

H9168N



**UNIDAD ELECTRÓNICA
ELECTRONIC MONITOR
UNITÉ ÉLECTRONIQUE
ELEKTRONIKEINHEIT
UNIDADE ELECTRÓNICA
IMPIANTO ELETTRONICO
ELEKTRONISCHER MONITOR**

Fig.1

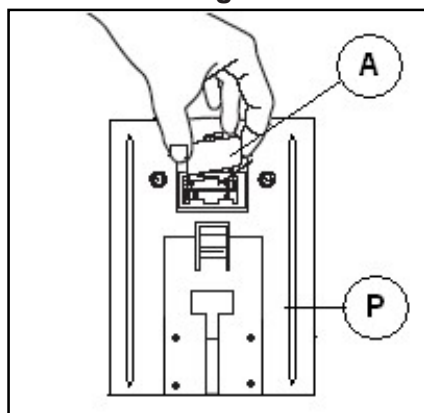


Fig.2

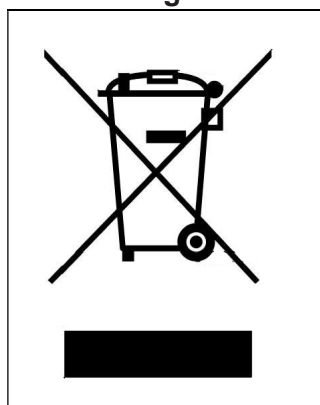
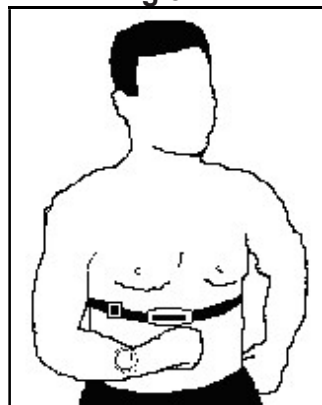


Fig.3



COLOCACIÓN PILAS.

Este monitor utiliza dos PILAS ALCALINAS de 1,5 voltios AAA.

Para colocar las pilas, suelte la tapa trasera del monitor, Fig.1, e inserte con precaución pilas en el compartimento de las pilas (A) orientando correctamente la polaridad de las pilas (haciendo coincidir el polo «+» de las pilas con la señal «+» del compartimento de las pilas y el polo «-» con la señal «-»). Cierre la tapa, como muestra la Fig.1.

Si después de conectar el monitor electrónico, se produjeran indicaciones erróneas o sólo aparecen los segmentos parcialmente, extraiga las pilas y espere unos 15 segundos antes de volver a instalarlas.

Las baterías débiles (descargadas) generan cifra débiles (sin contraste) e indicaciones erróneas. Cámbielas inmediatamente.

El monitor se apagará automáticamente cuando la unidad este 4 minutos parada.

Importante: Deposite las pilas usadas en contenedores especiales, Fig. 2.

MONITOR ELECTRONICO.-

Para hacer más cómodo y simple el control de su ejercicio este electrónico muestra simultáneamente la velocidad/RPM, la distancia, el tiempo de ejercicio, el pulso y las calorías consumidas.

La pantalla se encenderá automáticamente al comenzar el ejercicio o pulsando cualquier tecla.

Para poner todos los valores a 0 mantenga pulsada la tecla reset.

A. FUNCIÓN SCAN

En el modo SCAN, el ordenador revisa y visualiza continuamente durante sus ejercicios todas las funciones. La función visualizada se indica por medio de parpadeos.

Puede programar el tiempo, la distancia, las calorías consumidas y el pulso.

Para configurar el valor objetivo pulse mode hasta seleccionar la función y después pulse set para establecer el valor. Mantenga pulsada la tecla set para ajuste rápido.

B. OBJETIVO DE TIEMPO.-

La función cuenta en incrementos de un minuto hasta un máximo de 99 minutos.

C. OBJETIVO DE DISTANCIA.-

La función cuenta en incrementos de 0,5 Km hasta un máximo de 99,5 Km.

D. OBJETIVO DE CALORÍAS.-

La función cuenta en incrementos de 10 calorías hasta un máximo de 9990 calorías.

E. OBJETIVO DE PULSO TELEMETRICO.-

La función cuenta en incrementos de 30 hasta un máximo de 230.

Para medir las pulsaciones durante su ejercicio, se necesita la banda medidora de pecho (OPCIONAL). Fig.3.

F. FUNCION RECOVERY.- ESTADO DE FORMA

Este electrónico está equipado con la función de pulso de recuperación. Esto tiene la ventaja de que usted puede medir el pulso de recuperación después de terminado el ejercicio. Después de terminar su ejercicio y con la banda medidora de pecho colocada, presione el botón de «Recovery» y comenzará la cuenta atrás de un minuto. Solamente estarán encendidas las líneas de las funciones de Tiempo y de Pulso.

El electrónico medirá su pulso durante este minuto. El pulso de recuperación irá apareciendo en la línea del pulso. Si en cualquier momento de este minuto de recuperación quiere salirse del test, pulse el botón de «Recovery» y saldrá a la pantalla anterior.

Cuando termine este minuto, el electrónico calcula y valoriza la diferencia y la nota de su estado de forma aparecerá en la pantalla: «F1, F2,..., F5, F6»; siendo «F1» el mejor (estado de forma: «Excelente») y «F6» el peor (estado de forma: «Muy Deficiente»).

