

HEART RATE MONITOR



SIGMA[®]
GERMANY

SK

GPS^{*}
SPEED
DISTANCE

HRM
BLUETOOTH
WIRELESS

LAP
COUNT

TRAINING
DATA
ANALYSIS

VOICE
COACH^{*}

MUSIC
CONTROL^{*}



* only available with free SIGMA MOVE APP

MORE
INFORMATION



WWW.SIGMA-QR.COM

RC MOVE

Obsah

1	Displej, obsadenie tlačidiel a prechádzanie prehľadu	3
2	Vykonanie nastavenia	10
3	Tréning s pulzmetrom RC MOVE	17
4	Tréning s pulzmetrom RC MOVE a smartfónom	24
5	PC režim	26
6	Vyvolanie pamäte	26
7	Likvidácia	29
8	Záručné ustanovenia	29

Úvod

Srdečne ďakujeme, že ste sa rozhodli pre športové hodinky značky SIGMA SPORT®.

Váš nový pulzmetr RC MOVE vám bude po celé roky slúžiť ako verný sprievodca pri športe a vo voľnom čase. Pulzmetr RC MOVE je technicky náročný merací prístroj. Prečítajte si, prosím, pozorne tento návod na obsluhu, aby ste sa zoznámili s rozmanitými funkciami nových športových hodínok a vedeli ich použiť.

SIGMA SPORT® vám praje veľa zábavy pri používaní vášho pulzmetra RC MOVE.

Ďalšie informácie a poznámky

Ďalšie informácie a taktiež často kladené otázky nájdete na internetovej adrese www.sigmasport.com.

Poradte sa, prosím, pred začatím tréningu so svojim lekárom – obzvlášť ak trpíte kardiovaskulárnym ochorením.

Prebudenie:

Pulzometer RC MOVE sa dodáva v prepravnom režime, v ktorom takmer nevyužíva batériu. Z tohto dôvodu musíte pulzometer RC MOVE pred prvým použitím prebudiť. Postupujte nasledovne:

Na opustenie prepravného režimu a aktiváciu pulzometra RC MOVE pridržierte tlačidlo START na min. 5 sekúnd, ako je znázornené na fólii. Potom sa zobrazí „Language English“. Stlačte ENTER, vyberte tlačidlom TOGGLE/+ požadovaný jazyk a potvrďte ďalším stlačením tlačidla ENTER.

Synchronizácia:

Pred prvým použitím musíte synchronizovať vysieláč R1 BLUE s hodinkami. Na tento účel priložte hrudný pás R1 BLUE a na pulzometri RC MOVE pridržierte stlačené tlačidlo TOGGLE/+, pokiaľ sa na displeji nezobrazí „Synchronizácia“. Teraz stlačte ENTER na spustenie synchronizácie. Po dokončení synchronizácie sa zobrazí číselná kombinácia.

1.1 Oblasti displeja

Displej je rozdelený v podstate do 3 oblastí:



- Oblasť 1:** zobrazenie (tréningových) hodnôt – pulzová frekvencia a okruhy
- Oblasť 2:** zobrazenie práve vybraných funkcií, body menu a zobrazenie zodpovedajúcich údajov
- Oblasť 3:** indikácia pre prehľadné prechádzanie menu a ovládanie

1.2 Obsadenie tlačidiel

Pulzometer RC MOVE má päť tlačidiel: TOGGLE/-, TOGGLE/+, STOP, START a ENTER

Tlačidlo STOP:

Pomocou tohto tlačidla prejdete o úroveň späť v rámci štruktúry menu. Stlačením tohto tlačidla v tréningovom režime zastavíte tréning.

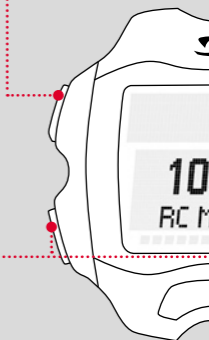
Resetovanie tréningu bez uloženia:
Tlačidlo STOP pridržiňte stlačené.

