

**PEDOMETER  
z zegarem  
(Model #: PE320)  
INSTRUKCJA**

PL

**WPROWADZENIE**

Dziękujemy za zakup Pedometru z zegarem firmy Oregon Scientifici WZT Digital model PE320.

W opakowaniu znajduje się:

- Pedometr z Real-Time Clock
- 1 x LR43 bateria 1.5 V

Przez użyciem przeczytaj dokładnie instrukcję i zachowaj ją do wglądu.

**OPIS**

**OBUDOWA**



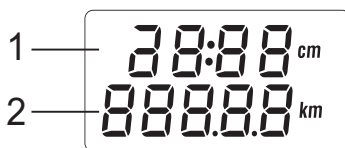
1. Przelącznik czułości ruchu - zmniejsza lub zwiększa wrażliwość.
2. **RESET** - Resetuje wartości wyświetlone do zera
3. **DIST** - Całkowita odległość i długość kroku
4. **HR / +** - Przesławienie godziny zegara, podnosi wartość długości kroku
5. **MIN / -** - Przesławienie minut zegara, obniża długość kroku

**TYŁ**



1. Pojemnik na baterie - Wymaga 1 x LR43 bateria 1.5V
2. Zaczep do paska - Użyj bezpiecznego klipu do paska lub talii

**LCD**



1. Zegar/Długość kroku
2. Przebyta odległość

**POCZĄTEK PRACY**

**Taśma izolacyjna**

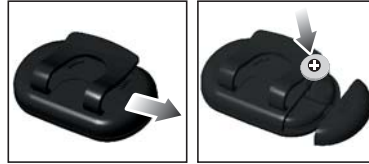
Przed użyciem urządzenia zdejmij taśmę izolującą spod pokrywy baterii.

**Ważne** Urządzenie nie zadziała dopóki nie zdejmiesz taśmy.

**Baterie**

Ten produkt zużywa baterii 1 x LR43 1.5V. Jeśli musisz wymienić baterie,

1. Delikatnie naciśnij i podnieś pokrywę pojemnika na baterię.
2. Włóż 1 x LR43 baterie 1.5V.
3. Złóż pokrywę na pojemnik baterii.



**Ważne** Nigdy nie wyrzucaj zużytych baterii do śmieci. Dbaj o środowisko i postępuj zgodnie z przepisami dot. odpadów.

**Zegar**

Włóż ciężki przedmiot w HR / + lub MIN / -, aby zmienić wartości zegara, godziny i minuty. Zegar jest ustawiony domyślnie na 00:00.

**Ważne** Urządzenie automatycznie wróci do wyświetlacza po 5 sekundach jeżeli żaden z przycisków nie zostanie naciśnięty.

**Ustawienia**

**Odległość**

Wartość przebytej drogi znajduje się na dolnej linii wyświetlacza LCD. Dla dokładnego pomiaru zaleca się wprowadzenie własnej długości kroku.

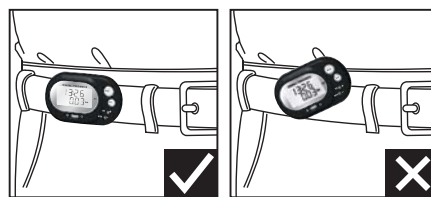
1. Wciśnij **DIST** dopóki długość kroku jest widoczna na górze wyświetlacza.



2. Włóż ciężki przedmiot w HR / +, aby zwiększyć lub MIN / - aby zmniejszyć długość kroku (30 do 150 cm lub 11 do 60 cali). Długość kroku jest domyślnie ustawiona na 50 cm (20 cali).

Jeśli żadne zmiany nie zostaną wprowadzone do opcji Stride, górna linia wyświetlacza urządzenie po 5 sek.automatycznie powróci do wyświetlacza zegara.

**NOSZENIE PEDOMETRU**



Dokładnie zamocuj pedometr na wysokości pasa, przymocuj do pasa, spodni, stroju; utrzymanie pedometruw pozycji poziomej daje bardziej dokładne wyniki.

**Użycie pedometru**

**Licznik kroków**

Krokomierz liczy liczbę kroków.

1. Aby wyświetlić liczbę kroków naciśnij raz klawisz **DIST**

Aby przywrócić wyświetlanie krokomierz do zera, naciśnij **RESET** w trybie **STEP**.

