

Krokoměr Fitty No. 1G DC-391670

Krokoměr nové generace vybavený pohybovým senzorem 3D MOTION SENSOR, který umožňuje počítat kroky způsobem, při kterém není nutné krokoměr upevňovat na opasek a umísťovat jej rovně ve svislé poloze. Můžete umístit krokoměr tam, kde je to pro vás nejpohodlnější - do kapsy u kalhot, na šňůrku, na kroužek na klíče - a krokoměr bude vždy spolehlivě počítat kroky. Elektronický filtr potlačuje nechtěné pohyby, jako např. při vstávání či sedání. Počítá, teprve když se ujede více než 13 kroků za sebou.



Funkce:

- počítání kroků do 100.000 kroků
- počítání ušlých kilometrů do 1.000 km
- ukazatel tréninkového času
- počítání spotřebovaných kalorií
- 7denní paměť počtu kroků, vzdálenosti, tréninkového času a spotřebovaných kalorií
- individuální nastavení délky kroku
- ukazatel času
- funkce automatického vypnutí



Popis tlačítek

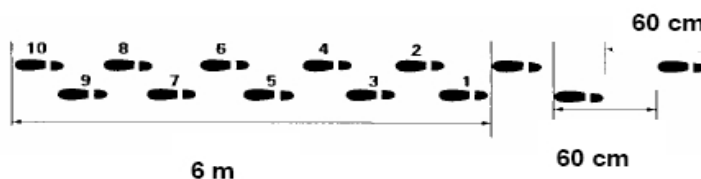
- | | |
|-------|---|
| ▼MODE | přepínání mezi ukazatelem počtu kroků - vzdálenosti - spotřeby kalorií - času - tréninkového času |
| SET | nastavení osobních údajů |
| ▲MEMO | výběr paměti |

Nošení krokoměru

Krokoměr Fitty No. 1 můžete nosit na těle v každé pozici, ať už se jedná o kapsu u kalhot nebo kabelku, šňůrku kolem krku nebo kroužek na klíče. Důležité je, aby měl krokoměr možnost evidovat vaše pohyby.

Nastavení délky kroku

Pro počítání vzdálenosti je důležité vložit hodnotu délky vašeho obvyklého kroku a používat váš obvyklý způsob chůze. Pro určení své průměrné délky kroku ujděte určitou vzdálenost (např. 6 metrů), jak ukazuje obrázek a zjistěte počet kroků, který potřebujete k ujití této vzdálenosti (např. 10 kroků): $6 \text{ metrů} / 10 \text{ kroků} = 60 \text{ cm}$ délka kroku. Prosíme vložte tuto hodnotu.



Vložení základních údajů a času

Stiskněte a podržte několik sekund tlačítko SET, dokud nezačne blikat ukazatel.

Nyní můžete tlačítkem ▼MODE (nastavení hodnot směrem dolů) nebo ▲MEMO (nastavení hodnot směrem nahoru) zvolit mezi formátem času 12/24 hod.

Po opětovném stisknutí tlačítka SET začne blikat nastavení hodin.

Tlačítkem ▼MODE nebo ▲MEMO můžete nastavit hodiny.

Po opětovném stisknutí tlačítka SET začne blikat nastavení minut.

Tlačítkem ▼MODE nebo ▲MEMO můžete nastavit minuty.

Po opětovném stisknutí tlačítka SET začne blikat nastavení tělesné hmotnosti (nutné při počítání spotřeby kalorií).

Tlačítkem ▼MODE nebo ▲MEMO můžete nastavit hodnotu své tělesné hmotnosti v kg.

Po opětovném stisknutí tlačítka SET začne blikat nastavení délky kroku (nutné pro měření vzdálenosti).

Tlačítkem ▼MODE nebo ▲MEMO můžete nastavit zjištěnou délku svého kroku.

Stiskněte tlačítko SET pro ukončení vkládání. Nyní je krokoměr připraven na počítání kroků.

Vložte krokoměr např. do kapsy u kalhot a udělejte několik kroků, aby se krokoměr uvedl do provozu. Zjistíte, že krokoměr začne počítat až od počtu 13 ušlých kroků díky funkci potlačení nechtěných pohybů.