Presionando el botón de Recovery, volverá a la pantalla principal donde las funciones estarán en modo de que ha comenzado la prueba.

La comparación entre el pulso de esfuerzo y el pulso de recuperación es una posibilidad sencilla y rápida de controlar su estado de forma. La nota de su estado de forma es un valor orientativo para su capacidad de recuperación después de esfuerzos físicos.

Si usted efectúa un entrenamiento regular, usted comprobará que su nota mejora.

El Test no funciona si no tiene colocada la banda medidora de pecho (No incluida). Fig.3.

GUIA DE PROBLEMAS.-

Problema: Se enciende el display y sólo funciona la función de Tiempo

Solución:

a.- Compruebe si el cable de conexión está conectado.

Problema: El display no se enciende o la visualización de los segmentos del display es muy débil.

Solución:

a.- Compruebe que las pilas estén colocadas correctamente

b.- Compruebe la carga de las baterías

c.- Si están bajas, cambie las pilas inmediatamente.

Problema: Si algún segmento de alguna función no se enciende o si se producen indicaciones erróneas en alguna función.

Solución:

a.- Desconecte las pilas durante 15 segundos y vuelva a instalarlas correctamente.

b.- Compruebe la carga de las pilas. Si están bajas, cambie las pilas.

c.- Si los pasos anteriores no le ayudan, reemplace el monitor electrónico.

Evite que le dé a su monitor electrónico la luz directa del sol, pues se puede estropear la pantalla del cristal líquido. No lo exponga tampoco al agua ni a golpes.

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

EL FABRICANTE SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

FITTING THE BATTERIES.-

This monitor uses two 1.5 volt ALKALINE BATTERIES AAA.

To fit the batteries, remove the rear cover on the monitor, Fig.1, and carefully insert the two batteries into the battery compartment (A) making sure that the battery's polarity is correct (matching the battery's «+» terminal with the «+» sign inside the battery compartment, and the «-» terminal with the «-» sign). Close the cover, as shown in Fig.1.

If, after having switched the monitor on, it displays errors or merely partial segments then remove the batteries and wait for about 15 seconds before reinstalling them.

Weak batteries (run down) produce a weak digital display (poor contrast) and erroneous readings. Change them immediately.

The monitor will switch itself off automatically if the unit remains motionless for 4 minutes.

Important: Discarded batteries must be deposited in special containers, Fig. 2.

ELECTRONIC MONITOR.-

To give you greater control over the exercise, this electronic unit provides simultaneous read-outs of speed/RPM, distance, exercise time, pulse rate and calories burnt.

The screen will switch itself on automatically as soon as you start exercising or by pressing any key.

To reset the screen press and hold reset.

A. SCAN FUNCTION.-

In SCAN mode the computer continuously scans and displays all of the functions during exercise. The function being displayed will flash on and off.

You can program the time, distance, calories and pulse rate.

To set the target value press mode to select the function and then press set to set the value. You can hold set button to increase the value fast.

B. TIME FUNCTION.-

This function counts up in steps of one minute to a maximum of 99 minutes.

C. DISTANCE FUNCTION.-

This function counts up in steps of 0.5 km, up to a maximum of 99.5 km.

D. CALORIE FUNCTION.-

This function counts up in steps of 10 calories, up to a maximum of 9990.

E. TELEMETRIC PULSE RATE.-

This function counts up in steps of 30, up to a maximum of 230.

To measure your pulse rate during exercise you will need to wear the chest band (OPTIONAL). Fig.3.

F. TEST MEASUREMENTS.- FITNESS.-

This electronic device is equipped with a recovery test function. This offers you the advantage of being able to measure how long it takes your heart rate to recover after having finished the exercise. Upon finishing the exercise and with the chest band

placed correctly press the «Recovery» button, this will start a one minute countdown. Only the Time and Pulse rate function read-outs will remain displayed. The electronic device will measure your pulse rate during this minute. The heart rate recovery time will be displayed on the Heart rate line.

If, at any time during this minute, you decide to abandon this test then press the «Recovery» button and this will take you back to the main screen.

When the minute is up, the electronic device will work out the difference and your fitness rating will be displayed up on the screen: «F1, F2,..., F5, F6»; where «F1» is the best (fitness «Excellent») and «F6» the worst (fitness «Very Poor»).

Pressing the RECOVERY button will take you back to the main screen, where the functions will be in the same mode as when the test began.

The comparison between the worked heart rate and the recovery heart rate provides a fast, simple method of gauging how fit you are. Your fitness rating is a guideline that shows you how fast your heart recovers after physical exertion. If you exercise regularly then you will see your fitness rating improve.

The test does not work unless you wear the chest band (Not included).
Fig.3

TROUBLESHOOTING GUIDE.-

Problem: The display comes on but only the Time function works.

Solution:

a.- Make sure that the connection cable is connected.

Problem: The display does not come on or the displayed segments are very weak.

Solution:

a.- Check that the batteries are fitted correctly.

b.- Check the battery charge.

c.- If they are run down change them immediately.

Problem: Display segments of a function read-out are not visible or error messages for a particular function appear.

Solution:

a.- Remove the batteries for 15 seconds and then refit them correctly.

b.- Check the battery charge If they are run down change the batteries

c.- If the above steps do not help then replace the electronic monitor.

