

3	ENGLISH
6	DEUTSCH
9	NEDERLANDS
12	DANSK
15	FRANÇAIS
18	ESPAÑOL
21	ITALIANO
24	ΕΛΛΗΝΙΚΑ
27	POLSKI
30	PORTUGUÊS
33	РУССКИЙ
36	繁體中文
39	日本語
42	한국어
45	TIẾNG VIỆT
48	ภาษาไทย
51	العربية
54	TÜRKÇE



FEATURES

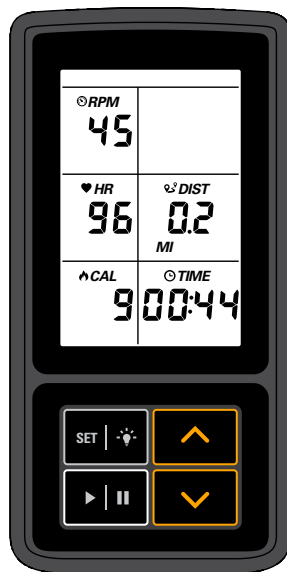
- ANT+ interoperable 2.4Ghz wireless technology
- Polar® 5 KHz technology
- Low power consumption for long battery life
- 6-panel data display; Cadence, Heart Rate, Distance, Calories, Time
- Advanced energy expenditure algorithm for personalized Kcals (Calories)
- The console operates from 3x AAA batteries, the cadence sensor from a single CR2032 lithium coin cell battery
- LED backlight

DISPLAY

- Cadence RPM; Current, Average and Max
- Heart Rate; Current, Average and Max
- Distance; Kilometers, Miles
- Calories
- Time
- Console low battery indicator

USING THE CONSOLE

- Press the (▶|⏸) key to start or pause your workout
- Press the (⤴⤵) keys to cycle between Current, Average and Max
- Press the (💡) key to turn on backlight for 5 seconds
- Press and hold (▶|⏸) key to reset workout data





CONSOLE SETUP

- 1) Insert batteries (3x AAA). Screen will display all icons (Fig. A). Press and hold both ($\wedge \vee$) keys and wait 5 seconds before proceeding.
- 2) Press the **(SET)** key, which will show **(E1)** in the top display and **(CAD)** in the middle display.
- 3) Press the **(SET)** key, which will show **(RPM 0)** in the top display and **(CAD)** in the middle display and either (---) (Fig. B) or a 4-digit alphanumeric code (Fig. C), depending on if the console is paired already. If the console is already paired, you can skip this step by pressing the **(SET)** key.
- 4) To pair speed transmitter to console, press the ($\blacktriangleright$ | $\blacksquare$) key while pedaling the bike.
- 5) Press the **(SET)** key.
- 6) Select units (**KM / KG**) or (**MI / LBS**) by using ($\wedge \vee$) keys. Press the **(SET)** key.
- 7) Select machine type (**TBC**), (**IC**) or (**AB**) by using ($\wedge \vee$) keys. Press the **(SET)** key.
- 8) Press the **(SET)** key to skip **(OTA)** update menu.
- 9) Setup is complete.

FIG. A	
⌘ <i>PAUSED</i> □	
⊙ <i>RPM</i> 888 AVG MAX	
♥ <i>HR</i> 888 AVG MAX	⊙ <i>DIST</i> 8888 MI KM
♠ <i>CAL</i> 888 AGE WT	⊙ <i>TIME</i> 8888 LBS KG

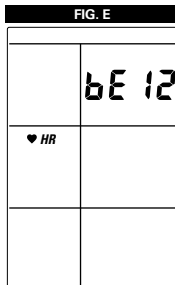
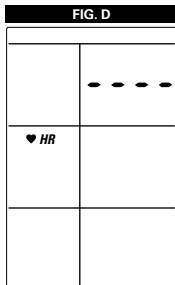
FIG. B	
⊙ <i>RPM</i> 0	
	CAD

FIG. C	
⊙ <i>RPM</i> 0	
	CAD
	1030



PAIRING CHEST TRANSMITTER TO CONSOLE (ANT+)

- 1) Before or during a workout, press and hold the **(SET)** key, which will show (---) in the top display and **(HR)** in the middle display (Fig. D).
- 2) Press the **(▶ | II)** key to start scanning for HR device. Available HR devices will be displayed. Use **(^ v)** keys to select desired HR device (Fig. E). The strongest (closest) signal will appear first.
- 3) Press the **(SET)** key.
- 4) Set **AGE** by using **(^ v)** keys. Press the **(SET)** key.
- 5) Set **WEIGHT** by using **(^ v)** keys. Press the **(SET)** key.
- 6) HR pairing is complete.



NOTE:

The chest transmitter has to be paired to the console prior to starting the exercise to achieve accurate results and must be paired again before the start of every new exercise.

If the display turns off automatically after 5 minutes without any activity, then the console has entered sleep mode. The personal settings data will return to the default settings.



FUNKTIONALITÄTEN

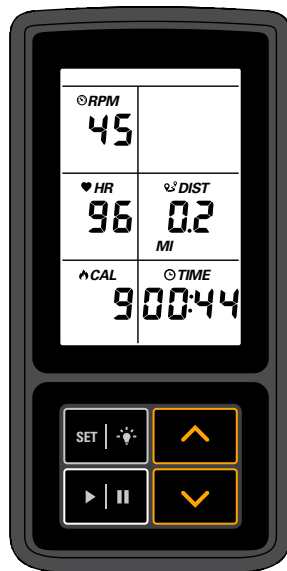
- ANT+ kompatible drahtlose 2,4-GHz-Technologie
- Polar® 5 KHz-Technologie
- Niedriger Stromverbrauch für lange Batterielebensdauer
- 6-Panel-Datenanzeige; Trittfrequenz, Herzfrequenz, Distanz, Kalorien, Zeit
- Erweiterter Energieverbrauchs-Algorithmus für personalisierte Kcal (Kalorien)
- Die Konsole wird mit 3 AAA-Batterien betrieben, der Trittfrequenzsensor mit einer einzelnen CR2032-Lithium-Knopfbatterie
- LED-Hintergrundbeleuchtung

ANZEIGE

- Trittfrequenz U/min; Aktuell, Durchschnitt und Max
- Herzfrequenz; Aktuell, Durchschnitt und Max
- Entfernung; Kilometer, Meilen
- Kalorien
- Uhrzeit
- Batteriewarnanzeige

KONSOLE BEDIENEN

- Drücken Sie die Taste (▶ | ||), um Ihr Training zu starten oder zu pausieren
- Drücken Sie die Tasten (^ v), um zwischen Aktuell, Durchschnitt und Max zu wechseln
- Drücken Sie die Tasten (⬢), um die Hintergrundbeleuchtung für 5 Sekunden einzuschalten
- Drücken und halten Sie die Tasten (▶ | ||), um die Trainingsdaten zurückzusetzen





KONSOLE EINRICHTEN

- 1) Legen Sie die Batterien (3x AAA) ein. Auf dem Bildschirm werden alle Symbole angezeigt (Abb. A). Halten Sie beide Tasten () gedrückt und warten Sie 5 Sekunden, bevor Sie fortfahren.
- 2) Drücken Sie die Taste (**SET**), die im oberen Anzeigebereich (**E1**) und im unteren Anzeigebereich (**CAD**) anzeigt.
- 3) Drücken Sie die Taste (**SET**), die im oberen Anzeigebereich (**RPM 0**) und im mittleren Anzeigebereich (**CAD**) sowie entweder (---) (Abb. B) oder einen vierstelligen alphanumerischen Code (Abb. C) anzeigt, je nachdem, ob die Konsole bereits gekoppelt ist. Wenn die Konsole bereits gekoppelt ist, können Sie diesen Schritt durch Drücken der Taste (**SET**) überspringen.
- 4) Um den Geschwindigkeitssender mit der Konsole zu koppeln, drücken Sie die Taste (|), während Sie in die Pedale treten.
- 5) Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 6) Wählen Sie die Einheiten (**KM / KG**) oder (**MI / LBS**) mit den Tasten (). Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 7) Wählen Sie den Gerätetyp (**TBC**), (**IC**) oder (**AB**) mit den Tasten (). Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 8) Drücken Sie die Taste (**SET**), um das Updatemenü (**OTA**) zu überspringen.
- 9) Die Einrichtung ist abgeschlossen.

Abb. A				
⌚		PAUSED		□
⊙RPM				
888				
AVG MAX				
♥HR		∞DIST		
888		88.88		
AVG MAX		MI KM		
♠CAL		⊙TIME		
888		88:88		
AGE WT		LBS KG		

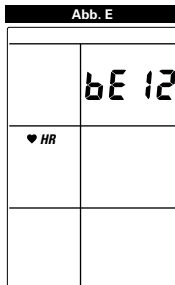
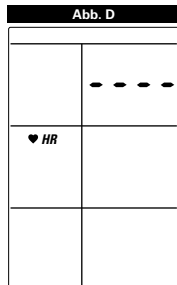
Abb. B	
⊙RPM	0
	CAD

Abb. C	
⊙RPM	0
	CAD
	1030



BRUSTGURT MIT KONSOLE KOPPELN (ANT+)

- 1) Halten Sie vor oder während des Trainings die Taste (**SET**) gedrückt, die im oberen Anzeigebereich (---) und im mittleren Anzeigebereich (**HR**) anzeigt (Abb. D).
- 2) Drücken Sie die Taste (▶ ||), um die Suche nach dem Herzfrequenzgerät zu starten. Die verfügbaren HF-Geräte werden angezeigt. Wählen Sie das gewünschte Gerät (Abb. E) mit den Tasten (^ v) aus. Das stärkste (nächstgelegene) Signal wird zuerst angezeigt.
- 3) Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 4) Stellen Sie das **ALTER** mit den Tasten (^ v) ein. Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 5) Stellen Sie das **GEWICHT** mit den Tasten (^ v) ein. Drücken Sie die Taste (**SET**).
- 6) Die HF-Kopplung ist abgeschlossen.



HINWEIS:

Der Sender am Brustgurt muss vor Beginn der Trainingseinheit mit der Konsole gekoppelt werden, um genaue Ergebnisse zu erzielen. Außerdem muss er vor Beginn jeder neuen Trainingseinheit erneut gekoppelt werden.

Wenn sich die Anzeige nach 5 Minuten ohne Aktivität automatisch ausschaltet, befindet sich die Konsole im Ruhezustand. Die persönlichen Einstellungsdaten werden auf die Standardeinstellungen zurückgesetzt.



