

PODOMÈTRE-PULSOMÈTRE



Mode d'emploi

TABLE DES MATIERES

25 FONCTIONS

DÉSIGNATIONS ET FONCTIONS DES PIÈCES

26 INTRODUCTION DE LA PILE

27 ÉLIMINATION DES PILES / CONSIGNES DE SÉCURITÉ CONCERNANT LES PILES

28 ÉLIMINATION – PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

PORT DU PODOMÈTRE

29 RÉGLAGE DU PODOMÈTRE

30 MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

31 SPÉCIFICATION

32 MAINTENANCE

33 SERVICE ET GARANTIE



Toutes nos félicitations pour l'achat de ce podomètre-pulsomètre Y-2012. Nous espérons que ses fonctions caractéristiques pourront vous aider à mieux préserver votre santé. La mesure de la fréquence cardiaque tout comme le comptage des pas vous donnent des données importantes pour vos activités sportives quotidiennes. Veuillez lire minutieusement les instructions suivantes afin de pouvoir utiliser ce produit correctement.

FONCTIONS

1. Mesure du pouls, 2. Mesure des pas, 3. Réglage des pas, 4. Mesure de la distance (km / mile), 5. Mesure des calories, 6. Réglage du poids, 7. Affichage « batterie faible »

DÉSIGNATIONS ET FONCTIONS DES PIÈCES

A. Affichage à cristaux

liquides : affichage à cristaux liquides sur une ligne

B. Bouton de MODE : pour passer d'un mode d'affichage à un autre

C. Bouton SET : pour le paramétrage du poids, du comptage des pas et de l'unité de mesure

D. Bouton pulsomètre : pour mesurer le pouls

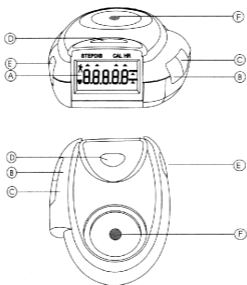
E. Bouton RESET : pour supprimer les enregistrements

F. Partie digitale

G. Pile

H. Clip à ceinture

I. Couvercle des piles



INTRODUCTION DE LA PILE

1. Dévissez le couvercle des piles au dos du podomètre-pulsomètre et tirez-le vers la droite comme indiqué sur la figure A.
2. Introduisez une pile lithium CR2032 et fermez le couvercle des piles (voir Fig. B).

Note :

Remplacez la pile dès que l'affichage indique « batterie faible ».

Fig. A

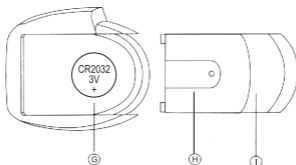
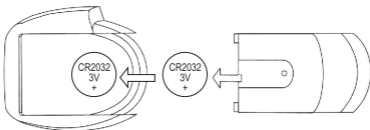


Fig. B



ÉLIMINATION DES PILES / CONSIGNES DE SÉCURITÉ CONCERNANT LES PILES

Élimination :

Ne jetez pas les piles ou accus dans les déchets domestiques mais dans les déchets spéciaux ou auprès d'une station de collecte de piles dans un point de vente spécialisé.

Recommandations de sécurité concernant les piles :

- Tenir hors de portée des enfants !
- Ne pas court-circuiter !
- Ne pas recharger !
- Ne pas jeter dans le feu !



ELIMINATION – PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Que signifie le marquage sur votre produit ?



Ce produit ne doit pas être jeté dans les ordures ménagères mais doit être déposé dans un dépôt de recyclage pour appareils électriques et électroniques (élimination des appareils usagers).

PORT DU PODOMÈTRE

Accrochez l'appareil de mesure perpendiculairement à la ceinture. Appuyez pendant environ 3 secondes [RESET] afin d'effacer les enregistrements présents et de remettre l'appareil à zéro (Fig. C).

Note : Un port incorrect du podomètre peut en altérer l'exactitude.

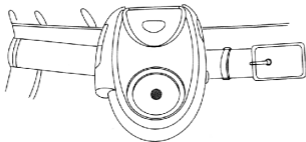


Fig. C

RÉGLAGE DU PODOMÈTRE

DISTANCE :

- 0-999,99 km
- Appuyez en mode d'affichage de la distance (la flèche « ▲ » indique DIS) sur SET afin de régler la longueur des pas.
- Appuyez sur la touche SET afin de régler la longueur des pas.
- Plage réglable : 30-200cm par pas de 5 cm, longueur de pas pré-réglée en usine : 70 cm. Le produit dispose d'un réglage rapide de 2 secondes. En cas de manque d'activité, le nouveau paramétrage est accepté au bout de 5 secondes, l'appareil de mesure retourne alors dans le mode d'affichage de la distance.

CALORIES :

- 0-9999 kcal, cal = pas/coefficient
- Appuyez en mode d'affichage de l'énergie (la flèche « ▲ » indique CAL) sur SET afin de saisir le réglage du poids.
- Appuyez sur la touche SET afin de régler le poids. Plage de réglage possible entre 30 et 150 kg par pas de 5 kg, valeur pré-réglée en usine : 60 kg. Le produit dispose d'un réglage rapide de 2 secondes. En cas de manque d'activité, le nouveau paramétrage est accepté au bout de 5 secondes. L'appareil de mesure retourne alors dans le mode d'affichage des calories.

