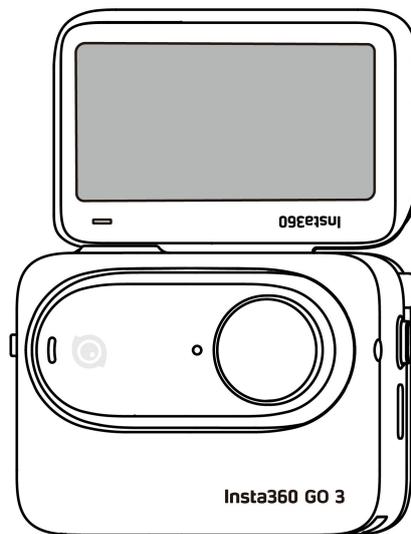


Insta360 GO 3

User Manual

用户手册

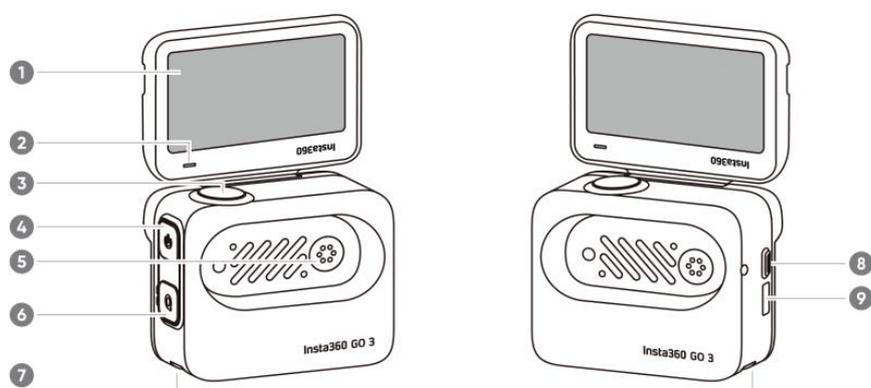


目录

产品概述	1
认识 GO 3	1
标配配件	2
首次使用	5
充电、开机	5
激活	5
机身操作	6
使用	6
拓展舱按键功能	6
GO 3 单相机按键	7
GO 3 单相机在位和非在位的使用方法	8
触摸屏操作	10
机身存储	16
LED 状态指示灯	17
Insta360 App	19
连接 App	19
安卓模式	19
相机界面	19
传输媒体文件	20
维护与保养	22
固件升级	22
防水注意事项	23