FUNCTIES

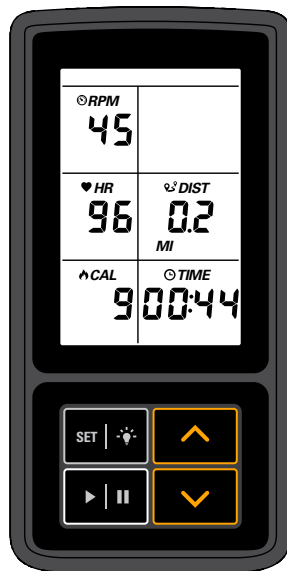
- ANT+ interoperabele 2,4Ghz draadloze technologie
- Polar® 5 KHz technologie
- Laag energieverbruik voor een lange levensduur van de batterij
- Gegevensweergave met 6 panelen; cadans, hartslag, afstand, calorieën, tijd
- Geavanceerd algoritme voor energieverbruik voor gepersonaliseerde Kcals (calorieën)
- De console werkt op 3x AAA-batterijen, de cadanssensor op een enkele CR2032 lithium knoopcelbatterij
- LED-achtergrondverlichting

DISPLAY

- Cadans TPM; Huidig, Gemiddeld en Max
- Hartslag; Huidig, Gemiddeld en Max
- Afstand; kilometer, mijl
- Calorieën
- Tijd
- Indicatie wanneer batterij bijna leeg is op console

DE CONSOLE GEBRUIKEN

- Druk op de (▶ | ||) knop om uw training te starten of te pauzeren
- Druk op de (^ v) knoppen om te schakelen tussen Huidig, Gemiddeld en Max
- Druk op de (☼) knop om de displayverlichting 5 seconden aan te zetten
- Houd de (▶ | ||) knop ingedrukt om de trainingsgegevens te resetten





CONSOLE INSTELLEN

- 1) Plaats batterijen (3x AAA). Op het scherm worden alle pictogrammen weergegeven (afb. A). Houd beide () toetsen ingedrukt en wacht 5 seconden voordat u verder gaat.
- 2) Druk op de **(SET)** knop, waardoor **(SPD)** op het middelste display en **(E1)** op het bovenste display wordt weergegeven.
- 3) Druk op de **(SET)** knop. Op het bovenste display verschijnt **(RPM 0)** en op het middelste display **(CAD)** en ofwel **(---)** (afb. B) of een alfanumerieke code van 4 cijfers (afb. C), afhankelijk van of de console al gekoppeld is. Als de console al gekoppeld is, kunt u deze stap overslaan door op de **(SET)** knop te drukken.
- 4) Om de snelheidszender aan de console te koppelen, drukt u op de (|) knop terwijl u op de pedalen van de fiets trapt.
- 5) Druk op de **(SET)** knop.
- 6) Selecteer eenheden (**KM / KG**) of (**MI / LBS**) met de () knoppen. Druk op de **(SET)** knop.
- 7) Selecteer machinetype (**TBC**), (**IC**) of (**AB**) met de () knoppen. Druk op de **(SET)** knop.
- 8) Druk op de **(SET)** knop om het **(OTA)** update-menu over te slaan.
- 9) De installatie is voltooid.

afb. A				
⌘		PAUSED		□
⊙RPM				
888				
AVG MAX				
♥HR		⊙DIST		
888		88.88		
AVG MAX		MI		KM
♣CAL		⊙TIME		
888		88:88		
AGE WT		LBS		KG

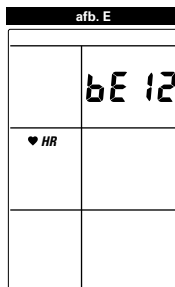
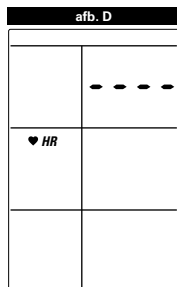
afb. B	
⊙ RPM	0
	CAD

afb. C	
⊙ RPM	0
	CAD
	1030



DE BORSTZENDER AAN DE CONSOLE KOPPELEN (ANT+)

- 1) Houd voor of tijdens een training de **(SET)** knop ingedrukt, waardoor (---) op het bovenste display en **(HR)** op het middelste display verschijnt (afb. D).
- 2) Druk op de (▶ | II) knop om het zoeken naar het HR-apparaat te starten. Beschikbare HR-apparaten worden weergegeven. Selecteer het gewenste HR-apparaat met de (^ v) knoppen (afb. E). Het sterkste (dichtstbijzijnde) signaal verschijnt eerst.
- 3) Druk op de **(SET)** knop.
- 4) Stel de LEEFTIJD in met de (^ v) knoppen. Druk op de **(SET)** knop.
- 5) Stel het GEWICHT in met de (^ v) knoppen. Druk op de **(SET)** knop.
- 6) HR-koppeling is voltooid.



OPMERKING:

Om nauwkeurige resultaten te verkrijgen, moet de borstzender voor aanvang van de training met de console worden gekoppeld en moet deze voor aanvang van elke nieuwe training opnieuw worden gekoppeld.

Als het display na 5 minuten zonder activiteit automatisch wordt uitgeschakeld, is de console naar de slaapstand gegaan. De gegevens van de persoonlijke instellingen keren terug naar de standaardinstellingen.



FUNKTIONER

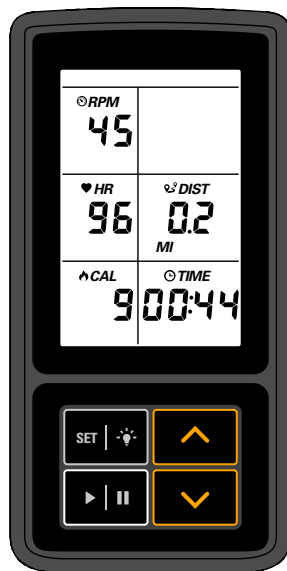
- ANT+ interoperabel 2,4 GHz trådløs teknologi
- Polar® 5 KHz teknologi
- Lavt strømforbrug for lang batterilevetid
- 6-panels datadisplay, Kadence, Puls, Distance, Kalorier, Tid
- Avanceret energiforbrugsalgoritme til personlige kalorier (Kcal)
- Konsollen drives af 3 stk. AAA-batterier, kadencesensoren af et enkelt CR2032 lithium-møntcellebatteri
- LED-baggrundsbelysning

DISPLAY

- Kadencehastighed, Aktuel, Gennemsnit og Maks.
- Puls, Aktuel, Gennemsnit og Maks.
- Distance, Kilometer, Miles
- Kalorier
- Tid
- Indikator for lavt batteri i konsol

SÅDAN BRUGES KONSOLLEN

- Tryk på (▶ | ||)-tasten for at starte eller sætte din træning på pause
- Tryk på (^ v)-tasterne for at skifte mellem Aktuel, Gennemsnit og Maks.
- Tryk på (⚡)-tasten i 5 sekunder for at tænde baggrundsbelysningen
- Tryk og hold (▶ | ||)-tasten nede for at nulstille træningsdata





KONSOLOPSÆTNING

- 1) Indsæt batterier (3 stk. AAA). Displayet vil vise alle ikoner (fig. A). Tryk på og hold begge ( )-taster nede, og vent 5 sekunder, før du fortsætter.
- 2) Tryk på **(SET)**-tasten, som viser **(E1)** i det øverste display og **(CAD)** i det midterste display.
- 3) Tryk på **(SET)**-tasten, som viser **(RPM 0)** i det øverste display og **(CAD)** i det midterste display og enten **(---)** (fig. B) eller en 4-cifret alfanumerisk kode (fig. C), afhængigt af om konsollen allerede er parret. Hvis konsollen allerede er parret, kan du springe dette trin over ved at trykke på **(SET)**-tasten.
- 4) For at parre hastighedssenderen med konsollen skal du trykke på ( | )-tasten, mens du træder i pedalerne på cyklen.
- 5) Tryk på **(SET)**-tasten.
- 6) Vælg enheder **(KM/KG)** eller **(MI/LBS)** ved at bruge ( )-tasterne. Tryk på **(SET)**-tasten.
- 7) Vælg maskintype **(TBC)**, **(IC)** eller **(AB)** ved at bruge ( )-tasterne. Tryk på **(SET)**-tasten.
- 8) Tryk på **(SET)**-tasten for at springe **(OTA)**-opdateringsmenuen over.
- 9) Opsætningen er fuldført.

FIG. A			
⌘ PAUSED □			
⊙ RPM			
888			
AVG MAX			
♥ HR	⊙ DIST		
888	8888		
AVG MAX	MI	KM	
♠ CAL	⊙ TIME		
888	8888		
AGE WT	LBS	KG	

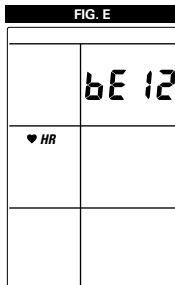
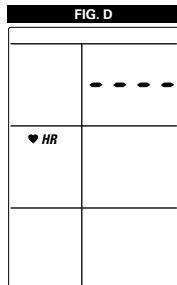
FIG. B	
⊙ RPM	
0	
	CAD

FIG. C	
⊙ RPM	
0	
	CAD
	1030



PARRING AF BRYSTSENDEREN MED KONSOLLEN (ANT+)

- 1) Før eller under en træning skal du trykke på og holde (SET)-tasten nede, som vil vise (---) i det øverste display og (HR) i det midterste display (fig. D).
- 2) Tryk på (▶ | II)-tasten for at begynde at scanne efter en HR-enhed. Tilgængelige HR-enheder vil blive vist. Brug (^ v)-tasterne til at vælge den ønskede HR-enhed (fig. E). Det stærkeste (nærmeste) signal vises først.
- 3) Tryk på (SET)-tasten.
- 4) Indstil **ALDER** ved at bruge (^ v)-tasterne. Tryk på (SET)-tasten.
- 5) Indstil **VÆGT** ved at bruge (^ v)-tasterne. Tryk på (SET)-tasten.
- 6) HR-parring er fuldført.



BEMÆRK:

Brystsenderen skal parres med konsollen, inden du starter øvelsen, for at opnå nøjagtige resultater og skal parres igen inden starten af hver ny øvelse.

Hvis displayet slukker automatisk efter 5 minutter uden nogen aktivitet, er konsollen gået i dvaletilstand. De personlige indstillingsdata skifter tilbage til standardindstillingerne.



CARACTÉRISTIQUES

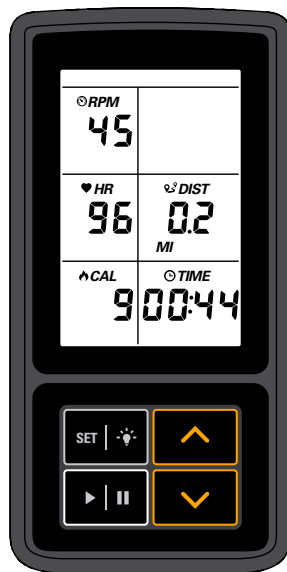
- Technologie sans fil 2.4Ghz interopérable ANT+
- Technologie Polar® 5 KHz
- Faible consommation d'énergie pour une longue durée de vie de la batterie
- Affichage des données sur 6 panneaux : Cadence, Fréquence cardiaque, Distance, Calories, Temps
- Algorithme avancé de dépense énergétique pour des Kcals (calories) personnalisés
- La console fonctionne avec 3 piles AAA, le capteur de cadence avec une seule pile au lithium CR2032
- Rétro-éclairage par LED

AFFICHAGE

- Cadence TPM ; actuelle, moyenne et maximale
- Fréquence cardiaque ; actuelle, moyenne et maximale
- Distance ; Kilomètres, Miles
- Calories
- Temps
- Indicateur de batterie faible de la console

UTILISATION DE LA CONSOLE

- Appuyez sur la touche (▶ | ||) pour démarrer ou interrompre votre séance d'entraînement
- Appuyez sur les touches (^ v) pour passer de l'état actuel à l'état moyen et à l'état maximal
- Appuyez sur la touche (☼) pour allumer le rétroéclairage pendant 5 secondes
- Appuyez sur la touche (▶ | ||) et maintenez-la enfoncée pour réinitialiser les données de la séance d'entraînement





CONFIGURATION DE LA CONSOLE

- 1) Insérer les piles (3x AAA). L'écran affiche toutes les icônes (Fig. A). Appuyez sur les deux touches (**^** **v**) et maintenez-les enfoncées, puis attendez 5 secondes avant de poursuivre.
- 2) Appuyez sur la touche (**SET**), ce qui affichera (**E1**) sur l'écran supérieur et (**CAD**) sur l'écran central.
- 3) Appuyez sur la touche (**SET**), qui affichera (**RPM 0**) sur l'écran supérieur et (**CAD**) sur l'écran central, ainsi que (---) (Fig. B) ou un code alphanumérique à 4 chiffres (Fig. C), selon que la console est déjà appariée ou non. Si la console est déjà appariée, vous pouvez sauter cette étape en appuyant sur la touche (**SET**).
- 4) Pour appairer le transmetteur de vitesse à la console, appuyez sur la touche (**▶** | **||**) tout en pédalant sur le vélo.
- 5) Appuyez sur la touche (**SET**).
- 6) Sélectionnez les unités (**KM / KG**) ou (**MI / LBS**) à l'aide des touches (**^** **v**). Appuyez sur la touche (**SET**).
- 7) Sélectionnez le type de machine (**TBC**), (**IC**) ou (**AB**) à l'aide des touches (**^** **v**). Appuyez sur la touche (**SET**).
- 8) Appuyez sur la touche (**SET**) pour passer le menu de mise à jour (**OTA**).
- 9) L'installation est terminée.

