

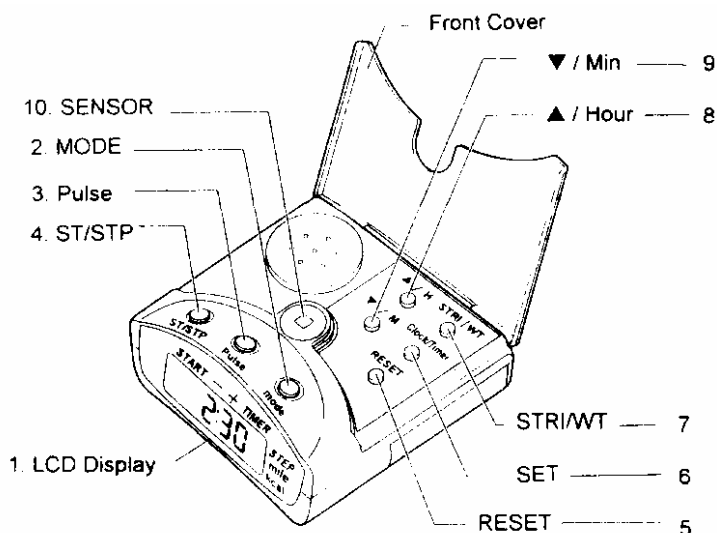
SPRINTER

Kilometerzähler - Pulsmesser - Kalorienzähler

Art.Nr. 377020

Funktionen:

1. Kilometerzähler für Wanderer und Jogger. Anzeige bis 999,99 km.
2. Schrittzähler bis 99 999 Schritte.
3. Pulsmessung mit Sensor. Anzeige Puls/min.
4. Kalorienzähler. Anzeige in kcal.
5. Uhrfunktion. 12- und 24-Std.-System.
6. Timer. Countdown bis 24 Std.
7. Stoppuhr . Anzeige bis 24 Std.



Bedientasten:

- (1) LCD-Display. Anzeige aller Zeiten und Ergebnisse.
- (2) MODE Umschalttaste für alle Funktionen
- (3) PULSE Schalttaste zur Pulsmessung
- (4) ST/STP Start-Stopptaste für Timer und Zeitmessung
- (5) RESET Taste zum Löschen der Ergebnisse.
- (6) SET Mit dieser Taste werden in der jeweiligen MODE-Funktion die Uhrzeit, die Schrittlänge und das Körpergewicht zur Einstellung freigegeben.
- (7) STR/WT Einstelltaste für Schrittlänge und Gewicht.
- (8) HOUR Einstelltaste der Stunden in der Uhrfunktion.
- (9) MIN Einstelltaste der Minuten in der Uhrfunktion.
- (10) SENSOR Optoelektronischer Sensor zur Erfassung der Pulsfrequenz.

Zur Schonung der Batterie ist im Neuzustand ein rotes Fähnchen zwischen den Kontakten eingefügt. Zur Aktivierung des Gerätes ziehen Sie das Fähnchen heraus.

Die mit der Taste **MODE** angewählte Funktion wird im Display mit Pfeilspitzen ▲ ▼ markiert.

Programmierung:

1. Uhrzeit einstellen

Gehen Sie mit Der Taste **MODE** auf die Uhranzeige im Display. Drücken Sie die Taste **SET** und die Anzeige blinkt. Mit der Taste ▲/H können Sie die Stunden und mit der Taste ▼/M die Minuten einstellen. Nach ein paar Sekunden endet automatisch das blinken.

2. Schrittlänge einstellen

Gehen Sie mit der **MODE**- Taste auf die Anzeige **0.00 km**. Drücken Sie die Taste **STRI/WT** und es erscheint im Display die momentan eingestellte Schrittlänge. Zum Beispiel **0.75m**. Mit den Tasten **▲/H** (aufwärts) und **▼/M** (abwärts) können Sie nun die für Sie persönlich ermittelte Schrittlänge eingeben. Nach kurzer Zeit geht die Anzeige automatisch auf **km** zurück.