Avoid leaving the electronic monitor in direct sunlight as this might damage the liquid crystal display. Similarly, do not expose it to water or knocks.

Do not hesitate to get touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual)

THE MANUFACTURER KEEPS THE RIGHT TO MODIFY THE PRODUCT SPECIFICATIONS WITH NO PREVIOUS ADVISE.

MISE EN PLACE DES PILES.-

Ce moniteur fonctionne avec deux PILES ALCALINES de 1,5 volts AAA.

Pour placer les piles, retirez le couvercle arrière du moniteur, Fig. 1 et introduire avec précaution les piles dans le logement des piles (A) en orientant correctement la polarité des piles (en faisant coïncider le pôle «+» des piles avec le signe «+» du logement des piles et le pôle «-» avec le signe «-»). Fermez le couvercle, comme indiqué dans la Fig.1.

Si après avoir branché le moniteur électronique, vous constatez que les indications sont inexactes ou que les segments s'affichent partiellement, retirez les piles et attendez 15 secondes environ avant de les replacer.

Des batteries faibles (déchargées) produisent des chiffres faibles (sans contraste) et des informations inexactes. Remplacezles immédiatement.

Si l'unité est 4 minutes arrêtée, l'écran s'éteint automatiquement.

Remarque importante: Les piles usées doivent être déposées dans des conteneurs spéciaux prévus à cet effet, Fig. 2.

MONITEUR ÉLECTRONIQUE.-

Pour que vous puissiez contrôler facilement et confortablement votre exercice, cet appareil électronique affiche simultanément la vitesse et les rpm alternativement, la distance, la durée de l'exercice, les pulsations et les calories brûlées.

Dès le démarrage de l'exercice, l'écran s'allume automatiquement et aussi si vous appuyez sur l'une

quelconque des touches du moniteur. Dès le commencement de l'exercice sur la machine, le moniteur démarre automatiquement.

Pour mettre les valeurs à zéro, tenez la touche reset appuyée.

A. FONCTION SCAN.-

Dans le mode SCAN, l'ordinateur révise et affiche toutes les fonctions continuellement durant la réalisation de vos exercices. La fonction affichée est indiquée par des clignotements.

Vous pouvez programmer le temps, la distance parcourue, les calories consommées et le pouls.

Pour programmer la valeur cible, appuyez sur le bouton mode jusqu'à ce que vous choisissiez la fonction et, ensuite, appuyez sur le bouton set afin d'établir la valeur.

B. FONCTION DURÉE.-

Cette fonction compte des augmentations d'une minute jusqu'à un maximum de 99 minutes.

C. FONCTION DISTANCE.-

Cette fonction compte des augmentations de 0.5 km jusqu'à un maximum de 99,5 km.

D. FONCTION CALORIES.-

Cette fonction compte des augmentations de 10 jusqu'à un maximum de 9990.

E. POULS TÉLÉMÉTRIQUE.-

Cette fonction compte des augmentations de 30 jusqu'à un maximum de 230.

Pour mesurer les pulsations pendant l'exercice il faut disposer de la ceinture pectorale de mesure (EN OPTION). Fig.3

F. MESURE DU TEST.- ETAT DE LA FORME.-

Cet électronique est équipé de la fonction pouls de récupération. Grâce à cette fonction vous pourrez mesurer le pouls de récupération après avoir effectué l'exercice. Après votre séance d'exercice et avec la bande télémétrique installée sur votre torse, appuyez sur la touche "recovery" et le décompte commencera. Seules les lignes des fonctions Durée et Pouls seront allumées. L'électronique mesurera votre pouls au cours de cette minute. Le pouls de récupération s'affichera sur la ligne du pouls.

Si durant cette minute de récupération, vous souhaitez quitter le test, appuyez sur le bouton «Recovery» et vous vous rendrez sur l'écran principal.

À la fin de cette minute, l'électronique calcule et évalue la différence et la note de votre forme physique est affichée à l'écran : «F1, F2,..., F5, F6»; «F1» étant le meilleur (état de forme: «Excellent») et «F6» le pire (état de forme : «Très insuffisant»).

En appuyant sur le bouton Recovery, le moniteur reviendra à l'écran principal dans lequel les fonctions se trouvent dans le mode en service au moment du démarrage du test.

La comparaison du pouls de l'effort et du pouls de récupération est une façon simple et rapide de contrôler l'état de votre forme. La note sur l'état de votre forme est une information donnée à titre purement indicatif quant à votre pouvoir de récupération après

avoir effectué un exercice physique. Si vous vous entraînez régulièrement, vous pourrez constater une amélioration de votre note.

Le test ne fonctionne pas si votre bande télémétrique n'est pas en fonctionnement (Non incluse). Fig.3.

GUIDE DES PROBLÈMES.-

Problème: Le display s'allume bien mais seule fonctionne la fonction durée.

Solution:

A. Vérifiez si le cordon de connexion est bien connecté.

Problème: le display ne s'allume pas ou l'affichage des segments du display est très faible.

Solution:

A. Vérifiez si les piles sont bien placées.

B: Vérifiez la charge des batteries.

C: Si la charge est faible, remplacez les piles immédiatement.