FIG. A			
⌘ PAUSED □			
⊙ RPM 888			
AVG MAX			
♥ HR 888		⊙ DIST 8888	
AVG MAX		MI KM	
♠ CAL 888		⊙ TIME 8888	
AGE WT		LBS KG	

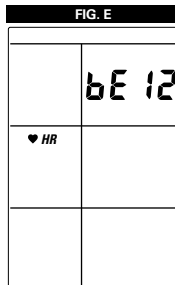
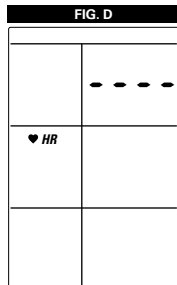
FIG. B	
⊙ RPM 0	
	CAD

FIG. C	
⊙ RPM 0	
	CAD
	1030



COUPLAGE DU TRANSMETTEUR PECTORAL À LA CONSOLE (ANT+)

- 1) Avant ou pendant une séance d'entraînement, appuyez sur la touche (**SET**) et maintenez-la enfoncée. L'écran supérieur affiche (---) et l'écran central (**HR**) (Fig. D).
- 2) Appuyez sur la touche (▶ | II) pour lancer la recherche du dispositif HR. Les dispositifs HR disponibles s'affichent. Utiliser les touches (^ v) pour sélectionner le dispositif HR souhaité (Fig. E). Le signal le plus fort (le plus proche) apparaît en premier.
- 3) Appuyez sur la touche (**SET**).
- 4) Réglez l'**ÂGE** à l'aide des touches (^ v). Appuyez sur la touche (**SET**).
- 5) Réglez le **POIDS** à l'aide des touches (^ v). Appuyez sur la touche (**SET**).
- 6) L'appariement HR est terminé.



REMARQUE:

Le transmetteur pectoral doit être couplé à la console avant de commencer l'exercice pour obtenir des résultats précis, et il doit être couplé à nouveau avant le début de chaque nouvel exercice.

Si l'écran s'éteint automatiquement après 5 minutes sans activité, cela signifie que la console est entrée en mode veille. Les données des paramètres personnels seront réinitialisées aux paramètres par défaut.



CARACTERÍSTICAS

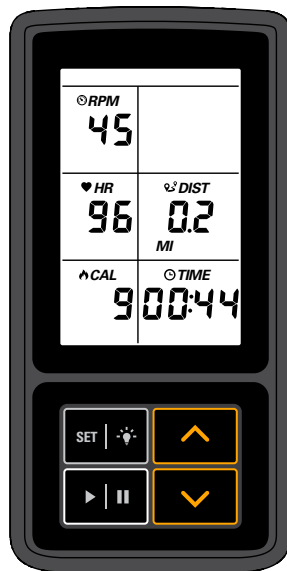
- Tecnología inalámbrica ANT+ interoperable de 2,4 GHz
- Tecnología Polar® de 5 KHz
- Bajo consumo de energía para una larga duración de la batería
- Visualización de datos en 6 paneles; Cadencia, Frecuencia Cardíaca, Distancia, Calorías, Tiempo
- Algoritmo avanzado de gasto energético para Kcals (Calorías) personalizadas
- La consola funciona con 3 pilas AAA, el sensor de cadencia con una sola pila de botón de litio CR2032
- Retroiluminación LED

PANTALLA

- Cadencia RPM; actual, media y máxima
- Frecuencia cardíaca; actual, media y máxima
- Distancia; Kilómetros, Millas
- Calorías
- Tiempo
- Indicador de batería baja de la consola

USO DE LA CONSOLA

- Pulse la tecla (▶ | ||) para iniciar o pausar su entrenamiento
- Pulse las teclas (^ v) para alternar entre Corriente, Media y Máx
- Pulse la tecla (☼) para encender la luz de fondo durante 5 segundos
- Mantenga pulsada la tecla (▶ | ||) para restablecer los datos del entrenamiento





CONFIGURACIÓN DE LA CONSOLA

- 1) Inserte las pilas (3x AAA). La pantalla mostrará todos los iconos (fig. A). Mantenga pulsadas las dos teclas (**^** **v**) y espere 5 segundos antes de continuar.
- 2) Pulse la tecla (**SET**), que mostrará (**E1**) en la pantalla superior y (**CAD**) en la pantalla central.
- 3) Pulse la tecla (**SET**), que mostrará (**RPM 0**) en la pantalla superior y (**CAD**) en la pantalla central y (---) (fig. B) o un código alfanumérico de 4 dígitos (fig. C), en función de si la consola ya está emparejada. Si la consola ya está emparejada, puede saltarse este paso pulsando la tecla (**SET**).
- 4) Para acoplar el transmisor de velocidad a la consola, pulse la tecla (**▶** | **||**) mientras pedalea en la bicicleta.
- 5) Pulse la tecla (**SET**).
- 6) Seleccione las unidades (**KM / KG**) o (**MI / LBS**) con las teclas (**^** **v**). Pulse la tecla (**SET**).
- 7) Seleccione el tipo de máquina (**TBC**), (**IC**) o (**AB**) con las teclas (**^** **v**). Pulse la tecla (**SET**).
- 8) Pulse la tecla (**SET**) para saltar el menú de actualización (**OTA**).
- 9) La instalación ha terminado.

FIG. A			
⌘ PAUSED □			
⊙RPM			
888			
AVG MAX			
♥HR		⊙DIST	
888		88.88	
AVG MAX		MI	KM
♠CAL		⊙TIME	
888		88:88	
AGE WT		LBS	KG

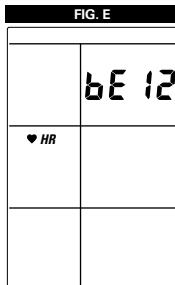
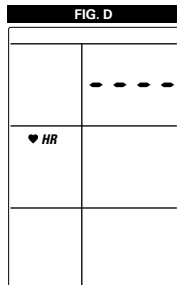
FIG. B	
⊙RPM	
0	
	CAD

FIG. C	
⊙RPM	
0	
	CAD
	1030



EMPAREJAMIENTO DEL TRANSMISOR PECTORAL A LA CONSOLA (ANT+)

- 1) Antes o durante un entrenamiento, mantenga pulsada la tecla (**SET**), que mostrará (---) en la pantalla superior y (**HR**) en la pantalla central (fig. D).
- 2) Pulse la tecla (► | II) para iniciar la búsqueda del dispositivo de FR. Se mostrarán los dispositivos de FR disponibles. Utilice las teclas (^ v) para seleccionar el dispositivo de FR deseado (fig. E). La señal más intensa (cercana) aparecerá en primer lugar.
- 3) Pulse la tecla (**SET**).
- 4) Ajuste la **EDAD** con las teclas (^ v). Pulse la tecla (**SET**).
- 5) Ajuste el **PESO** con las teclas (^ v). Pulse la tecla (**SET**).
- 6) El emparejamiento de FR está completo.



NOTA:

El transmisor pectoral debe emparejarse con la consola antes de iniciar el ejercicio para obtener resultados precisos y debe volver a emparejarse antes de iniciar cada nuevo ejercicio.

Si la pantalla se apaga automáticamente después de 5 minutos sin ninguna actividad, entonces la consola ha entrado en modo de reposo. Los datos de configuración personal volverán a la configuración predeterminada.



CARATTERISTICHE

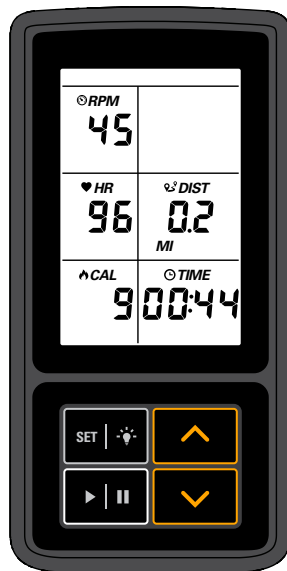
- Tecnologia wireless interoperabile ANT+ a 2,4 Ghz
- Tecnologia Polar® a 5 KHz
- Basso consumo energetico per una lunga durata della batteria
- Display dati a 6 pannelli: cadenza, frequenza cardiaca, distanza, calorie, tempo
- Algoritmo avanzato di dispendio energetico personalizzato in Kcal (calorie)
- La console funziona con 3 batterie AAA, il sensore di cadenza con una batteria a bottone al litio CR2032
- DISPLAY con retroilluminazione a LED

DISPLAY

- Cadenza in RPM attuale, media e massima
- Frequenza cardiaca attuale, media e massima
- Distanza in chilometri o miglia
- Calorie
- Tempo
- Indicatore di batteria scarica della console

UTILIZZO DELLA CONSOLE

- Premere il tasto (▶ | ||) per avviare o mettere in pausa l'allenamento
- Premere i tasti (^ v) per passare da attuale, media e massima
- Premere il tasto (*) per accendere la retroilluminazione per 5 secondi
- Tenere premuto il tasto (▶ | ||) per resettare i dati dell'allenamento





CONFIGURAZIONE DELLA CONSOLE

- 1) Inserire le batterie (3x AAA). Appariranno sullo schermo tutte le icone (Fig. A). Tenere premuti entrambi i tasti () e attendere 5 secondi prima di continuare.
- 2) Premere il tasto (SET), che mostrerà (E1) sul display superiore e (CAD) sul display centrale.
- 3) Premere il tasto (SET), che mostrerà (RPM 0) sul display superiore e (CAD) sul display centrale e (---) (Fig. B) o un codice alfanumerico a 4 cifre (Fig. C), a seconda che la console sia già associata o meno. Se la console è già associata, è possibile saltare questo passaggio premendo il tasto (SET).
- 4) Per associare il trasmettitore di velocità alla console, premere il tasto (|) mentre si pedala sulla bike.
- 5) Premere il tasto (SET).
- 6) Selezionare le unità (KM / KG) o (MI / LBS) attraverso i tasti (). Premere il tasto (SET).
- 7) Selezionare il tipo di macchinario (TBC), (IC) o (AB) attraverso i tasti (). Premere il tasto (SET).
- 8) Premere il tasto (SET) per saltare il menu di aggiornamento (OTA).
- 9) L'installazione è completa.

FIG. A			
⌘ PAUSED □			
⊙ RPM	888		
AVG MAX			
♥ HR	88888888		
AVG MAX	MI KM		
♠ CAL	88888888		
AGE WT	LBS KG		

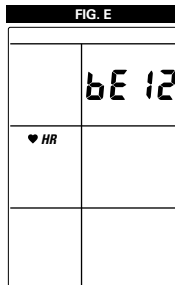
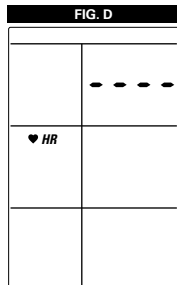
FIG. B	
⊙ RPM	0
	CAD

FIG. C	
⊙ RPM	0
	CAD
	1030



ACCOPPIAMENTO DEL TRASMETTITORE TORACICO ALLA CONSOLE (ANT+)

- 1) Prima o durante un allenamento, premere e tenere premuto il tasto **(SET)**, che mostrerà (---) sul display superiore e **(HR)** sul display centrale (Fig. D).
- 2) Premere il tasto **(▶ ||)** per avviare la scansione del dispositivo HR. Appariranno i dispositivi HR disponibili. Utilizzare i tasti **(^ v)** per selezionare il dispositivo HR desiderato (Fig. E). Il segnale più forte (più vicino) apparirà per primo.
- 3) Premere il tasto **(SET)**.
- 4) Impostare l'**ETÀ** attraverso i tasti **(^ v)**. Premere il tasto **(SET)**.
- 5) Impostare il **PESO** attraverso i tasti **(^ v)**. Premere il tasto **(SET)**.
- 6) L'associazione HR è completa.



NOTA:

Per ottenere risultati precisi, il trasmettitore toracico deve essere accoppiato alla console prima di iniziare l'esercizio e deve essere accoppiato nuovamente prima di iniziare ogni nuovo esercizio.

Se il display si spegne automaticamente dopo 5 minuti senza alcuna attività, la console è entrata in modalità sleep. I dati delle impostazioni personali torneranno alle impostazioni predefinite.



