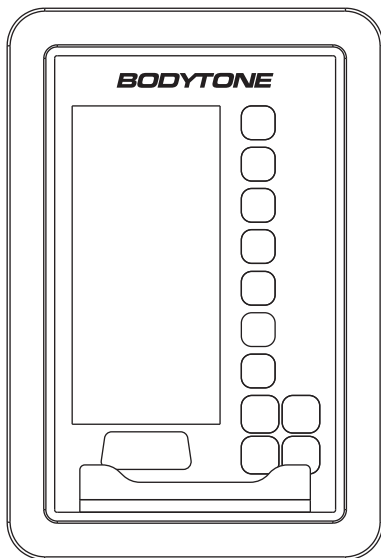


BODYTONE

EXERCISE MONITOR INSTRUCTIONS

ENG ESP FRA POR



CURVED
TREADMILL

FOR:
ZROT4
ZROTH

BODYTONE

ENGLISH



When you start driving or press the button, the display will turn on automatically. It shows what each item says Mode/Reset button. You can switch the mode/each display item. If you press and hold the reset button, you can reset the previous record of transamination. The cumulative travel distance is not reset.

After use, if you do not touch the button for a few minutes, it will automatically shut down.

FUNCIONES

SCAN

Display items will automatically switch.

TIME

Displays the elapsed time of the exercise. Display range.

SPD (km/h)

The current speed is displayed. Display range.

DST (km)

Displays the distance traveled. Display range.

ODO (km)

The cumulative travel distance is displayed. Display range.

CAL [Cal]

Show calories burned. Display range.

If you press the button for more than 3 seconds, the data can be reset. However, the accumulated travel distance will not be reset.

When the display of the monitor flashes, the display items will automatically switch. If you press the button again, the item on the display will be marked.

1. FUNCTIONAL DISPLAY DESCRIPTION

- 1. SPEED:** 0,0-99,9 KM / ML
- 2. TIME:** 1:00:00-1:59:59, [Can be count or count backwards]
- 3. DISTANCE:** 0.00-999.9 KM, [Can be count or count backwards]
- 4. CALORIES:** 0-999, [Can be count or count backwards]
- 5. WATT:** 0-1999
- 6. PULSE:** P-30-230
- 7. INTERVAL:** [Intermittent rest mode]
- 8. TARGET HR:** [Rhythm control mode]
- 9. KM/M**
- 10. RITMO**

2. KEY-PRESS FUNCTION DESCRIPTION

1, START KEY:

- A. Do temporary stop function in operation
- B. Resume operations after stoppage

2 STOP KEY:

- A. Do stop function in operation
- B. Press 3 seconds for a total reset at any time

3 UP KEY:

- A. After pressing this key during each functional display period, TIME Setting. DISTANCE Setting. CAL Setting. AGE Setting.
- B. Press this key for more than 1 second during each function display to proceed continuously [8 stages per second], and stop the entry when dropped.

**4 DOWN KEY:**

A. After pressing this key during each function display period, you can separate time settings, distance settings, cal settings, and age settings.

B. Press this key for more than 1 second to continuously abdicate [8 per second] during each function display period, and stop the entry when you drop it.

5 ENTER KEY:

This key is the main function to select the key, and the enter function when set

6 INTERVAL 20-10 KEY:

Press this key to enter the feature list directly

7 INTERVAL 10-20 KEY:

Press this key to enter the feature list directly

8 INTERVAL CUSTOM KEY:

Press this key to enter the feature list directly

9 TARGET TIME KEY:

Press this key to enter the feature list directly

10 TARGET DISTANCE KEY:

Press this key to enter the feature list directly

11 TARGET CALORIES KEY:

Press this key to enter the feature list directly

12 TARGET HR KEY:

Press this key to enter the feature list directly

13: Holding down enter start at the same time is a ml and km conversion

14 : At the same time, press enter down to shut down the machine quickly

3. OPERATION SETTING EXPLANATION

After installing the [power on] of the battery, the lcd displays the value of the bi for 2 seconds (figure 1) and the bi at the same time, then displays the value for 1 second at the dist column (figure 2), enters the age setting, the number of years is set, press the up/down to confirm and enter the waiting face.



Figure 1

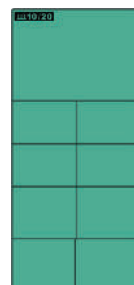


Figure 2



Figure 3

If you do not press any key, pace message number, heartbeat message number 60 seconds after automatic dormancy.

Fast motion mode:

If there is a space signal in the standby, input the quickstart immediately, the buzzer will turn on at the same time for 1 second.

TOTAL TIME. TIME. DISTANCE CALORIES WATTS. SPEED. PACE Start count according to transportation value (figure3).

The heartbeat symbol flashes when a heartbeat is entered , and symbol  Bright and show the current heartbeat value (figure4) ; When you can't jump in P C Continuous bright .



After no message number entered for 30 seconds, the beehive device affects the incoming wake-up

mode for 1 second.

press start key once, enter temporary stop mode every 30 seconds, when entering temporary stop mode, all display will be kept on screen for 3 seconds and then every four seconds [3 bright / 1]. After 5 minutes of continuous stop, the beehive device will affect 2 seconds into awakening mode, and press start to continue.

according to stop key influence for 1 second, time display total time, distance display total distance quarantine, calories display total consumption hot 30 seconds, watt, speed, pace every five seconds to exchange the average and maximum values.

85% when there is heartbeat entry, 65% heartbeat number and maximum value are displayed every five seconds, if there is no heartbeat entry, it is not shown.

If you press any program key to perform this activity.

INTERVAL Choice:

This function can press up/down selection function to enter at boot time, or select shortcut key to enter directly at stop state..

5.1.CHOSE INTERVAL 20/10 :

A Press INTERVAL Key Chose INTERVAL20/10 , Press Enter Key , Enter model INTERVAL20/10lighten ,

Beehive device and affect for 1 second at the same time

B. CYCLE TIME In the last three seconds, START, When inverting, the beehive affects once a second, and READY 0 Once per second [0.75 bright / 0.25], the count shows 0 / 08 [figure 5] .ht / 0.25], the count shows 0 / 08 [figure 5]

C. CYCLE TIME begin to count backwards 20 seconds and WORK Once a second The beehive device is also affected synchronously. At this time, the wheel will rotate. , start to count backwards from 4 minutes , TOTAL TIME.

DISTANCE CALORIES. WATTS. SPEED. PACE .Start count according to transportation value, to show up to 01/08.

D CYCLE TIME Start to count backwards 10 seconds and REST Once a second The beehive device is also affected synchronously. last 3 seconds READY It also synchronizes with each other. , till to the stop.

E. C \$ D repeat circle ,every time cycle add number 1 ,until show 08/08WORK After exercise CYCLE TIME start to count back 10 seconds and REST once a second time.

F. No single input after 30 seconds , Beehive device affects incoming wake-up mode for 1 second.

G. Press START key one time enter in pause model every 30seconds the beehive device is affected,0.5seconds turn in the pause, all the data information will show on the display. then flash in every 3 seconds ,continue to pause in 5 minutes the beehive device is in the wake up model in 2 seconds, press

START key continue to work.

H. Press STOP bottom or end the beehive device in 1 second. , TIME. DISTANCE. CALORIES show for 30 seconds, WATT. SPEED. PACE in every 5 second switch the average and maximum data.,

I. When enter the heart rate ♥ , 85%. 65% the heart rate number show the maximum and average data in 5 seconds.

J. If press any PROGRAM Perform this action.



Figure 4



Figure 5

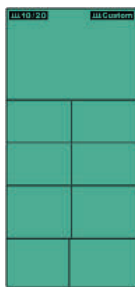


Figure 6



Figure 7

5.2 Chose INTERVAL 10-20:

A Press INTERVAL Key Chose INTERVAL10/20 , after press Enter Key , Enter mode INTERVAL10/20, Beehive device and simultaneous effect 1 second.

B. CYCLE TIME Count backwards after START, in Count backwards beehive device sounds in every 1 second and READY show once a second , number show 00/08[figure5].

C. CYCLE TIME start to count backwards 10 seconds and WORK in everyone second and the beehive device and simultaneous , REMAINING show and count from 4 minutes and start to count backwards. TOTAL TIME. DISTANCE CALORIES WATTS. SPEED. PACE Start count according to transportation value, number show 01/08.

D. CYCLE TIME Start to count backwards in 20 seconds and REST every second, and beehive device sounds working, at the last 3 seconds READY is light too.

E. C&D continue repeat cycle every repeat cycle add number } until show 08/08WORK after exercise CYCLE TIME start to count backwards 20seconds and REST every second.