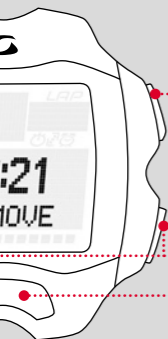
Tlačidlá TOGGLE/- a TOGGLE/+:

Pomocou tlačidla TOGGLE/+ prechádzate doprava v hlavnom menu a pomocou tlačidla TOGGLE/- prechádzate späť. Ak ste v bode, v ktorom sa konfigurujú hodnoty, nastavíte pomocou TOGGLE/+ vyššiu a pomocou TOGGLE/- nižšiu hodnotu.

Aktivácia/deaktivácia režimu svetla

Stlačte zároveň tlačidlá TOGGLE/- a TOGGLE/+. Opakovaným súčasným stlačením tlačidiel sa osvetlenie displeja znovu vypne. Svetlo je aktívne počas cca 3 sekúnd.





Tlačidlo ENTER:

Týmto tlačidlom vyvoláte hlavné menu a potvrdíte zadané údaje.

Prejdite do podmenu príslušného bodu menu a vyvoláte ďalšie podradené body, ak sú k dispozícii.

Tlačidlo START:

Na spustenie tréningu stlačte tlačidlo START.

Opakovaným stlačením počas tréningu sa označí okruh (LAP).

Ak sa tréning zastavil tlačidlom STOP, pokračujte v meraní času opätovným stlačením tlačidla START.

Náhľad okruhov (LapView):

Tlačidlo START pridržierte stlačené. Stlačte tlačidlo STOP na opustenie náhľadu okruhov (LapView).

1.3 Prechádzanie menu

Úroveň 0



Hlavné menu Použitie

Úroveň 1



Tréning



PC režim



Denník
záznamov

Úroveň 2



Voľný tréning +
Cieľová zóna

Úroveň 3 (približený náhľad)



Čas okruhu
+ Stopky



Čas okruhu



Cieľová
zóna +
% max. PF



Pulzová
frekvencia



Zóny
intenzity



Priem. PF +
max. PF



Spotreba
kalórií + Čas



Čas okruhu



Priem. PF



Spotreba
kalórií



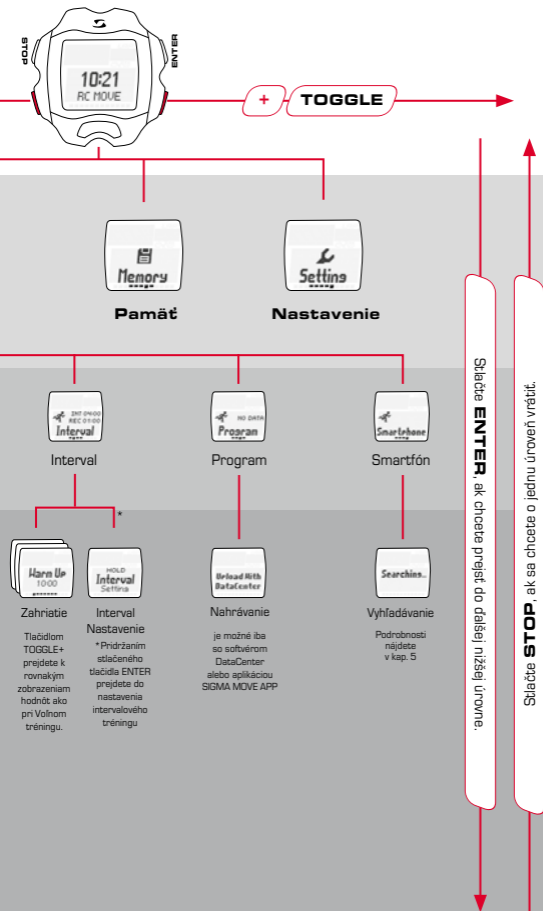
Stopky



max. PF



Čas



1.3 Prechádzanie menu

Úroveň 0



Hlavné menu Administrácia

Úroveň 1



PC režim



Denník záznamov



Pamät

Úroveň 2



Pripravené

Prenos dát do softvéru DataCenter



Interval záznamov



Zmazať denník záznamov



Tréning



Celkovo

Úroveň 3 (približený náhľad)