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ

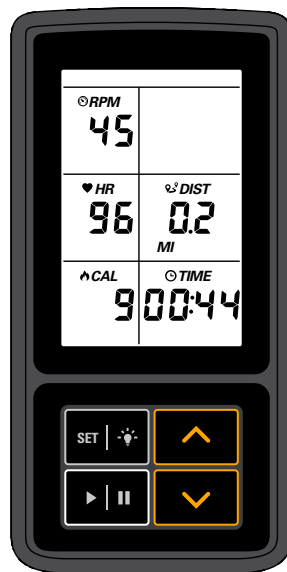
- Διαλειτουργική ασύρματη τεχνολογία ANT+ 2,4Ghz
- Τεχνολογία Polar® 5 KHz
- Χαμηλή κατανάλωση ενέργειας για μακρά διάρκεια ζωής της μπαταρίας
- Απεικόνιση δεδομένων σε 6 πίνακες: Ρυθμός, Καρδιακός Ρυθμός, Απόσταση, Θερμίδες, Χρόνος
- Προηγμένος αλγόριθμος ενεργειακών δαπανών για εξατομικευμένες Kcals (Θερμίδες)
- Η κονσόλα λειτουργεί με 3x μπαταρίες AAA, ο αισθητήρας ρυθμού με μία μπαταρία λιθίου CR2032 σε σχήμα νομίσματος
- Οπίσθιο φως LED

ΟΘΟΝΗ

- Ρυθμός RPM: Τρέχων, Μέσος και Μέγιστος
- Καρδιακός Ρυθμός: Τρέχων, Μέσος και Μέγιστος
- Απόσταση: Χιλιόμετρα, Μίλια
- Θερμίδες
- Χρόνος
- Ένδειξη χαμηλής μπαταρίας κονσόλας

ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

- Πατήστε το πλήκτρο (▶ | ||) για έναρξη ή παύση της προπόνησής σας
- Πατήστε τα πλήκτρα (^ v) για περιήγηση μεταξύ της Τρέχουσας, Μέσης και Μέγιστης τιμής
- Πατήστε το πλήκτρο (⚙) για να ενεργοποίηση του οπίσθιου φωτός για 5 δευτερόλεπτα
- Πατήστε και κρατήστε πατημένο το πλήκτρο (▶ | ||) για επαναφορά των δεδομένων προπόνησης





ΡΥΘΜΙΣΗ ΚΟΝΣΟΛΑΣ

- 1) Τοποθετήστε τις μπαταρίες (3x AAA). Στην οθόνη θα εμφανιστούν όλα τα εικονίδια (Εικ. Α). Πατήστε και κρατήστε πατημένα και τα δύο πλήκτρα (**^** **v**) και περιμένετε 5 δευτερόλεπτα πριν προχωρήσετε.
- 2) Πατήστε το πλήκτρο (**SET**), το οποίο θα εμφανίσει (**E1**) στο επάνω μέρος της οθόνης και (**CAD**) στο μεσαίο μέρος της οθόνης.
- 3) Πατήστε το πλήκτρο (**SET**), το οποίο θα εμφανίσει (**RPM 0**) στο επάνω μέρος της οθόνης και (**CAD**) στο μεσαίο μέρος της οθόνης και είτε (---) (Εικ. Β) είτε έναν 4ψήφιο αλφαριθμητικό κωδικό (Εικ. C), ανάλογα με το αν η κονσόλα έχει ήδη συζευχθεί. Εάν η κονσόλα έχει ήδη συζευχθεί, μπορείτε να παραλείψετε αυτό το βήμα πατώντας το πλήκτρο (**SET**).
- 4) Για να σύζευξη του πομπού ταχύτητας με την κονσόλα, πατήστε το πλήκτρο (**▶** | **II**) ενώ κάνετε πεντάλ με το ποδήλατο.
- 5) Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 6) Επιλέξτε μονάδες (**KM / KG**) ή (**MI / LBS**) χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα (**^** **v**). Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 7) Επιλέξτε τύπο μηχανήματος (**TBC**), (**IC**) ή (**AB**) χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα (**^** **v**). Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 8) Πατήστε το πλήκτρο (**SET**) για παράλειψη (**OTA**) του μενού ενημέρωσης.
- 9) Η ρύθμιση ολοκληρώθηκε.

Εικ. Α			
⌘ PAUSED ⏏			
⊙ RPM			
888			
AVG MAX			
♥ HR	⊙ DIST		
888	8888		
AVG MAX	MI	KM	
♣ CAL	⊙ TIME		
888	8888		
AGE WT	LBS	KG	

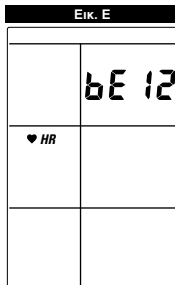
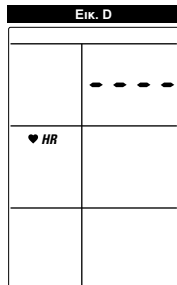
Εικ. Β	
⊙ RPM	
0	
	CAD

Εικ. C	
⊙ RPM	
0	
	CAD
	1030



ΣΥΖΕΥΞΗ ΠΟΜΠΟΥ ΣΤΗΘΟΥΣ ΜΕ ΤΗΝ ΚΟΝΣΟΛΑ (ANT+)

- 1) Πριν ή κατά τη διάρκεια μιας προπόνησης, πατήστε και κρατήστε πατημένο το πλήκτρο (**SET**), το οποίο θα εμφανίσει (---) στο επάνω μέρος της οθόνης και (**HR**) στο μεσαίο μέρος της οθόνης (Εικ. D).
- 2) Πατήστε το πλήκτρο (**▶ ||**) για να ξεκινήσετε τη σάρωση για συσκευή Καρδιακού Ρυθμού. Θα εμφανιστούν οι διαθέσιμες συσκευές Καρδιακού Ρυθμού. Χρησιμοποιήστε τα πλήκτρα (**^ v**) για να επιλέξετε την επιθυμητή συσκευή Καρδιακού Ρυθμού (Εικ. E). Το ισχυρότερο (πλησιέστερο) σήμα θα εμφανιστεί πρώτο.
- 3) Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 4) Ρυθμίστε την **ΗΛΙΚΙΑ** χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα (**^ v**). Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 5) Ρυθμίστε το **ΒΑΡΟΣ** χρησιμοποιώντας τα πλήκτρα (**^ v**). Πατήστε το πλήκτρο (**SET**).
- 6) Η σύζευξη Καρδιακού Ρυθμού έχει ολοκληρωθεί.



ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

Ο πομπός στήθους πρέπει να συζευχθεί με την κονσόλα πριν από την έναρξη της άσκησης για να επιτευχθούν ακριβή αποτελέσματα και πρέπει να συζευχθεί ξανά πριν από την έναρξη κάθε νέας άσκησης.

Εάν η οθόνη απενεργοποιηθεί αυτόματα μετά από 5 λεπτά χωρίς καμία δραστηριότητα, τότε η κονσόλα έχει εισέλθει σε λειτουργία ύπνου. Τα δεδομένα προσωπικών ρυθμίσεων θα επιστρέψουν στις προεπιλεγμένες ρυθμίσεις.



CECHY

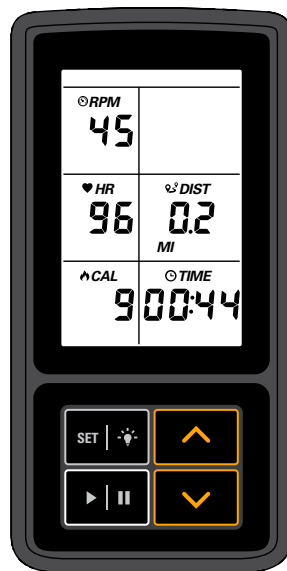
- Technologia bezprzewodowa 2,4 GHz zgodna z ANT+
- Technologia Polar® 5 kHz
- Niskie zużycie energii zapewniające długą żywotność baterii
- Wyświetlacz danych na 6 panelach: Kadencja, Tętno, Dystans, Kalorie, Czas
- Zaawansowany algorytm wydatkowania energii do spersonalizowanych kcal (Kalorie)
- Konsola jest zasilana 3 bateriami AAA, czujnik kadencji — jedną baterią litową CR2032
- Podświetlenie wyświetlacza LED

POKAZ

- Kadencja RPM; Aktualnie, Średnio i Maksymalnie
- Tętno; Aktualnie, Średnio i Maksymalnie
- Dystans; Kilometry, Mile
- Kalorie
- Czas
- Wskaźnik niskiego poziomu naładowania baterii konsoli

KORZYSTANIE Z KONSOLI

- Naciśnij przycisk (▶ | ||), aby rozpocząć lub wstrzymać trening
- Naciśnij przyciski (^ v), aby przełączać się między wartościami Aktualnie, Średnio i Maksymalnie
- Naciśnij przycisk (☼), aby włączyć podświetlenie na 5 sekund
- Naciśnij i przytrzymaj przycisk (▶ | ||), aby zresetować dane dotyczące treningu





KONFIGURACJA KONSOLI

- 1) Zainstaluj baterie (3x AAA). Na ekranie zostaną wyświetlone wszystkie ikony (rys. A). Naciśnij i przytrzymaj oba klawisze (**^** **v**) i odczekaj 5 sekund, zanim przejdziesz dalej.
- 2) Naciśnij przycisk (**SET**), co spowoduje wyświetlenie (**E1**) na wyświetlaczu górnym i (**CAD**) na środkowym.
- 3) Naciśnij przycisk (**SET**), co spowoduje wyświetlenie (**RPM 0**) na wyświetlaczu górnym i (**CAD**) na środkowym oraz (---) (rys. B) lub 4-cyfrowego kodu alfanumerycznego (rys. C), w zależności od tego, czy konsola została już sparowana. Jeśli konsola jest już sparowana, możesz pominąć ten krok, naciskając przycisk (**SET**).
- 4) Aby sparować nadajnik prędkości z konsolą, naciśnij przycisk (**▶** | **||**) podczas pedalowania na rowerze.
- 5) Naciśnij przycisk (**SET**).
- 6) Wybierz jednostki (**KM/KG**) lub (**MI/LBS**) za pomocą przycisków (**^** **v**). Naciśnij przycisk (**SET**).
- 7) Wybierz typ maszyny (**TBC**), (**IC**) lub (**AB**) za pomocą przycisków (**^** **v**). Naciśnij przycisk (**SET**).
- 8) Naciśnij przycisk (**SET**), aby pominąć menu aktualizacji (**OTA**).
- 9) Konfiguracja jest zakończona.

rys. A			
⌘ PAUSED □			
⊙ RPM 888			
AVG MAX			
♥ HR 888		⊙ DIST 8888	
AVG MAX		MI KM	
♠ CAL 888		⊙ TIME 8888	
AGE WT		LBS KG	

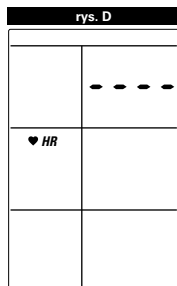
rys. B	
⊙ RPM 0	
	CAD

rys. C	
⊙ RPM 0	
	CAD
	1030



PAROWANIE NADAJNIKA PIERSIOWEGO Z KONSOLĄ (ANT+)

- 1) Przed treningiem lub w jego trakcie naciśnij i przytrzymaj przycisk (**SET**), co spowoduje wyświetlenie (---) na wyświetlaczu górnym i (**HR**) na środkowym (rys. D).
- 2) Naciśnij przycisk (▶ | II), aby rozpocząć skanowanie w poszukiwaniu urządzenia HR. Nastąpi wyświetlenie dostępnych urządzeń HR. Za pomocą przycisków (^ v) wybierz żądane urządzenie HR (rys. E). Sygnał najsilniejszy (najbliższy) pojawi się jako pierwszy.
- 3) Naciśnij przycisk (**SET**).
- 4) Ustaw parametr **WIEK** za pomocą przycisków (^ v). Naciśnij przycisk (**SET**).
- 5) Ustaw parametr **MASA CIAŁA** za pomocą przycisków (^ v). Naciśnij przycisk (**SET**).
- 6) Parowanie urządzenia HR zostało zakończone.



