



Cyfrowy krokomierz z pomiarem tętna

Model: CNS-DPM2 Skrócona instrukcja obsługi v1.0

Wygląd produktu Przycisk przewijania do

Czujnik tętna

góry / kasowania

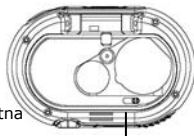


Przycisk przewijania w dół

Przycisk wyboru trybu

Przycisk ustawienia/
potwierdzenia

Przycisk poziomu tętna



Przełącznik czułości

wykrywania ruchu

Podstawowe operacje

Tryb Kroki/Czas

Wciśnij przycisk **MODE** (Tryb), aby zmieniać tryby, aż do wyświetlenia trybu **STEP/TIME** (Kroki/czas).

Step Count (ilość kroków) jest wyświetlona na górnej części ekranu, podczas gdy **Time** (czas) jest wyświetlany na dole ekranu.

Wciśnij **SET** (ustaw), aby dostosować ustawienia czasu/formatu czasu/danych osobistych:

- Wciśnij **UP/CLR** lub **DOWN**, aby wybrać format czasu **12Hr/24Hr** Wciśnij **SET**, aby potwierdzić.
- Wciśnij **UP/CLR** lub **DOWN**, aby wyregulować godzinę i minuty. Wciśnij i przytrzymaj przyciski przewijania, aby przewijać szybciej. Wciśnij **SET**, aby potwierdzić.

Tryb Odległość/Stoper

Wciśnij przycisk **MODE** (Tryb), aby zmieniać tryby, aż do wyświetlenia trybu **DIST/STW** (Odległość/Stoper).

Accumulated Distance Traveled (łączy przebyty dystans) jest wyświetlony na górnej części ekranu, podczas, gdy **Stop Watch Function** (funkcja stopera) jest wyświetlana na dole ekranu. Wciśnij **SET**, aby uruchomić odliczanie czasu. Wciśnij ponownie **SET**, aby zatrzymać odliczanie oraz **UP/CLR**, aby zresetować odliczony czas.

Tryb Kalorie/ODO

Wciśnij przycisk **MODE** (Tryb), aby zmieniać tryby, aż do wyświetlenia trybu **KCAL/ODO** (Kalorie/ODO).

Łączna Ilość Spalonych Kalorii (jednostka: KCAL) jest wyświetlona na górnej części ekranu, podczas, gdy **Accumulated Distance Traveled** (łączy przebyty dystans) jest wyświetlany na dole ekranu.

Tryb Ustawień Kalorii/Dzienna Ilość Kalorii

Wciśnij przycisk **MODE** (Tryb), aby zmieniać tryby, aż do wyświetlenia trybu **SETCAL/DAYCAL** (Ustawione Kalorie/Dzienna

Ilość Kalorii).

Target Calories (docelowa ilość kalorii) jest wyświetlona na górnej części ekranu podczas, gdy **Actual Daily Calories Burned** (rzeczywista, dzienna ilość spalonych kalorii) jest wyświetlona na dole ekranu.

- Wciśnij **SET**, aby ustawić **Target Calories** (ilość kalorii na dzień). Wciśnij **SET**, aby przełączyć pomiędzy cyframi, oraz **UP/CLR**, aby dostosować ich wartości.
- Skala z paskami umieszczona na górnej krawędzi ekranu, wyświetla **Procent Kalorii Docelowych**. Zarówno **Faktyczna Ilość Spalonych Kalorii w Ciągu Dnia** oraz **Procent Kalorii Docelowych** będzie resetowany każdego dnia.

Funkcja Monitorowania Poziomu Tętna

- Wciśnij **Pulse** (Tętno), aby aktywować tryb odczytu.
- Umieść palec (najlepiej wskazujący) na sensorze poziomu tętna umieszczonym na krawędzi **CANYON CNS-DPM2**. Urządzenie rozpocznie automatyczne badanie tętna, kiedy tylko wykryje przyłożony palec.

UWAGA:

- Prosimy unikać nadmiernego nacisku na czujnik poziomu tętna. Wyniki mogą nie być wtedy dokładne.
- Urządzenie może potrzebować ponad 10 sekund, aby w sposób prawidłowy wyświetlić aktualny poziom tętna. Poziom tętna jest określany za pomocą jednostki BPM (Beat per minute) – ilości uderzeń na minutę.

Regulator Czułości Wykrywania Ruchu

Aby wyregulować czułość urządzenia zgodnie z ruchami użytkownika, przesunąć przełącznik czułości ruchu, znajdujący się pod tylną osłoną urządzenia.

Uwaga:

Czułość urządzenia, zgodna z charakterystyką danego użytkownika określa się eksperymentalnie, za pomocą prób z różnymi ustawieniami.

Mocowanie urządzenia.

Urządzenie **CANYON CNS-DPM2** jest wyposażone w klips dla pewnego przymocowania do części biodrowej spodni lub krótkich spodenek. Najlepiej przymocować urządzenie do ściągacza spodni sportowych.

Czynności, które mogą wpłynąć na dokładność krokomierza:

1. Urządzenie nie jest przymocowane w pozycji prostopadłej do podłoża. Konieczne jest takie zamocowanie urządzenia, aby było ono umieszczone przynajmniej pod kątem 60 stopni do podłoża.
2. Ciągnięcie stóp, chodzenie w sandałach lub butach podobnych do sandałów oraz nierówne stawianie kroków na nierównej powierzchni.
3. Przemieszczanie się pojazdami (rowerem, pojazdami silnikowymi, pociągiem, autobusem i innymi pojazdami), ponieważ nieoczekiwane wibracje mogą różnie wpływać na wyniki.
4. Ruch przy wstawaniu i siadaniu.

Wymiana Baterii

1. Otwórz osłonę przedziału baterii poprzez poluzowanie śruby.
2. Wyciągnij uchwyt baterii.
3. Wyjmij starą baterię i wymień ją na nową baterię CR3032 (3V). Upewnij się, że bateria jest ustawiona prawidłowo pod względem biegunów, zgodnie z oznaczeniami na uchwycie baterii.
4. Wciśnij uchwyt baterii z powrotem do urządzenia i dokręć śrubę.

