

BRUGSANVISNING TIL DUN-60-G01

Funktioner.

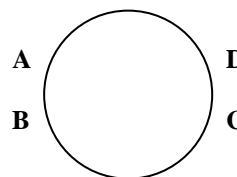
Fremme på skærmen står timer, minutter, sekunder, dato, årstal og puls.

Ved tryk på knap A: Lys

Ved tryk på knap B: Skift mellem urets funktioner.

Ved tryk på knap C: Indstilling af ur

Ved tryk på knap D: Start og stop af stopur



Bær brystbæltet så sensoren sidder lige over dit hjerte. På hver side for midten sidder der en rillet overflade. Disse overflader er sensorer som registrerer din puls. Væd disse, før du tager brystbæltet på. Derved registreres din puls nemmere, hurtigere og mere præcist.

Indstilling af ur og dato.

Tryk på knap B indtil uret er i normaltidsfunktion. (Dvs. at der ikke skal være et hjerte nede i bunden, og tiden vises på displayet) Hold knap C inde og årstallet vil begynde at blinke. Tryk knap C/D for rigtig årstal. Tryk knap B og månederne vil blinke, tryk knap C/D for rigtig måned. Tryk knap B og datoen vil blinke, tryk knap C/D for rigtig dato. Tryk knap B og timerne vil blinke, tryk knap C/D for rigtig time. Tryk knap B og minutterne vil blinke, tryk knap C/D for rigtig minuttal. Tryk knap B og timer og minutter vil blinke, tryk knap C for at vælge mellem 12- / 24-timers urværk. Tryk knap B én gang til og tiden og datoen er nu indstillet, og intet blinker på skærmen mere.

BEMÆRK: Hvis der ikke ændres noget i løbet af 1 minut, vil der automatisk vendes tilbage til normaltidsfunktionen.

Nuværende puls

Tryk på knap B én gang mens uret i normaltidsfunktionen, derved fremkommer der et hjerte i bunden af displayet. Hvis brystbæltet er monteret korrekt vil der efter få sekunder stå din puls på displayet.

Maximale puls funktion

Den maximale puls funktion registrerer din maximale puls under træning. Hvis du opnår en højere puls, vil denne erstatte den gamle måling. Tryk knap B for at nå til maximale puls funktion. Derved vil der stå din maximale puls, og der vil stå MAX nederst til højre på displayet.

Gennemsnits puls

Den gennemsnitlige puls registrerer din gennemsnitlige puls. Denne vil derfor ændre sig jo mere du bruger uret. Tryk på knap B for at nå til gennemsnits puls funktionen. Derved vil stå din gennemsnitlige puls, og der vil stå AVG nederst til højre på displayet.

Stopur

Tryk på knap B for at nå til stopursfunktionen. Når denne nås vil der fremkomme et lille stopur øverst til venstre på displayet. For at starte/stoppe stopuret tryk knap D. Efter stopuret er stoppet, kan dette nulstilles ved ét tryk på knap C. Mens stopuret er i gang kan pulsen stadig ses nederst på displayet.

Alarm

Tryk på knap B for at nå til alarmfunktionen. Når denne nås vil der stå det sidst indstillede alarmtidspunkt på displayet. For at indstille alarmtidspunktet, hold knap C inde i 3 sekunder. Derved vil timerne blinke, tryk knap C/D for at indstille timetallet. Tryk knap B og minutterne vil blinke, tryk knap C/D for at indstille minuttallet. Tryk knap B igen, og det indstillede alarmtidspunkt vil stå på displayet. For at slå alarmen fra/til tryk knap C i alarmtidspunktfunktionen.

Batteri.

Uret bruger 1 stk. 3V lithium batteri nr. CR-2032.

Brystbæltet bruger 1 stk. 3V lithium batteri nr. CR-2032.