



**UNIDAD ELECTRÓNICA
ELECTRONIC MONITOR
UNITÉ ÉLECTRONIQUE
ELEKTRONIKEINHEIT
IMPIANTO ELETTRONICO
ELEKTRONISCHER MONITOR**

Fig 1

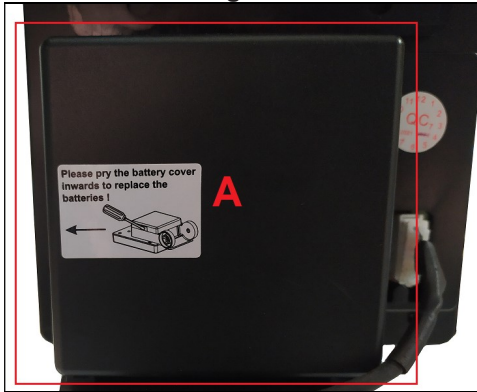


Fig 2

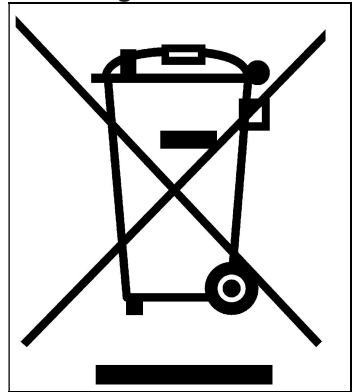
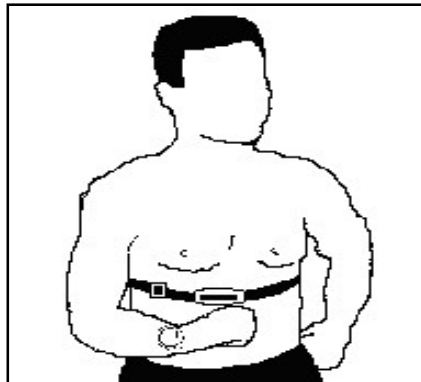


Fig.3



COLOCACIÓN PILAS.

Este monitor utiliza dos PILAS ALCALINAS LR20.

Para colocar las pilas suelte la tapa del compartimento de las pilas (A) Fig.1 haciendo palanca hacia adentro. Inserte pilas alcalinas LR20 en el compartimento de las pilas orientando correctamente la polaridad (haciendo coincidir el polo «+» de las pilas con la señal «+» del compartimento de las pilas y el polo «-» con la señal «-»). Cierre la tapa.

Si después de conectar el monitor electrónico, se produjeran indicaciones erróneas o sólo aparecen los segmentos parcialmente, extraiga las pilas y espere unos 15 segundos antes de volver a instalarlas.

Las baterías débiles (descargadas) generan cifra débiles (sin contraste) e indicaciones erróneas. Cámbielas inmediatamente.

El monitor se encenderá y emitirá un pitido.

El monitor se apagará automáticamente cuando la unidad esté 2 minutos parada.

Importante. Deposite las pilas usadas en contenedores especiales, Fig. 2.

FUNCIONES DEL MONITOR.-

Este monitor dispone de seis teclas: UP, DOWN, MODE; ENTER, RECOVERY; RESET.

Al iniciar el ejercicio el monitor empezará a contar.

En la pantalla se irán mostrando los valores de su ejercicio:

el TIEMPO, las REMADAS, la DISTANCIA, las CALORÍAS, el

PULSO.

Pulse ENTER para cambiar los datos que aparecen en la pantalla:

el TIEMPO en hacer 500m, las REMADAS TOTALES, los WATIOS, las CALORÍAS, las SPM.

Dentro del modo manual también puede programar la cuenta atrás para las variables del ejercicio. Para ello pulse MODE y TIME empezará a parpadear. Pulse UP/DOWN para establecer el valor de tiempo. Mantenga pulsado el botón UP/DOWN para ajuste más rápido. Pulse RESET para poner el valor a 0. Pulse y mantenga pulsado RESET para poner todos los valores a 0 (menos las remadas totales que se pondrán a 0 una vez cambiadas las pilas).

Para establecer otra variable (STROKES – remadas, DISTANCE – distancia; CALORIES – calorías, PULSE – pulso) pulse MODE hasta seleccionar la variable que desea configurar, luego pulse UP/DOWN para establecer el valor.

Empiece a usar la máquina para iniciar el ejercicio.

FUNCIÓN RECOVERY:

ESTADO DE FORMA.-

Este electrónico está equipado con la función de pulso de recuperación. Esto tiene la ventaja de que usted puede medir el pulso de recuperación después de terminado el ejercicio. Después de terminar su ejercicio y con la banda medidora de pecho colocada, presione el botón de «Recovery» y comenzará la cuenta atrás de un minuto. El electrónico medirá su pulso durante este minuto.

Cuando termine este minuto, el electrónico calcula y valoriza la diferencia y la nota de su estado de forma aparecerá en la pantalla: «F1, F2,..., F5, F6»; siendo «F1» el mejor (estado de forma: «Excelente») y «F6» el peor (estado de forma: «Muy Deficiente»).

Presionando el botón de Recovery, volverá a la pantalla principal donde las funciones estarán en modo de que ha comenzado la prueba.

La comparación entre el pulso de esfuerzo y el pulso de recuperación es una posibilidad sencilla y rápida de controlar su estado de forma.

La nota de su estado de forma es un valor orientativo para su capacidad de recuperación después de esfuerzos físicos.

Si usted efectúa un entrenamiento regular, usted comprobará que su nota mejora.