5 s
10 s
20 s
30 s



Prerušit
Zmazanie



Tréning 1
Tréning 2
Tréning 3
Tréning 4
Tréning 5
Tréning 6
Tréning 7

*Vidieť až po absolvovaní tréningu

Vyvolanie jednotlivých hodnôt nájdete v kap. 4



Týždeň



Mesiac



Od



+ TOGGLE



Nastavenie



Tréning



Používateľ



Pulzometer



Tréning



Oblúbené



Pohlavie

Deň narodenia

Hmotnosť

Max. PF

Zóny intenzity 1-4



Jazyk

Dátum

Čas

Alarm

Synchronizácia

Reset Celkovo

Kontrast

Zvuk tlačidiel

Alarm fázy

Alarm zón

Blokovanie



Voľný tréning



Stlačením tlačidla ENTER môžete nastaviť cieľovú zónu

Podrobnosti nájdete v kap. 2.5



Intervalový tréning



Zahriatie

Zahriatie PF

Interval

Interval PF

Odpočinok

Upokojenie

Upokojenie PF



Strana 1

Strana 2

Strana 3

Strana 4

Strana 5

Strana 6

Strana 7

Strana 8

Strana 9

Stlačte **ENTER**, ak chcete prejsť do ďalšej nižšej úrovne.

Stlačte **STOP**, ak sa chcete o jednu úroveň vrátiť.



Vyvolajte bod menu „Nastavenie“ stlačením tlačidla ENTER, ako je zobrazené v prehľade prechádzania (kapitola 1.3), potom prejdite pomocou TOGGLE/+ k bodu „Nastavenie“ a znovu stlačte ENTER.

2.1 Pulzometer



Druhý bod v podmenu „Nastavenie“ sú nastavenia pulzometra.

Tlačidlom ENTER prejdete do podmenu nastavenia pulzometra. V pulzometri môžete vykonávať základné konfigurácie, ako napr. jazyk, dátum a čas, zvuky alebo kontrast atď.



Vyberte prostredníctvom TOGGLE/+ a TOGGLE/- požadované nastavenie a potvrdte tlačidlom ENTER. Ak sa chcete vrátiť o úroveň späť, stlačte tlačidlo STOP.



Po každom vykonanom nastavení ohlásí displej „Nastavenie OK“.

2.2 Zvukové alarmy

Pri prekročení nastavenej cieľovej zóny smerom hore zaznie trojnásobné pípnutie každých 20 sekúnd (pokým budete trénovať mimo zóny).

Pri prekročení cieľovej zóny smerom dole zaznie dlhé pípnutie.

SK

2.3 Blokovanie tlačidiel



Aby sa zabránilo spusteniu tréningu nedopatrením, je možné zablokovat tlačidlá. Na tento účel vyberte menu „Pulzometer“ a prejdite k bodu „Blokovanie“. Ak chcete blokovanie deaktivovať, postupujte nasledovne: Stlačte ľubovoľné tlačidlo a potom tlačidlo ENTER.

2.4 Používateľ



V bode „Používateľ“ v podmenu „Nastavenie“ sú používateľské nastavenia.

Pomocou tlačidla ENTER sa dostanete do ďalšieho podmenu používateľských nastavení.



Ak chcete napríklad zmeniť „Pohlavie“ z mužského na ženské, stlačte ENTER.



Výber „mužské“ bliká a pomocou TOGGLE/+ môže byť teraz zmenený na „ženské“. Potvrďte príslušné nastavenie tlačidlom ENTER.



Na displeji sa ako potvrdenie zobrazí „Nastavenie OK“ rovnako ako pri všetkých nasledujúcich nastaveniach.

Teraz môžete nastaviť ďalšie osobné údaje, ako deň narodenia, hmotnosť, maximálnu pulzovú frekvenciu (PF) a taktiež cieľové tréningové zóny.



Pomocou TOGGLE/+ prejdite k ďalšiemu bodu, dátumu narodenia. Tu postupujte ako obvykle a vyberte bod tlačidlom ENTER.



Najprv nastavte správny rok narodenia. Prostredníctvom TOGGLE/+ a TOGGLE/- nastavte vyšší alebo nižší rok ako aktuálna blikajúca hodnota a potvrďte tlačidlom ENTER.



Obdobne nastavte mesiac.



A rovnako postupujte aj pri nastavení dňa.



Po úspešnom nastavení dňa narodenia sa na displeji zobrazí príslušné hlásenie.



Ďalej zadajte svoju aktuálnu hmotnosť. K tomuto bodu prejdite opäť pomocou TOGGLE/+ a potvrďte tlačidlom ENTER.