Problème: Si un segment d'une fonction ne s'allume pas ou si les informations affichées sont fautes

Solution:

A. Déconnectez les piles 15 secondes et les remettre en place correctement.

B: Vérifiez la charge des piles. Si la charge est faible, remplacez les piles.

C: Si les problèmes persistent après avoir suivi ces instructions, remplacez le moniteur électronique.

Garder le moniteur électronique à l'abri du rayonnement direct du soleil car cela risquerait d'endommager le verre liquide. Tenir le moniteur à l'écart de l'eau et éviter les coups.

Pour toute information complémentaire et en cas de doute sur le bon état de l'une quelconque partie de la machine, l'hésitez pas à appeler le Service d'Assistance Technique (SAT) au numéro de téléphone d'Assistance Clientèle qui figure à la dernière page de cette notice.

**LE FABRICANT SE RÉSERVE
LEDROIT DE MODIFIER LES
CARACTÉRISTIQUES DE SES
PRODUITS SANS PRÉAVIS.**

EINSETZEN DER BATTERIEN.-

Dieser Monitor funktioniert mit 1,5 Volt ALKALI BATTERIEN AAA.

Zum Einsetzen der Batterien lösen Sie bitte den hinteren Deckel des Monitors, Fig.1 und setzen Sie die Alkalibatterien vorsichtig in das Batteriefach (A). Achten Sie dabei auf die korrekte Ausrichtung der Polarität der Batterien (der Pol «+» der Batterien muss mit dem «+» Zeichen im Batteriefach übereinstimmen, ebenso wie der «-» Pol mit dem «-» Zeichen). Verschließen Sie den Deckel wie auf Fig.1 dargestellt.

Wenn nach dem Einschalten des Monitors falsche oder unvollständige Anzeigen erscheinen, entnehmen Sie bitte die Batterien, warten Sie 15 Sekunden und setzen Sie sie wieder ein. Schwache (entladene) Batterien führen zu schwachen (kontrastarmen) und falschen Anzeigen. Tauschen Sie sie umgehend aus.

Der Monitor schaltet sich automatisch aus, wenn er 4 Minuten nicht benutzt wird.

Wichtig: Entsorgen Sie gebrauchte Batterien in den entsprechenden Containern, Abb. 2.

ELEKTRONIKMONITOR.-

Um Ihnen die Kontrolle Ihres Trainings zu erleichtern, zeigt dieser Monitor gleichzeitig Geschwindigkeit, Strecke, Trainingsdauer, Puls und verbrauchte Kalorien an.

Der Bildschirm schaltet automatisch zu Beginn der Übung bzw. bei Betätigen einer beliebigen Taste ein.

Um alle Werte auf 0 zu setzen, halten Sie die Reset-Taste gedrückt.

A. SCAN-FUNKTION.-

Im SCAN-MODUS überprüft und aktualisiert der Computer kontinuierlich alle Funktionen während der Übung. Die angezeigte Funktion blinkt.

Sie können die Zeit, Entfernung, verbrauchten Kalorien und den Puls programmieren.

Um den Zielwert einzustellen, drücken Sie die Mode-Taste, bis die Funktion ausgewählt ist, und drücken Sie dann die Set-Taste, um den Wert einzustellen.

B. DAUER.-

Diese Funktion zählt in Schritten von 1 bis maximal 99 Minuten.

C. STRECKE.-

Diese Funktion zählt in Schritten von 0,5 km bis maximal 99,5 km.

D. KALORIEN.-

Diese Funktion zählt in Schritten von 10 Kalorie bis maximal 9990 Kalorien.

E. TELEMETRISCHER PULS.-

Diese Funktion zählt in Schritten von 30 bis maximal 230.

Um während der Übung die Pulsschläge zu messen, ist das (OPTIONALE) Brustband erforderlich. Fig.3.

F. TESTMESSUNG.- ZUSTAND DER KÖRPERLICHEN FORM.

Dieses Gerät ist mit der Funktion des Erholungspulses ausgestattet. Dies hat den Vorteil, dass Sie den Erholungspuls direkt nach Beenden

der Übung messen können. Nach Beendigung der Trainingseinheit und ohne das Brustband abzunehmen, drücken Sie den Knopf «Recovery» und es beginnt eine Minute rückwärts zu zählen. Nur Zeit und Puls werden eingeblendet. Das Gerät misst Ihren Puls während einer Minute. Der Erholungspuls erscheint in der Pulslinie.

Wenn Sie zu irgendeinem Zeitpunkt während der Erholungsphase den Test verlassen möchten, drücken Sie die Taste „Recovery“ und es erscheint das Hauptdisplay.

Ist diese Minute vorbei, berechnet und bewertet das Gerät die Differenz und die Note Ihres körperlichen Zustands erscheint auf dem Display: «F1, F2,..., F5, F6»; wobei «F1» der beste Zustand ist: "Hervorragend“) und „F6“ der schlechteste: Sehr defizient“)

Indem Sie die Taste RECOVERY drücken, gehen Sie zurück zum Hauptdisplay, wo sich die Funktionen in dem Modus befinden, von dem aus Sie den Test begonnen haben.

Der Vergleich zwischen dem Belastungspuls und dem Erholungspuls ist eine einfache und schnelle Möglichkeit, Ihren körperlichen Zustand zu kontrollieren. Die Note Ihres körperlichen Zustand ist ein orientativer Wert für Ihre Kapazität, sich nach einer körperlichen Anstrengung zu erholen. Wenn Sie regelmässig trainieren, stellen Sie fest, dass sich Ihr Note verbessert.

