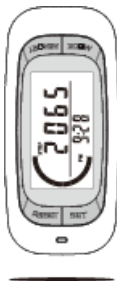


NÁVOD K OBSLUZE



3D SENSOR
PEDOMETER
FITTY No. 1 G

Ukazatel „celková uražená vzdálenost“
-Stisknete SET v režimu TOTAL STEP

Ukazatel „celková spotřeba kalorií“
-Stisknete 2x SET v režimu TOTAL STEP

Ukazatel „celková doba tréninku“
-Stisknete 3x SET v režimu TOTAL STEP
-Pro reset hodnot podržte RESET tak dlouho, dokud se na displeji nezobrazí 0
Pozor: Vymažou se tím všechny údaje (i ty uložené v paměti)

FUNKCE KROKOMĚRU:
-Stisknete MODE, dokud se na displeji nezobrazí slovo STEP. Nyní se zobrazí počet Vašich kroků aktuálního dne.



-Pro reset hodnot podržte RESET tak dlouho, dokud se na displeji nezobrazí 0
POZOR:
vymažou se tak i kroky aktuálního dne

10 kroková korekce chyby
-Aby se předešlo počítání nechtěných pohybů jako kroků, počítá přístroj až po desátém kroku v řadě

Uražená vzdálenost
-Stisknete MODE, dokud se na displeji nezobrazí km nebo miles
-Přístroj počítá Vámi uraženou vzdálenost, poté co ujdete minimálně 10 kroků v řadě.
-Pro reset čítače podržte RESET tak dlouho, dokud se na displeji nezobrazí 0
Pozor: vynulují se tak i všechny ostatní denní hodnoty

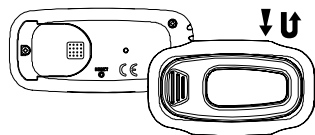
Ukazatel spálených kalorií
-Stisknete MODE, dokud se na displeji nezobrazí KCAL
-Přístroj začne při pohybu počítat spotřebu kalorií
-Pro reset čítače podržte RESET tak dlouho, dokud se na displeji nezobrazí 0

PRVNÍ UVEDENÍ DO PROVOZU

-Odstraňte ochranný proužek z baterií
-Pokud se na displeji nic nezobrazí, nebo pokud není ukazatel kompletní, přístroj prosím restartujte (jak je popsáno v bodě 8, **RESET SYSTÉMU**)

-Pokud jsou na displeji kromě ukazatele vidět i slabé obrysy dalších čísel, je to způsobeno novou baterií. Tyto stíny zmizí, jakmile baterie po krátké době dosáhne běžného provozního napětí

Krokoměr můžete používat s, nebo bez přiloženého klipsu na pásek.
Klips lze snadno nastříhat na zadní stranu přístroje a je možné jej opět snadno uvolnit.



ZÁZNAM DOBY TRÉNINKU

Zaznamenává celkovou dobu Vašeho denního tréninku
-Stisknete MODE, dokud se na displeji nezobrazí ACTIVITY
-Záznam začíná, jakmile dojde k zaregistrování pohybu
-Pro reset čítače podržte RESET tak dlouho, dokud se na displeji nezobrazí 0
POZOR: Vynulují se tím i všechny ostatní denní záznamy

POUŽITÍ FUNKCE UKLÁDÁNÍ

Přístroj ukládá záznamy z posledních 7 dnů

Denní údaje se vždy o půlnoci přesunou do paměti a ukazatel na displeji se vynuluje

POZOR: Změna aktuálního času může ovlivnit uložení údajů

-Pro vyvolání uložených údajů stisknete MEMORY, čímž vyvoláte příslušný den

-Pomocí SET přepínáte mezi jednotlivými záznamy Kroky/Uražená vzdálenost/Spálené kalorie/Doba tréninku

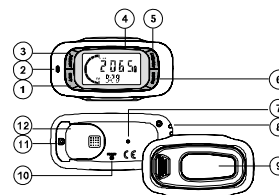
-Pomocí MEMORY přepínáte mezi 7 uloženými dny

VYMAZÁNÍ PAMĚTI

-V ukazateli TOTAL STEP podržte RESET, dokud se na displeji nezobrazí 0.