Prostredníctvom TOGGLE/+, resp. TOGGLE/- vyberte medzi jednotkami – kilogramami a libami.



Potom môžete ako obvykle zadať správnu hodnotu pre svoju hmotnosť v dopredu nastavených jednotkách.



Ďalej zadajte svoju osobnú maximálnu pulzovú frekvenciu (max. PF). K tomuto bodu prejdite opäť pomocou TOGGLE/+ a potvrďte tlačidlom ENTER.



Ak nepoznáte aktuálnu maximálnu pulzovú frekvenciu, môžete ju taktiež nechať vypočítať automaticky. Na tento účel vyberte „Automaticky“. Ak poznáte svoju osobnú maximálnu pulzovú frekvenciu, vyberte možnosť „Manuálne“ a postupujte tak, ako je popísané v predchádzajúcom bode.



Je možné stanoviť štyri rôzne zóny intenzity. Tieto zóny sa radia jedna za druhú a nemôžu sa prekrývať.

Najprv stanovte prostredníctvom výberu tlačidlom ENTER zónu intenzity 1. Tu nastavte pomocou TOGGLE/+ a TOGGLE/- dolnú hodnotu a potvrďte tlačidlom ENTER. Postupujte rovnako aj s hornou hodnotou.

Postupujte rovnakým spôsobom pri stanovení zón intenzity 2 – 4.



Poznámka: Možnosť odchýliť sa od štandardných hodnôt vašich zón intenzity a stanoviť vlastné zóny je určená pre používateľov s pokročilými nárokmi a vyššou intenzitou používania.

2.5 Tréning (nastavenie)



Ak chcete prejsť do tréningu, riadte sa, prosím, podľa zobrazenia na strane 8, v úrovni 2.

V bode „Tréning“ v podmenu „Nastavenie“ nájdete tréningové nastavenia.



Pomocou tlačidla ENTER sa dostanete do ďalšieho podmenu tréningových nastavení.

Tu môžete teraz stanoviť nastavenia pre „Voľný tréning“ a „Intervalový tréning“.

Do podmenu prejdete vždy tlačidlom ENTER.



Pri nastavení „Voľný tréning“ môžete vybrať, v ktorej cieľovej zóne chcete tréňovať.

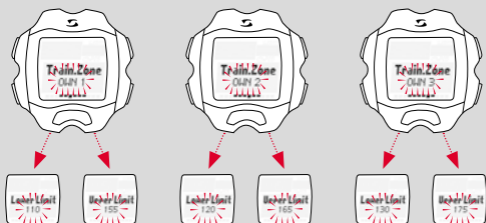
- V zóne FIT na zvyšovanie telesnej kondície.
- V zóne FAT na optimálne spaľovanie tukov počas tréningu.



Príslušné horné a dolné medze zón sa vám zobrazia pri výbere.

Máte taktiež možnosť trénovať vo vlastnej zóne, ktorú si stanovíte sami.

Tu si sami zadáte horné a dolné medze pulzovej frekvencie. Môžete uložiť až tri rôzne vlastné zóny.



Je taktiež možné trénovať bez cieľovej zóny. Na tento účel musíte túto funkciu vypnúť.



Pri nastavení „Voľný tréning“ môžete stanoviť svoje časy a oblasti pulzovej frekvencie.

Obvyklým spôsobom môžete stanoviť hodnoty pre Zahriatie, Zahriatie PF, Interval, Interval PF, Odpočinok, Upokojenie a Upokojenie PF pomocou TOGGLE+/- a potvrdiť tlačidlom ENTER.



2.6 Obľúbené



Pod bodom „Obľúbené“ môžete sami upraviť zobrazenie na displeji tak, aby sa vám zobrazovali funkcie, ktoré chcete hneď vidieť, ako napr. Stopky, Čas okruhu, Ukazovateľ zón, Profil PF, Zóny intenzity, Priemerná PF, Maximálna PF, Kalórie, Čas atď.

Celkovo môžete individuálne nastaviť deväť strán vždy s dvoma funkciami.



Na všetkých deviatich stranách môžete individuálne zostaviť, ako má displej vyzerať počas tréningu.



Ak vyberiete len jednu hodnotu, automaticky sa počas tréningu zobrazí zväčšená.