Der Test funktioniert ohne das Brustband. Fig.3.

FEHLERLÖSUNG.-

Problem: Das Display schaltet ein und es funktioniert nur die Dauer-Funktion.

Lösung:

a.- Prüfen Sie, ob das Anschlusskabel korrekt angeschlo-ssen ist.

Problem: Das Display schaltet nicht ein oder die Anzeige der Segmente des Displays ist sehr schwach.

Lösung:

a.- Prüfen Sie, ob die Batterien korrekt eingesetzt sind.

b.-Prüfen Sie den Ladezustand der Batterien.

c.- Sollten die Batterien schwach sein, tauschen Sie sie bitte umgehend aus.

Problem: Eines der Segmente einer Funktion wird nicht angezeigt oder die Anzeigen einer der Funktionen sind nicht korrekt.

Lösung:

a.- Nehmen Sie die Batterien 15 Sekunden lang heraus und setzen Sie sie dann wieder ein.

b.- Überprüfen Sie den Ladezustand der Batterien. Sollte dieser niedrig sein, tauschen Sie sie aus.

c.- Sollten die vorgenannten Schritte keinen Erfolg haben, tauschen Sie den Monitor aus.

Setzen Sie den elektronischen Monitor nicht der direkten Sonneneinstrahlung aus, da dies den Flüssigglasbildschirm beschädigen könnte. Vermeiden Sie Schläge und Kontakt mit Wasser.

Sollten über den Zustand einer Komponente Zweifel bestehen, setzen Sie sich bitte mit dem (TKD) Technischen Kundendienst in Verbindung, indem Sie das Servicetelefon anrufen (siehe letzte Seite des Handbuchs).

DER HERSTELLER BEHÄLT SICH DAS RECHT ZU ÄNDERUNGEN DER SPEZIFIKATIONEN SEINER PRODUKTE OHNE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VOR.

COLOCAÇÃO DAS PILHAS.-

Este monitor utiliza duas PILHAS ALCALINAS de 1,5 voltes AAA.

Para colocar as pilhas, solte a tampa de atrás do monitor, Fig.1, e coloque com precaução pilhas alcalinas no compartimento das pilhas (A), orientando correctamente a polaridade das pilhas (deverá coincidir o polo «+» das pilhas com o sinal «+» do compartimento das pilhas e o polo «-» com o sinal «-»). Feche a tampa, como se mostra na Fig. 1.

Se depois de ligar o monitor electrónico, aparecerem indicações erróneas ou só aparecerem segmentos parciais, deverá retirar as pilhas e esperar uns 15 segundos antes de voltar a instalá-las.

As baterias fracas (descarregadas) produzem cifras débeis (sem contraste) e indicações erróneas. Deverá mudá-las imediatamente.

O monitor apagar-se-á automaticamente quando a unidade estiver parada durante 4 minutos.

Importante: Deposite as pilhas gastas em contentores especiais, Fig. 2.

MONITOR ELECTRONICO.-

Para tornar mais cómodo e mais simples o controle do seu exercício este electrónico mostra simultaneamente a velocidade, a distância, o tempo de duração do exercício, pulsações e as calorias gastas.

O ecrã acender-se-á automaticamente ao começar o exercício ou apertando qualquer tecla.

Para colocar todos os valores a 0 mantenha a tecla reset pressionada.

A. FUNÇÃO SCAN.-

No modo SCAN, o computador revê e visualiza continuamente durante os seus exercícios todas as funções. A função visualizada estará indicada através de uma intermitência.

Pode programar tempo, distância, calorias consumidas e pulso.

Para configurar o valor objectivo prima a tecla mode até seleccionar a função e depois pressione a tecla set para estabelecer o valor.

B. FUNÇÃO TEMPO.-

Esta função dispõe de aumentos de 1 min até um máximo de 99 min.

C. FUNÇÃO DISTÂNCIA.-

Esta função dispõe de aumentos de 0,5 kml até um máximo de 99,5 km.

D. FUNÇÃO CALORIAS.-

Esta função dispõe de aumentos de 10 calorias até um máximo de 9990 calorias.

E. PULSAÇÃO TELEMÉTRICA.-

Esta função dispõe de aumentos de 30 até um máximo de 230.

Para medir as pulsações durante o seu exercício, é necessária a faixa medidora de peito (OPCIONAL). Fig.3.

F. MEDIÇÃO DO TESTE.- ESTADO DE FORMA.-

Este monitor electrónico está equipado com a função de pulsação de recuperação.

A vantagem é que pode medir a pulsação de recuperação depois de terminado o exercício Depois de

terminar seu exercício e com o medidor de tórax colocado, pressione o botão "Recuperação" e a contagem regressiva de um minuto começará. A pulsação de recuperação irá aparecendo na linha da pulsação.

Se em qualquer momento deste minuto de recuperação quiser sair do teste, carregue no botão de «Recovery» e voltará ao display principal.

Quando terminar este minuto, o monitor electrónico calcula e valoriza a diferença e a nota do seu estado de forma aparecerá no display: «F1, F2,..., F5, F6»; sendo «F1» o melhor (estado de forma: «Excelente») e «F6» o pior (estado de forma: «Muito Insuficiente»).

