

DC 06 BODY FAT TESTER



PRODUCENT:



EXERCYCLE S.A
P.O. BOX 195
01080 Vitoria
Spain

DYSTRYBUTOR:



DEL SPORT SP. Z O. O.

ul. Syrokomli 16
03-335 WARSZAWA
tel: +48 (22) 811-01-02,811-07-39
fax: (22) 674-41-42
e-mail: delsport@delsport.com.pl
www.delsport.com.pl

Fig 1

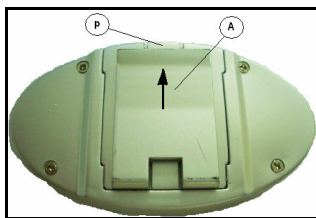


Fig2

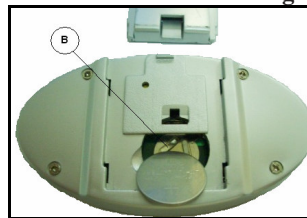


Fig 3

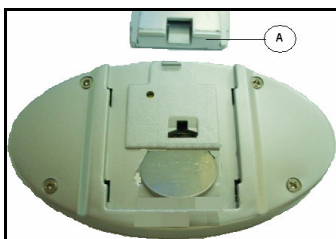
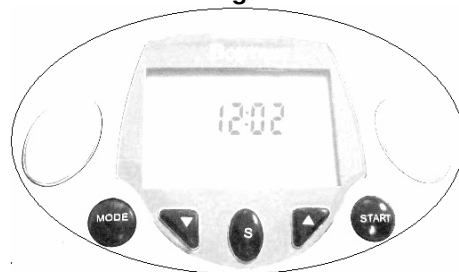


Fig 4



Fig 5



Zapoznaj się z instrukcją obsługi. Zawiera ważne informacje dotyczące sposobu użycia oraz funkcjonowania urządzenia.

Baterie

Urządzenie działa na baterie 3V. Aby włożyć baterie zdejmij pokrywę, która znajduje się z tyłu urządzenia (A), unieś przycisk oznaczony literą (P) na fig.1 i zsuń pokrywę zgodnie z kierunkiem wskazanym przez strzałkę na fig.1. Umieść baterie (CR 2025 – 3V) na właściwym miejscu (B) fig.2, tak by biegun „+” znajdował się od zewnętrznej strony, a biegun „-”, od wewnętrznej. Następnie załóż tylną pokrywę (A) fig.3. Jeśli po włożeniu baterii wyświetlane informacje są mało czytelne bądź niewidoczne to należy wymienić baterie.

Nie wyrzucaj zużytych baterii do pojemników na nie przeznaczonych fig.4.

1. Zegar

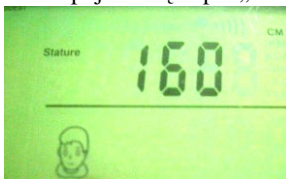
Po włożeniu baterii na wyświetlaczu pojawi się 12:00 i urządzenie zacznie działać. Naciśnij i przytrzymaj przycisk „S” przez 3 sekundy, aby wejść w funkcję ustawień zegara. Przyciskami ▲ ▼ określ czas w pierwszej kolejności godzinę. Następnie naciśnij „S” by zatwierdzić ustawienie. Następnie ustaw minuty przyciskami ▲ ▼ i zatwierdź przyciskiem „S”.

2. Alarm

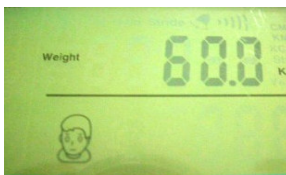
Naciśnij przycisk MODE i pojawi się 12:00, przyciskiem ▲ zatwierdź wybór funkcji. Następnie ustaw czas (godzinę) przyciskami ▲ ▼. Zatwierdź przyciskiem „S”. Następnie ustaw minuty przyciskami ▲ ▼ i zatwierdź przyciskiem „S”. Aby wyłączyć alarm naciśnij ▲.

3. Pomiar

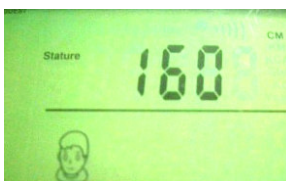
Naciśnij przycisk MODE i na wyświetlaczu pojawi się napis „Guest stature 160cm. Man”



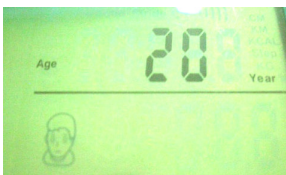
Naciśnij „S” przez 3 sekundy i pojawi się waga (zaprogramowane wartość to 60kg). Przyciskami ▲▼ określ swoją wagę.



Naciśnij „S”, aby zatwierdzić i ponownie pojawi się napis 160cm. Przyciskami ▲▼ ustaw swój wzrost (od 100 do 199cm).



Naciśnij „S”, aby zatwierdzić i na wyświetlaczu pojawi się wiek. Przyciskami ▲▼ określ swój wiek (od 10 do 99 lat).



Naciśnij „S” aby zatwierdzić i na wyświetlaczu pojawi się główka Mężczyzny lub Kobiety. Przyciskami ▲▼ wybierz odpowiednią postać.



Naciśnij „S” aby zatwierdzić i na wyświetlaczu pojawi się długość kroku (STRIDE 40cm – wartość zaprogramowana). Przyciskami ▲▼ określ długość kroku (od 30 do 80cm).



Naciśnij „S” aby zatwierdzić i na wyświetlaczu pojawi się napis „GUEST”. Wybierz numer od 1 do 4, pod którym za pamiętane zostały twoje dane.

Naciśnij przycisk „S” aby zatwierdzić. Naciśnij START i ułóż kciuki na czujnikach. Po upływie ok.5 sekund na wyświetlaczu pojawią się wyniki pomiarów: procentowa zawartość tłuszczu (tabela A) oraz współczynnik wzrostu do wagi czyli wskaźnik masy ciała (tabela B BMI „Body mass index”).

Tabela wskaźnika **BODY FAT** (zawartość procentowa tkanki tłuszczowej w organizmie):

Płeć	Niska	Niska~Średnia	Średnia	Wysoka
Kobieta	<23%	23%-35,8%	36%-40%	>40%
Mężczyzna	<13%	13%-25,8%	26%-30%	>30%

Tabela wskaźnika **BMI**:

Szczupły	Normalny	Lekka nadwaga	Nadwaga/Otyłość
<18,5	=18,5~24,9	=25~30	>30

4. Liczenie kroków

Po wprowadzeniu danych naciśnij przycisk MODE. Na wyświetlaczu pojawi się napis „Step”. Załóż tester na pasku i zacznij iść. Urządzenie rozpocznie odliczanie ilości kroków (STEP), które wykonało się podczas treningu.

W trakcie realizacji treningu można sprawdzić ilość spalonych kalorii oraz przebyty dystans.

Wyświetlanie przebytego dystansu: Naciśnij przycisk ▲ i pojawi się przebyty dystans.

Wyświetlanie ilości spalonych kalorii: Naciśnij przycisk ▲ i pojawi się ilość spalonych kalorii.