UWAGA:

Aby uzyskać dokładne wyniki, nadajnik piersiowy należy sparować z konsolą przed rozpoczęciem ćwiczeń. Ponadto przed rozpoczęciem każdego nowego ćwiczenia należy ponownie wykonać parowanie.

Jeżeli wyświetlacz wyłączy się automatycznie po 5 minutach bezczynności, oznacza to, że konsola przeszła w tryb uśpienia. Dane ustawień osobistych powrócą do wartości domyślnych.



ОСОБЕННОСТИ

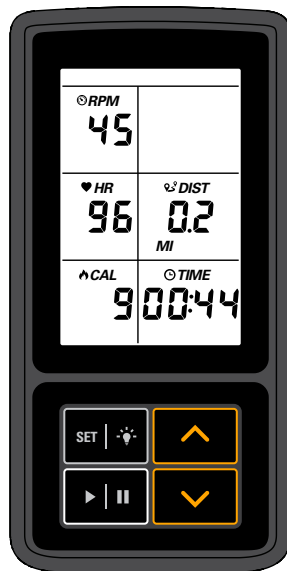
- Tecnologia wireless 2,4 Ghz interoperável com ANT+
- Tecnologia Polar® de 5 KHz
- Baixo consumo de energia para longa duração da bateria
- Exibição de dados de 6 painéis; Cadência, Frequência cardíaca, Distância, Calorias, Tempo
- Algoritmo avançado de gasto energético para calorias (Kcal) personalizadas
- O console opera com 3 pilhas AAA, o sensor de cadência com uma única bateria de lítio CR2032 do tipo moeda
- Luz de fundo LED

EXIBIÇÃO

- Cadência em RPM; Atual, Média e Máx.
- Frequência cardíaca; Atual, Média e Máx.
- Distância; Quilômetros, Milhas
- Calorias
- Tempo
- Indicador de bateria fraca do console

USANDO O CONSOLE

- Pressione a tecla (▶ | ||) para iniciar ou pausar seu treino
- Pressione as teclas (^ v) para alternar entre Atual, Média e Máx.
- Pressione a tecla (☼) para ligar a luz de fundo por 5 segundos
- Pressione e segure a tecla (▶ | ||) para redefinir os dados do treino





CONFIGURAÇÃO DO CONSOLE

- 1) Insira pilhas (3x AAA). A tela exibirá todos os ícones (Fig. A). Pressione e segure ambas as teclas (**^** **v**) e aguarde 5 segundos antes de prosseguir.
- 2) Pressione a tecla de configuração (**SET**) que mostrará (**E1**) no visor superior e (**CAD**) no visor intermediário.
- 3) Pressione a tecla de configuração (**SET**), que mostrará (**RPM 0**) no visor superior e (**CAD**) no visor intermediário e (---) (Fig. B) ou um código alfanumérico de 4 dígitos (Fig. C), dependendo se o console já estiver emparelhado. Se o console já estiver emparelhado, você pode pular esta etapa pressionando a tecla (**SET**).
- 4) Para emparelhar o transmissor de velocidade ao console, pressione a tecla (**▶** | **||**) enquanto pedala a bicicleta.
- 5) Pressione a tecla (**SET**).
- 6) Selecione unidades (**KM / KG**) ou (**MI / LBS**) usando as teclas (**^** **v**). Pressione a tecla (**SET**).
- 7) Selecione o tipo de máquina (**TBC**), (**IC**) ou (**AB**) usando as teclas (**^** **v**). Pressione a tecla (**SET**).
- 8) Pressione a tecla (**SET**) para pular o menu de atualização (**OTA**).
- 9) A configuração está concluída.

FIG. A			
⌘ PAUSED □			
⊙RPM	888		
AVG MAX			
♥HR	88888888		
AVG MAX	MI KM		
♠CAL	88888888		
AGE WT	LBS KG		

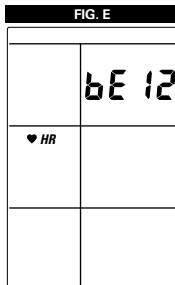
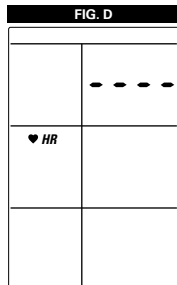
FIG. B	
⊙RPM	0
	CAD

FIG. C	
⊙RPM	0
	CAD
	1030



EMPARELHAMENTO DO TRANSMISSOR DE TÓRAX AO CONSOLE (ANT+)

- 1) Antes ou durante um treino, pressione e segure a tecla de configuração (**SET**), que mostrará (---) no visor superior e (**HR**) no visor intermediário (Fig. D).
- 2) Pressione a tecla (**► | II**) para iniciar a busca pelo dispositivo de FC. Os dispositivos de FC disponíveis serão exibidos. Use as teclas (**^ v**) para selecionar o dispositivo de FC desejado (Fig. E). O sinal mais forte (mais próximo) aparecerá primeiro.
- 3) Pressione a tecla (**SET**).
- 4) Defina a **IDADE** usando as teclas (**^ v**). Pressione a tecla (**SET**).
- 5) Defina o **PESO** usando as teclas (**^ v**). Pressione a tecla (**SET**).
- 6) O pareamento de FC está completo.



NOTA:

O transmissor de tórax deve ser emparelhado com o console antes de iniciar o exercício para obter resultados precisos e deve ser emparelhado novamente antes do início de cada novo exercício.

Se o visor apagar automaticamente após 5 minutos sem nenhuma atividade, o console entrará no modo de hibernação. Os dados de configurações pessoais retornarão à configuração padrão.



FEATURES

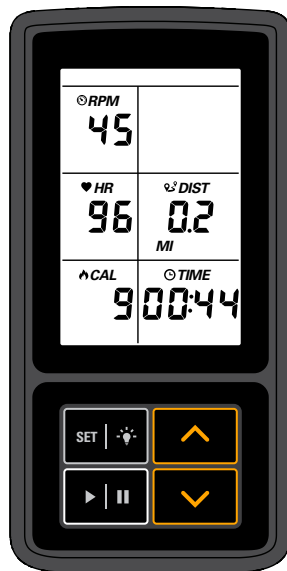
- Совместимость с беспроводной технологией ANT+ 2,4 ГГц
- Технология Polar® 5 кГц
- Низкое энергопотребление обеспечивает длительный срок службы батареи
- Отображение данных на 6 панелях: частота вращения, частота сердечных сокращений, расстояние, калории, время
- Усовершенствованный алгоритм расчета расхода энергии для персонализированного подсчета калорий (ккал)
- Консоль работает от трех батареек AAA, датчик частоты вращения — от одной литиевой батареи CR2032
- Светодиодная подсветка

ДИСПЛЕЙ

- Частота вращения: текущая, средняя и максимальная
- Частота сердечных сокращений: текущая, средняя и максимальная
- Расстояние: километры, мили
- Калории
- Время
- Индикатор низкого заряда батареи консоли

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КОНСОЛИ

- Нажмите кнопку (▶ | ||), чтобы запустить или приостановить тренировку.
- Нажимайте клавиши (^ v) для переключения между текущим, средним и максимальным значением.
- Нажмите кнопку (*), чтобы включить подсветку на 5 секунд.
- Нажмите и удерживайте кнопку (▶ | ||), чтобы сбросить данные тренировки.





НАСТРОЙКА КОНСОЛИ

- 1) Вставьте батареи (AAA, 3 шт.). На экране отобразятся все значки (рис. А). Нажмите и удерживайте обе кнопки ($\wedge \vee$) в течение 5 секунд.
- 2) Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ), после чего на верхнем дисплее отобразится (E1), а на среднем — (SPD).
- 3) Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ), после чего на верхнем дисплее отобразится (RPM 0), на среднем — (CAD), а также (---) (рис. В) или 4-значный буквенно-цифровой код (рис. С) в зависимости от того, выполнено ли сопряжение консоли. Если консоль уже сопряжена, вы можете пропустить этот шаг, нажав клавишу (SET) (УСТАНОВИТЬ).
- 4) Чтобы выполнить сопряжение датчика скорости с консолью, нажмите кнопку ($\blacktriangleright$ | II), одновременно вращая педали.
- 5) Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ).
- 6) Выберите единицы измерения (KM/KG) (км/кг) или (MI/LBS) (мили/фунты) с помощью клавиш ($\wedge \vee$). Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ).
- 7) Выберите тип машины (TBC), (IC) или (AB) с помощью клавиш ($\wedge \vee$). Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ).
- 8) Нажмите кнопку (SET) (УСТАНОВИТЬ), чтобы пропустить меню обновления (OTA).
- 9) Настройка завершена.

рис. А	
⌘ PAUSED □	
⊙ RPM 888 AVG MAX	
♥ HR 888 AVG MAX	⊙ DIST 8888 MI KM
♠ CAL 888 AGE WT	⊙ TIME 8888 LBS KG

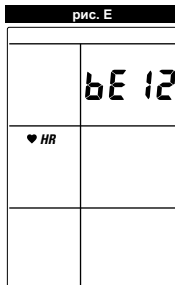
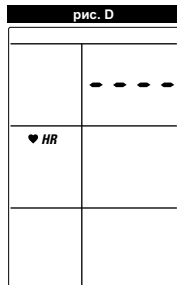
рис. В	
⊙ RPM 0	
	CAD

рис. С	
⊙ RPM 0	
	CAD
	1030



СОПРЯЖЕНИЕ НАГРУДНОГО ПЕРЕДАТЧИКА С КОНСОЛЬЮ (ANT+)

- 1) До или во время тренировки нажмите и удерживайте кнопку (**SET**) (**УСТАНОВИТЬ**), после чего отобразится (---) на верхнем дисплее и (**HR**) (Частота сердечных сокращений) на среднем дисплее (рис. D).
- 2) Нажмите клавишу (▶ | II), чтобы начать сканирование устройств ЧСС. Отобразятся доступные устройства измерения ЧСС. Используйте клавиши (▲▼) для выбора нужного устройства, регистрирующего ЧСС (рис. E). Сначала отобразится самый сильный (ближайший) сигнал.
- 3) Нажмите кнопку (**SET**) (**УСТАНОВИТЬ**).
- 4) Установите параметр **AGE** (**ВОЗРАСТ**) с помощью клавиш (▲▼). Нажмите кнопку (**SET**) (**УСТАНОВИТЬ**).
- 5) Установите параметр **WEIGHT** (**МАССА**) с помощью клавиш (▲▼). Нажмите кнопку (**SET**) (**УСТАНОВИТЬ**).
- 6) Сопряжение с устройством ЧСС завершено.



ПРИМЕЧАНИЕ:

Нагрудный передатчик должен быть сопряжен с консолью перед началом упражнения, что позволит получать точные результаты, и его необходимо сопрягать снова перед началом каждого нового упражнения.

Если дисплей автоматически выключается через 5 минут без каких-либо действий, это значит, что консоль перешла в спящий режим. Данные личных настроек вернутся к настройкам по умолчанию.