Pressionando o botão de Recovery, voltará ao display principal, onde as funções estarão no modo como começou a prova.

A comparação entre a pulsação de esforço e a pulsação de recuperação é uma possibilidade simples e rápida de controlar o seu estado de forma. A nota do seu estado de forma é um valor orientativo para a sua capacidade de recuperação depois de esforços físicos. Se mantiver um treino regular, verificará que a sua nota melhora.

O teste não funciona se você não tiver a faixa de medição (não incluída).

Fig.3

GUIA DE PROBLEMAS.-

Problema: Se ao acender o display só funcionar a função de Tempo

Solução:

a.- Verifique se o cabo de ligação está ligado.

Problema: Não se consegue acender o display ou os segmentos do display só se podem ver de uma forma muito débil.

Solução:

a.- Verifique se as pilhas estão correctamente colocadas.

b.- Verifique se as baterias estão carregadas.

c.- Se estiverem fracas, mude as pilhas imediatamente.

Problema: Se não conseguir acender algum segmento de uma função ou se aparecerem indicações erróneas em alguma função.

Solução:

a.- Desligue as pilhas durante 15 segundos e volte a instalá-las correctamente.

b.- Verifique se as pilhas estão carregadas. Se estão fracas, mude as pilhas.

c.- Se os passos anteriores não tiverem ajudado, substitua o monitor electrónico.

Evite que a luz solar bata directamente no seu monitor electrónico, porque o ecrã de cristal líquido poderia estragar-se. Também deverá protegê-lo da água e de golpes.

Para qualquer consulta, não hesite em contactar com o S.A.T - Serviço de Assistência Técnica - , telefonando para o serviço de apoio ao cliente (ver página final do presente manual).

O FABRICANTE RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS PRODUTOS SEM PRÉVIO AVISO.

COLLOCAZIONE PILE.-

Questo monitor funziona con due PILE ALCALINE da 1,5 volt AAA.

Per collocare le pile, tolga il coperchio posteriore del monitor, Fig.1, ed inserisca con attenzione le pile alcaline nello scomparto delle pile (A) orientando correttamente la polarità delle pile (facendo coincidere il polo «+» delle pile con il marchio «+» dello scomparto delle pile ed il polo «-» con il marchio «-»). Chiuda il coperchio, come mostra la Fig.1.

Se dopo aver collegato il monitor elettronico si dovessero verificare indicazioni di errore o solo apparissero i segmenti parzialmente, tolga le pile ed aspetti 15 secondi prima di introdurle di nuovo.

Le pile deboli (scariche) producono cifre deboli (senza contrasto) ed indicazioni di errore. Le cambi immediatamente.

Il monitor si spegnerà automaticamente quando l'apparecchio si trovi fermo più di 4 minuti.

Importante: Getti le pile usate in contenitori speciali, Fig. 2.

MONITOR ELECTTONICO.-

Per rendere più comodo e semplice il controllo del suo allenamento questo elettronico mostra allo stesso tempo la velocità, la distanza, il tempo dell'allenamento, le pulsazioni, le calorie consumate.

Lo schermo si accenderà automaticamente nel cominciare l'allenamento o premendo qualsiasi tasto.

Per impostare tutti i valori su 0, mantenere premuto il tasto reset.

A. FUNZIONE SCAN.-

Nel modo SCAN, il computer controlla e visualizza continuamente durante i suoi allenamenti tutte le funzioni. La funzione visualizzata viene indicata con lampeggi.

È possibile di programmare il tempo, la distanza percorsa, le calorie consumate e il polso.

Per impostare il valore obiettivo premere il tasto mode fino a selezionare la funzione, quindi premere il tasto set per fissare il valore.

B. FUNZIONE DURATA.-

La funzione contempla incrementi di 1 min fino a un massimo di 99 min.

C. FUNZIONE DISTANZA.-

La funzione contempla incrementi di 0,5 Km fino a un massimo di 99,5 Km.

D. FUNZIONE CALORIE.-

La funzione contempla incrementi di 10 fino a un massimo di 9990 calorie.

E. MISURAZIONE TELEMETRICA DELLE PULSAZIONI.-

La funzione contempla incrementi di 30 fino a un massimo di 230.

Per misurare le pulsazioni durante l'allenamento, è necessario fascia toracica per la misurazione (OPZIONALE). Fig.3.

F. MISURAZIONE DEL TEST.- STATO DELLA FORMA FISICA.-

Quest'apparecchio elettronico è dotato della funzione di recupero del polso.

Questo ha il vantaggio che è possibile misurare da voi stessi il polso di recupero subito dopo aver terminato l'allenamento. Dopo aver terminato l'esercizio con la fascia pettorale indosso, premere il tasto «Recovery» e inizierà il conto alla rovescia. Resteranno accese solamente le linee delle funzioni di Tempo e di Polso. Il dispositivo elettronico misurerà il vostro polso durante questo minuto.

Il polso di recupero inizierà ad apparire sulla linea del polso.

Se in qualsiasi momento durante questo minuto di recupero si vuole uscire dal test, premere il pulsante di «Recovery» e si accederà alla schermata principale.