Pomocou „Nastavenie OK“ sa potvrdí zadanie na displeji.



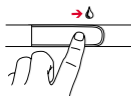
Počas tréningu sa teraz budú zobrazovať tieto nastavenia.

Pred tréningom musíte priložiť hrudný pás.

Aby sa pulz meral správne, upravte dĺžku pásu tak, aby pás dobre priliehal, ale pritom nebol príliš dotiahnutý.

Priložte pás pod prsné svalstvo, resp. prsia.

Navyše ešte navlhčite ryhované plochy, ktoré priliehajú ku koži.



Vyvolajte bod menu „Tréning“, ako je popísané v kapitole 1. Priamo sa zobrazí taktiež vaša zvolená tréningová zóna (FIT, FAT alebo OWN).

Výber/zmena cieľovej zóny:

Stlačte tlačidlo ENTER a pridržte ho stlačené, aby sa vybrala požadovaná cieľová zóna pre tréning.



Tréning v zóne FIT: zvyšuje vašu telesnú kondíciu a je výrazne intenzívnejší. V tejto zóne si zlepšujete vytrvalosť. Hodnota sa stanovuje na základe vašej maximálnej pulzovej frekvencie a zodpovedá jej 70 - 80 %.



V zóne FAT sa trénuje aeróbna látková výmena. Pri dlhšej aktivite a nižšej intenzite sa spaľuje a premieňa na energiu viac tukov než sacharidov. Tréning v tejto zóne podporuje chudnutie. Hodnota sa stanovuje na základe vašej maximálnej pulzovej frekvencie a zodpovedá jej 55 - 70 %.





Ak chcete trénovať v individuálnej tréningovej zóne (OWN), zvolte najprv zónu OWN a nastavte ju požadovaným spôsobom, ako je popísané v kapitole 2.5.

Celkovo môžete nastaviť tri individuálne zóny.



Ak chcete trénovať bez tréningovej zóny, vyberte pre tréningovú zónu „VYP“.



Potom stlačte tlačidlo ENTER a prejdite do náhľadu tréningu.

3.1 Tréning – spustenie, zastavenie, pokračovanie a ukončenie



Okruhový tréning (LAP)

Tréning spustíte stlačením tlačidla START.

Príklad: Pravidelne beháte dva okruhy okolo rybníka a chcete ich behať rôznou rýchlosťou. Pomocou tréningu s okruhmi s pulzmetrom RC MOVE zistíte hodnoty pre jednotlivé okruhy.



Okruh (LAP) spustíte opätovným stlačením tlačidla START.



Tlačidlom STOP tréning zastavíte.

Pokračovať v prerušenom tréningu môžete opätovným stlačením tlačidla START.



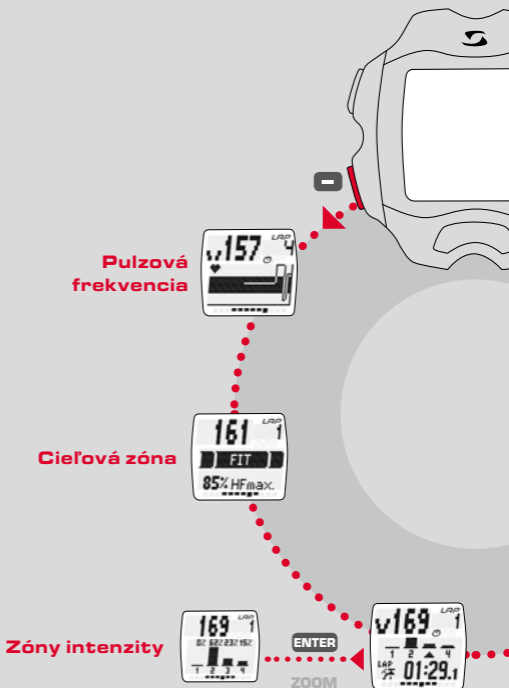
Ak chcete tréning úplne ukončiť, stlačte znovu tlačidlo STOP. Teraz displej zobrazuje otázku, či chcete tréning naozaj ukončiť a zároveň uložiť (prostredníctvom tlačidla STOP), alebo či chcete pokračovať (prostredníctvom tlačidla ENTER).