F. in 30 seconds no single input, in one second the beehive device enter in wake up model.

G. Press START key one time enter in pause model every 30seconds the beehive device is affected, 0.5seconds turn in the pause, all the date information will show on the display, then flask in every 3 seconds ,continue to pause in 5 minutes the beehive device is in the wake up model in 2 seconds, press

START key continue to work.

H. Press STOP bottom or end the beehive device in 1 second. , TIME.DISTANCE CALORIES show for 30 seconds , WATT. SPEED. PACE in every 5 second switch the average and maximum data,.

I. When enter the heart rate ♥ , 85%. 65% the heart rate number show the maximum and average data in 5 seconds.

5.3 INTERVAL CUSTOM :

A Press INTERVAL Key chose INTERVAL CUSTOM , press Enter Key , enter the mode INTERVALCUSTOM. 00/XX showing when the beehive sound for 1 second press UP or DOWN setting 00/XX, setting range b/w 1-99, can be repeat cycle , press ENTER make sure the beehive sound for 1 second enter next setting [figure 6-7].

B. TIME Continuous lighting, WORK and 0:01 twinkle , press UP or DOWN for setting working time , setting range is 0:00-9:59, can be repeat cycle, press ENTER ,make sure the beehive sound for 0.75 seconds to enter next setting.

C. TIME continuous lighting, REST and 0:01 twinkle, press UP or DOWN setting working time , setting range is 0:00-9:59, can be repeat cycle , press ENTER make sure the beehive sound for 1 second INTERVALCUSTOM continuous lighting

D. CYCLE TIME Start to count backwards 10 seconds and REST Once a second The beehive device is also affected synchronously. last 3 seconds READY It also synchronizes with each other. till to the stop.

E. CYCLE TIME start count backwards WORK Every seconds and beehive too.



TOTAL TIME. DISTANCE CALORIES. WATTS. SPEED. PACE according to calculating value according to show 01/XX.

F. CYCLE TIME start count backwards and REST twinkle every seconds and the beehive sound for 3 seconds.

G. C \$ D repeat circle ,every time cycle add number 1 ,until show 08/08WORLD after exercise CYCLE

TIME start to count back 10 seconds and REST once a second time.

H. No single input after 30 seconds Beehive device affects incoming wake-up mode for 1 second. I Press START for one time enter pause mode 30 seconds, When entering temporary stop mode every 1 second, all displays will be kept on the screen for 3 seconds and then every four seconds. After 5 minutes of continuous pause, the beehive device will affect the entry mode for 2 seconds, and press start to continue.

J. Press STOP bottom or after beehive sounds for 1 second, TIME show the time. DISTANCE CALORIES WATT. SPEED. PACE in very seconds swift from average value to max.value.

K. When enter the heart rate ♥ , 85%. 65% the heart rate number show the maximum and average data in 5 seconds.

L. If press any PROGRAM Perform this action.

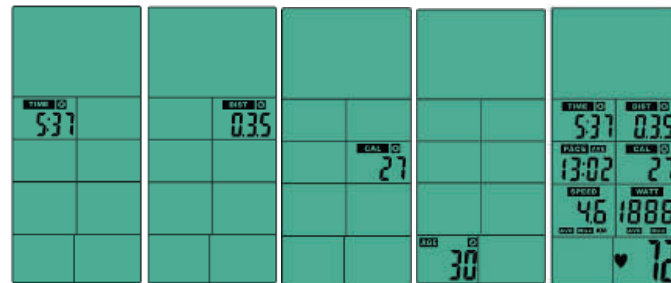


Figure 8

Figure 9

Figure 10

Figure 11

Figure 12

TARGET TIME:

press the key and enter the module, the numerical value, the beehive, and affect the device for 1 second at the same time.

TARGET DISTANCE:

Press the key and enter the module, the numerical value, the beehive, and affect the device for 1 second at the same time.

TIME continues lighting , TIME value twinkle press UP or DOWN to set the time [figure9] , press ENTER to make sure the beehive sound for 1 second Start to count backwds , DISTANCE CALORIES WATTS. SPEED. PACE Start count according to transportation value [figure12]

TARGET CALORIES:

A. Press the key and enter the module TARGET. CALORIES The value of the baboon is the same as that of the hummingbird for 1 second.

B. CALORIES continues lighting , CAL Value twinkle press UP or DOWN to set CAL[figure10], press ENTER to make sure the beehive sound for 1 second, Start to count backwards , DISTANCE CALORIES WATTS. SPEED. PACE Start count according to transportation value [figure12]

**TARGET HR:**

press the key and enter the module TARGET HEART RATE The beehive device affects for 1 second at the same time.

AGE age value flashes and can be set by UP or DOWN [Fig. 13]. After pressing ENTER, the buzzer will sound for 1 second. TARGET HEART RATE and HEART RATE will continue to light up. After starting, MAX HR will continue to light up and display 65%. And 85% of the heart rate, TIME, DISTANCE, CALORIES, WATTS, SPEED, PACE start counting according to the operation value.

When the heart rate drops to 65% and the 65% value flashes, the buzzer sounds every 10 seconds until the heart rate reaches 65% or more
When the heart rate exceeds 85% and the 85% value flashes, the buzzer sounds every 10 seconds until the heart rate reaches 85% or less.

When the heart rate is in the range of 65%-85%, the heartbeat symbol flashes, MAX/65%/85% does not display, which means that it enters the range of 65%-85%.

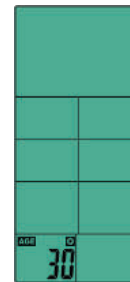


Figure 13

In any button state, press the START button once to enter the pause mode. Within 30 seconds, the buzzer will sound 0.5 seconds every 1 second. When entering the pause mode, all the display will remain on the screen for 3 seconds and then flash every 4 seconds [3 bright /1 off], after 5 minutes of continuous pause, the buzzer sounds for 2 seconds to enter the wake-up mode, press START to continue running.

After 30 seconds without any signal input, the buzzer sounds for 1 second to enter the awake mode.

Now it's ready for running, enjoy it.

BODYTONE

ESPAÑOL



Cuando empiece a usarlo o pulse el botón, la pantalla se encenderá automáticamente. Muestra lo que indica cada elemento botón de modo/reinicio. Puede cambiar el modo/cada elemento de la pantalla. Si mantiene pulsado el botón de reinicio, puede restablecer el registro anterior de la transaminación. La distancia de viaje acumulada no se reajusta. Después del uso, si no se toca el botón durante unos minutos, se apagará automáticamente.

FUNCIONES

ANÁLISIS

Los elementos de la pantalla cambiarán automáticamente.

TIEMPO

Muestra el tiempo transcurrido del ejercicio. Rango de visualización.

VCD (km/h)

Muestra la velocidad actual. Rango de visualización.

DST (km)

Muestra la distancia recorrida. Rango de visualización.

ODO (km)

Muestra la distancia de viaje acumulada. Rango de visualización.

CAL (Cal)

Muestra las calorías quemadas. Rango de visualización.

Si presiona el botón durante más de 3 segundos, los datos pueden ser restablecidos. Sin embargo, la distancia de viaje acumulada no se reajustará.

Cuando la pantalla del monitor parpadea, los elementos de la pantalla cambian automáticamente. Si presiona el botón de nuevo, el elemento de la pantalla se marcará.

1. DESCRIPCIÓN FUNCIONAL DE LA PANTALLA

1. VELOCIDAD: 0,0-99,9 KM / ML

2. TIEMPO: 1:00:00-1:59:59, [puede contar hacia adelante o hacia atrás]

3. DISTANCIA: 0.00-999.9 KM, [puede contar hacia adelante o hacia atrás]

4. CALORÍAS: 0-999, [puede contar hacia adelante o hacia atrás]

5. VATIOS: 0-1999

6. PULSO: P-30-230

7. INTERVALO: [Modo de descanso intermitente]

8. OBJETIVO HR: [Modo de control del ritmo]

9. KM/M

10. RITMO

2. DESCRIPCIÓN DE LA FUNCIÓN DE LAS TECLAS

1. TECLA DE INICIO:

A. Hacer la función de parada temporal en funcionamiento

B. Reanudar las operaciones después de la parada

2. TECLA DE PARADA:

A. Hacer la función de parada en funcionamiento

B. Presione 3 segundos para un restablecimiento total en cualquier momento

3. TECLA ARRIBA:

A. Después de pulsar esta tecla durante cada periodo de visualización funcional Ajuste del TIEMPO Ajuste de la DISTANCIA. Ajuste de CAL. Ajuste de EDAD.