Richtwerttabelle

Schrittlänge
Stride length
Longueur de pas
Lunghezza passi



140cm
150cm
160cm
170cm
180cm
190cm
200cm

Körpergröße
Height
Taille
Altezza



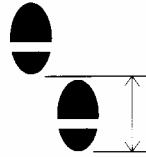
50cm
55cm
65cm
75cm
80cm
85cm
90cm

Wandern
Walking
Marche
Escursioni



55cm
60cm
75cm
90cm
100cm
110cm
115cm

Jogging
Jogging
Jogging
Jogging



3. Körpergewicht einstellen

Stellen Sie mit der Taste **MODE** die Anzeige **000 00 kcal** ein. Drücken Sie die Taste **STRI/WT** und es erscheint im Display z.B. **50kg**. Mit den Tasten **▲/H** und **▼/M** stellen Sie Ihr tatsächliches Körpergewicht ein. Nach ca. 10 Sekunden geht die Anzeige auf Kalorienangabe zurück.

Inbetriebnahme:

Kilometerzähler - Schrittzähler - Kalorienzähler

Drücken Sie die Taste **RESET** länger als 6 Sekunden um alle Werte mit Ausnahme der Uhrzeit zu löschen. Stellen sie mit der Taste **MODE** die gewünschte Funktion ein. Drücken Sie die Taste **ST/STP** (Start) und die Wanderung oder der Lauf kann beginnen. Nach Ende der Aktivität drücken Sie wieder die Taste **ST/STP** (Stopp) und Sie können die aufgelaufenen Werte mit Taste **MODE** abfragen.

Hinweis! Sie können die angezeigten Werte mit der Taste **RESET** löschen, oder bis zur nächsten Aktivität gespeichert lassen um diese dann aufzuaddieren. Es genügt dann, wenn Sie die Taste **ST/STP** (Start) wieder drücken.

Count-Down-Timer

Stellen Sie die Anzeige mit der Taste **MODE** auf Funktion -- **TIMER**. Wenn ein Wert angezeigt wird, löschen Sie diesen mit der Taste **RESET**. Drücken Sie jetzt die Taste **SET** und im Display blinkt **0:00**. Mit den Tasten **▲/H** (Stunden) und **▼/M** (Minuten) können Sie die gewünschte Count-Down-Zeit einstellen. Drücken Sie nun **ST/STP** (Start) und der Timer läuft. Bei **-0-** ertönt 15 Sekunden lang ein Piepstön.

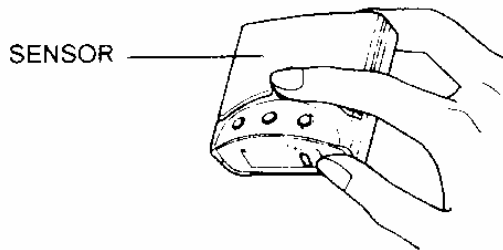
Hinweis! Wenn Sie nun die Taste **SET** drücken, so erscheint wieder der bereits vorgegebene Wert.(Memory). Wenn Sie eine neue Zeit vorgeben wollen, so drücken Sie **RESET** länger als 6 Sekunden und eröffnen Sie mit **SET** den neuen Vorgang.

Stoppuhr

Stellen Sie die Anzeige mit der Taste **MODE** auf **+ TIMER**. Drücken Sie die Taste **ST/STP** um die Stoppuhr zu starten. Nach Ende der Zeitmessung stoppen Sie die Uhr mit der Taste **ST/STP**. Nullstellen erfolgt mit Taste **RESET**.

Pulsmessung

Zur Pulsmessung drücken Sie zuerst die stirnseitig angebrachte Taste **PULSE** und legen Sie Ihren Finger auf den Sensor.



Hinweis! Drücken Sie mit dem Finger nicht zu stark auf den Sensor, da sonst die Durchblutung an der Hautoberfläche unterbrochen wird.

Das Display zeigt zuerst 5 waagerechte Striche, dann links oben ein Herzsymbol. Die Pulsmessung ist mit einem Piepston unterlegt und endet mit einem längeren Dauerton. Das Display zeigt dann die Pulsschläge pro Minute an, errechnet als Durchschnittswert aus mehreren Impulsen.

Die Anzeige geht dann automatisch auf die frühere Funktion zurück.

Batteriewechsel

Wenn die Anzeige im Display schwach wird muss die Batterie ersetzt werden.

Öffnen Sie mit einem Schraubendreher das rückseitige Batteriefach und tauschen Sie die Batterie aus. Achten Sie darauf, dass die Batterie mit dem **+** Pol nach oben eingelegt wird.

Technisch Daten

Maße:	63 x 53 x 35mm
Gewicht:	48g
Batterie:	CR 2032