

HEART RATE MONITOR



SIGMA[®]
GERMANY

RU

ZONE INDICATOR

KCAL

DIGI CODE



PC 22.13

WOMAN / MAN

Содержание

1	Описание кнопок	3
2	Включение пульсометра PC 22.13	3
3	Показания на дисплее	4
4	Основные настройки пульсометра PC 22.13	4
5	Тренировки с использованием пульсометра PC 22.13	8
6	Положения гарантийного обслуживания	10

Предисловие

Благодарим Вас за выбор пульсометра фирмы SIGMA SPORT®.

Ваш новый пульсометр PC 22.13 на долгие годы станет Вашим верным спутником во время занятий спортом и на досуге. Пульсометр PC 22.13 представляет собой технически высококачественный измерительный инструмент. Для ознакомления с разнообразными функциями Вашего нового пульсометра и изучения возможностей работы с ними, пожалуйста, внимательно прочтите настоящее руководство по эксплуатации.

SIGMA SPORT® надеется, что Вы по достоинству оцените все преимущества от использования пульсометра PC 22.13.

Дополнительная информация и указания

Дополнительную информацию, в том числе часто задаваемые вопросы (FAQ), можно найти на веб-странице www.sigmasport.com.

Перед началом тренировок проконсультируйтесь с врачом — особенно при наличии у Вас сердечно-сосудистых заболеваний.

Обе кнопки одновременно:

- Включение подсветки
- Переход из режима тренировки в режим ожидания (удерживание нажатыми)



START/STOP/ RESET:

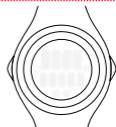
- Запуск и остановка секундомера
- Сброс секундомера (нажатие с удерживанием)
- Открытие и сохранение настроек

MODE/ SET:

- Изменение функций
- Открытие меню настроек (нажатие с удерживанием)
- Смена соответствующего значения в меню настроек

Включение пульсометра PC 22.13

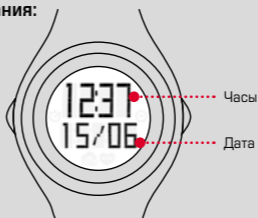
Пульсометр PC 22.13 поставляется в режиме для транспортировки, в котором он почти не потребляет заряд батареи. Поэтому перед первым использованием необходимо активировать пульсометр PC 22.13. Для этого выполните следующие действия.



Нажмите кнопку START/STOP/RESET и удерживайте ее нажатой на протяжении 5 секунд. Пульсометр перейдет в меню настроек.



→ Режим ожидания:



→ Режим тренировки:

Индикатор зон при выходе за предельные значения для установленных целевых зон



Калории



Средний пульс



Часы



Основные настройки пульсометра РС 22.13

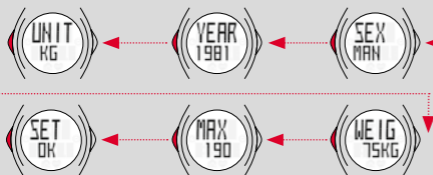
→ USER – Установка данных пользователя:

Личные данные требуются для определения калорий и расчета максимальной частоты ритма сердца.

Нажатие кнопки START/STOP/RESET –
подтверждение значения



С помощью кнопки MODE/RESET можно изменить
значение



→ ZONE – Установка целевой зоны тренировки:

В случае выхода за установленные границы прозвучит акустический сигнал.





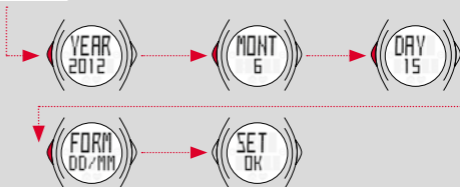
→ TIME – Установка времени:

Здесь можно установить время.



→ DATE – Установка даты:

Здесь можно установить дату.



→ TONE – Установка звукового сигнала для целевой зоны:

Если Вы желаете, чтобы при выходе за предельные значения звучал акустический сигнал, установите TONE в режим ON.

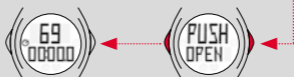


→ LOCK – активировать блокировку кнопок:

Прибор PC 22.13 имеет функцию блокировки кнопок, которую при необходимости можно активировать. Для этого установите LOCK на ON.

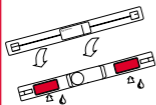


Указание: Блокировка кнопок активируется автоматически, как только Вы переходите в режим сна (время и дата отображаются). Когда Вы хотите начать тренировку, Вам нужно в течение 3 секунд дважды нажать любую кнопку.



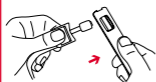
Если Вы нечаянно нажмете какую-либо кнопку, на 3 секунды появится сообщение „PUSH OPEN“, затем снова будет отображаться время.





→ Крепление нагрудного ремня:

Увлажните передатчик (ребристая поверхность) достаточным количеством воды.

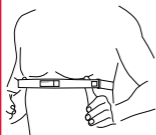


Соедините передатчик с эластичным ремнем.



Подберите при помощи фиксатора необходимую длину ремня.

Отрегулируйте длину ремня таким образом, чтобы он плотно прилегал, но не был слишком сильно затянут.



Наденьте ремень таким образом, чтобы у мужчин передатчик находился под основание грудной мышцы, а у женщин — под основанием груди.

При этом логотип SIGMA должен быть направлен вперед.

→ Запуск тренировки:

Запуск тренировки (блокировка кнопок не активна):

Нажать любую кнопку.



Запуск тренировки (блокировка кнопок активна):

Нажмите в течение 3 секунд дважды любую кнопку.

На протяжении нескольких секунд осуществляется поиск пульса.



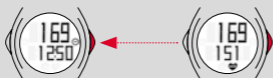
Нажмите кнопку START/STOP/RESET, чтобы запустить секундомер.



Нажмите кнопку START/STOP/RESET, чтобы остановить секундомер.



С помощью нажатий кнопки MODE/SET осуществляется переход между отдельными значениями.





Нажмите и удерживайте кнопки MODE/SET и START/STOP/RESET, чтобы перейти в режим покоя.



6

Положения гарантийного обслуживания

Права на гарантию имеются только в случае наличия дефекта материала или обработки.

Гарантия не распространяется на батареи, быстроизнашивающиеся детали и износ, вызванный коммерческим использованием или несчастными случаями. Права на гарантию имеются только в том случае, если сам продукт SIGMA не был самовольно открыт, а также приложен товарный чек.

Мы берем на себя ответственность перед нашими партнерами по контракту за неисправности в соответствии с положениями законодательства.

В гарантийном случае просим обращаться к дилеру, у которого Вами был приобретен пульсомер.

You can find the CE declaration under: www.sigmasport.com



LI =
Lithium Ion/en



Батареи запрещается утилизировать вместе с бытовыми отходами (Европейская директива по утилизации батарей)! Сдайте батареи в уполномоченный пункт утилизации.



Электронные приборы запрещается утилизировать вместе с бытовыми отходами. Сдайте прибор в уполномоченный пункт утилизации.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA

North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107
Service-Tel. 888-744-6277

SIGMA SPORT ASIA

Asia, Australia, South America, Africa
10F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7830