特徵

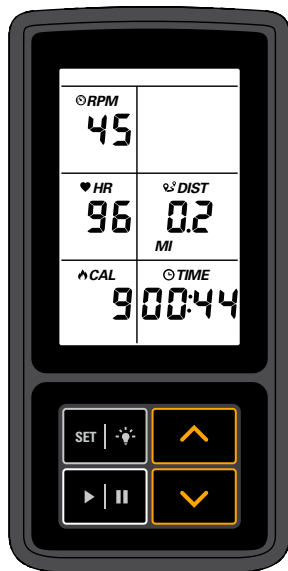
- ANT+ 互通 2.4Ghz 無線技術
- Polar® 5 KHz 技術
- 低電力消耗，電池壽命更長久
- 6 面板資料顯示；步頻、心率、距離、卡路里、時間
- 能算出個人化卡路里的先進能量消耗演算法
- 儀表使用 3 顆 AAA 電池運作，步頻感測器則需要一粒 CR2032 鈕扣型鋰電池
- LED 背光

顯示

- 每分鐘轉速的節奏；目前、平均和最大值
- 心率；目前、平均和最大值
- 距離；公里、英里
- 卡路里
- 時間
- 儀表低電量警示

使用儀表

- 按下(▶|⏏)鍵開始或暫停運動
- 按下(⤴⤵)鍵在「目前」，「平均」和「最大值」之間切換
- 按下(💡)鍵打開背光 5 秒
- 按住(▶|⏏)鍵重置運動資料





儀表設定

- 1) 裝入電池 (3 顆 AAA)。螢幕將顯示所有圖示 (圖 A)。同時長按兩個 () 鍵，等待 5 秒後再繼續。
- 2) 按下 (SET) 鍵，頂部螢幕的就會出現 (E1)，中間螢幕則會出現 (CAD)。
- 3) 按下 (SET) 鍵，頂部螢幕的就會出現 (RPM 0)，中間螢幕則會出現 (CAD) 以及 (----) (圖 B) 或四位數的數字代碼 (圖 C)，取決於儀表是否已配對。如果儀表已配對，可按下 (SET) 鍵略過此步驟。
- 4) 將速度傳感器與儀表配對時，請在踩健身車踏板的同時按下 (||) 鍵。
- 5) 按下 (SET) 鍵。
- 6) 使用 () 鍵選擇單位 (KM/KG) 或 (英哩 / 磅)。按下 (SET) 鍵。
- 7) 使用 () 鍵選擇機器模式 (TBC)、(IC) 或 (AB)。按下 (SET) 鍵。
- 8) 按下 (SET) 鍵即可略過 (OTA) 更新選單。
- 9) 設定完成。

圖 A	
⌘ PAUSED □	
⊙RPM 888 AVG MAX	
♥HR 888 AVG MAX	⊙DIST 8888 MI KM
♠CAL 888 AGE WT	⊙TIME 8888 LBS KG

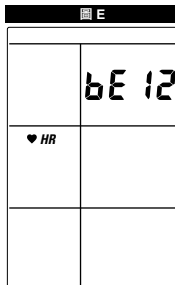
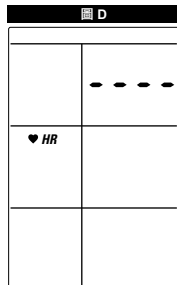
圖 B	
⊙RPM 0	
	CAD

圖 C	
⊙RPM 0	
	CAD
	1030



胸部傳輸器與儀表配對 (ANT+)

- 1) 運動前或運動過程中，長按 (**SET**) 鍵，頂部螢幕就會出現 (----)，中間螢幕則會出現 (**HR**) (圖 D)。
- 2) 按下 (▶ | ||) 鍵開始掃描心率裝置。將顯示可用的心率裝置。使用 (^ v) 鍵選擇所需的心率裝置 (圖 E)。會先出現最強 (最接近) 的信號。
- 3) 按下 (**SET**) 鍵。
- 4) 使用 (^ v) 鍵設定年齡。按下 (**SET**) 鍵。
- 5) 使用 (^ v) 鍵設定體重。按下 (**SET**) 鍵。
- 6) 心率配對完成。



請注意:

胸部傳輸器必須在運動前跟儀表配對，才能測出準確結果，且每次運動前都要再次配對。

若螢幕在閒置 5 分鐘後自動關閉，儀表就會進入休眠模式。個人設定資料將會恢復預設。



特徴

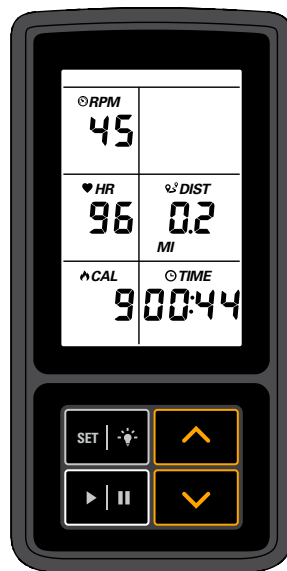
- ANT+相互運用可能な 2.4Ghz ワイヤレステクノロジー
- Polar® 5KHzテクノロジー
- 低消費電力で長寿命のバッテリー
- 6 パネルデータ表示：ケイデンス、心拍数、距離、カロリー、時間
- Kcal（カロリー）をパーソナライズする高度なエネルギー消費アルゴリズム
- コンソールは単4電池3本、ケイデンスセンサーは CR2032 リチウムコイン電池 1 本で動作
- LED バックライト付き

表示

- ケイデンスRPM：現在、平均、最大
- 心拍数：現在、平均、最大
- 距離：キロメートル、マイル
- 消費カロリー
- 時間
- コンソールの低バッテリーインジケーター

コンソールの使用

- (▶|■) キーを押して、ワークアウトを開始または一時停止します
- (▲▼) キーを押して、現在、平均、最大を切り替えます
- (☾) キーを押すと、バックライトが5秒間点灯します
- (▶|■) キーを長押しすると、ワークアウトデータがリセットされます





コンソールの設定

- 1) 電池（単4×3本）を入れます。画面にはすべてのアイコンが表示されます（図A）。両方の（**△**）キーを押し続け5秒間待ってから次に進みます。
- 2) （**SET**）キーを押すと、上部ディスプレイに（**E1**）、中央ディスプレイに（**CAD**）が表示されます。
- 3) （**SET**）キーを押すと、上部ディスプレイに（**RPM 0**）、中央ディスプレイに（**CAD**）が表示され、コンソールがすでにベアリングされているかどうかに応じて、（**----**）（図B）または4桁の英数字コード（図C）が表示されます。コンソールがすでにベアリングされている場合は、（**SET**）キーを押すことでこの手順を省略できます。
- 4) スピードトランスミッターをコンソールにベアリングするには、自転車を漕いでいるときに（**▶** | **II**）キーを押します。
- 5) （**SET**）キーを押します。
- 6) （**△**）キーで単位（**KM / KG**）または（**MI / LBS**）を選択し、（**SET**）キーを押します。
- 7) （**△**）キーでマシンタイプ（**TBC**）、（**IC**）、（**AB**）を選択し、（**SET**）キーを押します。
- 8) （**OTA**）アップデートメニューをスキップするには、（**SET**）キーを押します。
- 9) これで設定は完了です。

図A			
PAUSED			
RPM 888			
AVG MAX			
HR 888		DIST 8888	
AVG MAX		MI KM	
CAL 888		TIME 8888	
AGE WT		LBS KG	

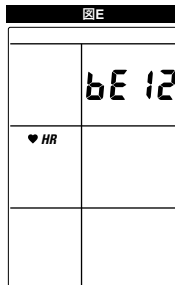
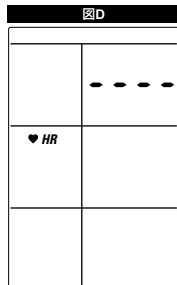
図B	
RPM 0	
	CAD

図C	
RPM 0	
	CAD
	1030



チェストトランスミッターとコンソール (ANT+) のペアリング

- 1) ワークアウト前またはワークアウト中に、(SET) キーを押し続けると、上部ディスプレイに (----)、中央ディスプレイに (HR) が表示されます (図D)。
- 2) (▶|II) キーを押して HR デバイスのスキャンを開始します。利用可能な HR デバイスが表示されます。(へ▽) キーを使って希望の HR デバイスを選択します (図E)。最も強い (近い) 信号が最初に表示されます。
- 3) (SET) キーを押します。
- 4) (へ▽) キーで年齢を設定し、(SET) キーを押します。
- 5) (へ▽) キーで体重を設定し、(SET) キーを押します。
- 6) これで HR のペアリングが完了です。



注:

正確な結果を得るには、エクササイズを開始する前にチェストトランスミッターをコンソールとペアリングする必要があります。また、新しいエクササイズを開始する前に、毎回ペアリングを行う必要があります。

何も操作せずに5分間経過してディスプレイが自動的にオフになった場合、コンソールはスリープモードに入っています。個人設定データはデフォルト設定に戻ります。



특징

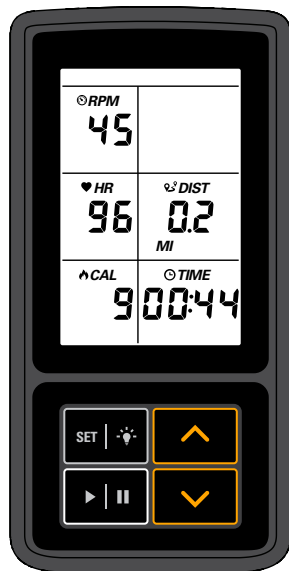
- ANT+ 호환 2.4Ghz 무선 기술
- Polar® 5KHz 기술
- 긴 배터리 수명을 위한 낮은 전력 소모
- 6패널 데이터 디스플레이: 케이던스, 심박수, 거리, 칼로리, 시간
- 개인화된 Kcal(칼로리)를 위한 고급 에너지 소비 알고리즘
- 콘솔은 AAA 배터리 3개로 작동하고, 케이던스 센서는 단일 CR2032 리튬 코인 셀 배터리로 작동
- LED 백라이트

디스플레이

- 케이던스 RPM: 현재, 평균 및 최대
- 심박수: 현재, 평균 및 최대
- 거리: 킬로미터, 마일
- 칼로리
- 시간
- 콘솔 배터리 부족 표시기

콘솔 사용

- (▶|II) 키를 눌러 운동을 시작하거나 일시 중지
- (^v) 키를 눌러 현재, 평균 및 최대 사이를 순환
- (☼) 키를 눌러 5초 동안 백라이트 켜기
- (▶|II) 키를 길게 눌러 운동 데이터 재설정





콘솔 설정

- 1) 배터리(AAA 3개)를 삽입합니다. 화면에 모든 아이콘이 표시됩니다(그림 A). 두 ($\wedge \vee$) 키를 동시에 누른 채로 5초간 기다린 후 진행합니다.
- 2) (SET) 키를 누르면 상단 디스플레이에 (E1)이 표시되고 중앙 디스플레이에 (CAD)가 표시됩니다.
- 3) (SET) 키를 누르면 상단 디스플레이에 (RPM 0)이 표시되고 중간 디스플레이에 (CAD)가 표시되며 콘솔이 이미 페어링되어 있는지 여부에 따라 (---)(그림 B) 또는 4자리 영숫자 코드(그림 C)가 표시됩니다. 콘솔이 이미 페어링된 경우 (SET) 키를 눌러 이 단계를 건너뛸 수 있습니다.
- 4) 속도 전송기를 콘솔에 페어링하려면 바이크 페달을 밟는 동안 (▶ | II) 키를 누릅니다.
- 5) (SET) 키를 누릅니다.
- 6) ($\wedge \vee$) 키를 사용하여 단위 (KM/KG) 또는 (MI/LBS)를 선택합니다. (SET) 키를 누릅니다.
- 7) ($\wedge \vee$) 키를 사용하여 기계 유형 (TBC), (IC) 또는 (AB)를 선택합니다. (SET) 키를 누릅니다.
- 8) (SET) 키를 눌러 (OTA) 업데이트 메뉴를 건너뛸 수 있습니다.
- 9) 설정이 완료되었습니다.

그림 A			
PAUSED			
RPM 888			
AVG MAX			
HR 888		DIST 8888	
AVG MAX		MI KM	
CAL 888		TIME 8888	
AGE WT		LBS KG	

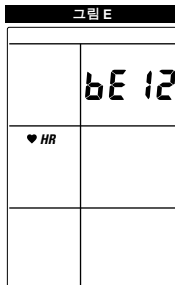
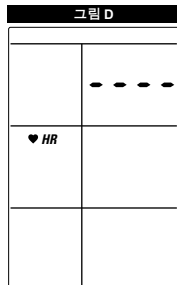
그림 B	
RPM 0	
	CAD

그림 C	
RPM 0	
	CAD
	1030



가슴 송신기와 콘솔 페어링(ANT+)

- 1) 운동 전 또는 운동 중에 (SET) 키를 길게 누르면 상단 디스플레이에 (---)가 표시되고 중간 디스플레이에 (HR)이 표시됩니다(그림 D).
- 2) (▶|II) 키를 눌러 HR 장치 스캔을 시작합니다. 사용 가능한 HR 장치가 표시됩니다. (^v) 키를 사용하여 원하는 HR 장치를 선택합니다(그림 E). 가장 강한(가장 가까운) 신호가 먼저 나타납니다.
- 3) (SET) 키를 누릅니다.
- 4) (^v) 키를 사용하여 나이(AGE)를 설정합니다. (SET) 키를 누릅니다.
- 5) (^v) 키를 사용하여 체중(WEIGHT)을 설정합니다. (SET) 키를 누릅니다.
- 6) HR 페어링이 완료되었습니다.