**Ważne** Do zmiany czułości ruchu służy przelącznik suwakowy. W celu ustalenia odpowiedniej ilości ruchu, czułości, eksperymentuj z różnymi ustawieniami. Więcej informacji w punkcie dostosowywanie wrażliwości.

**Ważne** Niewłaściwe ustawienie krokomierz spowodować gromadzenie nieprawidłowych danych.

**Pomiar odległości**

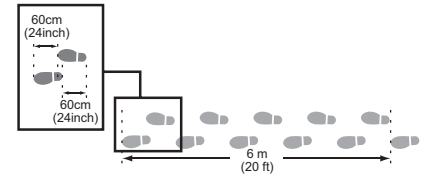
Prawidłowy pomiar odległości zależy od dokładnego ustalenia średniej długości indywidualnych kroków (długość kroku) i prawidłowego ustawienia wewnętrznej czułości ruchu urządzenia.

1. Naciśnij klawisz **DIST** aż pojawi się odległość do pokonania.

Aby zresetować odległość licznik odległości do zera, naciśnij przycisk **RESET** w trybie odległości.

Total Distance = steps taken x average step length

**NOTE** Individual stride-length varies. Input an appropriate length for an average stride. To determine length



**Dostosuj czułość urządzenia**

Aby dostosować Krokomierz i zapewnić dokładny odczyt zastosuj się do procedur poniżej:

1. Ustaw przelącznik w pozycji centralnej.



2. Zresetuj licznik kroków do zera.
3. Zrób kilka normalnych kroków; przynajmniej 100 kroków.



4. Dostosuj czułość jeśli zmieni się tempo marszu. Powtórz kroki 2-4 aż uzyskasz dokładny wynik.

**Na błędny wynik mają wpływ następujące warunki:**

1. Niedokładny krok np. w tłumie lub po uszkodzonej podłodze.
2. Ruchy w dół lub do góry np: siadanie/wstawanie, bieganie, skakanie, wchodzenie po schodach itp.

**Bezpieczeństwo i dbanie o urządzenie**

Urządzenie należy czyścić lekko wilgotną szmatką i łagodnym detergentem.

**Ostrzeżenia**

Stosuj urządzenie zgodnie z przeznaczeniem zgodnie z podanymi poniżej wskazówkami:

- Czyść urządzenie lekko zwilżoną ściereczką z delikatnym mydłem.
- Nigdy nie zanurzaj urządzenia w wodzie. To może spowodować porażenie poądem lub uszkodzenie urządzenia.
- Nie narażaj urządzenia na uderzenie, wstrząs lub zmiany temperatur i wilgotności.
- Nie otwieraj obudowy urządzenia w przeciwnym razie utracisz prawo do gwarancji.
- Nie używaj nowych i starych baterii jednocześnie.
- Nie używaj baterii akumulacyjnych z tym urządzeniem.
- Wyjmuj baterie, kiedy nie zamierzasz używać produktu przez dłuższy czas.
- Nie rysuj wyświetlacza LCD.
- Nie wyrzucaj zużytych baterii do śmietnika. Stosuj przepisy dot.ochrony środowiska i składowania odpadów.

Informacje zawarte w instrukcji obsługi mogą ulec zmianie. Producent i dostawca nie ponosi odpowiedzialności za straty poniesione z powodu niewłaściwego użycia produktu lub niezgodnego z jego przeznaczeniem.

## Dane techniczne

Licznik kroków	0 to 99,999 steps
Odległość	0 to 999,99 km (0 to 999.99 miles)
Długość kroku	30 to 150 cm (11 to 60 inches)
Zegar	24 hr
Wymiary	65 x 40 x 14 mm (L x W x H) 2.6 x 1.6 x 0.6 inches (L x W x H)
Waga	24grams (0.85 ounces)
Temperatura pracy	-5.0 to 40.0 °C (23 to 104.0 °F)
Temp. przechowywania	-20 to 60 °C (-4 to 140 °F)
Batterie	1 x LR43 1.5 V
Trwałość	1 rok

## OREGON SCIENTIFIC

---

---

## EU - Deklaracja zgodności

Niniejszym **Oregon Scientific** oświadcza, że Pedometer z licznikiem kalorii (model PE326CA) jest zgodny z dyrektywą EMC 89/336/CE.