B. Presione esta tecla durante más de 1 segundo durante la visualización de cada función para proceder de forma continua [8 etapas por segundo], y detener la entrada cuando finalice.

4 TECLA ABAJO:

A. Después de pulsar esta tecla durante cada periodo de visualización de la función, puede separar los ajustes de tiempo, los ajustes de distancia, los ajustes de cal y los ajustes de edad.

B. Presione esta tecla durante más de 1 segundo para renunciar continuamente [8 por segundo] durante cada periodo de visualización de funciones, y detenga la entrada cuando finalice.

5 TECLA INTRO:

Esta tecla es la función principal para seleccionar la tecla, y la función de entrada cuando se establece

6 TECLA INTERVALO 20-10:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

7 TECLA INTERVALO 10-20:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

8 TECLA INTERVALO PERSONALIZADO:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

9 TECLA OBJETIVO DE TIEMPO:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

10 TECLA OBJETIVO DE DISTANCIA:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

11 TECLA OBJETIVO DE CALORÍAS:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

12 TECLA OBJETIVO HR:

Presione esta tecla para entrar directamente a la lista de características

13: Manteniendo pulsada la tecla intro al mismo tiempo se produce una conversión entre ml y km

14: Al mismo tiempo, pulse intro abajo para apagar la máquina rápidamente

3. EXPLICACIÓN DE LA CONFIGURACIÓN DE LA FUNCIÓN

Después de instalar la batería [encendido], el lcd muestra el valor del bi durante 2 segundos [figura 1] y el bi al mismo tiempo, luego muestra el valor durante 1 segundo en la columna dist [figura 2], introduce el ajuste de la edad, establece el número de años, presiona arriba/abajo para confirmar e introduce la imagen de espera.



Figura 1

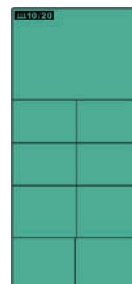


Figura 2



Figura 3

Si no pulsa ninguna tecla, el mensaje sobre el ritmo y sobre el pulso desaparecen transcurridos 60 segundos de la inactividad automática.

Modo de movimiento rápido:

Si hay una señal de espacio en la espera, introduzca el inicio rápido inmediatamente, el zumbido se encenderá al mismo tiempo durante 1 segundo.

TIEMPO TOTAL. TIEMPO. DISTANCIA CALORÍAS VATIOS. VELOCIDAD. RITMO
Empieza a contar según el valor de transporte [figura 3].

El símbolo del corazón parpadea cuando se introduce el latido del corazón, y el símbolo se iluminan y muestran el valor actual de los latidos del corazón [figura 4]; cuando no se puede saltar en P C se ilumina de forma continua.



Después de no introducir ningún mensaje durante 30 segundos, el dispositivo activa el modo de despertar nuevo durante 1 segundo.

Presione la tecla de inicio una vez, entre en el modo de parada temporal cada 30 segundos, al entrar en el modo de parada temporal, toda la pantalla se mantendrá visible durante 3 segundos y luego cada cuatro segundos [3 brillantes / 1]. Después de 5 minutos de parada continua, el dispositivo activará 2 segundos el modo de despertar, y presionará el botón de inicio para continuar.

Según la influencia de la tecla de parada durante 1 segundo, visualización del tiempo: tiempo total, visualización de la distancia: cuarentena de distancia total, visualización de las calorías: consumo total en caliente 30 segundos, vatios, velocidad, ritmo cada cinco segundos para intercambiar los valores medios y máximos.

El 85% cuando hay entrada de latidos, el 65% número de latidos y el valor máximo se muestran cada cinco segundos, si no hay entrada de latidos, no se muestra.

Si presiona cualquier tecla de programa para realizar esta actividad.

Elección del INTERVALO:

En esta función puede pulsar la función de selección arriba/abajo para entrar en el momento del arranque, o seleccionar la tecla de atajo para entrar directamente en el estado de parada.

5.1. ELECCIÓN INTERVALO 20/10:

Presione la tecla INTERVALO, elija INTERVALO 20/10, presione la tecla intro, introduzca el modelo INTERVALO 20/10 e ilumine el dispositivo y active durante 1 segundo al mismo tiempo.

B. TIEMPO DE CICLO En los últimos tres segundos, INICIO, al invertir, activa una vez por segundo, y LISTO una vez por segundo [0,75 brillante / 0,25], el conteo muestra 0 / 08 (figura 5) .ht / 0,25], el conteo muestra 0 / 08 (figura 5)

C. El TIEMPO DE CICLO comienza a contar hacia atrás 20 segundos y TRABAJO una vez por segundo. El dispositivo también se activa sincrónicamente. En este momento, la rueda girará y empezará a contar hacia atrás desde 4 minutos, TIEMPO TOTAL. DISTANCIA CALORÍAS. VATIOS. VELOCIDAD. RITMO. Empieza a contar según el valor del transporte, hasta el 01/08. D TIEMPO DE CICLO. Comienza a contar hacia atrás 10 segundos y DESCANSO una vez por segundo. El dispositivo también se activa sincrónicamente los últimos 3 segundos LISTO También se sincroniza entre sí, hasta la parada. E. C y D repita el ciclo, cada vez que el ciclo añade el número 1, hasta que muestre 08/08 TRABAJO después del ejercicio TIEMPO DE CICLO empiece a contar hacia atrás 10 segundos y DESCANSO una segunda vez. F. Si no hay ninguna entrada después de 30 segundos, el dispositivo activa el modo de despertar nuevo durante 1 segundo. G. Presione la tecla de INICIO una vez, acceda al modelo de pausa cada 30 segundos, el dispositivo se activará, 0,5 segundos de vuelta en la pausa, toda la información de la fecha se mostrará en la pantalla. Luego, cada 3 segundos, continúe con la pausa en 5 minutos, el dispositivo se despertará en 2 segundos, presione la tecla de INICIO para continuar trabajando. La tecla INICIO sigue funcionando. H. Presione el botón de PARADA o finalice el dispositivo en 1 segundo. TIEMPO. DISTANCIA. Las CALORÍAS se muestran durante 30 segundos, VATIOS. VELOCIDAD. El RITMO cada 5 segundos cambia el promedio y el máximo de los datos.

I. Cuando se introduce la frecuencia cardíaca ♥ , 85%. 65% del número de la frecuencia cardíaca muestra el máximo y el promedio de datos en 5 segundos.

J. Si pulsa cualquier PROGRAMA Realice esta acción.



Figura 4



Figura 5

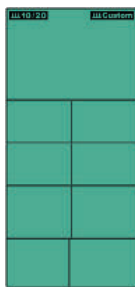


Figura 6



Figura 7

5.2 Seleccione el INTERVALO 10-20:

A Presione la tecla INTERVALO. Seleccione INTERVALO 10/20, después presione la tecla intro, entre en el modo INTERVALO 10/20, dispositivo y efecto simultáneo 1 segundo.

B. TIEMPO DEL CICLO. Contar hacia atrás después de INICIO, en Contar hacia atrás el dispositivo suena cada segundo y LISTO muestra una vez por segundo, el número muestra 00/08 (figura 5).

C. El TIEMPO DE CICLO comienza a contar hacia atrás 10 segundos y TRABAJO en todos los segundos y el dispositivo y simultáneo, RESTANTE muestra y cuenta desde 4 minutos y comienza a contar hacia atrás. TIEMPO TOTAL. DISTANCIA CALORÍAS VATIOS. VELOCIDAD. RITMO. Empieza a contar según el valor del transporte, el número muestra 01/08.

D. TIEMPO DE CICLO. Empieza a contar hacia atrás en 20 segundos y DESCANSO cada segundo, y los sonidos del dispositivo funcionan, en los últimos 3 segundos LISTO también se enciende.

E. C&D continúa repitiendo el ciclo cada vez que se repite el ciclo añadir el número } hasta mostrar 08/08 TRABAJO después del ejercicio TIEMPO DE CICLO empezar a contar hacia atrás 20 segundos y DESCANSO cada segundo.

F. Si en 30 segundos no hay ninguna entrada, en un segundo el dispositivo entra en el modelo de despertar.

G. Presione la tecla de INICIO una vez, acceda al modelo de pausa cada 30 segundos, el dispositivo se activará, 0.5 segundos de vuelta en la pausa, toda la información de la fecha se mostrará en la pantalla. Luego, cada 3 segundos, continúe con la pausa en 5 minutos, el dispositivo se despertará en 2 segundos, presione la tecla de INICIO para continuar trabajando.

La tecla INICIO sigue funcionando.

H. Presione el botón de PARADA o finalice el dispositivo en 1 segundo. Se muestran durante 30 segundos, cada 5 segundos cambia el promedio y el máximo de los datos.