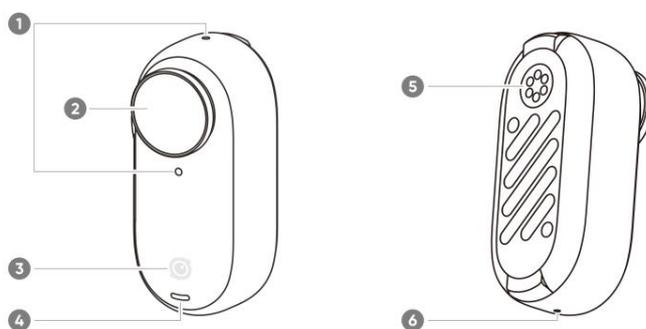
产品概述

认识 GO 3



1. 翻转触摸屏
2. 拓展舱指示灯
3. 快门键
4. 电源键
5. 充电接触点
6. 快捷模式键
7. 锁扣
8. 解锁键
9. Type-C 充电口

1. 麦克风
2. 保护镜
3. GO 3 按键
4. 相机指示灯
5. 充电接触点
6. 蜂鸣器



标配配件

GO 3 可以搭配不同的配件，灵活拓展拍摄机位，以帮助更好完成各种场景下的拍摄。

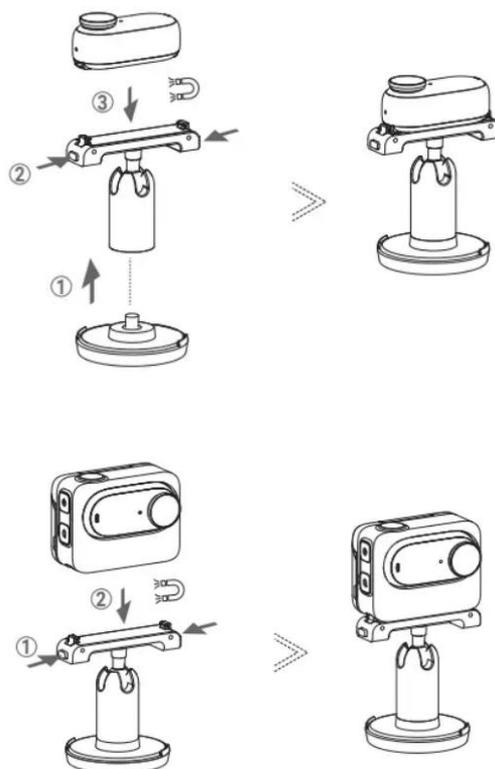
配件	描述	示意图
磁吸挂绳	<p>请将胸牌放入衣服内侧，相机在衣服外与线框图一面相吸。</p> <p>注：佩戴心脏起搏器的患者请勿使用</p> <p>建议挂短挂绳以获取最佳拍摄高度。</p>	

转向支架

可安装 GO 3 相机或 GO 3 单相机。

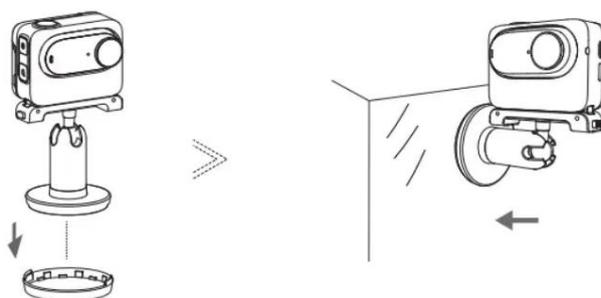
安装步骤

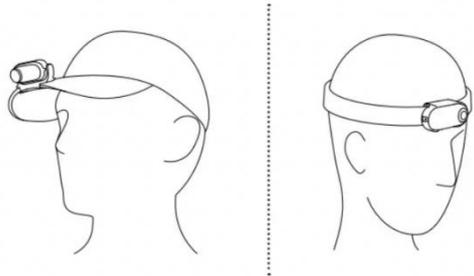
1. 按住转向支架两侧的锁扣，将 GO 3 或 GO 3 相机吸附至转向支架，确保相机方向和转向支架上的图标方向一致。



2. 取下转向支架底座的可水洗纳米胶垫保护壳，将转向支架粘贴至光滑的表面。

可粘贴在光滑平整洁净的静态场景表面，建议粘贴后按压 10s，静置 30min 后使用。



	<p>拓展用法</p> <p>转向支架底座可拆卸，拆卸后，底部是 1/4 螺丝孔可外接自拍杆等其他配件。</p>	
<p>简易夹</p>	<p>将 GO 3 放入简易夹，确认 GO 3 正 确放入不会晃动</p> <p>将简易夹夹入帽子边缘，调整合适 角度，即可拍摄</p>	

首次使用

充电、开机

使用包装内的 Type-C 至 Type-A 快充线连接 GO 3 拓展舱的 USB-C 接口与 USB-C 充电器。

关机充电时，充电过程中拓展舱的状态指示灯红灯，充满电之后状态灯熄灭。充到 80% 的电量需要 47 分钟，完全充满大约需要 65 分钟。

充电提醒：需要撕掉 GO 3 背面红色贴纸，再放入拓展舱中进行充电。

GO 3 单相机充电时间

23 分钟 - 80%

35 分钟 - 100%

拓展舱充电时间

47 分钟 - 80%

65 分钟 - 100%

将 GO 3 单相机置于拓展舱内，连接充电线至拓展舱，充电中 GO 3 单相机与拓展舱指示灯红色常亮，对应模块满电后会灭灯，当都灭灯后一般都已经充电完毕到达满电状态；

注：建议使用单独的充电器给 GO 3 进行充电；如果连接至电脑的 USB 端口或者其他移动电源，可能出现供电功率过小，无法同时给 GO 3 的 GO 3 单相机和拓展舱充电。