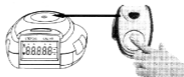
MESURE DE LA FRÉQUENCE CARDIAQUE

La fréquence cardiaque est la somme de toutes les pulsations dans les limites d'un temps prédéterminé. Le présent podomètre mesure vos pulsations par minute. Le pouls est influencé par de nombreux facteurs, y compris la fumée, la nourriture et les troubles nerveux. La surveillance de la fréquence cardiaque vous aide à trouver l'intensité qui vous convient et de mettre ainsi au point un plan d'activités sportives adéquat. Il est cependant difficile de mesurer la fréquence cardiaque de patients dont le pouls est irrégulier ou souffrant de faiblesse cardio-vasculaire.

1. Appuyez sur le bouton du pulsomètre comme indiqué dans l'illustration plus bas afin d'entrer en mode de mesure de la fréquence cardiaque. Dans la première ligne de l'affichage à cristaux liquides « ♥ » s'affiche.



2. Placez l'index de votre main droite sur la partie digitale, dans laquelle se trouve une partie plastique du capteur de la fréquence cardiaque.



3. Détendez-vous mentalement. N'appuyez pas trop fermement avec le doigt, ni trop légèrement, puisque cela pourrait altérer la précision des résultats.
4. Durée de la mesure : 30 secondes. Après le test on entend deux fois « di ».
5. Veuillez mesurer à nouveau si vous avez l'impression que les

résultats ne sont pas corrects. Si aucun signal du pouls n'est capté pendant 10 secondes, l'appareil de mesure interrompt automatiquement la mesure.

Remarques :

1. Lorsque votre doigt est au bon endroit, le signal « ♥ » clignote sur l'affichage à cristaux liquides. Cela indique que le podomètre enregistre les données du pouls.
2. Pendant la mesure du pouls, ne bougez pas votre doigt.
3. Le doigt doit appuyer sur l'inducteur avec une force minimale.
4. Le doigt utilisé pour le test ne doit pas être trop froid.
5. Gardez le doigt et l'inducteur propres.
6. Assurez-vous que la pile a suffisamment de courant.

SPÉCIFICATION

Changement de fonction :	Comptage des pas, distance, longueur des pas
Comptage des pas :	0-99999 pas
Distance :	0-999,99 km
Longueur des pas :	30,0 - 200,0 cm
Plage de mesure du poids :	30,0 - 150,0 kg
Plage de mesure de la fréquence cardiaque :	40,0 - 240,0 pulsations par minute
Température de service :	-10,0 - 40,0°C
Température d'entreposage :	-20,0 - 60,0°C
Alimentation en courant :	une pile CR2032 (3 volts)
Durée de vie des piles :	1 an
Taille :	70,0 x 52,5 x 32,8 mm
Poids :	43,0 g

MAINTENANCE

Les recommandations suivantes peuvent vous aider à prolonger la durée de vie de votre podomètre.

1. Gardez votre podomètre au sec. Séchez-le immédiatement s'il est mouillé par inadvertance.
2. Veuillez utiliser et stocker l'appareil à température normale. Les températures extrêmes raccourcissent la durée de vie des éléments de construction, endommagent les piles et entraînent une déformation ou la fonte des pièces en matières plastiques.
3. Manipulez l'appareil avec précaution et reposez-le tout aussi minutieusement. Chaque chute peut endommager la plaquette à circuits imprimés et provoquer ainsi un dysfonctionnement du podomètre.
4. Essuyez régulièrement l'appareil pour qu'il ait toujours un aspect neuf. Ne le nettoyez cependant pas avec des produits chimiques puissants, des détergents ou des nettoyeurs agressifs.
5. Utilisez les piles recommandées et remplacez les piles usées en temps utile.
6. N'échangez pas les composants du podomètre. Tout défaut occasionné de cette façon est exclu de notre garantie.

Sous réserve de modifications techniques.

SERVICE ET GARANTIE

Adresse du service après-vente :

ibp Service Center
Am Weimarer Berg 6
D-99510 Apolda
Allemagne
Tél. : +49 (0) 3641 3096299

Garantie et indemnisation :

Nous effectuons toutes les réparations dans les 24 mois suivant la date d'achat (date de la preuve d'achat ou de la facture) à titre gracieux, si votre appareil présente des défauts de fabrication ou de matériel.

Les piles sont exclues de la garantie.

La garantie exclut tout dommage résultant d'un non-respect ou d'un respect partiel de ce mode d'emploi.

Toutes autres prétentions, telles que les demandes d'indemnisation, sont exclues.

Veillez envoyer l'appareil défectueux avec votre preuve d'achat ou votre facture et la description des défauts à l'adresse de notre service après-vente. Veuillez y joindre également votre bon de garantie si vous souhaitez profiter de votre couverture garantie.

Administration centrale :

ibp innovative business promotion GmbH
Botzstraße 6
D-07743 Jena
Allemagne
www.ibp-info.de