Al finalizzare questo minuto, il dispositivo elettronico calcola e da un valore sulla differenza ed un voto sulla vostra forma fisica il quale apparirà sullo schermo: «F1, F2,..., F5, F6»; essendo «F1» la migliore (forma fisica: «Eccellente») e «F6» la peggiore (forma fisica: «Molto Scarsa»).

La comparazione tra il polso sotto sforzo ed il polso di recupero è una possibilità semplice e rapida per controllare la vostra forma fisica. Il voto sulla vostra forma fisica è un valore orientativo relativo alla capacità di recupero di ciascuno successivamente ad uno sforzo fisico. Se si realizza un allenamento regolare, si potrà verificare che la nota migliora.

Il Test non funziona se la fascia non è indossata. Fig.3.

SOLUZIONE DI PROBLEMI.-

Problema: Si accende il display e solo funziona la funzione di Tempo.

Soluzione:

a.- Verifichi se il cavo di collegamento è stato collegato.

Problema: Il display non si accende o la visualizzazione dei segmenti del display è molto debole.

Soluzione:

a.- Verifichi che le pile siano state collocate correttamente.

b.- Verifichi al carica delle pile

c.- Se sono scariche, cambi le pile immediatamente.

Problema: Si il segmento de qualsiasi funzione non si accende o se si verificano indicazioni di errore in qualche funzione.

Soluzione:

a.- Tolga le pile durante 15 secondi e le collochi di nuovo correttamente.

b.- Verifichi la carica delle pile. Se sono scariche, cambi le pile.

c.- Se i passi anteriori non sono d' aiuto rimpiazzì il monitor elettronico.

Eviti che il suo monitor elettronico riceva la luce diretta del sole, perchè si potrebbe danneggiare lo schermo di cristallo liquido. Non esporlo neanche all' acqua ed a colpi.

Per qualsiasi domanda, non esitate a mettervi in contatto con il Servizio di Assistenza Tecnica, chiamando al telefono di attenzione al cliente (consultare l'ultima pagina del presente manuale).

IL FABBRICANTE SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE LE CARATTERISTICHE DEI SUOI PRODOTTI SENZA PREAVVISO.

PLAATSING BATTERIJEN.-

Deze monitor functioneert op twee ALKALINE BATTERIJEN van 1,5 Volt AAA.

Om de batterijen te plaatsen, opent u het klepje aan de achterkant, Fig.1, en plaatst voorzichtig alkaline batterijen in het batterijhuis (A) waarbij u er voor zorgt dat de batterijen correct geplaatst worden (zorg dat de «+» pool van de batterijen samenvalt met het «+» teken in het batterijhuis en de «-» pool van de batterijen met het «-» teken). Sluit het klepje, zoals wordt getoond in Fig.1.

Wanneer, na aansluiting van de monitor, blijkt dat er foutieve of gedeeltelijke meldingen op het beeldscherm verschijnen, haalt u de batterijen uit en wacht ongeveer 15 seconden voordat u ze weer opnieuw plaatst.

Batterijen die bijna op zijn veroorzaken moeilijk leesbare cijfers (zonder contrast) en foutieve indicaties. Vervang ze onmiddellijk.

De monitor gaat vanzelf uit wanneer het apparaat langer dan 4 minuten niet in gebruik is.

Belangrijk: Deponeer gebruikte batterijen in speciale containers Fig 2.

ELEKTRONISCHE MONITOR.-

Om de controle van uw oefeningen te vergemakkelijken en te vereenvoudigen toont het elektronisch gedeelte tegelijkertijd de snelheid, afstand, tijdsduur van de oefening, polsritme, en de verbrande calorieën. Het beeldscherm licht automatisch op bij het starten van de oefening of wanneer u op een toets drukt.

Als u alle waarden op 0 wilt instellen,

houdt u de reset-toets ingedrukt.

A. SCAN FUNCTIE.-

Tijdens de SCAN modus controleert en toont de computer tijdens de oefeningen continu alle functies. De getoonde functie wordt door middel van knippen weergegeven.

U kunt de tijd, de afstand, de verbruikte calorieën en de hartslag programmeren.

Om de doelwaarde in te stellen, drukt u op de modus-toets tot de functie is geselecteerd en drukt u vervolgens op de insteltoets om de waarde in te stellen.

B. TIJDFUNCTIE.-

Deze functie telt in stappen van een min tot een maximum van 99 min.

C. TRIPFUNCTIE.-

Deze functie telt in stappen van 0,5 km, tot een maximum van 99,5 km.

D. CALORIEFUNCTIE.-

Deze functie telt in stappen van 10, tot een maximum van 9990 calorieën.

E. TELEMETRISCHE PULSFREQUENTIE.-

Deze functie telt in stappen van 30, tot een maximum van 230.

Om uw polsritme te meten gedurende het oefenen dient u de borstband te dragen (optioneel) Fig.3.

F. TESTMETINGEN.- CONDITIE.-

Dit elektronische apparaat is uitgerust met een hersteltestfunctie. Dit biedt u de mogelijkheid te meten hoelang het duurt voordat uw hartfrequentie zich herstelt Nadat u klaar bent met uw oefening en zonder de borstband af gedaan te hebben, drukt u op de knop "Recovery" en het aftellen van de herstelperiode van één minuut begint.