Ukazatel kroků - km - spotřebovaných kalorií

Stiskněte krátce tlačítko ▼MODE a přepínáte mezi ukazateli.

Kroky

Zobrazují se ušlé kroky z daného dne a aktuální čas.

Km

Zobrazuje se ušlá vzdálenost v km z daného dne a k tomu potřebný čas v min (tréninkový čas).

Kcal

Zobrazuje se hodnota spotřebovaných kalorií z daného dne a aktuální čas.

Pokud chcete začít nový tréninkový čas, stiskněte tlačítko ▼MODE na cca 3 sekundy. Ukazatel se vynuluje a vlevo nahoře na displeji se zobrazí nápis SPLIT. Žádný strach! Ušlé kroky z daného dne jsou stále v paměti a nebyly vymazány. Začne se zobrazovat pouze nový tréninkový čas, tj. čas potřebný k ujití určité vzdálenosti. Pokud opět stisknete tlačítko ▼MODE, ukončíte tréninkový čas a hodnoty budou uloženy.

Krokoměr disponuje další důležitou funkcí - 7denní paměť, tzv týdenní paměť.

Vyvolání paměti

POZOR! Ukončete nejdříve tréninkový čas, tj. na displeji nesmí být zobrazen nápis SPLIT.

Vyberte pomocí tlačítka ▼MODE hodnotu (kroky, vzdálenost, spotřeba kalorií nebo tréninkový čas), která je po následujících 7 dní uchovávána v paměti krokoměru.

Nyní stiskněte tlačítko ▲MEMO pro zobrazení předchozí denní výkonnosti.

Na spodním řádku se bude zobrazovat nápis "DAYS BEFORE 1,2,3..."

"...1" jsou hodnoty před jedním dnem, "...2" hodnoty přede dvěma dny, "...3" hodnoty před třemi dny atd.

Opětovným stisknutím tlačítka ▲MEMO přeskakujete vždy o jen den dále.

Stisknutím tlačítka ▼MODE opustíte funkci týdenní paměti.

RESET - vymazání všech dat a vynulování hodnot

Na zadní straně krokoměru naleznete vlevo dole u krytu baterií malý otvor s nápisem RESET. Stiskněte pomocí jakéhokoli vhodného předmětu, např. kancelářské sponky, výstupek uvnitř otvoru a veškeré hodnoty budou vymazány a krokoměr se navrátí do původního stavu před nastavením.

Výměna baterie

Jestliže displej ukazuje tlumeně a nejasně nebo zobrazení slábne, vyměňte 1 ks baterie typu CR2032 (nebo stejného typu) za nový. Pomocí vhodného předmětu pootočte krytem na zadní straně krokoměru směrem doleva k nápisu OPEN a vyjměte baterii (chraňte životní prostředí a odevzdejte baterii do specializované sběrný). Vložte novou baterii do zásobníku (dbejte na správnou polaritu), vložte kryt šípkou směřující na nápis OPEN a otočte jím směrem doprava, dokud kryt nezapadne. Nastavte svůj krokoměr podle výše uvedeného návodu.

Odstranění případných závad

Jestliže displej ukazuje tlumeně a nejasně nebo zobrazení slábne, vyměňte baterie a nastavte krokoměr podle výše uvedeného návodu.

Poznámka

Pokud nebudete krokoměr delší dobu používat, vyjměte baterie.

Nevystavujte výrobek působení chemických látek, které jej mohou poškodit. Případné nečistoty odstraňte jemným velmi slabě navlhčeným hadříkem. Nevystavujte výrobek dešti a neponořujte jej pod vodu! Výrobek není hračka, neuchovávejte jej v dosahu dětí.

Technická data

baterie	1 x CR2032
životnost baterie	cca 12 měsíců v závislosti na kvalitě použitých baterií
rozměry	62 x 35 x 10 mm
hmotnost	cca 19 g

Dovozce: ACRON CZECH s.r.o, Veleslavínská 150/44, 162 00 Praha 6, <http://www.acron.cz>

Výrobce: Kasper & Richter