I. Cuando se introduce la frecuencia cardíaca ♥ , 85%. El 65% del número de la frecuencia cardíaca muestra el máximo y el promedio de datos en 5 segundos.

5.3 INTERVALO PERSONALIZADO:

A Presione la tecla INTERVALO seleccione INTERVALO PERSONALIZADO, presione la tecla intro, entre en el modo INTERVALO PERSONALIZADO. 00/XX se muestra cuando escuche el sonido, durante 1 segundo presione ARRIBA o ABAJO y ajuste 00/XX, rango de ajuste b/n 1-99, se puede repetir el ciclo, presione INTRO y asegúrese de que escucha el sonido durante 1 segundo para entrar en el siguiente ajuste (figuras 6-7).

B. TIEMPO Iluminación continua, TRABAJO y 0:01 parpadeo, presione ARRIBA o ABAJO para ajustar el tiempo de trabajo, el rango de ajuste es de 0:00-9:59, se puede repetir el ciclo, presione INTRO, asegúrese de que el sonido suene durante 0,75 segundos para entrar en el siguiente ajuste.

C. TIEMPO Iluminación continua, DESCANSO y 0:01 parpadeo, presione ARRIBA o ABAJO para ajustar el tiempo de trabajo, el rango de ajuste es de 0:00-9:59, se puede repetir el ciclo, presione INTRO, asegúrese de que el sonido suene durante 1 segundo INTERVALO PERSONALIZADO iluminación

continúa

D. TIEMPO DE CICLO Comienza a contar hacia atrás 10 segundos y DESCANSO una vez por segundo El dispositivo también se afecta sincrónicamente los últimos 3 segundos LISTO También se sincroniza entre sí, hasta la parada.

E. TIEMPO DE CICLO comienza a contar hacia atrás TRABAJO Cada segundo y también suena TIEMPO TOTAL. DISTANCIA CALORÍAS. VATIOS. VELOCIDAD.

RITMO de acuerdo con el cálculo de la contabilidad de valores. Muestra 01/XX.

F. TIEMPO DE CICLO comienza a contar hacia atrás y DESCANSO parpadea cada segundo y el sonido durante 3 segundos.

G. C & D repetir el ciclo, cada ciclo de tiempo añadir el número 1, hasta mostrar 08/08 TRABAJO después del ejercicio TIEMPO

DE CICLO empieza a contar hacia atrás 10 segundos y DESCANSO una segunda vez.

H. Si no hay ninguna entrada después de 30 segundos, el dispositivo activa el modo de despertar nuevo durante 1 segundo.

I. Presione INICIO una vez, entre en el modo de pausa 30 segundos. Al entrar en el modo de parada temporal cada 1 segundo, todas las pantallas se mantendrán visibles en la pantalla durante 3 segundos y luego cada 4 segundos. Después de 5 minutos de pausa continua, el dispositivo activará el modo de entrada durante 2 segundos, y presionará inicio para continuar.

J. Presione PARADA abajo o después de los sonidos durante 1 segundo, TIEMPO mostrar el tiempo en muy pocos segundos, pasando del valor medio al valor máximo.

K. Cuando se introduce la frecuencia cardíaca ♥, 85%. El 65% del número de la frecuencia cardíaca muestra el máximo y el promedio de datos en 5 segundos.

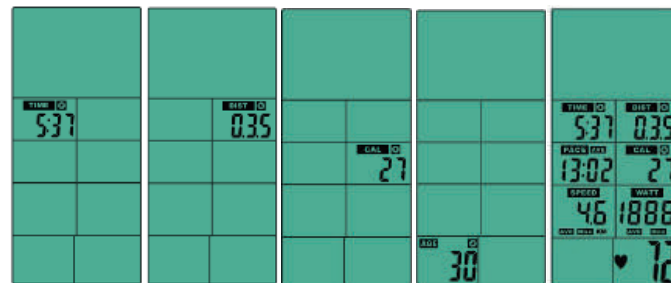


Figura 8

Figura 9

Figura 10

Figura 11

Figura 12

TIEMPO OBJETIVO:

Presione la tecla e introduzca el módulo, el valor numérico, el sonido, y active el dispositivo durante 1 segundo al mismo tiempo.

DISTANCIA OBJETIVO:

Presione la tecla e introduzca el módulo, el valor numérico, el sonido, y active el dispositivo durante 1 segundo al mismo tiempo.

TIEMPO continúa iluminándose, el valor de TIEMPO parpadea, presione ARRIBA o ABAJO para fijar el tiempo (figura 9), presione INTRO para asegurarse de que el sonido suene durante 1 segundo. Comienza a contar para atrás. DISTANCIA CALORÍAS VATIOS VELOCIDAD RITMO. Empieza a contar según el valor del transporte (figura 12)

CALORÍAS OBJETIVO:

A. Pulse la tecla e introduzca el módulo CALORÍAS OBJETIVO. El valor del babuino es el mismo que el del colibrí durante 1 segundo.

B. CALORÍAS continúa iluminándose, el valor de CAL parpadea, presione ARRIBA o ABAJO para establecer CAL (figura 10), presione INTRO para asegurarse de que el sonido suene durante 1 segundo, comienza a contar hacia atrás. DISTANCIA CALORÍAS WATTS. VELOCIDAD. RITMO. Empieza a contar según el valor del transporte (figura 12)

**OBJETIVO HR:**

Pulse la tecla e introduzca el módulo dispositivo se activa durante 1 segundo al mismo tiempo.

El valor de EDAD parpadea y puede ser ajustado usando ARRIBA o ABAJO (Fig. 13). Después de pulsar INTRO, el zumbido sonará durante 1 segundo seguirán iluminándose. Después de empezar, MAX HR seguirá iluminándose y mostrará un 65%. Y un 85% del ritmo cardíaco, empiezan a contar según el valor de la función.

Cuando el ritmo cardíaco cae al 65% y el valor del 65% parpadea, el zumbido suena cada 10 segundos hasta que el ritmo cardíaco alcanza el 65% o más. Cuando el ritmo cardíaco supera el 85% y el valor del 85% parpadea, el zumbido suena cada 10 segundos hasta que el ritmo cardíaco alcanza el 85% o menos.

Cuando el ritmo cardíaco está en el rango de 65%-85%, el símbolo de los latidos del corazón parpadea, MAX/65%/85% no aparece, lo que significa que entra en el rango de 65%-85%.

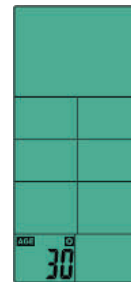


Figura 13

En cualquier estado, presione el botón de inicio una vez para entrar en el modo de pausa. En 30 segundos, el zumbido sonará 0,5 segundos cada segundo. Al entrar en el modo de pausa, toda la pantalla permanecerá visible durante 3 segundos y luego parpadeará cada 4 segundos (3 brillantes /1 apagado), después de 5 minutos de pausa continua, el zumbido sonará durante 2 segundos para entrar en el modo de despertador, pulse INICIO para seguir funcionando.

Después de 30 segundos sin ninguna señal de entrada, el zumbido suena durante 1 segundo para entrar en el modo de despertar.

Ya está listo para funcionar, ¡disfrútelo!

BODYTONE

FRANÇAIS



Lorsque vous commencez à conduire ou appuyez sur le bouton, l'affichage s'allumera automatiquement. S'affiche ce que chaque élément dit Bouton Mode/RéinitialiseR. Vous pouvez changer le mode/chaque élément d'affichage. Si vous maintenez le bouton de réinitialisation enfoncé, vous pouvez réinitialiser l'enregistrement précédent de transamination. La distance parcourue cumulée n'est pas réinitialisée. Après utilisation, si vous ne touchez pas le bouton pendant quelques minutes, il s'éteindra automatiquement

FUNCTIONS

SCAN

Les éléments d'affichage changeront automatiquement.

TIME

Affiche le temps écoulé de l'exercice. Plage d'affichage.

SPD (km/h)

La vitesse actuelle est affichée. Plage d'affichage.

DST (km)

Affiche la distance parcourue. Plage d'affichage.

ODO (km)

La distance de voyage cumulée est affichée. Plage d'affichage.

CAL [Cal]

Affiche les calories brûlées. Plage d'affichage.

Si vous appuyez sur le bouton pendant plus de 3 secondes, les données peuvent être réinitialisées. Cependant la distance parcourue accumulée ne sera pas réinitialisée.

Lorsque l'affichage de l'écran clignote, les éléments d'affichage se changeront automatiquement. Si vous appuyez encore sur le bouton, l'élément sur l'écran sera indiqué.