激活

首次使用 GO 3 需要通过 Insta360 App 激活。按照如下步骤激活：

1. 开启相机。
2. 打开手机 Wi-Fi 和蓝牙功能。
3. 打开 Insta360 App，点击 App 页面底部“发现新设备”图标，将会弹窗弹出，在弹窗内选择需要连接的 GO 3。首次连接，需在相机屏幕上点击确认连接。
4. 连接成功后，若有新版固件，App 会弹出新固件版本提醒，请根据 App 提示完成相机固件升级。升级完成后，按照 App 页面提示完成相机激活。

机身操作

使用

拓展舱按键功能

电源键



- 点按：
 - 关机状态下，点按电源键 GO 3 开机
 - 唤醒相机（当 GO 3 单相机不在拓展舱内）
 - 触摸屏熄/亮屏
- 长按 2 秒：关机（画面出现关机动画时即可松开按键）
- 长按 7 秒：强制关机

快门键



- 点按：
 - 开机状态下，拍照或开始/停止录像
 - 关机状态下，点按快门键快速开启相机并录像（需要开启快速拍摄功能）
 - 当 App 首次连接 GO 3，可点按快门键或相机按键确认连接

快捷模式键



- 点按
唤出预设或模式切换页，再次单击，循环切换选中项
*首次单击默认进入模式切换页，左上角可进行切换

GO 3 单相机按键

- 点按：
 - 拍照或开始/停止录像
 - 当 App 首次连接 GO 3，可点按快门键或相机按键确认连接
 - 单机使用时，点按相机按键快速开启相机并录像
- 双击：单机使用时，双击相机按键快速开启相机并录像
- 长按 2 秒：关机
- 长按 7 秒：强制关机

(支持对 GO 3 单机在关机或待机状态下的单击和双击按键的功能进行设置。)