El Test no funciona si no tiene colocada la banda medidora de pecho (No incluida), Fig.3.

FUNCIONAMIENTO iOS (iPod Touch/iPhone/iPad).-

Este monitor dispone de un módulo Bluetooth integrado.

Active la función Bluetooth en el iPod/iPhone/iPad.

A continuación descargue la aplicación compatible con el protocolo FTMS - KINOMAP de Apple Store y ejecútela.

Cuando la aplicación lo requiera seleccione su módulo BH de la lista de dispositivos para vincularlo.

FUNCIONAMIENTO CON DISPOSITIVOS ANDROID.-

Este monitor dispone de un módulo Bluetooth integrado.

Active la función Bluetooth en el dispositivo Android.

A continuación descargue la aplicación compatible con el protocolo FTMS - KINOMAP de Google Play y ejecútela.

Cuando la aplicación lo requiera seleccione su módulo BH de la lista de dispositivos para vincularlo.

Consulte Apps compatibles en la web:
www.bhfitness.com

Consiga su código de activación gratuito BH by Kinomap en:
<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

MEDICION DE PULSO.-

PULSO TELEMÉTRICO.

El monitor está equipado para recibir las señales del sistema telemétrico de captación de pulso.

El sistema se compone de un receptor (D) y de un transmisor (banda de pecho no incluida).

IMPORTANTE. Este no es un aparato médico y por tanto la información del ritmo cardiaco es orientativa.

NOTA: El ajuste de volumen a niveles altos puede causar interferencias con la señal del pulso. Si esto ocurre baje el volumen.

GUIA DE PROBLEMAS.-

Problema: El display no se enciende o la visualización de los segmentos del display es muy débil.

Solución:

- a.- Compruebe que las pilas estén colocadas correctamente
- b.- Compruebe la carga de las baterías
- c.- Si están bajas, cambie las pilas inmediatamente.

Problema: Si algún segmento de alguna función no se enciende o si se producen indicaciones erróneas en alguna función.

Solución:

- a.- Desconecte las pilas durante 15 segundos y vuelva a instalarlas correctamente.
- b.- Compruebe la carga de las pilas. Si están bajas, cambie las pilas.

c.- Si los pasos anteriores no le ayudan, reemplace el monitor electrónico.

Evite que le dé a su monitor electrónico la luz directa del sol, pues se puede estropear la pantalla del cristal líquido. No lo exponga tampoco al agua ni a golpes.

Para cualquier consulta, no dude en ponerse en contacto con el (S.A.T).Servicio de Asistencia Técnica, llamando al teléfono de atención al cliente (ver página final del presente manual).

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

FITTING THE BATTERIES.-

This monitor uses two ALKALINE BATTERIES LR20. To fit the batteries remove the cover of the battery compartment (A) by prying the cover inwards, Fig. 1. Insert the two LR20 alkaline batteries into the battery compartment making sure that the battery's polarity is correct (matching the battery's «+» terminal with the «+» sign inside the battery compartment, and the «-» terminal with the «-» sign). Close the cover.

If, after having switched the monitor on, it displays errors or merely partial segments then remove the batteries and wait for about 15 seconds before reinstalling them.

Weak batteries (run down) produce a weak digital display (poor contrast) and erroneous readings. Change them immediately.

The monitor will turn on along with a beep sound.

The monitor will turn off automatically if the unit remains motionless for 2 minutes.

Important. Discarded batteries must be deposited in special containers, Fig. 2.

MONITOR FUNCTION.-

This electronic device has six function keys: RECOVERY, MODE; RESET, ENTER; UP; DOWN.

The monitor will start to count down as soon as you start the exercise.

The screen will display the TIME, the STROKES, the DISTANCE, CALORIES and PULSE RATE.

Press ENTER to change the data that appears on the screen: the

TIME/500M, the TOTAL STROKES, WATTS, CALORIES, the SPM.

You can also set the monitor to countdown in the manual mode. To do this press MODE and TIME will start flashing. Press UP/DOWN to set the time value. Press and hold the UP/DOWN button for faster adjustment. Press RESET to reset the value to 0. Press and hold RESET to reset all values to 0 (except total strokes which will reset to 0 after batteries are changed). To set another variable (DISTANCE, STROKES, CALORIES, PULSE) press MODE until you select the variable you want to set, then press UP/DOWN to set the value.

Start using the machine to begin the exercise.

FUNCTION RECOVERY: FITNESS TEST.-

This electronic device is equipped with a recovery test function. This offers you the advantage of being able to measure how long it takes your heart rate to recover after having finished the exercise. Upon finishing the exercise and with the chest band placed correctly press the «Recovery» button, this will start a one minute countdown. The electronic device will measure your pulse rate during this minute.

When the minute is up, the electronic device will work out the difference and your fitness rating will be displayed up on the screen: «F1, F2,..., F5, F6»; where «F1» is the best (fitness «Excellent») and «F6» the worst (fitness «Very Poor»).

Pressing the RECOVERY button will

take you back to the main screen, where the functions will be in the same mode as when the test began.

The comparison between the worked heart rate and the recovery heart rate provides a fast, simple method of gauging how fit you are. Your fitness rating is a guideline that shows you how fast your heart recovers after physical exertion. If you exercise regularly then you will see your fitness rating improve.

The test does not work unless you wear the chest band (Not included). Fig.3.

iOS OPERATION (compatible iPhone, iPad and iPod Touch).-

This monitor has an integrated Bluetooth module.

Turn Bluetooth to "ON" in settings on the iOS device.

Download KINOMAP App that supports the FTMS protocol from the App Store.