1. DESCRIPTION FONCTIONNELLE DE L'AFFICHAGE

1. VITESSE: 0,0-99,9 KM / ML

2. HEURE: 1:00:00-1:59:59, [peut être compté ou compté à rebours]

3. DISTANCE: 0.00-999.9 KM, [peut être compté ou compté à rebours]

4. CALORIES: 0-999, [peut être compté ou compté à rebours]

5. WATT: 0-1999

6. PULS: P-30-230

7. INTERVALLE: [Mode repos intermittent]

8. TARGET HR: [Mode de contrôle du rythme]

9. KM/M

10. PACE

2. DESCRIPTION DE LA FONCTION DE LA TOUCHE

1, TOUCHE START :

A. Sert à la fonction d'arrêt temporaire de l'opération

B. Reprendre les opérations après l'arrêt

2 TOUCHE STOP :

A. Sert à l'arrêt de la fonction en cours

B. Appuyez 3 secondes pour une réinitialisation totale à tout moment

3 TOUCHE HAUT :

A. Après avoir appuyé sur cette touche pendant chaque période d'affichage fonctionnelle „ Réglage de l'heure Réglage de la DISTANCE. Réglages CAL. Réglages AGE.

B. Appuyez sur cette touche pendant plus d'une seconde pendant chaque affichage de fonction pour procéder en continu [8 étapes par seconde], et arrêt de la fonction quand vous relâchez.

**4 TOUCHE BAS :**

A. Après avoir appuyé sur cette touche pendant chaque période d'affichage des fonctions, vous pouvez séparer les paramètres d'heure, de distance, de cal et d'âge.

B. Appuyez sur cette touche pendant plus d'une seconde pour abdiquer continuellement (8 par seconde) pendant chaque période d'affichage de la fonction, et arrêtez la fonction en la relâchant.

5 TOUCHE ENTRÉE :

Cette touche est la fonction principale pour sélectionner la touche et la fonction d'entrée lorsqu'elle est définie

6 TOUCHE INTERVAL 20-10 :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

7 TOUCHE INTERVAL 10-20 :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

8 TOUCHE PERSONNALISÉE D'INTERVALLE :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

9 TOUCHE DE TEMPS CIBLE :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

10 TOUCHE DISTANCE CIBLE :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

11 TOUCHE DES CALORIES CIBLES :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

12 TOUCHE HR CIBLE :

Appuyez sur cette touche pour accéder directement à la liste des fonctionnalités

13 : Maintenez pressé tout en appuyant sur Start pour une conversion ml et km.

14 : Appuyez sur entrée et ce bouton en même temps pour éteindre la machine rapidement.

3. EXPLICATIONS DE RÉGLAGE DES FONCTIONS

Après avoir installé le (power on) de la batterie, la fonction LCD affiche la valeur de la bi pendant 2 secondes [figure 1] et le bi en même temps, puis affiche la valeur pour une seconde à la dist colonne [figure 2], entrez dans le réglage de l'âge, le nombre d'années est réglé, appuyez sur haut/bas pour confirmer et entrez dans la face d'attente.



Figure 1

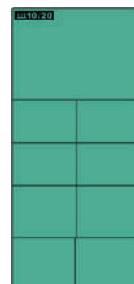


Figure 2



Figure 3

En mode SCAN, suivez le circuit de la séquence pendant 1 seconde (similaire à la figure 2). Si vous ne pressez aucune touche, PACE message numérique, HEARBEAT message numérique, 60 secondes après il se mettra en mode veille automatique.

Mode mouvement rapide :

S'il y a un signal d'espace en veille, entrez immédiatement le démarrage rapide, le buzzer se déclenchera en même temps pendant 1 seconde. TEMPS TOTAL. TEMPS. DISTANCE CALORIES WATTS. LA VITESSE. PACE Nombre de départs selon la valeur de transport (figure 3).

Le symbole du rythme cardiaque clignote lors de la saisie d'un rythme cardiaque . Et le symbole s'allume et affiche la valeur actuelle du



rythme cardiaque (figure4) ; Lorsque vous ne pouvez pas sauter en P C il est alors allumé en continu.

Après aucun message numérique entré pendant 30 secondes, le dispositif du buzzer affecte le mode d'éveil pendant 1 seconde.

Appuyez une fois sur la touche de démarrage, entrez en mode d'arrêt temporaire toutes les 30 secondes, lorsque vous entrez en mode d'arrêt temporaire, tout l'affichage sera conservé à l'écran pendant 3 secondes, puis quatre secondes [3 lumineux/1]. Après 5 minutes d'arrêt continu, le dispositif du buzzer affectera 2 secondes en mode d'éveil, et appuyez sur Start pour continuer.

Selon l'influence de la touche d'arrêt pendant 1 seconde, temps total d'affichage de l'heure, affichage de la distance totale quarantaine, affichage des calories consommation totale chaude 30 secondes, watt, vitesse, allure toutes les cinq secondes pour échanger les valeurs moyennes et maximales. 85% lorsqu'il y a une entrée de pulsation, 65% du nombre de pulsations et la valeur maximale sont affichés toutes les cinq secondes, s'il n'y a pas d'arrivée de pulsations, ils ne sont pas affichés.

Appuyez sur n'importe quelle touche de programme pour effectuer cette activité.

Choix INTERVALLE:

Cette fonction a une sélection haut / bas à entrer au moment du démarrage, ou sélectionnez la touche de raccourci pour entrer directement à l'état d'arrêt.

5.1 CHOISISSEZ L'INTERVALLE 20/10 :

A Appuyez sur la touche INTERVAL Choisissez INTERVAL 20 / 10, appuyez sur la touche Entrée, entrez le modèle INTERVAL20 / 10, ça s'allume.

Appareil Buzzer et effet pendant 1 seconde en même temps

B. DUREE DU CYCLE Au cours des trois dernières secondes, START, lors de l'inversion, la Buzzer agit une fois par seconde, et READY 0 une fois par seconde [0,75 brillant / 0,25], le décompte indique 0/08 (figure 5) .ht / 0,25],

le décompte indique 0/08 (figure 5)

C. TEMPS DE CYCLE commence à compter à rebours 20 secondes et TRAVAIL une fois par seconde Le dispositif du Buzzer est également affecté de manière synchronisée. A ce moment, la roue va tourner, commence à compter à rebours à partir de 4 minutes, TEMPS TOTAL. CALORIES DE DISTANCE. WATTS. LA VITESSE. PACE. Démarrer le décompte en fonction de la valeur de transport, à afficher jusqu'au 01/08.

D TEMPS DU CYCLE Commence à compter à rebours 10 secondes et REPOS une fois par seconde. L'appareil Buzzer est également affecté de manière synchronisée. 3 dernières secondes READY II se synchronise également les uns avec les autres, jusqu'à l'arrêt.

E. C \$ D répétez le cercle, à chaque cycle de temps, ajoutez le numéro 1, jusqu'à afficher 08 / 08 WORK après l'exercice CYCLE TIME commence à décompter 10 secondes et REST une seconde fois.

F. Aucune entrée unique après 30 secondes, l'appareil Buzzer affecte le mode de réveil entrant pendant 1 seconde.

G. Appuyer sur la touche START un TIMP entrant dans le modèle de pause toutes les 30 secondes le buzzer est affecté, 0,5 secondes tours dans la pause, toute les informations s'affichent à l'écran. Puis flask toutes les 3 secondes, continuez à faire une pause pendant 5 minutes et le buzzer est en mode éveil en 2 secondes, appuyez sur la touche START continue de fonctionner.

H. Appuyez sur STOP fond ou terminer la Buzzer dispositif en 1 seconde., HEURE. DISTANCE. CALORIES s'affiche pendant 30 secondes, WATT. LA VITESSE. PACE toutes les 5 secondes changer les données moyennes et maximales.

I. Lorsque vous entrez la fréquence cardiaque ♥ , 85%. 65% le nombre de fréquence cardiaque affiche les données maximales et moyennes en 5 secondes.

J. Si vous appuyez sur n'importe quel PROGRAMME Effectuez cette action.



Figure 4



Figure 5

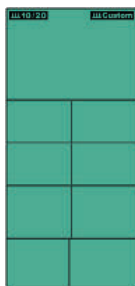


Figure 6



Figure 7

5.2 Choisissez INTERVAL 10-20 :

A Appuyez sur la touche INTERVAL Choisissez INTERVAL10 / 20, après avoir appuyé sur la touche Entrée, entrez en mode INTERVAL10 / 20, appareil Buzzer et effet simultané 1 seconde.