Všechny uložené hodnoty byly nyní vymazány!!!!

PŘED PRVNÍM POUŽITÍM PROSÍM DŮKLADNĚ PŘEČÍST



OBSLUHA

- | | |
|-----------------------------|----------------------------|
| 1. TLAČÍTKO SET | 7. BRZUČÁK |
| 2. LED PRO POKROK DENNÍ CÍL | 8. OTVOR LANYARD |
| 3. TLAČÍTKO RESET | 9. SNÍMATELNÝ KLIPS |
| 4. LCD DISPLEJ | 10. TLAČÍTKO RESET SYSTÉMU |
| 5. TLAČÍTKO MEMORY | 11. ŠROUB |
| 6. TLAČÍTKO MODE | 12. KRYT BATERIÍ |

FUNKCE

KROKOMĚR
-3D senzor
-Počítání kroků do 99999 kroků
-Záznam uražené vzdálenosti do 999,99 km nebo 999,99 mil
-Ukazatel spálených kalorií do 9999,9 KCAL
-Přepínání měrné jednotky mezi metrickým a imperiálním systémem
-Počítání kroků teprve od desátého kroku v řadě

STANOVENÍ CÍLE

-dosáhněte svého individuálního denního cíle počtu kroků

HODINY

-Zobrazení času ve formátu 12 a 24 hodin

DOBA TRÉNINKU

-Záznam denní doby, po kterou se pohybujete

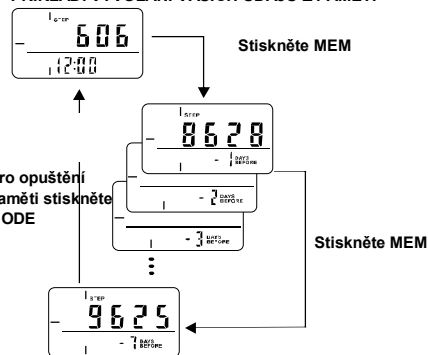
7DENNÍ PAMĚŤ

-Ukládá zaznamenané hodnoty posledních 7 dnů

INDIKACE SLABÉ BATERIE

-V případě slabé baterie se na displeji zobrazí symbol baterie

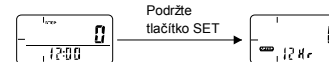
PŘÍKLAD: VYVOLÁNÍ VAŠICH ÚDAJŮ Z PAMĚTI



Pozor: Při vyvolání paměti se nezobrazí čas
Pokud chcete režim paměti opustit, stisknete MODE

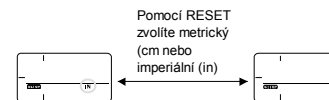
1. ZADÁNÍ OSOBNÍCH ÚDAJŮ A NASTAVENÍ ČASU

V režimu STEP podržte tlačítko SET, dokud se na displeji nezobrazí SETUP a nebudou všechna čísla blikat



Obrázek 1: DISPLEJ SETUP

-Pro přepínání mezi zobrazením 12 a 24 hodin stisknete tlačítko RESET
-Pro nastavení času stisknete SET
-Pomocí MODE/RESET můžete nastavit hodiny
-Pomocí SET přejdete k nastavení minut
-Pomocí MODE/RESET můžete nastavit minuty
-Pomocí SET přejdete k nastavení měrné jednotky
-Pomocí RESET zvolíte imperiální (IN) nebo metrický systém (cm) (viz Obrázek 2a)



Obrázek 2a: V režimu SETUP nastavíte metrické nebo imperiální jednotky

-Stisknete SET pro provedení nastavení a přístup k nastavení délky Vašeho kroku
-Pomocí MODE/RESET nastavíte délku kroku
-Pomocí SET se nyní dostanete k nastavení hmotnosti
-Pomocí MODE/RESET nastavíte svou tělesnou hmotnost
-Pomocí SET se dále dostanete k nastavení Vašeho cíle počtu kroků
-Pomocí MODE/RESET nastavíte svůj cíl v intervalu 1000 kroků. Do 1000 kroků se nastavení provádí v intervalu 100 kroků



Obrázek 2b: v režimu SETUP nastavíte svůj denní cíl počtu kroků

-Pro potvrzení nastavení stisknete SET. Pokud min. 10 sekund nestisknete žádné tlačítko, nastavení budou automaticky uložena

5. CÍLOVÉ KROKY

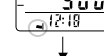
Cílové kroky jsou Váš denní cíl kroků, které chcete za den minimálně ujit.
Zadání hodnoty cíle je popsáno v bodě 1
Interpretace ukazatele pokroku cíle:
Cílová hodnota je například 5000 kroků denně



Na začátku ...



