫面並調整至想要的視角位置；
2. 點擊時間軸上的黃色標記，即可打下單個關鍵幀。

### ● AI 取景

選擇 AI 取景，AI 將為你分析全景影片中的主體並自動取景，生成精彩合集與多視角片段。

- **深度追蹤**

1. 在播放界面中，點擊畫面中的灰色圖標，即可自動識別並追蹤畫面主體；
2. 也可長按畫面，手動框選想要追蹤的目標。

### **Insta360 Studio**

1. 在官網下載並打開 Insta360 Studio 桌面剪輯工具；
2. 連接相機或 SD 卡至電腦，並導入您的素材；
3. 您可以直接使用 Studio 內建的剪輯工具和豐富的素材庫，創作您專業級的剪輯作品。同時，Studio 也支持 Premiere 插件，為您提供更多剪輯選擇。

## 傳輸媒體檔案

您可以將 X4 拍攝的檔案導入到手機或電腦中進行備份，或使用 Insta360 App、Insta360 Studio 進行編輯和輸出。

以下將介紹 X4 和 Insta360 App、電腦，以及 Insta360 App 和電腦之間的檔案傳輸方式。

### 相機文件傳輸至 Insta360 App

- 無線連接 (iOS/Android 通用)

1. 將 X4 連接至 Insta360 App;
2. 進入 App 相簿頁;
3. 點擊右上角“多選”圖標，選擇所需傳輸的素材。
  - 點擊下方導出圖標，即可將素材保存至手機相簿，輸出期間請勿退出 App 或將手機鎖上螢幕。
  - 點擊下方下載圖標，即可將素材下載至 App 相簿。

### 若相機無法連接 Insta360 App，請排查以下事項：

1. 確保相機和 App 為最新版本。
2. 請到手機系統頁面檢查 WiFi 是否已連接。

若未連接，請輸入 WiFi 密碼，重啟相機和手機再進行嘗試；

若還是無法連接，可在手機系統的 WiFi 連接頁面，點開相機的 WiFi，忘記網路後再嘗試。

3. 請確認手機已給 Insta360 App 開啟了 GPS 和藍牙等權限。

如果是安卓 Android 手機，請確認 WLAN+ 或者自動切換 Wi-Fi 的選項為關閉狀態（如有該設定）；

如果是蘋果 Apple 手機，請到手機系統設定頁面，找到 Insta360，查看「本地網路」是否開啟。

## 相機檔案傳輸至電腦

### Mac/Windows 通用

1. 使用官方 Type-C 數據線連接 X4 和電腦；
2. 開機狀態下，選擇「U 盤模式」後，等待電腦彈出 X4 硬碟；
3. 打開 DCIM > Camera01 資料夾，將資料夾中的圖片/影片複製至電腦。

### 若相機無法連接電腦，請排查以下事項：

1. 確保相機為最新版本。
2. 使用官方數據線進行傳輸，非官方產品可能存在適用性問題。
3. 檢查相機是否為開機狀態。
4. 檢查記憶卡型號是否符合要求，以及狀態是否正常。

### App 文件傳輸至 Mac 電腦

- iOS 裝置

1. 連接手機與電腦，打開「訪達」，選中您的裝置；
2. 在「訪達」窗口，選擇「檔案」，找到「Insta360」；
3. 點擊「Insta360」旁的小三角形，打開該資料夾；
  - 將 App 檔案輸出至電腦：選擇「DCIM」資料夾，將檔案拖到目標路徑即可，如電腦桌面
  - 將電腦檔案輸入至 App：在電腦桌面新建一個名為「IMPORT」的資料夾，拖入所需檔案後，將「IMPORT」資料夾拖入「Insta360 App」資料夾中。傳輸完成後，即可在裝置上重啟 App 查看檔案。

### 注意事項：

- 「IMPORT」資料夾命名需保證全大寫且拼寫無誤才能正確完成替換。
- 檔案傳輸過程在電腦上可能沒有顯示傳輸進度，請耐心等待。
- 傳輸完成後需重啟 App 查看檔案。

- Android 裝置

1. 在電腦上安裝 Android 檔案傳輸軟體；
2. 連接手機與電腦後，打開軟體並從以下路徑找到「Insta360 App」相簿資料夾：Android > data > com.arashivision insta360akiko>files > Insta3600neR > galleryOriginal；
3. 將該資料夾裏的檔案複製到電腦上，或將電腦上的檔案放入該資料夾，便可完成 App 與 Mac 電腦間的高效傳輸。

## App 文件傳輸至 Win 電腦

- iOS 裝置

1. 在電腦上安裝「iTunes」軟體；
2. 使用官方 Type-C 數據線連接裝置與電腦，打開 iTunes，根據裝置提示授權允許訪問 iPhone；
3. 授權成功後，點擊 iTunes 左上角設備圖標，進入裝置檔案頁；
4. 在左邊選單欄「檔案共享 File Sharing」中選擇選擇「Insta360」；
  - 將 App 檔案輸出至電腦：選擇「DCIM」資料夾>「保存」，選擇存放位置進行保存。
  - 將電腦文件導入至 App：在電腦桌面新建一個名為「IMPORT」的資料夾，拖入所需檔案後，將「IMPORT」資料夾拖入「Insta360」資料夾中。傳輸完成後，即可在裝置上重啟 App 查看檔案。