B. TEMPS DU CYCLE Comptez à rebours après le START, dans le comptage à rebours le buzzer sonne toutes les 1 seconde et READY s'affiche une fois que le numéro affiche 00/08 [figure5].

C. LE TEMPS DU CYCLE commence à compter à rebours de 10 secondes et WORK à tout le monde en secondes et le dispositif du Buzzer et simultanément, RESTANT montre et compte à partir de 4 minutes et commence à compter à rebours. TEMPS TOTAL. DISTANCE CALORIES WATTS. LA VITESSE. PACE Début du décompte en fonction de la valeur du transport, le numéro affiche le 01/08.

D. TEMPS DE CYCLE Commencer à compter à rebours en 20 secondes et REPOS toutes les secondes, et le dispositif de la Buzzer sonne fonctionnant, au cours des 3 dernières secondes, READY est également léger.

E. C&D continuez à chaque cycle de répétition, ajoutez le nombre} jusqu'à ce que le spectacle 08 / 08WORK après l'exercice CYCLE TIME commence à

compter à rebours de 20 secondes et REPOS toutes les secondes.

F. en 30 secondes pas d'entrée unique, en une seconde le dispositif de Buzzer entre dans le mode de réveil.

G. Appuyer sur la touche START un TIMP entrer dans le mode de pause tous 30seonds l'appareil est affecté Buzzer, 0,5 secondes tourner dans la pause, toute la date de l'information se montrer sur l'écran. Puis flaçon dans toutes les 3 secondes, continuer à faire une pause en 5 minutes de la Buzzer appareil est dans le sillage jusqu'à modèle en 2 secondes, appuyez sur La touche START continue de fonctionner.

H. Appuyez sur STOP fond ou terminer la Buzzer dispositif en 1 seconde., montrent pendant 30 secondes, toutes les 5 secondes changer les données moyennes et maximales.

I. Lorsque vous entrez la fréquence cardiaque ♥ , 85%. 65% le nombre de fréquence cardiaque affiche les données maximales et moyennes en 5 secondes.

5.3 INTERVALLE PERSONNALISÉE :

A Appuyez sur la touche INTERVAL pour choisir INTERVAL CUSTOM, appuyez sur la touche Enter, entrez dans le mode INTERVALCUSTOM. 00 / XX indiquant quand le son de la Buzzer pendant 1 seconde appuyez sur UP ou DOWN réglage 00 / XX, plage de réglage b / w 1-99, peut être répété cycle, appuyez sur ENTER assurez-vous que le son de la Buzzer pendant 1 seconde entrez le paramètre suivant [figure 6 -7].

B. TEMPS éclairage continu, TRAVAIL et 00h01 scintiller, appuyez sur Haut ou Bas pour le réglage du temps de travail, plage de réglage est 0:00-9:59, peut être cycle de répétition, appuyez sur ENTRÉE, vérifiez que le son Buzzer pour 0,75 seconde pour entrer le paramètre suivant.

C. TIME éclairage continu, REST et 0:01 scintillent, appuyez sur UP ou DOWN pour régler le temps de travail, la plage de réglage est de 0:00-9:59, peut être un cycle de répétition, appuyez sur ENTER assurez-vous que le son de la



Buzzer pendant 1 seconde INTERVALCUSTOM éclairage continu
 D. CYCLE TIME Start pour compter à rebours de 10 secondes et REST une fois par seconde Le dispositif Buzzer est également affecté de manière synchrone. 3 dernières secondes READY II se synchronise également les uns avec les autres. Jusqu'à l'arrêt.

E. CYCLE TIME commence à compter à rebours TRAVAIL Toutes les secondes et Buzzer aussi TEMPS TOTAL. CALORIES DE DISTANCE. WATTS. LA VITESSE. PACE selon le calcul de la valeur comptable. Afficher 01 / XX.

F. CYCLE TIME commence à compter à rebours et REST scintille toutes les secondes et le son de la Buzzer pendant 3 secondes.

G. C \$ D répétez le cycle, à chaque cycle de temps, ajoutez le numéro 1, jusqu'à afficher 08 / 08WORKaprès l'exercice CYCLE TIME commence à compter 10 secondes et REPOS une fois une seconde fois.

H. Aucune entrée unique après 30 secondes. L'appareil Buzzer affecte le mode de réveil entrant pendant 1 seconde. I Appuyez sur START pour une fois passer en mode pause 30 secondes, en entrant en mode d'arrêt temporaire tous les 1 En second lieu, tous les écrans seront été conservés sur l'écran pour 3 secondes et puis toutes les quatre secondes. Après 5 minutes de continu pause, le Buzzer dispositif sera affecter l'entrée en mode de 2 secondes, et appuyez début continuer.

J. Appuyez sur STOP en bas ou après le son de la Buzzer pendant 1 seconde, affiche l'heure. DISTANCE CALORIES WATT. LA VITESSE. PACE en quelques secondes passe de la valeur moyenne à la valeur maximale.

K. Lorsque vous entrez la fréquence cardiaque, ♥ 85%. 65% le nombre de fréquence cardiaque affiche les données maximales et moyennes en 5 secondes.

L. Si vous appuyez sur un PROGRAMME Exécutez cette action.

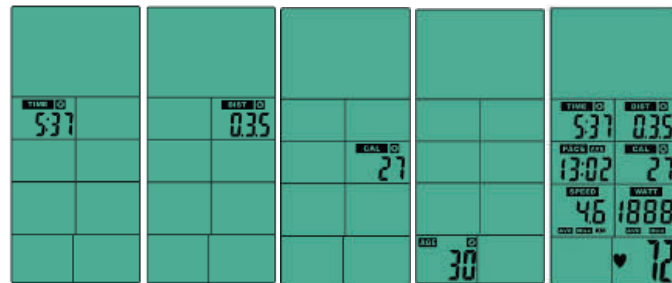


Figure 8

Figure 9

Figure 10

Figure 11

Figure 12

TEMPS CIBLE :

Appuyez sur la touche et entrez le module, la valeur numérique, le Buzzer et affectez l'appareil pendant 1 seconde en même temps.

DISTANCE CIBLE :

Appuyez sur la touche et entrez le module, la valeur numérique, le Buzzer et affectez l'appareil pendant 1 seconde en même temps.

TIME continue à s'allumer, la valeur de TIME scintille appuyez sur UP ou DOWN pour régler l'heure (figure9), appuyez sur ENTER pour vous assurer que le Buzzer retentit pendant 1 seconde Commencez à compter à rebours, DISTANCE CALORIES WATTS. LA VITESSE. Compte de départ PACE en fonction de la valeur de transport (figure12)

CALORIES CIBLES :

A. Appuyez sur la touche et entrez dans le module TARGET. CALORIES La valeur du babouin est la même que celle du colibri pendant 1 seconde.

B. CALORIES continue éclairage, CAL Valeur scintillement Appuyer sur UP ou DOWN pour régler CAL (figure10), Appuyez sur ENTER pour vous assurer que le Buzzer retentit pendant 1 seconde, commencez à compter à rebours, DISTANCE CALORIES WATTS. LA VITESSE. Compte de départ PACE en fonction de la valeur de transport (figure 12)

**TARGET HR :**

Appuyez sur la touche et entrez dans le module FRÉQUENCE CARDIAQUE CIBLE L'appareil Buzzer retentit pendant 1 seconde en même temps.

La valeur de l'âge AGE clignote et peut être réglée par HAUT ou BAS [Fig. 13]. Après avoir appuyé sur ENTER, le buzzer retentit pendant 1 seconde. TARGET HEART RATE et HEART RATE continueront d'être allumés. Après le démarrage, MAX HR continuera de s'allumer et affichera 65%. Et 85% de la fréquence cardiaque, TEMPS, DISTANCE, CALORIES, WATTS, SPEED, PACE commencent à compter en fonction de la valeur de l'opération.

Lorsque la fréquence cardiaque tombe à 65% et que la valeur de 65% clignote, l'avertisseur retentit toutes les 10 secondes jusqu'à ce que la fréquence cardiaque atteigne 65% ou plus

Lorsque la fréquence cardiaque dépasse 85% et que la valeur de 85% clignote, l'avertisseur retentit toutes les 10 secondes jusqu'à ce que la fréquence cardiaque atteigne 85% ou moins.

Lorsque la fréquence cardiaque est comprise entre 65% et 85%, le symbole du rythme cardiaque clignote, MAX / 65% / 85% ne s'affiche pas, ce qui signifie qu'il entre dans la plage 65% -85%.