참고:

정확한 결과를 얻기 위해 가슴 송신기는 운동을 시작하기 전에 콘솔과 페어링되어야 하고 새로운 운동을 시작하기 전에 매번 페어링해야 합니다.

5분 동안 활동이 없어 디스플레이가 자동으로 꺼지면 콘솔은 수면 모드로 전환됩니다. 개인 설정 데이터는 기본 설정으로 되돌아갑니다.



TÍNH NĂNG

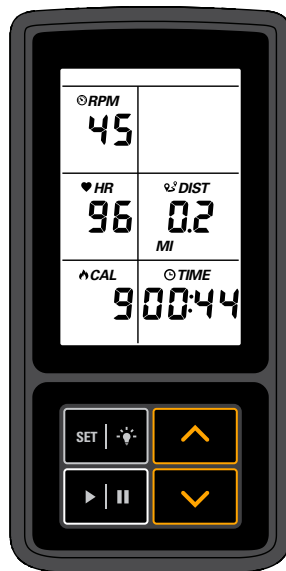
- Công nghệ không dây ANT+ tương thích 2,4 GHz
- Công nghệ Polar® 5 KHz
- Tiêu thụ điện năng thấp cho thời gian sử dụng pin dài
- Màn hình hiển thị dữ liệu 6 bảng; Nhịp tim, Khoảng cách, Lượng calo, Thời gian
- Thuật toán tiêu hao năng lượng tiên tiến cho phép tính toán Kcals (Calo) cá nhân hóa
- Bảng điều khiển hoạt động từ 3 pin AAA, cảm biến nhịp tim từ một pin lithium dạng đồng xu CR2032
- Đèn nền LED

MÀN HÌNH

- Nhịp tim RPM; Hiện tại, Trung bình và Tối đa
- Nhịp tim; Dòng điện, Trung bình và Tối đa
- Khoảng cách; Kilômét, Dặm
- Lượng calo
- Thời gian
- Đèn báo pin yếu trên bảng điều khiển

SỬ DỤNG BẢNG ĐIỀU KHIỂN

- Nhấn phím (▶ | ||) để bắt đầu hoặc tạm dừng quá trình tập luyện
- Nhấn phím (^ v) để chuyển đổi giữa Hiện tại, Trung bình và Tối đa
- Nhấn phím (⚡) để bật đèn nền trong 5 giây
- Nhấn và giữ phím (▶ | ||) để đặt lại dữ liệu tập luyện





THIẾT LẬP BỘ ĐIỀU KHIỂN

- 1) Lắp pin (3x AAA). Màn hình sẽ hiển thị tất cả các biểu tượng (**Hình A**). Nhấn và giữ cả hai phím ($\wedge \vee$), sau đó đợi 5 giây trước khi tiếp tục.
- 2) Nhấn phím (**SET**), khi đó, (**E1**) sẽ hiển thị ở màn hình trên cùng và (**CAD**) sẽ hiển thị ở màn hình giữa.
- 3) Nhấn phím (**SET**), khi đó, (**RPM 0**) sẽ hiển thị ở màn hình trên cùng và (**CAD**) sẽ hiển thị ở màn hình giữa, mã (---) (**Hình B**) hoặc mã chữ số gồm 4 chữ số (**Hình C**) cũng sẽ hiển thị, tùy thuộc vào việc bảng điều khiển đã được ghép nối hay chưa. Nếu bảng điều khiển đã được ghép nối, bạn có thể bỏ qua bước này bằng cách nhấn phím (**SET**).
- 4) Để ghép nối bộ truyền tốc độ với bảng điều khiển, vui lòng nhấn phím ($\blacktriangleright$ | **II**) trong khi đạp xe.
- 5) Nhấn phím (**SET**).
- 6) Chọn đơn vị (**KM** / **KG**) hoặc (**MI** / **LBS**) bằng cách sử dụng các phím ($\wedge \vee$). Nhấn phím (**SET**).
- 7) Chọn loại máy (**TBC**), (**IC**) hoặc (**AB**) bằng cách sử dụng các phím ($\wedge \vee$). Nhấn phím (**SET**).
- 8) Nhấn phím (**SET**) để bỏ qua menu cập nhật (**OTA**).
- 9) Quá trình thiết lập đã hoàn tất.

Hình A	
⌘ PAUSED □	
⊙ RPM 888 AVG MAX	
♥ HR 88888888 AVG MAX	⊙ DIST MI KM
♠ CAL 88888888 AGE WT	⊙ TIME LBS KG

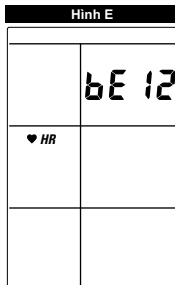
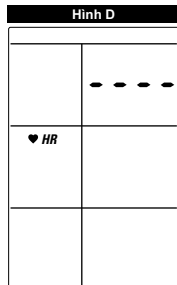
Hình B	
⊙ RPM 0	
	CAD

Hình C	
⊙ RPM 0	
	CAD
	1030



GHÉP NỐI MÁY PHÁT CHO NGỰC VỚI BẢNG ĐIỀU KHIỂN (ANT+)

- 1) Trước hoặc trong khi tập luyện, hãy nhấn và giữ phím (**SET**), khi đó, (---) sẽ hiển thị ở màn hình trên cùng và (**HR**) sẽ hiển thị ở màn hình giữa (**Hình D**).
- 2) Nhấn phím (▶ | II) để bắt đầu quét thiết bị HR. Các thiết bị HR khả dụng sẽ hiển thị. Sử dụng các phím (↖ ↗) để chọn thiết bị HR mong muốn (**Hình E**). Tín hiệu mạnh nhất (gần nhất) sẽ xuất hiện đầu tiên.
- 3) Nhấn phím (**SET**).
- 4) Đặt **AGE (TUỔI)** bằng cách sử dụng các phím (↖ ↗). Nhấn phím (**SET**).
- 5) Đặt **WEIGHT (TRỌNG LƯỢNG)** bằng cách sử dụng các phím (↖ ↗). Nhấn phím (**SET**).
- 6) Quá trình ghép nối HR đã hoàn tất.



LƯU Ý:

Máy phát cho ngực phải được ghép nối với bảng điều khiển trước khi bắt đầu bài tập để đạt được kết quả chính xác và phải được ghép nối lại trước khi bắt đầu mỗi bài tập mới.

Nếu màn hình tự động tắt sau 5 phút mà không có bất kỳ hoạt động nào thì bảng điều khiển đã chuyển sang chế độ ngủ. Dữ liệu cài đặt cá nhân sẽ trở về cài đặt mặc định.



คุณสมบัติ

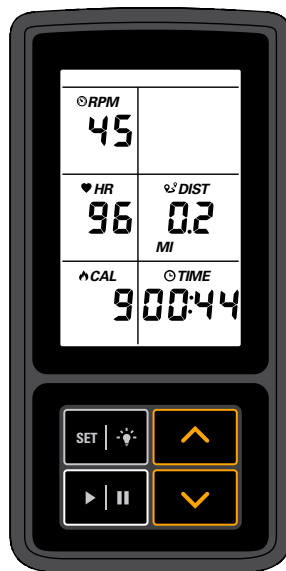
- เทคโนโลยีไร้สาย ANT+ 2.4Ghz ที่ใช้งานร่วมกันได้
- เทคโนโลยี Polar® 5 KHz
- กินไฟน้อยเพื่ออายุการใช้งานแบตเตอรี่ที่ยาวนาน
- จอแสดงข้อมูล 6 แผง ได้แก่ จังหวะ อัตราการเต้นของหัวใจ ระยะทาง แคลอรี่ เวลา
- อัลกอริทึมการชีพจรงานขั้นสูงสำหรับ Kcal (แคลอรี่) ส่วนบุคคล
- คอนโซลทำงานจากแบตเตอรี่ AAA 3 ก้อน เซ็นเซอร์วัดจังหวะจากแบตเตอรี่ลิเทียมแบบเหรียญ CR2032 เพียงก้อนเดียว
- แบ็คไลท์ LED

จอแสดงผล

- รอบต่อนาทีของจังหวะ กระแส ค่าเฉลี่ย และสูงสุด
- อัตราการเต้นของหัวใจ กระแส ค่าเฉลี่ย และสูงสุด
- ระยะทาง กิโลเมตร ไมล์
- แคลอรี่
- เวลา
- ไฟแสดงสถานะแบตเตอรี่ต่ำของคอนโซล

การใช้คอนโซล

- กดปุ่ม (▶ | ||) เพื่อเริ่มหรือหยุดการออกกำลังกายชั่วคราว
- กดปุ่ม (∧ ∨) เพื่อสลับระหว่าง กระแส ค่าเฉลี่ย และสูงสุด
- กดปุ่ม (☼) เพื่อเปิดไฟแบ็คไลท์เป็นเวลา 5 วินาที
- กดปุ่ม (▶ | ||) ค้างไว้เพื่อรีเซ็ตข้อมูลการออกกำลังกาย





การตั้งค่าคอนโซล

- 1) ใส่แบตเตอรี่ (ขนาด AAA 3 ก้อน) หน้าจอจะแสดงไอคอนทั้งหมด (รูป A) กดปุ่ม ($\wedge \vee$) ทั้งสองปุ่มค้างไว้และรอ 5 วินาทีก่อนดำเนินการต่อ
- 2) กดปุ่ม (SET) ซึ่งจะแสดง (E1) ในจอแสดงผลส่วนบน และ (CAD) ในจอแสดงผลส่วนกลาง
- 3) กดปุ่ม (SET) ซึ่งจะแสดง (RPM 0) ที่จอแสดงผลส่วนบน และ (CAD) ที่จอแสดงผลส่วนกลาง และ (---) (รูป B) หรือรหัสตัวอักษรและตัวเลข 4 หลัก (รูป C) ขึ้นอยู่กับว่าได้จับคู่คอนโซลแล้วหรือไม่ หากจับคู่คอนโซลแล้ว คุณสามารถข้ามขั้นตอนนี้ได้โดยกดปุ่ม (SET)
- 4) หากต้องการจับคู่เครื่องส่งสัญญาณความเร็วกับคอนโซล ให้กดปุ่ม (▶ | II) ในขณะปั่นจักรยาน
- 5) กดปุ่ม (SET)
- 6) เลือกหน่วย (KM / KG) หรือ (MI / LBS) โดยใช้นปุ่ม ($\wedge \vee$) กดปุ่ม (SET)
- 7) เลือกประเภทเครื่อง (TBC), (IC) หรือ (AB) โดยใช้นปุ่ม ($\wedge \vee$) กดปุ่ม (SET)
- 8) กดปุ่ม (SET) เพื่อข้ามเมนูอัปเดต (OTA)
- 9) ตั้งค่าเสร็จเรียบร้อยแล้ว

รูป A	
PAUSED	
RPM 888 AVG MAX	
HR 88888888 AVG MAX	DIST 88888888 MI KM
CAL 88888888 AGE WT	TIME 88888888 LBS KG

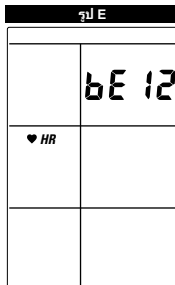
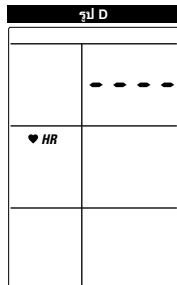
รูป B	
RPM 0	
	CAD

