

HEART RATE MONITOR



SIGMA[®]
GERMANY

NL

ZONE INDICATOR

KCAL

DIGI-CODE



PC 22.13

WOMAN / MAN

Inhoud

1	Knoppentoewijzing	3
2	De PC 22.13 activeren	3
3	Overzicht van weergavefuncties	4
4	Basisinstellingen van de PC 22.13	4
5	Trainen met de PC 22.13	8
6	Garantiebepalingen	10

Voorwoord

Dank u wel voor uw keuze voor een hartslagmeter van SIGMA SPORT®.

Uw nieuwe PC 22.13 zal jarenlang een trouwe begeleider bij sport en vrije tijd zijn. De PC 22.13 is een technisch geavanceerd meetinstrument. Lees a.u.b. de gebruiksaanwijzing zorgvuldig door om de talrijke functies en het gebruik van uw nieuwe hartslagmeter te leren kennen.

SIGMA SPORT® wenst u veel plezier met het gebruik van uw PC 22.13.

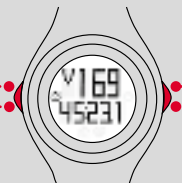
Nadere informatie en aanwijzingen

Meer informatie, zoals veel gestelde vragen (FAQ's), vindt u op www.sigmasport.com.

Raadpleeg voor u met trainen begint uw huisarts, vooral wanneer er sprake kan zijn van hart- en vaatziekten.

Beide knoppen tegelijk:

- Activeren van de lichtfunctie
- Wisselen van trainingsmodus naar rusttoestand (lang ingedrukt houden)



START/STOP/ RESET:

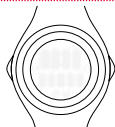
- De stopwatch starten en stoppen
- De stopwatch terugstellen (lang indrukken)
- Openen en bevestigen van instellingen

MODE/ SET:

- Wisselen tussen functies
- Openen van het instellingenmenu (lang ingedrukt houden)
- Wijzigen van een waarde in het instellingenmenu

De PC 22.13 activeren

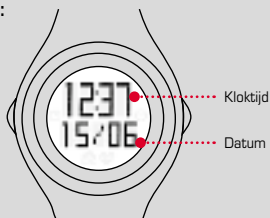
De PC 22.13 wordt geleverd in een transportmodus waarin hij vrijwel geen batterijstroom verbruikt. Daarom moet u de PC 22.13 vóór eerste gebruik eerst „wakker maken”. Ga hiervoor als volgt te werk:



Houd de toets START/STOP/RESET 5 seconden lang ingedrukt. Het horloge staat nu in het instellingenmenu.

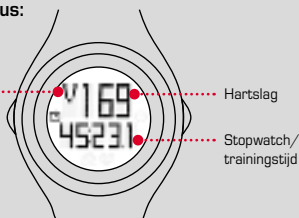


→ Rusttoestand:



→ Trainingsmodus:

Zone-indicator bij over-/onderschrijden van de ingestelde doelzone



Calorieën



Gem. hartslag



Kloktijd

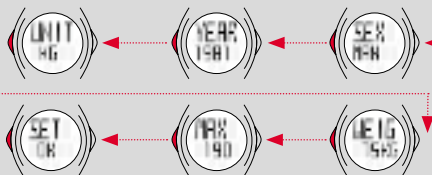


→ USER - Gebruikersgegevens instellen:

De persoonlijke gegevens worden gebruikt voor het berekenen van de calorieën en de maximale hartslag.

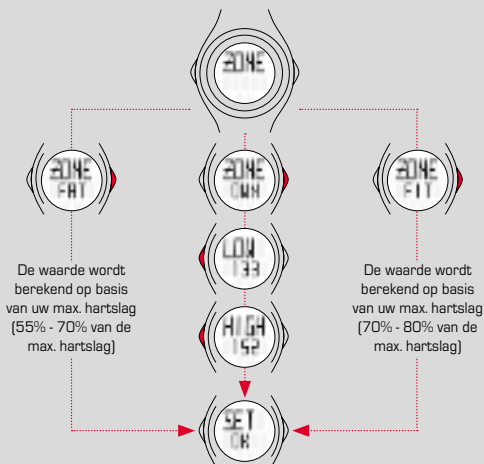
START/STOP/RESET-knop indrukken: waarde bevestigen

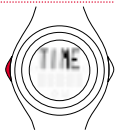
Met de knop MODE/RESET kunt u de waarde wijzigen



→ ZONE – Trainingsdoelzone instellen:

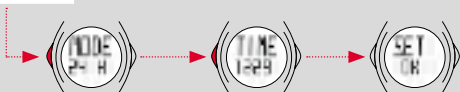
U krijgt een akoestische waarschuwing wanneer u buiten de vooraf ingestelde grenzen komt.