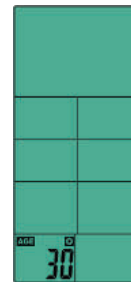


Figure 13

En tout bouton état, appuyez sur START une fois pour entrer en mode pause. Dans les 30 secondes, la sonnerie fera un son de 0,5 seconde toutes les 1 seconde. Lors de l'entrée en mode pause, tout l'affichage restera sur l'écran pendant 3 secondes et puis clignotera toutes les 4 secondes [3 lumineux / 1 off], après 5 minutes de pause continue, le buzzer sonnera pendant 2 secondes pour entrer en mode éveil, appuyez sur START pour continuer à courir.

Après 30 secondes sans aucune entrée de signal, le buzzer retentit pendant 1 seconde pour entrer dans le mode éveil.

Il est maintenant opérationnel, profitez-en.

BODYTONE

PORTUGUÊS



Quando começar a navegar ou ao premir um botão, o visor liga automaticamente. Mostra o que cada item diz: Botão de definições / Recomeçar. Pode alternar o modo / cada item de exibição. Se mantiver premido o botão de redefinição, pode redefinir o registo anterior de transaminação. A distância de percurso acumulada não é redefinida. Após utilização, se não tocar no botão por alguns minutos, ele será desligado automaticamente.

FUNCTIONS

PESQUISA

Os itens de exposição ligam automaticamente

TEMPO

Mostra o tempo decorrido do exercício. Intervalo de exibição

SPD (km/h)

A velocidade atual é exibida. Intervalo de exibição

DST (km)

Mostra a distância percorrida. Intervalo de exibição

ODO (km)

A distância acumulada percorrida é exibida. Intervalo de exibição

CAL [Cal]

Mostra as calorias queimadas. Intervalo de exibição

Se pressionar o botão por mais de 3 segundos, os dados serão reiniciados. No entanto, a distância acumulada percorrida será mantida.

Quando o monitor piscar, os itens mudam automaticamente. Se premir o botão novamente, o item no visor será marcado.

1. DESCRIÇÃO FUNCTIONAL DO VISOR

1. VELOCIDADE: 0,0-99,9 KM / ML

2. TEMPO: 1:00:00-1:59:59, [Contagem normal ou decrescente]

3. DISTÂNCIA: 0.00-999.9 KM, [Contagem normal ou decrescente]

4. CALORIAS: 0-999, [Contagem normal ou decrescente]

5. WATT: 0-1999

6. PULSO: P-30-230

7. INTERVALO: [modo de descanso intermitente]

8. TARGET HR: [modo de control do ritmo]

9. KM/M

10. RITMO

2. DESCRIÇÃO DAS FUNÇÕES DOS BOTÕES

1 BOTÃO INICIAR:

A. Função de parar a operação em funcionamento

B. Reiniciar operação após paragem

2 MODO STOP:

A. Modo parar em funcionamento

B. Pressione 3 segundos para uma redefinição total a qualquer momento

3 UP KEY:

A. Depois de pressionar esta tecla durante cada período de exibição funcional „TEMPO Configuração DISTÂNCIA Configuração.

B. Pressione essa tecla por mais de 1 segundo durante cada exibição de função para seguir continuamente (8 estágios por segundo) e interromper a entrada quando o largar.

**4 DOWN KEY:**

A. Depois de pressionar esta tecla durante cada período de exibição de funções, pode separar as configurações de hora, distância, distância e média.

B. Pressione essa tecla por mais de 1 segundo para deixar continuamente (8 por segundo) durante cada período de exibição da função e interrompa a entrada quando a soltar.

5 BOTÃO DE ENTRADA:

Esta tecla é a função principal para selecionar a tecla e a função enter quando definida

6 BOTÃO INTERVALO 20-10:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

7 BOTÃO INTERVALO 10-20:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

8 BOTÃO OBJETIVO INTERVALO:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

9 BOTÃO OBJETIVO TEMPO:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

10 BOTÃO OBJETIVO DISTÂNCIA:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

11 BOTÃO OBJETIVO CALORIAS:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

12 BOTÃO OBJETIVO HR:

Pressione essa tecla para entrar diretamente na lista de funções

13: Manter pressionado enter/start ao mesmo tempo e faz a conversão de ml e km

14: Ao mesmo tempo, pressione enter para desligar a máquina rapidamente

3. EXPLICAÇÃO DAS OPERAÇÕES DE CONFIGURAÇÃO

Após instalação (ligado) da bateria, o lcd mostrará o valor de bi por 2 segundos (figura 1) e o bi ao mesmo tempo, depois mostra o valor por 1 segundo na coluna "dist" (figura 2), colocar a idade. Depois de configurada a idade, prima o botão "up/down" para confirmar e avance para o passo seguinte.



Figura 1

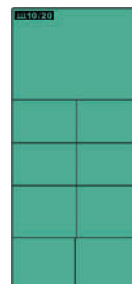


Figura 2



Figura 3

Se não pressionar nenhuma tecla durante 60 segundos, o resultado da mensagem do ritmo e o resultado da mensagem de pulsação, entram em período de hibernação automática.

Mode mouvement rapide :

Modo de movimento rápido:

Se houver um sinal de espaço no modo de espera, insira o início rápido imediatamente e ouvirá um sinal sonoro ao mesmo tempo por 1 segundo. TEMPO TOTAL. TEMPO. DISTÂNCIA CALORIAS WATTS. VELOCIDADE. RITMO Início de contagem de acordo com a Definição de valores (figure3).

O símbolo do ritmo cardíaco piscará quando sentir alguma pulsação , e o símbolo ficará brilhante e mostrará o valor atual do ritmo cardíaco



(figura4) ; Enquanto não sair do P C o símbolo marter-se-á brilhante.

No caso de não ter havido nenhuma nova introdução de dados por um periodo 30 segundos, o dispositivo entrará de novo em funcionamento premindo a tecla “wake-up” [despertar] por 1 segundo.

Prima uma vez a tecla start [início] , introduza o modo de paragem temporária a cada 30 segundos, quando introduzir o modo de paragem temporária, todos os dispositivos aparecerão no ecrã por 3 segundos e a cada quatro segundos [3 bright / 1]. Após 5 minutos de paragem continuada, o aparelho estará por 2 segundos em modo de espera, depois prima start para recomear.

Prima a tecla stop por 1 segundo. O modo de tempo total, o modo de distância total percorrida, o modo de gasto total de calorías, watt, velocidade, e ritmo poderão ser vistos a cada cinco segundos para alterar a média e valores máximos.

85% se houver localização de ritmo cardíaco, 65% de ritmo cardíaco do valor máximo será mostrado a cada 5 segundos. Não será mostrado nenhum valor se não for detetado nenhum ritmo cardíaco.

Pode pressionar qualquer tecla para iniciar esta atividade.

Escolha de INTERVALO:

Para esta função pode premir a tecla “up/down”, ou então pode seleccionar o modo atalho para entrar nesta função.

5.1.ESCOLHA INTERVALO 20/10:

A Prima a tecla INTERVALO, Escolha INTERVALO20/10 , Prima Enter, Enter model INTERVAL20/10 ,

Dispositivo principal e premir por 1 segundo ao mesmo tempo

B. CYCLE TIME nos últimos três segundos, START,quando invertido, o ecrã principal aparece uma vez por segundo, e READY uma vez por segundo [0.75 bright / 0.25], a contagem mostra 0 / 08 (figura 5) .ht / 0.25], a contagem mostra 0 / 08 (figura 5)

C. O CYCLE TIME inicia a sua contagem decrescente por 20 segundos e WORK

uma vez por Segundo. O ecrã principal também se vê afetado na sua sincronia. Neste momento, a roda começa a rodar. , inicia a contagem decrescente por 4 minutos , TEMPO TOTAL. DISTÂNCIA CALORIAS. WATTS. VELOCIDADE. RITMO .Começa a contagem de acordo com os valores introduzidos, e aparece de 01/08.

O CYCLE TIME Inicia a contagem decrescente por 10 segundos e DESCANSA uma vez por Segundo. O ecrã principal também se vê afetado na sua sincronia. Últimos 3 segundos PRONTO também se sincronizam. , até à paragem.

E. C \$ D repete o ciclo ,cada ciclo adiciona o número 1 ,até mostrar 08/08WORK depois do exercício CYCLE TIME iniciar a contagem decrescente de 10 segundos e DESCANSO uma vez poe segundo.

F. Nenhum registo depois de 30 segundos, O ecrã principal afeta o modo hibernação por 1 segundo.

G. Prima START uma vez em modo pausa a cada 30 segundos o ecrã principal é afetado, 0.5 segundos volta para o estado de pausa, todos os dados serão mostrados no visor. Depois, vai piscar a cada 3 segundos, continua em pausa por 5 minutos e o ecrã principal voltará a funcionar em 2 segundos, prima START para continuar.

