



Canyon ura z merilcem srčnega utripa

Artikel: CNS-SW4

Navodila za uporabo v1.0

Vsebina pakiranja

1. CANYON CNS-SW4 ura
2. CD medij z dokumentacijo
3. Kratko navodilo za uporabo

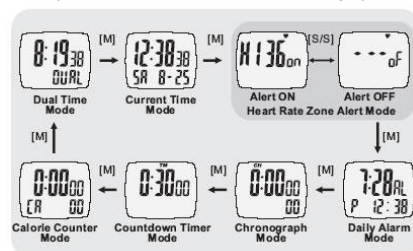
Pregled



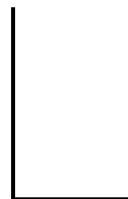
Start/Stop
Button

Osnovne funkcije

Pritisnite [M] za prehod med 7 različnimi načini kot je prikazano spodaj.



Mode Button



Način ČAS

- Pritisnite in držite **[M]** za vstop v nastavitve.
- Pritisnite **[M]** za prehod med različnimi nastavitvami. Pritisnite **[S/S]** in **[R]** za nastavev vrednosti ali za prehod med opcijami.
- Pritisnite in držite **[M]**, če želite shraniti spremembe in zapustiti meni.

Način »Heart Rate Zone Alert«

- Pred meritvijo srčnega utripa namestite uro na zapestje.
 - Pritisnite in držite **[S1]** medtem, ko je ura nameščena na zapestje.
 - Držite prst na **[S1]** dokler ne zaslišite "beep" zvoka. V 5 sekundah se prikaže na zaslonu trenuten srčni utrip in odstotek max. srčnega utripa.
-
- Pritisnite in držite **[M]** za nastavev mejne cone glede na starost in spol. Na zaslonu se prikaže ikona 'A'.
 - Pritisnite **[M]** za prehod med starostjo in spolom. Pritisnite **[S/S]** in **[R]** za nastavev vrednosti in opcij.
 - Pritisnite in držite **[M]** za shranitev nastavev in izhod.
-
- Pritisnite in držite **[M]** za nastavev mejne cone s pomočjo določitve zgornjega in spodnjega limita srčnega utripa. Na zaslonu se prikaže ikona 'A'.
 - Pritisnite **[M]** dvakrat, dokler se na prikaže ikona 'H'.
 - Pritisnite **[M]** za prehod med zgornjim in spodnjim limitom. Pritisnite **[S/S]** in **[R]** za nastavev vrednosti.
 - Pritisnite in držite **[M]** za shranitev spremenjenih nastavev in za izhod.
-
- Pritisnite **[S/S]** za vklop / izklop funkcije med načinom »Heart Rate Zone Alert«.
 - Informacije o starosti, spolu, zgornjem / spodnjem limitu srčnega utripa se prikažejo na zaslonu.

- Naprava prikazuje ali je trenutni srčni utrip znotraj meja.
- Naprava zapiska dvakrat, ko srčni utrip pade znotraj spodnje in zgornje meje.
- Naprava zapiska dvakrat in na zaslonu se prikaže 'H' ali 'L' ko je trenutni srčni utrip pod ali nad mejnih strčnim utripom.

Način »Dnevni alarm«

- Pritisnite **[S/S]** za vklop ali izklop dnevnega alarma. Indikator dnevnega alarma se prikaže na zaslonu. Alarm nepretrgoma zvoni 30 sekund.
- Pritisnite **[R]** za vklop / izklop urnega zvonjenja. Indikator urnega zvonjenja se prikaže na zaslonu.
- Pritisnite in držite **[M]** za vstop v nastavitve dnevnega alarma.
- Pritisnite **[M]** za prehod med uro in minuto. Pritisnite **[S/S]** in **[R]** za nastavitve vrednosti.
- Pritisnite in držite **[M]** za shranitev spremenjenih nastavitvev in za izhod.

Način »kronograf«

- Po vnosu se na zaslonu prikaže indikator **CHR**.
- Naprava izvaja 2 funkciji: Spremljanje pretečenega časa in Skupno spremljanje pretečenega časa.
- Pritisnite **[S/S]** za pričetek spremljanja. Pritisnite gumb ponovno za ustavitev in pretečeni čas se prikaže na zaslonu. Pritisnite gumb tretjič za nadaljevanje spremljanja časa.
- Pritisnite **[R]** za ponastavitev števca.

Način »Odštevalnik«

- Po vnosu se indikator **TMR** prikaže na zaslonu.
- Prikazan je ciljni čas.
- Pritisnite in držite **[M]** za vstop v nastavitve.
- Pritisnite **[M]** za prehod med uro, minuto ali sekundo. Pritisnite

[S/S] in **[R]** za nastavitev vrednosti.

- Pritisnite in držite **[M]** za shranitev spremenjenih nastavitev in za izhod.
- Pritisnite **[S/S]** za pričetek odštevanja. Preostanek časa je prikazan na zaslonu.
- Pritisnite **[S/S]** med odštevanjem za pavzo. Pritisnite gumb za nadaljevanje odštevanja.
- Pritisnite **[R]** za ponastavitev doštevanja na ciljni čas.

Način »Merilec kalorij«

- Pritisnite **[S/S]** za pričetek / konec timerja vadbe.
- Skupen čas vadbe in porabljene kalorije se prikažejo na zaslonu.
- Pritisnite **[R]** za ponastavitev števca.

Način »Dvojni čas«

- Pritisnite in držite **[M]** za vnos nastavitve dnevnega alarma.
- Pritisnite **[M]** za prehod med urami in minutami. Pritisnite **[S/S]** in **[R]** za nastavitev vrednosti.
- Pritisnite in držite **[M]** za shranitev spremenjenih nastavitev in za izhod.

Način varčevanja z energijo

Naprava je opremljena s funkcijo varčevanja z energijo, katera izključi zaslon medtem, ko je funkcija še vedno aktivna.

Za vstop v način za varčevanje z energijo pritisnite in držite **[M]** in **[R]** v načinu Trenuten način časa za več kot 5 sekund. Pritisnite katerokoli tipko za izhod in vrnitev v normalen status.