Open the App to run it. When prompted by the App, select the appropriate BH Module from the list displayed on the device to pair.

ANDROID OPERATION (compatible Android devices).-

This monitor has an integrated Bluetooth module.

Turn Bluetooth to "ON" in settings on the Android device.

Download KINOMAP App that supports the FTMS protocol from Google Play.

Open the App to run it. When prompted by the App, select the appropriate BH Module from the list

displayed on the Android device to pair.

See compatible Apps on the web:

www.bhfitness.com

Get your free BH by Kinomap activation code at:

<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

PULSE MEASUREMENT.-

TELEMETRIC PULSE RATE.

The monitor is equipped to receive signals from a telemetric pulse measurement system.

The system comprises of a receiver (D) and a transmitter (chest band not included).

IMPORTANT: This is not a medical appliance and therefore the heart rate shown is merely for guideline purposes.

NOTE: Adjusting the volume to high levels may cause interference with the pulse signal. If this happens, decrease the volume.

TROUBLESHOOTING GUIDE.-

Problem: The display does not come on or the displayed segments are very weak.

Solution:

- a.- Check that the batteries are fitted correctly.
- b.- Check the battery charge.
- c.- If they are run down change them immediately.

Problem: Display segments of a function read-out are not visible or error messages for a particular function appear.

Solution:

a.- Remove the batteries for 15 seconds and then refit them correctly.

b.- Check the battery charge. If they are run down, change the batteries.

c.- If the above steps do not help, then replace the electronic monitor.

Avoid leaving the electronic monitor in direct sunlight as this might damage the liquid crystal display. Similarly, do not expose it to water or knocks.

Do not hesitate to get in touch with the Technical Assistance Service if you have any queries by phoning customer services (see last page in manual)

THE MANUFACTURER KEEPS THE RIGHT TO MODIFY THE PRODUCT SPECIFICATIONS WITH NO PREVIOUS ADVICE.

MISE EN PLACE DES PILES.-

Ce moniteur fonctionne avec deux **PILES ALCALINES LR20**.

Pour insérer les piles, ouvrez le couvercle du compartiment à piles (A) Fig.1 en faisant levier vers l'intérieur.

Insérez les piles alcalines LR20 dans le compartiment des piles orientées correctement selon la polarité (le pôle «+» des piles avec le signe «+» du compartiment des piles et le pôle «-» avec le signe «-»). Fermez le couvercle.

Si après avoir branché le moniteur électronique, vous constatez que les indications sont inexactes ou que les segments s'affichent partiellement, retirez les piles et attendez 15 secondes environ avant de les replacer.

Des batteries faibles (déchargées) produisent des chiffres faibles (sans contraste) et des informations inexactes. Remplacez-les immédiatement.

Le moniteur s'allumera et émettra un sifflement.

Le moniteur s'éteint automatiquement lorsque l'appareil est arrêté pendant 2 minutes.

Remarque importante: Remarque importante: les piles usées doivent être déposées dans des conteneurs spéciaux prévus à cet effet, Fig.2.

FONCTIONS SU MONITEUR.-

Ce moniteur dispose de six touches: RECOVERY, MODE; RESET, ENTER; UP; DOWN.

Au démarrage de l'exercice, le moniteur commencera à compter. Vous aurez à l'écran les valeurs de votre séance d'entraînement:

La DUREE, les COUPS DE RAME, la DISTANCE, les CALORIES, le POULS s'affiche simultanément.

Appuyez sur ENTER pour modifier les données affichées à l'écran:

La DUREE/500m, le TOTAL DE COUPS DE RAME, les WATTS, les CALORIES et SPM (Coups de rame par minute).

Vous pouvez programmer le compte à rebours pour les variables de l'exercice. Pour cela appuyez sur MODE et TIME se mettra à clignoter.

Pressez UP/DOWN pour établir la valeur du temps. Appuyez et maintenez enfoncé le bouton UP/DOWN pour un réglage plus rapide. Appuyez sur RESET pour réinitialiser la valeur à 0. Appuyez et maintenez enfoncé RESET pour réinitialiser toutes les valeurs à 0 (sauf les rames totales qui seront remises à 0 après le changement des piles).

Pour établir autres variables (DISTANCE, coup de rames-STROKES, CALORIES) pressez MODE jusqu'à choisir la variable souhaitée, et presser UP/DOWN pour établir la valeur,

Commencer à utiliser la machine pour démarrer l'exercice.

FONCTION RECOVERY: ETAT DE LA FORME.-

Cet électronique est équipé de la fonction pouls de récupération. Grâce à cette fonction vous pourrez mesurer le pouls de récupération après avoir

effectué l'exercice. Après votre séance d'exercice et avec la bande télémétrique installée sur votre torse, appuyez sur la touche "recovery" et le décompte commencera.

L'électronique mesurera votre pouls au cours de cette minute

À la fin de cette minute, l'électronique calcule et évalue la différence et la note de votre forme physique est affichée à l'écran : «F1, F2,..., F5, F6»; «F1» étant le meilleur (état de forme: «Excellent») et «F6» le pire (état de forme : «Très insuffisant»).

En appuyant sur le bouton Recovery, le moniteur reviendra à l'écran principal dans lequel les fonctions se trouvent dans le mode en service au moment du démarrage du test.

La comparaison du pouls de l'effort et du pouls de récupération est une façon simple et rapide de contrôler l'état de votre forme. La note sur l'état de votre forme est une information donnée à titre purement indicatif quant à votre pouvoir de récupération après avoir effectué un exercice physique. Si vous vous entraînez régulièrement, vous pourrez constater une amélioration de votre note.