Alleen de lezingen voor de functies Tijd en Pulsfrequentie zullen blijven weergegeven worden. Het elektronische apparaat zal uw puls-frequentie gedurende deze minuut meten. De hersteltijd van de hartfrequentie zal weergegeven worden op de regel voor Hartfrequentie.

Als u op een willekeurig tijdstip gedurende deze minuut besluit om deze test niet af te maken, drukt u op de knop «Recovery», wat u terug zal brengen naar het hoofdscherm.

Als de minuut voorbij is, zal het elektronische apparaat het verschil berekenen en uw conditiebeoordeling zal weergegeven worden op het scherm: «F1, F2,..., F5, F6»; waarbij «F1» het beste is (conditie «Excellent - Uitstekend») en F6 het slechtste (conditie «Very Poor – Erg slecht»).

Door op de toets RECOVERY te drukken keert u terug naar het hoofdscherm, waar de functies zich in dezelfde modus zullen bevinden als toen de test begon.

De vergelijking tussen de berekende hartfrequentie en de herstelhartfrequentie verschaft een snelle, eenvoudige methode om te peilen hoe fit u bent. Uw conditiebeoordeling is een richtlijn die u toont hoe snel uw hart zich herstelt na fysieke inspanning. Als u

regelmatig oefent, zult u zien hoe uw conditiebeoordeling verbetert.

De test werkt niet indien u de hartslag borstband (niet inclusief) niet om u borst heeft. Fig.3.

PROBLEEMOPLOSSER.-

Probleem: De display licht op en alleen de functie Tijd functioneert.

Oplossing:

a.- Controleer of de verbindingkabel juist is aangesloten.

Probleem: De display licht niet op of de segmenten in de display worden slecht weergegeven.

Oplossing:

a.-Controleer of de batterijen correct geplaatst zijn.

b.-Controleer of de batterijen geladen zijn

c.-Wanneer ze onvoldoende geladen zijn, vervang ze dan onmiddellijk.

Probleem: Wanneer een segment van een functie niet oplicht of er verschijnen foutieve meldingen in een functie.

Oplossing:

a.- Haal de batterijen gedurende 15 seconden uit en plaats ze correct

b.- Controleer of de batterijen geladen zijn Wanneer ze onvoldoende geladen zijn, vervang ze dan onmiddellijk.

c.- Wanneer de voortgaande stappen geen oplossing bieden, vervang dan de elektronische monitor

U dient direct zonlicht op de monitor te vermijden, omdat dit het vloeibaar kristal in het beeldscherm kan beschadigen. Zorg dat de monitor niet in aanraking komt met water en vermijd stoten.

Als u twijfels hebt over enig onderdeel van dit toestel, aarzel dan niet contact op te nemen met de technische bijstandsdienst door dienstverlening te bellen (zie laatste pagina van de handleiding).

**DE FABRIKANT BEHOUDT ZICH
HET RECHT VOOR DE
SPECIFICATIES VAN HAAR
PRODUCTEN ZONDER
VOORAFGAANDE
WAARSCHUWING TE WIJZIGEN.**

BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE,S.L.
(Manufacturer)
P.O.BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sat@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012 /
902 170 258
Fax: +34 945 56 05 27
e-mail: sat@bhfitness.com

BH FITNESS NORTH AMERICA

620 N. 2nd Street, St. Charles
MO 63301
Tel: + 1 636 487 0050
Toll Free: +1 866 325 2339
e-mail:
fitness@bhnorthamerica.com
www.bhfitnessusa.com
www.bhfitnesscanada.ca

BH FITNESS ASIA

BH Asia Ltd.
No.80, Jhongshan Rd.,
Daya Dist.,
Taichung City 42841,
Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
E-mail: info@bhasia.com.tw

BH FITNESS PORTUGAL

Rua do Caminho Branco Lote 8,
ZI Oiã
3770-068 Oliveira do Bairro
PORTUGAL
Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Tel.: +351 234 729 510
e-mail: sat@bhfitness.pt

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México S.A. de
CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

BH FITNESS CHINA

BH China Co., Ltd.
Block A, NO.68, Branch Lane
455, Lane 822,
Zhen Nan RD., Li Zi Yuan,
Putuo, Shanghai 200331, P.R.C.
Tel: +86-021-5284 6694
Fax:+86-021-5284 6814
e-mail: info@i-bh.cn

BH GERMANY GmbH

Grasstrasse 13
45356 ESSEN
GERMANY
Tel: +49 2015 997018
e-mail:
technik@bhgermany.com

BH FITNESS UK

Tel: +44 2037347554
e-mail:
sales.uk@bhfitness.com

AFTER SALES – UK

Tel.: +44 2074425525
e-mail:
service.uk@bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 (0) 559423419
Fax : +33 0810 000 290
savfrance@bhfitness.com

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPECIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

BH BEHALT SICH DAS RECHT VOR, ÄNDERUNGEN DER MODELL-ANGABEN OHRE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VORZUNEHMEN.

DATI TECNICI E COMMERCIALI RELATIVI AGLI ARTICOLI DEL PRESENTE CATALOGO POSSONO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI SENZA ALCUN PRAVVISIO.

BH RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS EQUIPAMENTOS SEM AVISO PRÉVIO.

DOOR KONSTANTE PRODUKTVERNIEUWING EN VERBETERING HOUDEN WIJ ONS HET RECHT VAN WIJZIGING VOOR ZONDER VOORAFGAAND BERICHT.