GO 3 单相机在位和非在位的使用方法

- 在位使用逻辑：一个一体运动相机，GO 3 单相机按键屏蔽



- 非在位使用逻辑：图传蓝牙遥控器+拇指运动相机



注：当 GO 3 不在位录制，使用拓展舱进行远程预览时，数据通过蓝牙传输，故视频画质降低；实际录制视频的清晰度，均以录制参数为准，不受拍摄方式影响。

单 GO 3 单相机按键设置：

GO 3 单相机按键功能可根据您的个人喜好，通过 App 设置页面或拓展舱中进行自定义修改

设备设置

连接设备

GO 3
100% 18%

按键设置

固件版本

v0.4.131

其他设置

设备信息



相机按钮设置



1.拓展舱关机状态下，单击拓展舱快门键按照设置的模式和参数进行快速拍摄。
2.相机关机状态下，单击相机按钮按照设置的模式和参数进行快速拍摄。

快拍-单击 快拍-双击 标准-单击 标准-双击

快拍-单击

录像 >

自定义参数



关闭时采用所选模式最后使用的参数进行拍摄

触摸屏操作

相机开机后，触摸屏显示相机拍摄界面，菜单栏显示拍摄模式、电池电量及存储容量等信息。通过点击或滑动触摸屏，进行功能操作。



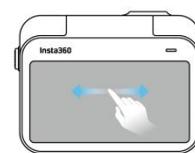
点击屏幕

隐藏/显示触摸屏上的信息。



从顶部边缘滑出

进入相机设置页



左右滑动屏幕中央

切换拍摄模式。



从左边边缘滑出

进入相册页



从右边边缘滑出

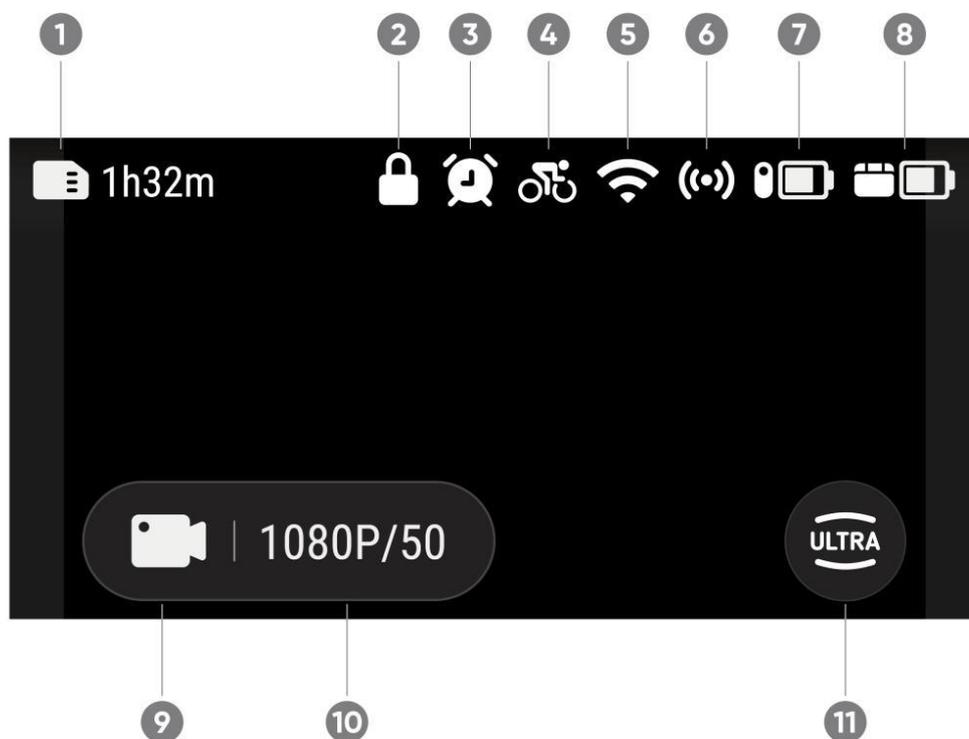
进入拍摄参数设置。



从底部边缘滑出

进入拍摄参数设置。

相机主页



1. 存储容量信息：显示 microSD 卡的剩余可存储照片数量或可拍摄时长。
2. 锁屏
3. 定时
4. 预设
5. Wi-Fi 信号
6. 图传蓝牙信号强度：当相机不在拓展舱中，将显示相机和拓展舱之间的蓝牙信号强度。
7. GO 3 的电量：GO 3 单相机的电量。
8. 拓展舱的电量：显示 GO 3 的拓展舱
9. 当前拍摄模式：点击图标后滑动选择不同的拍摄模式。

拍摄模式	描述
普通拍照	使用相机自带滤镜，定格精彩瞬间。
录像	录像，可调防抖等级。
自由比例录像	需要通过 App 进行后期导出，有 360 度水平矫正和超强的防抖性能，并可后期调整视频长宽比例。
延时摄影	每隔设定的时间拍一张照片，最终合成一段定机位延时影片。
移动延时	录制一段 30fps 的视频，后期通过快放加速成一段移动延时影片。
慢动作	支持最高 120fps 的拍摄，可放慢 4 倍。
循环录影	持续记录最新固定时长的视频。
星空延时	多张照片合成的星轨效果视频，可拍摄星空的轨迹。
间隔拍照	按设定的间隔时间相机持续拍照。
HDR 拍照	通过人工智能技术提升动态范围，让你的照片更加出彩。

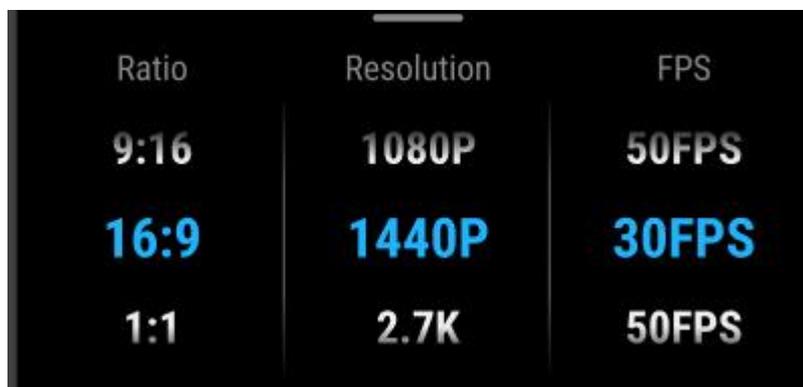
10. 拍摄规格信息：显示当前拍摄模式的对应参数。
11. 视角：点击切换视角，提供超广角、运动广角、线性三种选择。