Le test ne fonctionne pas si votre bande télémétrique n'est pas en fonctionnement (Non incluse). Fig.3.

FONCTIONNEMENT IOS (IPOD TOUCH / IPHONE / IPAD).-

Ce moniteur est doté d'un module Bluetooth intégré.

Activez alors la fonction Bluetooth de votre IPOD/IPAD/IPHONE.

Téléchargez ensuite l'application KINOMAP compatible avec le protocole FTMS via Apple Store et exécutez-la. Lorsque l'application

vous le demande, sélectionnez votre module BH dans la liste des dispositifs pour les relier.

FONCTIONNEMENT AVEC DISPOSITIFS ANDROID.-

Ce moniteur est doté d'un module Bluetooth intégré.

Activez alors la fonction Bluetooth de votre dispositif ANDROID.

Téléchargez ensuite l'application KINOMAP via Google Play et exécutez-la. Lorsque l'application vous le demande, sélectionnez votre module BH dans la liste des dispositifs pour les relier.

Voir les applications compatibles sur le Web:

www.bhfitness.com

Obtenez votre code d'activation

BH by Kinomap gratuit sur:

<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

MESURE DU POULS.-

POULS TÉLÉMÉTRIQUE.

Le moniteur est en mesure de recevoir les signaux du système télémétrique de saisie du pouls. Le système comprend un récepteur (D) et un émetteur (ceinture pectorale).

REMARQUE: Cette machine n' est pas un appareil médical et par conséquent l'information relative à la fréquence cardiaque doit être entendue comme une information donnée à titre indicatif.

REMARQUE: Le réglage du volume à des niveaux élevés peut faire que le

signal du pouls soit affecté. Si cela ce produit, baissez le volume

GUIDE DES PROBLÈMES.-

Problème: le display ne s'allume pas ou l'affichage des segments du display est très faible.

Solution:

A. Vérifiez si les piles sont bien placées.

B: Vérifiez la charge des batteries.

C: Si la charge est faible, remplacez les piles immédiatement.

Problème: Si un segment d'une fonction ne s'allume pas ou si les informations affichées sont faussées

Solution:

A. Déconnectez les piles 15 secondes et les remettre en place correctement.

B: Vérifiez la charge des piles. Si la charge est faible, remplacez les piles.

C: Si les problèmes persistent après avoir suivi ces instructions, remplacez le moniteur électronique.

Garder le moniteur électronique à l'abri du rayonnement direct du soleil car cela risquerait d'endommager le verre liquide. Tenir le moniteur à l'écart de l'eau et éviter les coups.

Pour toutes informations complémentaires et en cas de doute sur le bon état de l'une quelconque partie de la machine, l'hésitez pas à appeler le Service d'Assistance Technique (SAT) au numéro de téléphone d'Assistance Clientèle qui figure à la dernière page de cette notice.

LE FABRICANT SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES CARACTÉRISTIQUES DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

Deutsch

EINSETZEN DER BATTERIEN.-

Dieser Monitor funktioniert mit LR20 ALKALIBATTERIEN.

Um die Batterien einzulegen, öffnen Sie den Batteriefachdeckel (A) Fig.1, indem Sie ihn nach innen heben. LR20-Alkalibatterien vorsichtig in das Batteriefach legen. Achten Sie dabei auf die korrekte Ausrichtung der Polarität der Batterien (der Pol «+» der Batterien muss mit dem «+» Zeichen im Batteriefach übereinstimmen, ebenso wie der «-» Pol mit dem «-» Zeichen). Verschließen Sie dann.

Wenn nach dem Einschalten des Monitors falsche oder unvollständige Anzeigen erscheinen, entnehmen Sie bitte die Batterien, warten Sie 15 Sekunden und setzen Sie sie wieder ein.

Schwache (entladene) Batterien führen zu schwachen (kontrastarmen) und falschen Anzeigen. Tauschen Sie sie umgehend aus.

Der Monitor wird mit einem Piepton angehen.

Der Monitor schaltet sich automatisch aus, wenn das Gerät 2 Minuten lang nicht benutzt wird.

Wichtig. Entsorgen Sie gebrauchte Batterien in den entsprechenden Containern, Fig.2.

FUNKTIONEN DES MONITORS.-

Dieser Monitor verfügt über 6 Tasten: RECOVERY, MODE; RESET, ENTER; UP; DOWN.

Zu Beginn der Übung, startet der

Monitor mit der Zählung.

Auf dem Display werden die Werte Ihrer Übung angezeigt:

die ZEIT, RUDERSCHLÄGE, die DISTANZ, KALORIEN, PULS.

Drücken Sie ENTER, um die angegebenen Daten am Monitor zu ändern.

die ZEIT/500m, GESAMTZAHL RUDERSCHLÄGE, die WATT, KALORIEN, SPM.

Im manuellen Modus können Sie auch den Countdown für die Variablen der Übung programmieren. Drücken Sie dazu die MODE Taste, und das Symbol TIME beginnt zu blinken. Drücken Sie UP/DOWN, um den Zeitwert einzustellen. Halten Sie die UP/DOWN-Taste gedrückt, um die Einstellung zu beschleunigen.. Drücken Sie RESET, um den Wert auf 0 zurückzusetzen. Halten Sie die RESET Taste gedrückt, um alle Werte auf 0 zurückzusetzen (mit Ausnahme der Gesamthöhe, die nach dem Batteriewechsel auf 0 zurückgesetzt werden).