Ak chcete tréning ukončiť bez tohto uloženia, stlačte tlačidlo TOGGLE/+ a vyberte RESET/EXIT. Potvrďte tlačidlom STOP.

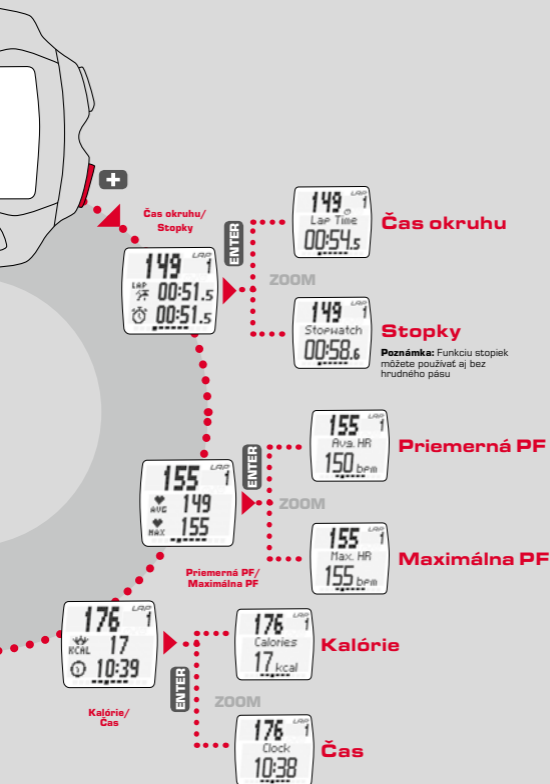


3.2 Počas tréningu

Ak je spustený tréning, začína na displeji plynúť čas. Prechádzajte menu tak, ako je znázornené v prehľade v kapitole 1. Taktiež počas tréningu ovládate zobrazenie prostredníctvom TOGGLE+/- (hlavné menu) a tlačidlom ENTER prechádzate do podmenu a k príslušným bodom menu a funkciám. Pri tom môžete vždy vidieť aktuálne hodnoty danej funkcie.



Vďaka funkciám, ako sú presné meranie pulzovej frekvencie, počítadlo okruhov (do 99 okruhov), zobrazenie najlepšieho okruhu (BestLap), funkcia priblíženia, vizualizácia zón intenzity a počítadlo kalórií, je tréning veľmi informatívny. Zobrazenie na displeji môžete individuálne upraviť prostredníctvom svojich „Oblúbených“ podľa svojich potrieb, ako je popísané v kapitole 2.6.





Meranie pulzovej frekvencie

Zobrazenie priemernej a maximálnej pulzovej frekvencie. Podľa hodnôt stanovených prostredníctvom vášho hrudného pásu.



Počítadlo okruhov

Zobrazenie počtu okruhov (Lap Count) stlačením tlačidla LAP pri dokončenom okruhu. Čas okruhu a celkový čas sa zobrazia súčasne.



Zobrazenie najlepšieho okruhu (Best Lap)

Na displeji sa priamo zobrazuje informácia o najlepšom čase okruhu. Ak ste dosiahli najlepší čas okruhu, okamžite sa táto informácia dočasne zobrazí na displeji ako „Best Lap“.



Ak posledný okruh nie je najlepší, zobrazí sa ako „Last Lap“.



Funkcia priblíženia

Pomocou funkcie priblíženia môžete hodnoty zobraziť taktiež jednotlivo zväčšené. Stlačením tlačidla ENTER môžete na displeji samostatne zobraziť napríklad funkcie Čas okruhu alebo Stopky.



Zóny intenzity

V prehľade zón intenzity vidíte naraz svoj čas behu percentuálne rozdelený do stanovených zón intenzity. Vďaka tomu máte prehľad o svojom výkone a môžete ho optimálne regulovať.



Počítadlo kalórií

Zobrazujú sa kalórie spažené od spustenia tréningu.

Poznámka: Pamätajte, prosím, že spotreba kalórií sa vypočítava iba vtedy, keď bol spustený tréning a pulzová frekvencia je aspoň 100 úderov/min.

3.3 Intervalový tréning



Vo výbere tréningu prejdite pomocou tlačidla TOGGLE+/- k bodu „Interval“ a stlačte ENTER.



Stlačením tlačidla ENTER prejdete do náhľadu tréningov. Tlačidlom START môžete spustiť svoj intervalový tréning.