下滑 - 相机设置页



1. 屏幕旋转：点击可锁定/关闭锁定屏幕旋转，默认支持屏幕旋转。
2. 锁屏：点击立即锁定屏幕。锁定后，往上滑动屏幕即可解锁。
3. 音量：点击设置相机扬声器音量，提供高、中、低和静音四种选择，默认为中。
4. 亮度调节：点击打开亮度调节滑块，滑动调节屏幕亮度。
5. 快拍：点击开启快捷拍摄。
6. 语音控制：点击可开启/关闭语音控制。
7. 预录制：在保存按下快门键前 10-30s 的视频。仅支持录像和自由比例录像。
8. 定时拍摄：点击在当前拍摄模式下使用定时拍摄功能，该功能仅支持在录像、自由比例录像、普通拍照、间隔拍照和延时摄影模式下使用。
10. 音频模式：点击切换音频模式，可切换为降风噪、立体声或指向增强。
11. 构图辅助线：点击可开启/关闭辅助线。
12. 相机设置：点击进入相机的更多设置。

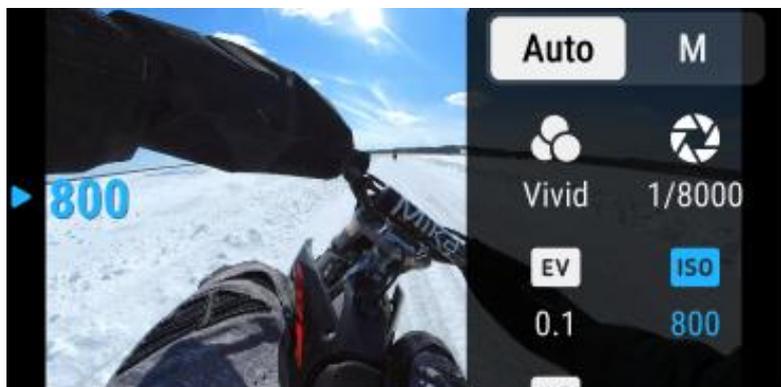
上滑 - 拍摄规格设置



从触摸屏底部上滑，进入拍摄规格设置页面。

拍摄模式	可设置参数
普通拍照	比例、拍照格式、倒计时
录像	比例、分辨率、帧率、防抖等级
自由比例录像	比例、分辨率、帧率
延时摄影	比例、间隔时长、分辨率、帧率
移动延时	比例、分辨率、帧率
慢动作	比例、分辨率、帧率
循环录像	比例、循环时长、分辨率、帧率、防抖等级
星空延时	比例、拍照格式、倒计时
间隔拍照	比例、拍照格式、拍摄间隔
HDR 拍照	比例、拍照格式、倒计时

左滑 - 拍摄参数设置



从触摸屏右边边缘往左滑，进入参数设置页面。

- 快门速度：提供自动模式（Auto）和手动模式（M）两种选择。
- 感光度
- 曝光补偿（EV）：提供自动模式（Auto）和手动模式（M）两种选择。
- 白平衡
- 暗光增稳

拍摄模式	参数调节
普通拍照	可调快门速度、感光度（ISO）、白平衡（WB）、曝光补偿（EV）
录像	可调整滤镜、快门速度、感光度（ISO）、白平衡（WB）、曝光补偿（EV）、暗光增稳
自由比例录像	可调整滤镜、快门速度、感光度（ISO）、白平衡（WB）、曝光补偿（EV）、暗光增稳
延时摄影	可调整滤镜、快门速度、感光度（ISO）、白平衡（WB）、曝光补偿（EV）
移动延时	可调整滤镜、快门速度、感光度（ISO）、白平衡（WB）、曝光补偿（EV）

慢动作	可调整滤镜、快门速度、感光度 (ISO)、白平衡 (WB)、曝光补偿 (EV)
循环录像	可调整滤镜、快门速度、感光度 (ISO)、白平衡 (WB)、曝光补偿 (EV)、暗光增稳
星空延时	可调整快门速度、感光度 (ISO)、白平衡 (WB)、曝光补偿 (EV)
间隔拍照	可调整快门速度、感光度 (ISO)、白平衡 (WB)、曝光补偿 (EV)
HDR 拍照	包围曝光张数 (AEB)、白平衡 (WB)、曝光补偿间隔 (EVs)