Um eine andere Variable einzustellen (DISTANZ - Abstand, STROKEN - Polster, Kalorien - Kalorien, DRÜCKEN - Puls), drücken Sie MODE, bis Sie die einzustellende Variable ausgewählt haben, und drücken Sie dann UP/DOWN, um den Wert einzustellen. Sie können mit dem Übungen anfangen.

WIEDERHERSTELLUNGSFUNKTION: ZUSTAND DER KÖRPERLICHEN FORM.-

Dieses Gerät ist mit der Funktion des

Erholungspulses ausgestattet. Dies hat den Vorteil, dass Sie den Erholungspuls direkt nach Beenden der Übung messen können. Nach Beendigung der Trainingseinheit und ohne das Brustband abzunehmen, drücken Sie den Knopf «Recovery» und es beginnt eine Minute rückwärts zu zählen. Das Gerät misst Ihren Puls während einer Minute.

Ist diese Minute vorbei, berechnet und bewertet das Gerät die Differenz und die Note Ihres körperlichen Zustands erscheint auf dem Display: «F1, F2,..., F5, F6»; wobei «F1» der beste Zustand ist: "Hervorragend") und „F6“ der schlechteste: Sehr defizient“)

Indem Sie die Taste RECOVERY drücken, gehen Sie zurück zum Hauptdisplay, wo sich die Funktionen in dem Modus befinden, von dem aus Sie den Test begonnen haben.

Der Vergleich zwischen dem Belastungspuls und dem Erholungspuls ist eine einfache und schnelle Möglichkeit, Ihren körperlichen Zustand zu kontrollieren. Die Note Ihres körperlichen Zustand ist ein orientativer Wert für Ihre Kapazität, sich nach einer körperlichen Anstrengung zu erholen. Wenn Sie regelmässig trainieren, stellen Sie fest, dass sich Ihr Note verbessert.

Der Test funktioniert ohne das Brustband. Fig.3.

BETRIEB mit iOS (iPod Touch / iPhone / iPad).-

Dieses Gerät verfügt über eine integrierte Bluetooth-Modul.

Aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion des iPod / iPhone / iPad's.

Laden Sie dann die mit dem FTMS-Protokoll kompatible Anwendung -

KINOMAP aus Apple Store runter und führen Sie sie aus. Wenn die Anwendung Ihnen es erfordert wählen Sie Ihren BH Modul aus der Liste der Geräte um sie zu verknüpfen.

BETRIEB mit Android-Geräte.-

Dieses Gerät verfügt über eine integrierte Bluetooth-Modul.

Aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion des Android-Gerätes.

Laden Sie dann die mit dem FTMS-Protokoll kompatible Anwendung - KINOMAP aus Google Play runter und führen Sie sie aus.

Wenn die Anwendung Ihnen es erfordert wählen Sie Ihren BH Modul aus der Liste der Geräte um sie zu verknüpfen.

Siehe kompatible Apps im Web:

www.bhfitness.com

Holen Sie sich Ihren kostenlosen Aktivierungscode für BH by Kinomap unter:

<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

PULSMESSUNG.-

TELEMETRISCHER PULS.

Der Monitor ist ausgerüstet, um die Signale des telemtrischen Systems zur Pulsmessung zu erhalten.

Das System besteht aus einem Empfänger (D) und einem Sender (Brustband).

WICHTIG: Es handelt sich hier nicht um ein medizinisches gerät. die angaben zum herzzrhythmus sind daher reine richtwerte.

HINWEIS: Wenn Sie die Lautstärke auf einen hohen Pegel einstellen, kann es zu Störungen des Pulssignals kommen. Verringern Sie in diesem Fall die Lautstärke.

FEHLERLÖSUNG.-

Problem: Das Display schaltet nicht ein oder die Anzeige der Segmente des Displays ist sehr schwach.

Lösung:

a.- Prüfen Sie, ob die Batterien korrekt eingesetzt sind.

b.-Prüfen Sie den Ladezustand der Batterien.

c.- Sollten die Batterien schwach sein, tauschen Sie sie bitte umgehend aus.

Problem: Eines der Segmente einer Funktion wird nicht angezeigt oder die Anzeigen einer der Funktionen sind nicht korrekt.

Lösung:

a.- Nehmen Sie die Batterien 15 Sekunden lang heraus und setzen Sie sie dann wieder ein.

b.- Überprüfen Sie den Ladezustand der Batterien. Sollte dieser niedrig sein, tauschen Sie sie aus.

c.- Sollten die vorgenannten Schritte keinen Erfolg haben, tauschen Sie den Monitor aus.

Setzen Sie den elektronischen Monitor nicht der direkten Sonneneinstrahlung aus, da dies den Flüssigglasbildschirm beschädigen könnte. Vermeiden Sie Schläge und Kontakt mit Wasser.

Sollten über den Zustand einer Komponente Zweifel bestehen, setzen Sie sich bitte mit dem (TKD) Technischen Kundendienst in Verbindung, indem Sie das Servicetelefon anrufen (siehe letzte Seite des Handbuchs).

DER HERSTELLER BEHÄLT SICH DAS RECHT ZU ÄNDERUNGEN DER SPEZIFIKATIONEN SEINER PRODUKTE OHNE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VOR.

COLLOCAZIONE PILE.-

Questo monitor funziona con due PILE ALCALINE LR20.

Per collocare le pile, rimuovere il coperchio del compartimento delle pile (A), Fig.1. Inserire pile alcaline LR20 nell'apposito scompartimento rispettando la polarità (far coincidere il polo «+» e «-» delle pile con il simbolo dello scompartimento). Riposizionare il coperchio.