Po 500 krocích (10 % cílových kroků) uvidíte na displeji 1 čárku, která zobrazuje pokrok 10 %



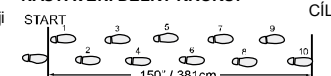
Po 5000 krocích (100 % cílových kroků) uvidíte na displeji 10 čárek a po dobu 30 sekund zazní signál. Váš denní cíl počtu kroků byl dosažen

UPOZORNĚNÍ PŘI PŘÍLIŠ SLABÉ BATERII

Pokud je stav nabití baterie příliš nízký, zobrazí se na displeji symbol baterie. Baterii byste pak měli vyměnit.



NASTAVENÍ DÉLKY KROKU:



a) Ujděte 10 kroků běžným tempem, jak je zobrazeno na obrázku

b) Změřte vzdálenost od startu do cíle

c) Vypočítejte délku kroku vydělením vzdálenosti počtem ujitých kroků

PŘÍKLAD:

Vzdálenost 381 cm / 10 kroků = 38 cm délka kroku

ROZMEZÍ ZADÁNÍ:

Metrické: mezi 30 a 213 cm v jednotkách 1 cm
Imperiální: mezi 12 a 84 palců v jednotkách 1 palce
Průměrná délka kroku dospělé osoby činí 80 cm nebo 30 palců

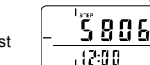
2. ČAS – 12/24 HODINOVÝ FORMÁT

Čas je možné zobrazit ve formátu 12 a 24 hodin.
Nastavení se provádí pomocí SETUP (viz bod 1)
Ve 12 hodinovém formátu se na displeji v poledne zobrazí PM

3. KROKOMĚR

Kroky se počítají prostřednictvím tělesného pohybu.
Krokoměr můžete nosit v kapse u kalhot, košile, ale také v kabelce nebo v ruksaku.

Ukazatel všech ujitých kroků:

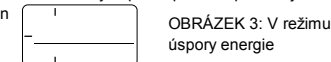


Stisknete MODE, dokud se na displeji nezobrazí TOTAL STEP. Zde se zobrazí celkový počet všech Vámi ujitých kroků od posledního resetu krokoměru.

Stisknutím SET v režimu TOTAL STEP můžete vyvolat rovněž ukazatel celkové uražené vzdálenosti, celkového počtu spálených kalorií a celkové doby tréninku.

7. REŽIM ÚSPORY ENERGIE

Za účelem úspory energie se displej automaticky vypne, pokud se krokoměr minimálně 3 min. nepohybuje. Pokud v režimu spánku dojde k pohybu krokoměru, displej se automaticky zapne a počítání pokračuje.



OBRÁZEK 3: V režimu úspory energie

8. PŘEVODNÍ RESTARTU PŘÍSTROJE

V následujících případech proveďte restart:

- Po výměně baterií
- Pokud čísla na displeji již nelze správně přečíst
- Pokud ovládací tlačítka nevyvolají žádnou funkci

Na zadní straně přístroje stisknete pomocí jehly nebo špičky kancelářské spony tlačítko SYSTÉM RESET

Systém nyní automaticky provede restart.

Pozor: pomocí této funkce se vymažou všechny údaje v přístroji!

9. VÝMĚNA BATERIE

Krokoměr používá knoflíkovou baterii 3V, typ CR-2032
-Otevřete šroub na krytu baterie
-Vyměňte vybitou baterii
-Vložte novou baterii a dbejte při tom na správnou polaritu +/-

-Kryt baterie opět přišroubujte

10. TECHNICKÉ ÚDAJE

Baterie: Knoflíková baterie 3 V, typ CR-2032 (součástí balení) Ukazatel času: 12 nebo 24 hodinový formát