右滑 - 相册预览



机身存储

GO 3 使用内置存储空间，有 32GB/64GB/128GB 三种规格的内容空间，除去系统占据空间，剩余空间可供文件存储。

LED 状态指示灯

GO 3 的单相机和拓展舱触摸屏分别配置一个 LED 状态指示灯，可通过相机系统设置调整指示灯的开关状态。

指示灯状态	指示信息（GO 3 单相机和拓展舱指示灯一致）
开机过程亮蓝灯，完成后为青灯长亮	开机
青灯闪 5 次	关机
灯灭	从拍照到保存照片全过程
红灯闪烁	录像
红灯常亮	充电
灯灭	充电完成

其他状态

	指示灯状态	指示信息
GO 3 单相机	蓝灯强弱呼吸	固件升级中
	青灯常亮	U 盘模式/WebCam
	黄灯快闪	高温预警
	黄灯常亮	存储空间已满/写文件异常/USB 异常
	黄灯快闪	存储空间不足录制
	绿灯常亮/绿灯闪烁/黄灯快闪	成功连接闪存伴侣/正在工作/异常
拓展舱	绿灯常亮	蓝牙配对成功
	青灯慢闪	蓝牙配对中
	黄灯常亮	蓝牙配对失败
	青灯慢闪	蓝牙测速中
	绿灯常亮	测试成功
	红灯常亮	测速失败

Insta360 App

连接 App

1. 开启 GO 3;
2. 打开手机 Wi-Fi 和蓝牙功能;
3. 打开 Insta360 App, 点击首页相机图标连接 GO 3, 根据界面提示操作。
4. 首次连接 GO 3 需要在拓展舱点击确认 (或点击快门键) 授权

如果以上操作无法进行, 请直接在手机系统 WiFi 设置里, 找到 GO 3 的名称, 点击后输入密码 8 个 8 进行连接, 然后再返回 App。

如无法连接 Insta360 App? 可以排查以下几点

1. Insta360 App 是否开启以下的权限: 网络权限, 蓝牙权限, 本地网络权限
2. 拓展舱的设置页, Wi-Fi 选项设置为 “开启”
3. GO 3 靠近手机放置

安卓模式

1. 使用 USB-C 接口与 USB-C 将 GO 3 至您的安卓手机
2. GO 3 单相机机在舱内时, 弹出模式, 选择 Android 模式后
3. 打开 Insta360 App 即可访问相机内容及控制相机

相机界面

不同的拍摄模式下, 相机界面显示会有差异。请以实际为准。

传输媒体文件

您可以将 GO 3 拍摄的文件导入到手机或者电脑中进行备份，或者使用 Insta360 App 或者 Insta360 Studio 进行编辑和导出。

以下介绍 GO 3 和 Insta360 App、GO 3 和电脑，以及 Insta360 App 和电脑之间的文件传输方式。

步骤

GO 3 文件导出至 Insta360 App

1. 连接 GO 3 至 Insta360 App；
2. 进入 App 相册页，选择“相机”；
3. 点击右上角“多选”，选择所需导出素材，点击右下方素材导出即可（导出期间请不要退出 App 或将手机锁屏）。

GO 3 文件导出至电脑

1. 使用官方 USB 数据线连接 GO 3 和电脑，等待电脑弹出 GO 3 硬盘；
2. 打开 DCIM > Camera01 文件夹，将文件夹中的图片/视频复制至电脑。

Insta360 App 文件和 Windows PC 之间的文件传输

- iPhone

1. 在电脑上安装 iTunes，有线连接 iPhone 至 Windows PC，打开 iTunes，在手机上依据提示授权允许访问 iPhone；
2. 授权成功之后，点击左上角的 iPhone 图标，进入到 iPhone 的文件页；
3. 点击左边菜单的“File Sharing”，从 App 的选项中，选择“Insta360 App”，然后执行以下一项操作：
 - 从 iPhone 传输到 Windows PC：找到名为“DCIM”的文件夹，点击“Save”，选择想存储的路径点击“Save”即可。
 - 从 Windows PC 传输到 iPhone：在电脑桌面创建文件夹，并命名为“IMPORT”，将想要复制的文件复制到 IMPORT 文件夹中，拖动替换 Insta360 App 中的 IMPORT 文件夹即可。