Se dopo aver collegato il monitor elettronico si dovessero verificare indicazioni di errore o solo apparissero i segmenti parzialmente, tolga le pile ed aspetti 15 secondi prima di introdurle di nuovo.

Le pile deboli (scariche) producono cifre deboli (senza contrasto) ed indicazioni di errore. Le cambi immediatamente.

Il monitor si accenderà e emetterà un suono.

Il monitor si spegnerà automaticamente quando inattivo per 2 minuti.

Importante. Getti le pile usate in contenitori speciali, Fig.2.

FUNZIONI DEL MONITOR.-

Il presente monitor dispone di 6 tasti: RECOVERY, MODE, RESET, ENTER; UP, DOWN. Quando inizi l'esercizio, il monitor inizierà a contare. Lo schermo si indica simultaneamente: il TEMPO, REMATE, la DISTANZA, i CALORIE, il POLSO.

Premere ENTER per modificare i dati

che appaiono sullo schermo: il TEMPO per fare 500 m, REMATE totale; i WATTS, i CALORIE, SPM.

Nel modo manuale è inoltre possibile programmare il conto alla rovescia per le variabili dell'esercizio. Per fare ciò, premere MODE e TIME inizierà a lampeggiare. Premere UP/DOWN per determinare il tempo. Tenere premuto il pulsante UP/DOWN per una regolazione rapida. Premere RESET per reimpostare il valore su 0. Tenere premuto RESET per reimpostare tutti i valori su 0 (tranne le corse totali che verranno reimpostate su 0 dopo la sostituzione delle batterie).

Per determinare un'altra variabile (DISTANCE – distanza, STROKES – vogate, CALORIES – calorie, PULSE – pulsazioni) premere MODE tante volte quanto necessario per raggiungere la variabile desiderata, premere in seguito UP/DOWN per stabilire il valore.

Inizia a utilizzare la macchina per iniziare l'esercizio.

FUNZIONE

DEFATICAMENTO:

STATO DELLA FORMA FISICA.-

Quest'apparecchio elettronico è dotato della funzione di recupero del polso. Questo ha il vantaggio che è possibile misurare da voi stessi il polso di recupero subito dopo aver terminato l'allenamento. Dopo aver terminato l'esercizio con la fascia pettorale indosso, premere il tasto «Recovery» e inizierà il conto alla rovescia. Il dispositivo elettronico misurerà il vostro polso durante questo minuto.

Al finalizzare questo minuto, il

dispositivo elettronico calcola e da un valore sulla differenza ed un voto sulla vostra forma fisica il quale apparirà sullo schermo: «F1, F2,..., F5, F6»; essendo «F1» la migliore (forma fisica: «Eccellente») e «F6» la peggiore (forma fisica: «Molto Scarsa»).

La comparazione tra il polso sotto sforzo ed il polso di recupero è una possibilità semplice e rapida per controllare la vostra forma fisica. Il voto sulla vostra forma fisica è un valore orientativo relativo alla capacità di recupero di ciascuno successivamente ad uno sforzo fisico. Se si realizza un allenamento regolare, si potrà verificare che la nota migliora.

Il Test non funziona se la fascia non è indossata. Fig.3.

FUNZIONAMENTO iOS (iPod Touch/iPhone/iPad).-

Questo monitor dispone di un modulo Bluetooth integrato.

Scaricare l'applicazione compatibile con il protocollo FTMS - KINOMAP dall' App Store.

Attivate la funzione Bluetooth dell' iPod/iPhone/iPad in modo da attivare la ricerca dei dispositivi Bluetooth automaticamente. Aprire l'App per iniziare. Quando verrà riconosciuto dall'applicazione, selezionare il corretto modulo BH dall'elenco sul display del vostro dispositivo per collegare i due sistemi.

FUNZIONAMENTO DISPOSITIVI ANDROID.-

Questo monitor dispone di un modulo Bluetooth integrato.

Scaricare l'applicazione compatibile con il protocollo FTMS - KINOMAP da

Google Play. Attivate la funzione Bluetooth del dispositivo Android e aprire l'App. Quando verrà riconosciuto dall'applicazione, selezionare il corretto modulo BH dall'elenco sul display del vostro dispositivo Android per collegare i due sistemi.

Vedi le app compatibili sul Web:
www.bhfitness.com

Ottieni il tuo codice di attivazione BH gratuito Kinomap all'indirizzo:
<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

MISURA DEL POLSO.-

IMPULSO TELEMETRICO.

Il monitor è in grado di ricevere segnali dal sistema di prelievo degli impulsi telemetrico.

Il sistema è composto da un ricevitore (D) e un trasmettitore (fascia toracica non inclusa).

IMPORTANTE. Questo non è un apparecchio medico e quindi l' informazione del battito cardiaco è solo orientativa.

NOTA: La regolazione del volume a livelli elevati può causare interferenze con il segnale del polso. In tal caso, abbassare il volume.

SOLUZIONE DI PROBLEMI.-

Problema: Il display non si accende o la visualizzazione dei segmenti del display è molto debole.

Soluzione:

- a.- Verifici che le pile siano state collocate correttamente.
- b.- Verifici al carica delle pile

c.- Se sono scariche, cambi le pile immediatamente.

Problema: Si il segmento de qualsiasi funzione non si accende o se si verificano indicazioni di errore in qualche funzione.

Soluzione:

a.- Tolga le pile durante 15 secondi e le collochi di nuovo correttamente.

b.- Verifichi la carica delle pile. Se sono scariche, cambi le pile.

c.- Se i passi anteriori non sono d' aiuto rimpiazzì il monitor elettronico.