รูป C	
RPM 0	
	CAD
	1030



การจับคู่เครื่องส่งสัญญาณคาดอกกับคอนโซล

- 1) ก่อนหรือระหว่างการออกกำลังกาย ให้กดปุ่ม (SET) ค้างไว้ ซึ่งจะแสดง (---) บนจอแสดงผลส่วนบน และ (HR) บนจอแสดงผลส่วนกลาง (รูป D)
- 2) กดปุ่ม (▶ | II) เพื่อเริ่มสแกนอุปกรณ์ HR อุปกรณ์ HR ที่พร้อมใช้งานจะปรากฏขึ้น ไข้ปุ่ม (^ v) เพื่อเลือกอุปกรณ์ HR ที่ต้องการ (รูป E) สัญญาณที่แรงที่สุด (ใกล้ที่สุด) จะปรากฏขึ้นก่อน
- 3) กดปุ่ม (SET)
- 4) ตั้งค่า AGE หรืออายุโดยไข้ปุ่ม (^ v) กดปุ่ม (SET)
- 5) ตั้งค่า WEIGHT หรือน้ำหนักโดยไข้ปุ่ม (^ v) กดปุ่ม (SET)
- 6) การจับคู่ HR เสร็จสมบูรณ์แล้ว



หมายเหตุ:

เครื่องส่งสัญญาณคาดอกจะต้องจับคู่กับคอนโซลก่อนที่จะเริ่มการออกกำลังกาย เพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่แม่นยำ และต้องจับคู่อีกครั้งก่อนเริ่มต้นการออกกำลังกายใหม่ทุกครั้ง

หากจอแสดงผลดับไปโดยอัตโนมัติหลังจากไม่มีกิจกรรม 5 นาที คอนโซลจะเข้าสู่โหมดสLEEP ข้อมูลการตั้งค่าส่วนบุคคลจะกลับเป็นการตั้งค่าเริ่มต้น



المميزات

- تقنية ANT+ اللاسلكية ٢,٤ جيجا هرتز القابلة للتشغيل المتبادل
- تقنية POLAR® ٥ كيلو هرتز
- انخفاض استهلاك الطاقة لإطالة عمر البطارية
- عرض بيانات من ٦ لوحات: الإيقاع، معدل ضربات القلب، المسافة، السرعات الحرارية، الوقت
- خوارزمية استهلاك الطاقة المتقدمة لسرعات حرارية مخصصة (السرعات الحرارية)
- تعمل وحدة التحكم باستخدام ٣ بطاريات AAA، ومستشعر الإيقاع من بطارية خلية ليثيوم واحدة من نوع CR٢٠٣٢
- الإضاءة الخلفية LED

الشاشة

- الإيقاع بمعدل دورة في الدقيقة: الحالي والمتوسط والحد الأقصى
- معدل ضربات القلب: الحالي والمتوسط والحد الأقصى
- مسافة: كيلومترات، أميال
- سرعات حرارية
- وقت
- مؤشر انخفاض بطارية وحدة التحكم

استخدام وحدة التحكم

- اضغط على مفتاح (|| >) لبدء التمرين أو إيقافه مؤقتًا
- اضغط على مفاتيح (∨ ^) للتنقل بين الحالي والمتوسط والحد الأقصى
- اضغط على مفتاح (⚙) لتشغيل الإضاءة الخلفية لمدة ٥ ثوانٍ
- اضغط مع الاستمرار على مفتاح (|| >) لإعادة ضبط بيانات التمرين





إعداد وحدة التحكم

1. أدخل البطاريات (AAA x2). ستعرض الشاشة جميع الأيقونات (الشكل A). اضغط مع الاستمرار على كلا مفتاحي (∨ ∨) وانتظر لمدة 5 ثوانٍ قبل المتابعة.
2. اضغط على مفتاح (SET) الذي سيظهر (E1) في الشاشة العلوية و (CAD) في الشاشة الوسطى.
3. اضغط على مفتاح (SET)، والذي سيعرض (RPM 0) في الشاشة العلوية و (CAD) في الشاشة الوسطى و (---) (الشكل B) أو كود مكون من حروف وأرقام مكون من 4 رموز (الشكل C). اعتماداً على ما إذا كانت وحدة التحكم مقترنة بالفعل. إذا كانت وحدة التحكم مقترنة بالفعل، فيمكنك تخطي هذه الخطوة بالضغط على المفتاح (SET).
4. لإقران جهاز إرسال السرعة بوحدة التحكم، اضغط على مفتاح (II) (▶) أثناء قيادة الدراجة.
5. اضغط على مفتاح (SET).
6. حدد الوحدات (KM / KG) أو (MI / LBS) باستخدام مفاتيح (∨ ∨). اضغط على مفتاح (SET).
7. حدد نوع الجهاز (TBC)، أو (IC)، أو (AB) باستخدام مفاتيح (∨ ∨). اضغط على مفتاح (SET).
8. اضغط على مفتاح (SET) لتخطي قائمة التحديث (OTA).
9. تم الانتهاء من عملية الإعداد.

الشكل C	
⊙ RPM	0
	CAD
	1030

الشكل B	
⊙ RPM	0
	CAD

الشكل A	
PAUSED	⏏
⊙ RPM	
888	
AVG MAX	
♥ HR	⚡ DIST
888	88.88
AVG MAX	MI KM
♠ CAL	⊙ TIME
888	88.88
AGE WT	LBS KG



إقران ناقل مُعدل النبضات على الصدر بوحدة التحكم (+ANT)

1. قبل التمرين أو أثنائه، اضغط مع الاستمرار على مفتاح (SET)، والذي سيظهر (---) في الشاشة العلوية و(HR) في الشاشة الوسطى (الشكل D).
2. اضغط على مفتاح (II | ▶) لبدء البحث عن جهاز قياس معدل ضربات القلب. سيتم عرض أجهزة معدل ضربات القلب المتاحة. استخدم مفاتيح (∨ ∧) لتحديد جهاز معدل ضربات القلب المطلوب (الشكل E). ستظهر الإشارة الأقوى (الأقرب) أولاً.
3. اضغط على مفتاح (SET).
4. اضبط العمر باستخدام مفاتيح (∨ ∧). اضغط على مفتاح (SET).
5. اضبط الوزن باستخدام مفاتيح (∨ ∧). اضغط على مفتاح (SET).
6. تم الانتهاء من عملية إقران معدل ضربات القلب.

ملاحظة:

يجب إقران ناقل مُعدل نبضات القلب على الصدر بوحدة التحكم قبل بدء التمرين لإعطاء نتائج دقيقة ويجب إقرانه مرة أخرى قبل بدء كل تمرين جديد.

إذا توقف تشغيل الشاشة تلقائيًا بعد مرور 5 دقائق دون أداء أي نشاط، تكون وحدة التحكم قد دخلت في وضع السكون. وستعود بيانات الإعدادات الشخصية إلى الإعدادات الافتراضية.

الشكل E	
	12 E b
♥ HR	

الشكل D	

♥ HR	



ÖZELLİKLER

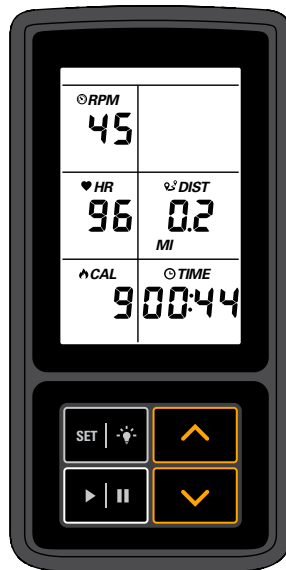
- ANT+ uyumlu 2.4 Ghz kablosuz teknolojisi
- Polar® 5 KHz teknolojisi
- Uzun pil ömrü için düşük güç tüketimi
- 6 panelli veri ekranı; Kadans, Nabız, Mesafe, Kalori, Süre
- Kişiselleştirilmiş Kcal (Kalori) değerleri için gelişmiş enerji harcama algoritması
- Konsol 3 adet AAA pille ve kadans sensörü tek bir CR2032 lityum düğme pille çalışır
- LED arka ışık

EKRAN

- Kadans RPM; Mevcut, Ortalama ve Maks. Değer
- Nabız; Mevcut, Ortalama ve Maks. Değer
- Mesafe; Kilometre, Mil
- Kalori
- Süre
- Konsol düşük pil göstergesi

KONSOLU KULLANARAK

- Antrenmanınızı başlatmak veya duraklatmak için (▶ | ||) tuşuna basın
- Mevcut, Ortalama ve Maks. Değerler arasında geçiş yapmak için (▲ ▼) tuşlarına basın
- Arka ışığı 5 saniye süreyle açmak için (💡) tuşuna basın
- Egzersiz verilerini sıfırlamak için (▶ | ||) tuşuna basılı tutun





KONSOL KURULUMU

- 1) Pilleri takın (3 adet AAA). Ekranda tüm simgeler görüntülenir (**Şek. A**). Her iki ($\wedge \vee$) tuşuna basılı tutun ve devam etmeden önce 5 saniye bekleyin.
- 2) (**SET**) [**AYAR**] tuşuna bastığınızda üst ekranda (**E1**) ve orta ekranda (**CAD**) [**KADANS**] ibaresi gösterilir.
- 3) (**SET**) [**AYAR**] tuşuna bastığınızda üst ekranda (**RPM 0**), orta ekranda (**CAD**) [**KADANS**] ve konsolun zaten eşleştirilmiş olup olmadığına bağlı olarak (---) (**Şek. B**) veya 4 haneli alfasayısal bir kod (**Şek. C**) gösterilir. Konsol zaten eşleştirilmişse, (**SET**) [**AYAR**] tuşuna basarak bu adımı atlayabilirsiniz.
- 4) Hız vericisini konsolla eşleştirmek için bisikletin pedallarını çevirirken ($\blacktriangleright$ | $\blacksquare$) tuşuna basın.
- 5) (**SET**) [**AYAR**] tuşuna basın.
- 6) ($\wedge \vee$) tuşlarını kullanarak birimleri (**KM/KG**) veya (**MI/LBS**) seçin. (**AYAR**) tuşuna basın.
- 7) ($\wedge \vee$) tuşlarını kullanarak makine tipini (**TBC**), (**IC**) veya (**AB**) seçin. (**SET**) [**AYAR**] tuşuna basın.
- 8) (**OTA**) güncelleme menüsünü atlamak için (**SET**) [**AYAR**] tuşuna basın.
- 9) Kurulum tamamlanır.

Şek. A			
PAUSED			
⊙RPM			
888			
AVG MAX			
♥HR		∞DIST	
888		88.88	
AVG MAX		MI KM	
⬆CAL		⊙TIME	
888		88:88	
AGE WT		LBS KG	

Şek. B	
RPM	0
	CAD

Şek. C	
RPM	0
	CAD
	1030



KONSOL İÇİN GÖĞÜS VERİCİSİNİ EŞLEŞTİRME (ANT+)

- 1) Egzersizden önce veya egzersiz sırasında (SET) [AYAR] tuşuna basılı tuttuğunuzda üst ekranda (---) ve orta ekranda (HR) [NABİZ] gösterilir (Şek. D).
- 2) Nabız cihazını taramaya başlamak için (► | II) tuşuna basın. Mevcut Nabız cihazları görüntülenir. İsteddiğiniz Nabız cihazını seçmek için (^ v) tuşlarını kullanın (Şek. E). En güçlü (en yakın) sinyal ilk sırada görünür.
- 3) (SET) [AYAR] tuşuna basın.
- 4) (^ v) tuşlarını kullanarak AGE değerini (YAŞ) ayarlayın. (SET) [AYAR] tuşuna basın.
- 5) (^ v) tuşlarını kullanarak WEIGHT değerini (KİLO) ayarlayın. (SET) [AYAR] tuşuna basın.
- 6) Nabız eşleştirmesi tamamlanır.

Şek. D	

♥ HR	

Şek. E	
	bE 12
♥ HR	

NOT:

Doğru sonuçlar almak için göğüs vericisinin egzersize başlamadan önce konsolla eşleştirilmesi ve her yeni egzersize başlarken tekrar eşleştirilmesi gerekir.

Ekran herhangi bir aktivite yapılmadığında 5 dakika sonra otomatik olarak kapanıyorsa, konsol uyku moduna girmiş demektir. Kişisel ayar verileri varsayılan ayarlara dönecektir.

JOHNSON



GTC LCD-C

© 2024 Johnson Health Tech

Rev 1.0 B