Pridržaním stlačeného tlačidla ENTER prejdete do nastavenia intervalového tréningu. Pridržte tlačidlo ENTER stlačené tak dlho, pokiaľ na displeji nezhasne pokyn DRŽAŤ.

Tu môžete stanoviť svoje osobné nastavenie pre tréningové intervaly, pozrite kapitolu 2.5.



Náhľad tréningov sa spúšťa s vaším dopredu nastaveným intervalovým tréningom a začína fázou „Zahriatie“.

Tlačidlami TOGGLE+/- môžete prejsť ako obvykle k rôznym podmenu.





„Zahriatie“ spustíte stlačením tlačidla START.

Pridržaním tlačidla ENTER až do zhasnutia pokynu DRŽAŤ na displeji spustíte „Interval“. Následný „Odpočinok“ sa spustí automaticky. Podľa svojho tréningu ľubovoľne opakujte „Interval“ a „Odpočinok“.



„Upokojenie“ spustíte pridržením stlačeného tlačidla ENTER.



4

Tréning s pulzmetrom RC MOVE a smartfónom



Ak chcete svoj pulzmetr RC MOVE používať so smartfónom, postupujte nasledovne:

Vo výbere tréningu prejdite pomocou tlačidiel TOGGLE+/- k bodu „Smartfón“ a stlačte ENTER.

Spustí sa vyhľadávanie vášho smartfónu.



Potom vo svojom smartfóne otvorte aplikáciu SIGMA MOVE APP. Otvorte menu nastavenia aplikácie SIGMA MOVE APP a synchronizujte pulzmetr RC MOVE so svojím smartfónom.

Hneď ako sa nadviaže spojenie, pulzmetr RC MOVE prejde do náhľadu tréningov.



Teraz môžete tréningové funkcie ovládať ako obvykle prostredníctvom pulzmetra RC MOVE.



Rozlišuje sa medzi „automatickým“ (A) okruhom a „manuálnym“ okruhom. Okruh A sa spúšťa prostredníctvom smartfónu, napr. po každom kilometri.

Ak sa na displeji nezobrazí „A“, zobrazí sa počet manuálne absolvovaných okruhov.



Môžete vyberať medzi manuálnym a automatickým okruhom súčasným stlačením tlačidla TOGGLE/- a ENTER.

Dáta z automatického a manuálneho okruhu sa ukladajú oddelene a môžete ich v aplikácii SIGMA MOVE APP jednotlivito vyvolávať a vyhodnocovať.



S pulzmetrom RC MOVE môžete ovládať taktiež hudbu na svojom smartfóne.

V náhľade tréningov prejdite pomocou TOGGLE/- k náhľadu „Music Control“.

Prehrávanie aktuálneho titulu môžete spúšťať alebo prerušovať stlačením tlačidla START.

Tlačidlom STOP/ENTER prejdete k ďalšiemu/predchádzajúcemu titulu.

(Za predpokladu, že máte v smartfóne vybraný dostupný zoznam skladieb.)



Keď tréning ukončíte, máte možnosť uložiť tréningové dáta.

Vaše tréningové dáta sa uložia do smartfónu. Potom dostanete hlásenie „Tréning uložený v smartfóne“.

Tréningové dáta môžete prezeráť v aplikácii SIGMA MOVE APP.



5

PC režim

Pomocou PC režimu môžete pulzometer RC MOVE prepojiť prostredníctvom bezdrôtového donglu SIGMA so softvérom SIGMA DATA CENTER.

SIGMA DATA CENTER je softvér na vyhodnocovanie a štatistiky tréningových dát z cyklopočítačov a športových hodínok SIGMA.



Ak chcete prejsť do PC režimu, postupujte nasledovne:

Vo výbere tréningu prejdite pomocou tlačidiel TOGGLE+/- k bodu „PC režim“ a stlačte ENTER.



Pulzometer RC MOVE je teraz pripravený na pripojenie k počítaču.

6

Vyvolanie pamäte



Vyvolajte bod menu „Pamäť“, ako je popísané v kapitole 1.



Môžete vyvolať príslušné uložené tréningové údaje. Sú usporiadané podľa dátumu/aktuálnosti, pričom sa na prvom mieste zobrazuje posledný uložený tréning. Údaje môžete podrobne zobraziť tlačidlom ENTER, keď použijete princíp prechádzania menu popísaný v kapitole 1.