Eviti che il suo monitor elettronico riceva la luce diretta del sole, perchè

si potrebbe danneggiare lo schermo di cristallo liquido. Non esporlo neanche all' acqua ed a colpi.

Per qualsiasi domanda, non esitate a mettervi in contatto con il Servizio di Assistenza Tecnica, chiamando al telefono di attenzione al cliente (consultare l'ultima pagina del presente manuale).

IL FABBRICANTE SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE LE CARATTERISTICHE DEI SUOI PRODOTTI SENZA PREAVVISO.

PLAATSING BATTERIJEN.-

Deze monitor functioneert op twee ALKALINE BATTERIJEN LR20.

Open het deksel van het batterijvak (A) om de batterijen te plaatsen Fig. 1. Plaats de LR20-alkalinebatterijen in het batterijvak, waarbij u de batterij zo dient te plaatsen dat de polen correct zijn (plaats de "+" pool van de batterijen in de richting van het "+" signaal in het batterijcompartiment en de "-" pool dient aan te sluiten met het "-" teken). Sluit daarna het klepje van het batterijcompartiment.

Wanneer, na aansluiting van de monitor, blijkt dat er foutieve of gedeeltelijke meldingen op het beeldscherm verschijnen, haalt u de batterijen uit en wacht ongeveer 15 seconden voordat u ze weer opnieuw plaatst.

Batterijen die bijna op zijn veroorzaken moeilijk leesbare cijfers (zonder contrast) en foutieve indicaties. Vervang ze onmiddellijk.

De monitor gaat aan en er klinkt een pieptoon.

De monitor wordt automatisch uitgeschakeld wanneer het apparaat gedurende 2 minuten is gestopt.

Belangrijk. Deponeer de gebruikte batterijen in speciale containers Fig 2.

FUNCTIES VAN DE MONITOR.-

Dit elektronische apparaat heeft 6 functietoetsen: RECOVERY (herstel), MODE; RESET (opnieuw instellen), ENTER; UP; DOWN. Het scherm zal tegelijkertijd het Snelheid, TIME (tijd); STROKES (slagen); DISTANCE

(afstand); CALORIES (calorieën) en PULSE RATE (pulsfrequentie).

Druk op ENTER om de gegevens die op het scherm verschijnen te wijzigen:

Tijdt onm te 500m; TOTAL STROKES; WATTS; CALORIES (calorieën); SPM (slagen per minuut).

Bij handbediening kunt u ook een aftelling programmeren voor de trainingsvariabelen.

Druk hiervoor op MODE en TIME begint te knipperen. Druk op UP/DOWN om de tijdswaarde in te stellen. Houd de UP/DOWN-knop ingedrukt voor een snellere aanpassing. Druk op RESET om de waarde terug te zetten naar 0. Houd RESET ingedrukt om alle waarden terug te zetten naar 0 (behalve het totale aantal slagen dat wordt teruggezet naar 0 nadat de batterijen zijn vervangen).

Druk om een andere variabele in te stellen (DISTANCE – afstand, STROKES – slagen, CALORIES – calorïen, PULSE – pulsen) op MODE totdat de variabele die u wilt instellen geselecteerd is en duk vervolgens op UP om de waarde in te stellen.

Begin de machine te gebruiken om de oefening te starten.

FUNCTIE RECOVERY: CONDITIE.-

Dit elektronische apparaat is uitgerust met een hersteltestfunctie. Dit biedt u de mogelijkheid te meten hoelang het duurt voordat uw hartfrequentie zich herstelt Nadat u klaar bent met uw oefening en zonder de borstband af gedaan te hebben, drukt u op de knop "Recovery" en het aftellen van de herstelperiode van één minuut begint.

Als de minuut voorbij is, zal het elektronische apparaat het verschil berekenen en uw conditiebeoordeling zal weergegeven worden op het scherm: «F1, F2,..., F5, F6»; waarbij «F1» het beste is (conditie «Excellent - Uitstekend») en F6 het slechtste (conditie «Very Poor – Erg slecht»).

Door op de toets RECOVERY te drukken keert u terug naar het hoofdscherm, waar de functies zich in dezelfde modus zullen bevinden als toen de test begon.

De vergelijking tussen de berekende hartfrequentie en de herstelhartfrequentie verschaft een snelle, eenvoudige methode om te peilen hoe fit u bent. Uw conditiebeoordeling is een richtlijn die u toont hoe snel uw hart zich herstelt na fysieke inspanning. Als u regelmatig oefent, zult u zien hoe uw conditiebeoordeling verbetert.

De test werkt niet indien u de hartslag borstband (niet inclusief) niet om u borst heeft. Fig.3.

iOS handleiding (geschikt voor iPhone, iPad en iPod Touch).-

Deze monitor heeft een ingebouwde Bluetooth module.

Download een App die compatibel is met het FTMS-protocol - KINOMAP via de App Store. Zet Bluetooth aan in de instellingen van uw iOS toestel. Open de app en begin met trainen. Selecteer de BH module uit de lijst om deze te verbinden.

ANDROID handleiding (geschikt voor Android toestellen).-

Deze monitor heeft een ingebouwde Bluetooth module.

Download een App die compatibel is met het FTMS-protocol – KINOMAP via Google Play.

