



UPORABNIŠKI PRIROČNIK
IN 23518 GYM TIMER INSPORTLINE CF20

Opis izdelka:

6-mestni, 1,8-palčni LED zaslon

Mat aluminijasti pokrov

Napajanje prek DC5V / 2A vira

Krmilnik deluje na 2x AAA bateriji in s zvočnimi signali.

Funkcija:

Ura:

Pritisnite "Clock" za prikaz časa.

Pritisnite "24Hrs" ali "12Hrs" za prikaz časa v 24-urnem ali 12-urnem formatu.



24-urni format



12-urni format

Pritisnite "EDIT" za nastavev časa: S puščicami izberite vrednost, ki bo utripala, in s števkami nastavite čas.

Po nastavitvi časa ponovno pritisnite "EDIT" za shranjevanje in izhod iz nastavitve ali "EXIT" za izhod iz nastavitve brez shranjevanja.

Interval:

Pritisnite "INT" za nastavev intervalnega načina.

Modre številke so za nastavev ponovitev ali krogov (največja vrednost 99), rdeče številke so za čas treninga ali počitka (največja vrednost 99 minut 59 sekund)

Pritisnite "EDIT" za nastavev novega intervala (2 modri številki)

Pritisnite "EDIT" ponovno za nastavev časa treninga. S puščicami izberite vrednost, ki bo utripala, in s števkami nastavite čas. (4 rdeče številke)

Pritisnite "EDIT" ponovno za nastavev počitka. S puščicami izberite vrednost, ki bo utripala, in s števkami nastavite čas. (4 rdeče številke)



Čas treninga



Počitek

Pritisnite "EDIT" ponovno za izhod in shranjevanje nastavev ali "EXIT" za izhod brez shranjevanja. Nastavitve lahko shranite tudi s pritiskom na številko kot bližnjico.

Z gumbi "Up / Dn" nastavite, ali naj se čas šteje navzgor ali navzdol.

Z "OK" lahko začnete, ustavite ali nadaljujete odštevanje.

Odštevanje:

Pritisnite puščico navzdol za začetek odštevanja. Ob dokončanju odštevanja se predvaja zvočni signal.



Pritisnite gumb "OK" za začetek, ustavev ali nadaljevanje odštevanja.

Novo odštevanje lahko nastavite s pritiskom na "EDIT". S puščicami izberite vrednost, ki bo utripala, in s števkami nastavite čas.

Pritisnite "EDIT" za shranjevanje in izhod iz nastavitve ali "EXIT" za izhod brez shranjevanja. Nastavitve lahko shranite tudi s pritiskom na številko kot hitra izbira.

Štetje navzgor:

Pritisnite puščico navzgor za način štetja navzgor. Ko je končano, se oglasi zvočni signal.



Pritisnite gumb "OK" za začetek, ustavitev ali nadaljevanje štetja.

Nov čas lahko dodate s pritiskom na "EDIT". S puščicami izberite vrednost, ki bo utripala, in s številkami nastavite čas. Pritisnite "EDIT" za shranjevanje in izhod iz nastavitve ali "EXIT" za izhod brez shranjevanja. Nastavitve lahko shranite tudi s pritiskom na številko kot hitra izbira.

Prednastavljeni način FGB:

Pritisnite FGB za začetek načina.



Pritisnite gumb "OK" za začetek, ustavitev ali nadaljevanje odštevanja.

Pritisnite "Reset" za ponastavitev časovnika na prvotno vrednost 17:00.

Način FGB vključuje 3x 5-minutne runde in 1-minutni premor med rundami. En pisk označuje začetek treninga, dva piska začetek premora.

Prednastavljeni način Tabata:

Pritisnite "TBT" za začetek načina.



Pritisnite gumb "OK" za začetek, ustavitev ali nadaljevanje odštevanja.**

Pritisnite "Reset" za ponastavitev časovnika na prvotno vrednost 00:00.

Način Tabata vključuje 8x 20-sekundne runde in 10-sekundne premore. En pisk začne trening, dva piskanja začnejo premor.

Štoparica:

Pritisnite  za začetek štoparice.



Pritisnite gumb "OK" za začetek, ustavitev ali nadaljevanje odštevanja.

Pritisnite "Reset" za ponastavitev štoparice na prvotno vrednost 00:00.

Največja vrednost je 99 minut (modre številke), 59 sekund in 99 stotink sekunde.

Nastavitev glasnosti:

Pritisnite  za nastavitev glasnosti.



Raven glasnosti 5



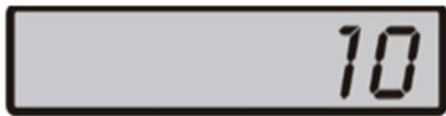
izklop

S pritiskom na gumba "F2" in "F3" spremenite glasnost.

S pritiskom na gumb  utišate/omogočite zvok.

10-sekundna priprava:

Pritisnite "+ -10" za začetek ali ustavitev 10-sekundne priprave za vadbo.



Vklopljeno



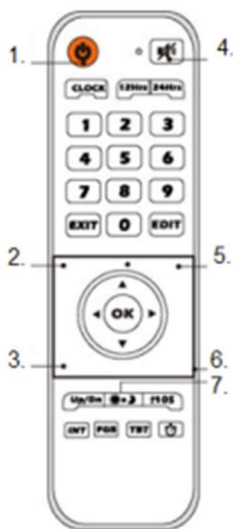
Izklopljeno

Ponastavitev:

Pritisnite "RESET" za ponastavitev trenutnega načina na prvotno vrednost.

Opombe: Preden zaženete drugo funkcijo, morate najprej izklopiti trenutno funkcijo. Možnost bližnjice deluje le za zadnje shranjevanje. Ura mora biti v 24-urnem formatu.

Kontrolni gumbi:



1. Vklop / izklop
2. Gumb F1
3. Gumb F2
4. Nastavitve zvoka
5. Gumb za ponastavitev
6. Gumb F3
7. 5 stopenj nastavitve svetlosti

VARSTVO OKOLJA

Po preteku življenjske dobe izdelka ali v primeru, da nadaljnje popravilo ne bi bilo več ekonomsko ugodno izdelek odstranite v skladu z lokalnimi predpisi in na okolju prijazen način. Odnosite izdelek na najbližje označeno zbirno mesto.

Z zakonitim odlaganjem boste pripomogli k ohranjanju dragocenih naravnih virov in preprečili negativne vplive na okolje ali zdravje ljudi. Če niste prepričani, se posvetujte z lokalnimi pristojnimi organi, da preprečite kršitev predpisov in kasnejšo kazen.

Baterij ne odvrzite med običajne odpadke, temveč jih oddajte na mesta, ki so določena za recikliranje.