Tréningy, ktoré boli zaznamenané s aplikáciou SIGMA MOVE APP, nie je možné prezerat v pamäti hodínok.

Maximálna dĺžka trvania záznamu: 260 hodín

Vyberte tréning podľa dátumu.

Prostredníctvom tlačidiel TOGGLE+/- prejdite k požadovanému dátumu tréningu a potvrdte tlačidlom ENTER.

Teraz môžete zobraziť rôzne hodnoty (všeobecné, okruhy, cieľovú zónu, zónu intenzity a príslušné hodnoty).



Máte k dispozícii celkovú pamäť. V týždennom prehľade nájdete počet tréningov za tento kalendárny týždeň s absolútnym tréningovým časom a spotrebou kalórií. Prostredníctvom TOGGLE/+ a TOGGLE/- môžete prechádzať 12 poslednými týždňami/ mesiacmi roku.

To isté platí pre prehľad v mesiacoch a zhrňajúci celkový prehľad od okamihu aktivácie pulzmetra.

Poznámka: Vždy môžete vybrať zodpovedajúci deň (TOGGLE+/-), ak sa chcete pozrieť na tréning. Zobrazenie tréningu: Zobrazí sa celkový počet tréningov.

Tlačidlami TOGGLE+/- môžete vybrať určitý deň. Tlačidlom ENTER zobrazíte náhľad.





LI =
Lithium Ionen

Batérie sa nesmú likvidovať s domovým odpadom (zákon o batériách)! Odovzdajte, prosím, batérie na príslušnom zbernom mieste na likvidáciu odpadu.



Elektronické prístroje sa nesmú likvidovať s domovým odpadom. Odovzdajte, prosím, prístroj na príslušnom zbernom mieste na likvidáciu odpadu.

Ručíme voči nášmu príslušnému zmluvnému partnerovi za chyby podľa zákonných predpisov. Na batérie sa záruka nevzťahuje. So žiadosťou o uplatnenie záruky sa, prosím, obráťte na obchodníka, u ktorého ste svoj pulzometer RC MOVE kúpili, alebo pulzometer RC MOVE zašlite spoločne s dokladom o kúpe a všetkými dielmi príslušenstva a s dostatočným poštovým na nasledujúcu adresu:

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.- Julius -Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118
E-mail: service@sigmasport.com

Pri oprávnenom nároku na poskytnutie záruky dostanete prístroj výmenou. Nárok vzniká iba na model, ktorý je v súčasnosti aktuálny. Výrobca si vyhradzuje právo na technické zmeny.

Spoločnosť SIGMA-ELEKTRO GmbH týmto vyhlasuje, že pulzometer je v zhode so základnými požiadavkami a inými relevantnými predpismi smernice 1999/5/ES.

8.1 Batéria

Typ batérie: CR2032, Životnosť batérie: priemerne 10 mesiacov



CE vyhlásenie nájdete na internetovej adrese: www.sigmasport.com

8.2 FCC Information

Subpart 15A Rule Section 15.19(a)(3) requires the label of the device include the following statement, or where the label/equipment is too small, then the user information can contain the following statement:

"This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation."

Subpart 15A Rule Section 15.21 requires the following:

The users manual or instruction manual for an intentional or unintentional radiator shall caution the user that "Changes or modifications to this equipment not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment."

Subpart 15B Rule section 15.105 requires the following to be included in the user information:

"NOTE: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help."

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause interference,
and
- (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

This Class digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage,
et
- (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Cet appareil numérique de la classe est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

8.3 Technical specifications

General: (power requirement)

- Battery type: CR 2032
- Operation voltage: 3 V
- Operation temperature range: -10 °C to + 60 °C

Radio receiver:

- Communication frequency: 2.4 GHz
- Channel: 40 channels with 2 MHz channel width
- Range (Nominal effective range): ~3 m/9.8 ft

Memory: (assume 1 free training and no interval phase)

- ~43 h 34 min @ 5 s logging interval
- ~87 h 08 min @ 10 s logging interval
- ~174 h 16 min @ 20 s logging interval
- ~261 h 25 min @ 30 s logging interval

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