Zet Bluetooth aan in de instellingen van uw Android toestel en het toestel zal automatisch naar actieve Bluetooth apparatuur in de buurt zoeken. Open de app en begin met trainen. Selecteer de BH module uit de lijst om deze te verbinden

Bekijk compatibele apps op internet:

www.bhfitness.com

Ontvang uw gratis BH by Kinomap-activeringscode op:

<http://colectivos.bhonlinestore.com/bh-by-kinomap/>

HARTSLAGMETING.-

TELEMETRISCHE PULSFREQUENTIE.

De monitor is uitgerust om signalen te ontvangen van een telemetrisch pulsmetingssysteem.

Het systeem bestaat uit een ontvanger (D) en een zender (borstband).

BELANGRIJK: Dit is geen medisch meetinstrument en daarom is de informatie omtrent de hartfrequentie uitsluitend een indicatie.

OPMERKING: Als u het volume op een hoog niveau zet, kan dit interferentie met het pulssignaal veroorzaken. Als dit gebeurt, verlaagt u het volume.

PROBLEEMOPLOSSER.-

Probleem: De display licht op en alleen de functie Tijd functioneert.

Oplossing:

a.- Controleer of de verbindingkabel juist is aangesloten.

Probleem: De display licht niet op of de segmenten in de display worden slecht weergegeven.

Oplossing:

a.-Controleer of de batterijen correct geplaatst zijn.

b.-Controleer of de batterijen geladen zijn

c.-Wanneer ze onvoldoende geladen zijn, vervang ze dan onmiddellijk.

Probleem: Wanneer een segment van een functie niet oplicht of er verschijnen foutieve meldingen in een functie.

Oplossing:

a.- Haal de batterijen gedurende 15 seconden uit en plaats ze correct

b.- Controleer of de batterijen geladen

zijn Wanneer ze onvoldoende geladen zijn, vervang ze dan onmiddellijk.

c.- Wanneer de voortgaande stappen geen oplossing bieden, vervang dan de elektronische monitor.

U dient direct zonlicht op de monitor te vermijden, omdat dit het vloeibaar kristal in het beeldscherm kan beschadigen. Zorg dat de monitor niet in aanraking komt met water en vermijd stoten.

Als u twijfels hebt over enig onderdeel van dit toestel, aarzel dan niet contact op te nemen met de technische bijstandsdienst door dienstverlening te bellen (zie laatste pagina van de handleiding).

**DE FABRIKANT BEHOUDT ZICH
HET RECHT VOOR DE
SPECIFICATIES VAN HAAR
PRODUCTEN ZONDER
VOORAFGAANDE
WAARSCHUWING TE WIJZIGEN.**

BH FITNESS SPAIN

EXERCYCLE, S.L.
(Manufacturer)
P.O. BOX 195
01080 VITORIA (SPAIN)
Tel.: +34 945 29 02 58
Fax: +34 945 29 00 49
e-mail: sac@bhfitness.com
www.bhfitness.com

POST-VENTA

Tel: +34 945 292 012
e-mail:
asistencia@bhfitness.com

BH FITNESS PORTUGAL

Rua do Caminho Branco Lote 8,
ZI Oiã 3770-068 Oiã
Oliveira do Bairro (PORTUGAL)
Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH SERVICE PORTUGAL

Tel.: +351 234 729 510
e-mail: info@bhfitness.pt

BH GERMANY GmbH

Grasstrasse 13
45356 ESSEN
GERMANY
Tel: +49 2015 997018
e-mail: kundendienst@
bhgermany.com

BH FITNESS UK

Tel: 02037347554
e-mail: sales.uk@bhfitness.com

AFTER SALES – UK

Tel.: 02074425525
e-mail:
service.uk@bhfitness.com

BH FITNESS FRANCE

SAV FRANCE
Tel : +33 559 423 419
savfrance@bhfitness.com

BH FITNESS ASIA

BH Asia Ltd.
No.80, Jhongshan Rd.,
Daya Dist.,
Taichung City 42841,
Taiwan. R.O.C.
Tel.: +886 4 25609200
Fax: +886 4 25609280
E-mail:
info@bhasia.com.tw

BH FITNESS MEXICO

BH Exercycle de México
S.A. de CV
Eje 132 / 136
Zona Industrial, 2A Secc.
78395 San Luis Potosí
S:L:P: MÉXICO
Tel.: +52 (444) 824 00 29
Fax: +52 (444) 824 00 31
www.bhlatam.com.mx

ESESSTNI

BH SE RESERVA EL DERECHO A MODIFICAR LAS ESPECIFICACIONES DE SUS PRODUCTOS SIN PREVIO AVISO.

SPECIFICATIONS MAY BE CHANGED WITHOUT PRIOR NOTICE DUE TO OUR PROGRAMME OF CONTINUOUS PRODUCT DEVELOPMENT.

BH SE RÉSERVE LE DROIT DE MODIFIER LES SPECIFICATIONS DE SES PRODUITS SANS PRÉAVIS.

BH BEHALT SICH DAS RECHT VOR, ÄNDERUNGEN DER MODELL-ANGABEN OHRE VORHERIGE ANKÜNDIGUNG VORZUNEHMEN.

DATI TECNICI E COMMERCIALI RELATIVI AGLI ARTICOLI DEL PRESENTE CATALOGO POSSONO ESSERE SOGGETTI A VARIAZIONI SENZA ALCUN PRAEAVVISO.

BH RESERVA O DIREITO DE PODER MODIFICAR AS ESPECIFICAÇÕES DOS SEUS EQUIPAMENTOS SEM AVISO PRÉVIO.

DOOR KONSTANTE PRODUKTVERNIEUWING EN VERBETERING HOUDEN WIJ ONS HET RECHT VAN WIJZIGING VOOR ZONDER VOORAFGAAND BERICHT.