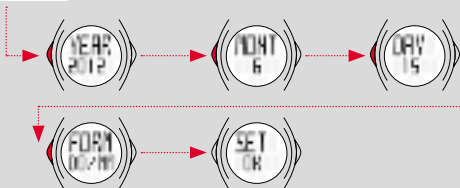
→ TIME - De kloktijd instellen:

Hier kunt u de kloktijd instellen.



→ DATE - Datum instellen:

Hier kunt u de datum instellen.



→ TONE - Waarschuwingsgeluid voor doelzone instellen:

Wanneer u een akoestische waarschuwing wilt krijgen wanneer u de ingestelde boven- of ondergrens overschrijdt, stelt u „TONE” in op „ON”.



→ LOCK - Toetsblokkering activeren:

De PC 22.13 heeft een toetsblokkering, die u indien nodig kunt activeren. Zet hiervoor LOCK op ON.

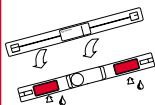


Tip: De toetsblokkering is automatisch geactiveerd zodra u wisselt naar de slaapmodus (kloktijd en datum wordt getoond). Wilt u nu een training starten, dan dient u binnen 3 seconden twee maal een willekeurige toets in te drukken.



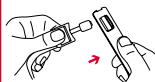
Mocht u per abuis een keer op de toets drukken, dan verschijnt 3 seconden lang de melding "PUSH OPEN". Daarna wordt de kloktijd weer getoond.





→ De borstriem omdoen:

Bevochtig de zender (geribbeld oppervlak) voldoende met water.

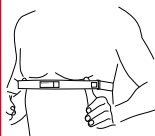


Verbind de zender met de elastische riem.



Met het vastzetmechanisme kunt u de lengte van de borstriem individueel aanpassen.

Let erop dat u de borstriem zo instelt dat de riem goed maar niet te strak zit.



Doe de riem zo om, dat de zender bij mannen onder de borstspieraanzet ligt; bij vrouwen moet hij onder de borstaanzet liggen.

Daarbij moet het SIGMA-logo altijd leesbaar naar voren wijzen.

→ De training starten:

Training starten (toetsvergrendeling niet actief):

Druk op een willekeurige toets.



Training starten (toetsvergrendeling actief):

Druk binnen 3 seconden twee keer op een willekeurige toets.

De hartslag wordt gezocht en na enkele seconden gevonden.



Druk op START/STOP/RESET om de stopwatch te starten.



Druk op START/STOP/RESET om de stopwatch te stoppen.



Druk op MODE/SET om tussen de verschillende waarden te schakelen.





Houd MODE/SET en START/STOP/RESET ingedrukt om naar de rustmodus te wisselen.



6

Garantiebepalingen

Er is aanspraak op garantie bij materiaal- en fabricagefouten.

Uitgesloten van de garantie zijn de batterijen, slijtageonderdelen en slijtage door commercieel gebruik of ongevallen. Er is alleen aanspraak op garantie wanneer het eigenlijke SIGMA-product niet eigenmachtig is geopend en het aankoopbewijs wordt overgelegd.

Wij zijn bij gebreken volgens de wettelijke regels aansprakelijk voor onze betreffende handelspartners. Als u aanspraak maakt op de garantie, wendt u zich dan tot de winkel waar u uw hartslagmeter hebt gekocht.

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



LI =
Lithium Ionen

Batterijen mogen niet bij het huishoudelijk afval (Europese batterijwet)! Geef de batterijen af bij een daarvoor bestemde inzamelplaats.



Elektronische apparaten mogen niet bij het huishoudelijk afval terecht-komen. Geef het apparaat af bij een daarvoor bestemde afvalverzamelplaats.

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