### 注意事項：

- 「IMPORT」資料夾命名需保證全大寫且拼寫無誤才能正確完成替換。
- 傳輸完成後需重啟 App 查看檔案。

- Android 裝置

1. 連接手機與電腦（部分手機需要進入「管理檔案」模式）；
2. 打開「我的電腦」，雙擊「內部存儲裝置」進入裝置資料夾目錄，從以下路徑找到 Insta360 App 相簿資料夾：Android > data > com.arashivision.insta360akiko>files > Insta3600neR > galleryOriginal；
3. 將該資料夾裏的檔案複製到電腦上，或將電腦上的檔案放入該資料夾，便可以完成 App 與 Windows 電腦間的高效傳輸。

## 維護與保養

### 韌體升級

相機韌體是保證 X4 高效工作的系統程序，請及時更新最新韌體，以獲得最佳體驗。

升級韌體可通過以下兩種方式：Insta360 App 或電腦。

\*升級韌體前，請確保相機的電量在 20% 以上。韌體升級過程中，請勿斷電或拔出電池。

#### ● 透過 Insta360 App 升級

連接 X4 與 Insta360 App 進行韌體升級。

若有新版韌體，App 會彈出新韌體版本提醒，按照介面提示完成操作即可。

**為什麼用 App 升級相機韌體失敗了？可以先確定是否滿足以下情況：**

1. 相機和手機靠近放置。
2. 保持 App 在前端運行，不要退出或將 App 切換至後台。
3. 手機網路環境良好。

確認滿足以上情況後重啟裝置，再次嘗試韌體升級，或者通過電腦升級相機韌體。

#### 透過電腦升級

1. 開啟相機；
2. 用官方數據線連接電腦和相機，選擇 U 盤模式；
3. 在官網下載最新版本的韌體至電腦，將下載好的“Insta360X4FW.bin”升級檔案複製到電腦內的相機儲存空間根目錄，注意請勿修改檔案名；
4. 斷開 X4 和電腦連接，將開始韌體升級，此時指示燈藍燈閃爍；
5. 升級完成後，X4 將自動重啟。



## 鏡頭保護鏡注意事項

1. 使用前，請先清潔鏡頭周邊及其表面，保證吸附面清潔、乾燥後安裝。如果有異物黏在鏡頭或鏡頭保護鏡表面，會影響相機拍攝效果。
2. 保護鏡安裝後請在相機內開啟"保護鏡模式"，拆下後請關閉"保護鏡模式"。
3. 請保持保護鏡乾淨,鏡面髒污或磨損可能會影響畫質。
4. 保護鏡為非封閉結構,請避免在沖浪、雨天等涉水場景中使用保護鏡。如需下水拍攝，請使用專用的潛水殼或相關配件。使用潛水殼時，請先取下鏡頭保護鏡。
5. 請保持保護鏡及周邊充分乾燥,如遇雪、水或霧氣,可用柔軟乾布擦乾後再使用。否則可能會在保護鏡內側出現霧氣。
6. 拆卸鏡頭保護鏡時，請注意不要劃傷相機鏡頭。

## 防水注意事項

1. Insta360 X4 相機防水深度達 10 米，不推薦帶保護鏡下水。X4 裸機水下拍攝可能會影響畫面的拼接效果，為保證拼接效果，建議搭配潛水殼進行水下拍攝，可實現 50 米防水。
2. 使用前，請檢查並確保相機電池蓋防水膠圈及 USB 保護蓋膠圈無破損，無沙塵等異物，並確保相機電池蓋及 USB 保護蓋鎖緊且橙色標記不可見，否則將影響防水效果。如有需要，可用無塵布進行清潔。
3. X4 相機海水下使用後，請遵循以下注意事項：
  - 用清水沖洗乾淨相機表面；
  - 在淡水中浸泡 5-10 分鐘；
  - 最後用軟布擦乾並置於通風處自然晾乾，待相機表面無水後，方可進行拆卸電池等操作。

### 為了保持 X4 相機最佳的防水性能：

1. 請勿使用吹風機吹麥克風與揚聲器，這會損壞內部防水膜。
2. 請勿在溫度範圍外或極端潮濕的環境下長時間 (>1 小時) 操作 X4，如三溫暖或溫泉中使用。
3. 使用相機時，請避免溫度或濕度出現急劇變化，否則可能會在相機表面或內部引發冷凝現象，影響拍攝效果。
4. 防止相機以過快速度入水，與水面瞬間產生的過大沖擊將有可能導致裝置進水。
5. 未安裝電池倉、USB 保護蓋時，相機不能防水。

## 清潔注意事項

1. 當鏡頭保護鏡上出現異物時，建議用清水清洗或用鏡頭筆、鏡頭氣吹、鏡頭布等工具進行清理。
2. 當鏡頭上有異物時，建議用鏡頭筆、鏡頭氣吹、鏡頭布等工具進行清理。
3. 電池或電池倉內有異物時，請用乾燥、柔軟的布或紙張進行清理。

## 電池注意事項

1. 嚴禁使用非官方的電池，如需更換新電池，請在 Insta360 官網或指定平台購買。因使用非官方提供的電池而引發的電池事故以及裝置故障，Insta360 不予負責。
2. 請在溫度為-20°C 至 40°C 之間的環境中使用電池。溫度過高將會引起電池異常膨脹、著火，甚至爆炸。在低溫環境下使用之前，建議先在常溫環境中將電池充滿電量，以延長電池使用壽命。
3. 若長期間置電池，將會對其性能造成影響。
4. 每隔 3 個月左右重新充放電一次以保持電池活性。

**Arashi Vision Inc.**

ADD: 11th Floor, Building 2, Jinlitong Financial Center, Bao'an District, Shenzhen, Guangdong, China

WEB: [www.insta360.com](http://www.insta360.com)

TEL: 400-833-4360 +1 800 6920 360

EMAIL: [service@insta360.com](mailto:service@insta360.com)

V1.0