- Android

1. 连接 Android 手机至 Windows PC，并在手机上提示的“USB 已连接”下选择“管理文件”；
2. 点击“我的电脑/此电脑”，找到手机，点击“内部存储”；
3. 按照此路径：data > com.arashivision.insta360akiko > files > Insta360OneR > galleryOriginal 找到“galleryOriginal”文件夹（此文件夹为 Insta360 App 的相册），然后执行以下一项操作：
 - 从 Android 传输到 Windows PC：将该文件夹或选择所需的文件拖至电脑要存储的位置进行导出/备份。
 - 从 Windows PC 传输到 Android：将电脑上所需的文件复制到该文件夹里。

Insta360 App 文件和 Mac 之间的文件传输

- iPhone

1. 连接 iPhone 至 Mac；
2. 在 Mac 上的“访达”边栏中，选择您的 iPhone；
3. 在“访达”窗口顶部，点按“文件”，然后执行以下一项操作：
 - 从 iPhone 传输到 Mac：点按 Insta360 App 旁边的显示三角形以查看其在 iPhone 上的文件，然后将文件拖到“访达”窗口。
 - 从 Mac 传输到 iPhone：将文件或所选文件从“访达”窗口拖到列表中的 Insta360 App。

- Android

1. 在电脑上安装 Android 文件传输；
2. 连接 Android 手机至 Mac；
3. 打开 Android 文件传输，即可浏览和传输文件。

维护与保养

固件升级

GO 3 的固件升级包括相机的固件升级、拓展舱的固件升级，以及相机蓝牙的固件升级。保持电量都在 25% 以上

通过 Insta360 App 升级

GO 3 连接 Insta360 App

若有新版固件，App 会弹出新固件版本提醒，按照界面提示完成操作即可

为什么用 App 升级相机固件失败了，可以先确定是否满足以下情况

1. GO 3 全程都位于拓展舱内（确保 GO 3 背面的红色贴纸已撕除），并和手机靠近放置
2. APP 在前端运行，不要退出或后台 App
3. 手机网络环境良好

确认满足以上情况后重启设备，再次尝试固件升级，或者通过电脑升级相机固件。

通过电脑升级

1. 将 GO 3 放置于拓展舱内，开启相机
2. 用官方数据线连接电脑和相机，选择 U 盘模式
3. 在官网下载最新版本的固件至电脑，将下载好的“Insta360GO3FW.pkg”升级文件复制到存储空间根目录

注：请勿修改文件名

4. 断开 GO 3 和电脑连接，GO 3 会自动关机，再手动开启 GO 3，将开始固件升级，此时指示灯蓝灯慢闪
5. 升级完成后，GO 3 自动重启

防水注意事项

1、 Insta360 GO 3 相机（不含 GO 3 拓展舱）防水深度达 5 米，不需要额外的保护罩就可以进行水上拍摄活动。长时间水下拍摄时，请配合 GO 3 潜水壳使用。

2、使用前，请确保相机镜头保护镜已完全旋紧，否则相机不防水，拍摄效果也会受到影响。

3、GO 3 相机（不含拓展舱）水下使用后，请用软布将其充分擦干。在确保相机背面的充电数据接触点干燥、干净后，再放入拓展舱。

注：每次在海水中使用后，相机需放入淡水中浸泡 15 分钟，轻轻冲洗，再甩干擦干。

4、GO 3 拓展舱仅 IPX4 防水溅。请勿水中使用拓展舱！

为了保持 GO 3 相机最佳的防水性能

- 请勿使用吹风机吹麦克风与扬声器，这会损坏内部防水膜
- 请勿在温度范围外或极端潮湿的环境下长时间 (>1 小时) 操作 GO 3，如桑拿房或温泉中使用
- 请勿在温度过高或湿度过高的环境存放
- 请勿拆卸 GO 3 相机

Arashi Vision Inc.

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

WEB: www.insta360.com

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

EMAIL: service@insta360.com

V1.0