H. Prima STOP ou fim the dispositivo principal por 1 segundo. , TEMPO. DISTÂNCIA. CALORIAS é mostrado por 30 segundos, WATT. VELOCIDADE. RITMO a cada 5 segundos muda a média e os dados máximos.

I. Quando aparecer ♥ , 85%. 65% os valores cardíacos mostram os valores máximos e médios a cada cinco segundos.

J. Se pressionar qualquer PROGRAM aciona esta função.



Figura 4



Figura 5

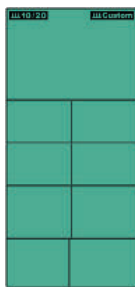


Figura 6



Figura 7

5.2 Escolha INTERVAL 10-20:

- A. Prima INTERVAL Escolha INTERVAL10/20 , depois prima Enter, Enter INTERVAL10/20, dispositivo principal e simultaneamente por 1 segundo.
- B. CYCLE TIME Contagem decrescente após START, na contagem decrescente beehive o dispositivo principal vai emitir som, e READY aparece uma vez por segundo , o número aparece de 00/08(figura5).
- C. CYCLE TIME começará em 10 segundos e WORK a cada Segundo e simultaneamente o dispositivo principal, REMAINING aparece e conta por 4 minutos, e começa a contagem decrescente. TEMPO TOTAL. DISTÂNCIA CALORIAS WATTS. VELOCIDADE. RITMO Start começa a contar de acordo com a introdução dos valores, os números são mostrados de 01/08.
- D. CYCLE TIME Start começará a contagem decrescente em 20 segundos e REST a cada segundo, e o ecrã principal começa a trabalhar, nos últimos 3 segundos READY também está aceso.
- E. C&D continua a repetir os ciclos e números } até aparecer 08/08WORK depois do exercício CYCLE TIME começar a contar de forma decrescente em 20segundos e REST a cada segundo.
- F. Se não houver nenhuma entrada em 30 segundos, o ecrã principal entrará

em modo hibernação.

G. Prima START uma vez, entra em modo de pausa a cada 30 segundos, o ecrã principal é afetado,0,5 segundos fica em pausa, todos os dados são apresentados no ecrã. Piscará a cada 3 segundos ,ficará em pausa até 5 minutos, depois o ecrã principal ficará disponível premindo por 2 segundos , premindo

START e pode voltar ao trabalho.

H. Premir STOP ou o botão fim no ecrã principal. , TEMPO.DISTÂNCIA CALORIAS são apresentados por 30 segundos , WATT. VELOCIDADE. RITMO a cada 5 segundos muda a media e os resultados máximos obtidos.

I. Quando aparecer o ritmo cardíaco ♥ , 85%, 65% os dados do ritmo cardíaco são apresentado num intervalos de 5 segundos em termos de media e valores máximos.

5.3 INTERVAL CUSTOM :

A. Prima INTERVAL, escolha INTERVAL CUSTOM, prima Enter, prima o modo INTERVALCUSTOM. 00/XX são mostrados quando se ouvir um som no ecrã principal por 1 segundo. prima UP ou DOWN 00/XX, sintonize o intervalo b/w 1-99, e pode repetir o ciclo , prima ENTER. Certifique-se de que o som de 1 segundo está configurado no ecrã principal (figure 6-7).

B. TIME continua a piscar, WORK e 0:01 pisca , prima UP ou DOWN for configurar o tempo de trabalho , configure o interval de 0:00-9:59, o ciclo pode ser repetido, prima ENTER ,certifique-se que está configurado o som 0.75 segundos para ir para a próxima configuração.

C. TIME luz continuada, REST e 0:01 pica, prima UP ou DOWN para configurar tempo de trabalho , o interval de configuração é de 0:00-9:59, o ciclo pode ser repetido , prima ENTER certifique-se de que o som está definido de 1 segundo INTERVALCUSTOM continua a piscar

D. CYCLE TIME Começa com contagem decrescente em 10 segundos e REST uma vez por Segundo. Afeta a sincronização do ecrã principal. Últimos 3

segundos READY é também sincronizado com cada um deles até ao fim do ciclo.

E. CYCLE TIME começa a contagem decrescente WORK A cada segundo e o ecrã principal também. TEMPO TOTAL. DISTÂNCIA CALORIAS. WATTS. VELOCIDADE. RITMO de acordo com os valores introduzidos . É mostrado de 01/XX.

F. CYCLE TIME começa contagem decrescente e REST começa a piscar todos os segundos e som do ecrã principal a cada 3 segundos.

G. C S D repete o ciclo ,a cada pedalada adiciona o número 1 ,até mostrar 08/08WORKafter exercício CYCLE

TIME inicia a contagem decrescente em 10 segundos e REST a cada segundo.

H. Se não houver movimentos O ecrã principal fica em modo hibernação após um 1 segundo.

I. Prime START uma vez prima o modo PAUSE por 30 segundos, Quando premir o stop temporariamente e a cada 1 segundo, todos os outros dispositivos serão mantidos no ecrã por 3 segundos e depois a cada quatro segundos. Depois de 5 minutos de pausa continuada, o ecrã principal será afetado por 2 segundos, depois prima start para continuar.

J. Prima STOP e depois o ecrã principal soará por 1 segundo, TIME mostra o tempo. DISTÂNCIA CALORIAS WATT. VELOCIDADE. RITMO a cada Segundo vai alterando os parâmetros da media e dos valor máximos em cada categoria.

K. Quando aparecer a função de ritmo cardíaco ♥ , 85%. 65% t'rá ser mostrado em 5 segundos os valores médios e máximos do ritmo cardíaco.

L. Se premir qualquer PROGRAM Aciona esta função.

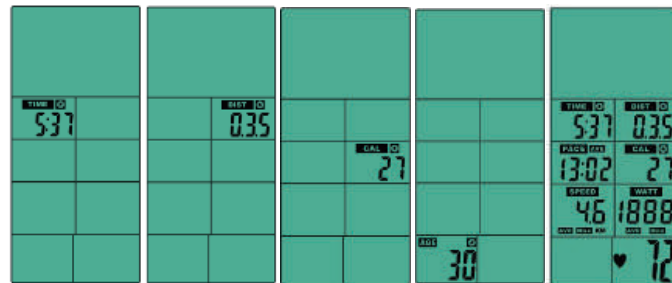


Figura 8

Figura 9

Figura 10

Figura 11

Figura 12

TARGET TIME (OBJETIVO DE TEMPO) :

Prima a tecla e entre neste modo, introduza os valores numéricos no ecrã principal, prima as duas teclas ao mesmo tempo para o fazer.

TARGET DISTANCE (OBJETIVO DISTÂNCIA):

Prima a tecla e entre neste modo, introduza os valores numéricos no ecrã principal, prima as duas teclas ao mesmo tempo para o fazer.

TIME continua aceso-se, TIME, os valores começam a piscar. Prima UP ou DOWN para configurar o tempo (figura9) , prima ENTER por um Segundo para se certificar que está correto. Começa a contagem decrescente, DISTÂNCIA CALORIAS WATTS. VELOCIDADE. RITMO Começa a contagem de acordo com a configuração dos dados (figura12)

TARGET CALORIES (OBJETIVO CALORIAS):

A. Prima a tecla e entre no modo TARGET. CALORIES O valor do “baboon” é o mesmo do “hummingbird” por 1 segundo.

B. CALORIES continua aceso, CAL. Quando começar a piscar prima UP ou DOWN para configurar CAL (figura10),

prima ENTER certifique-se que está correto, Start para começar a contagem , DISTÂNCIA CALORIAS WATTS. VELOCIDADE. RITMO Começa a contagem do a dados introduzidos (figura =OBJETIVO HR12)

**TARGET HR:**

Prima a tecla e entre no modo TARGET HEART RATE prima as duas teclas ao mesmo tempo para o fazer

AGE acende-se e pode ser configurado em UP ou DOWN (Fig. 13). Depois de premir ENTER, ouvirá um som por 1 segundo. TARGET HEART RATE e HEART RATE vão continuar a piscar. Depois de começar, MAX HR continuará acesso até aparecer os 65%. E 85% da percentage de ritmo cardíaco, TEMPO, DISTÂNCIA, CALORIAS, WATTS, VELOCIDADE, RITMO começam a contagem de acordo com os valores da operação.

Quando o ritmo cardíaco for abaixo de 65% e este valor de 65% começar a piscar, vai aparecer um som a cada 10 segundos até que o ritmo cardíaco chegar outra vez a 65% ou mais.

Quando o ritmo cardíaco superar os 85% e este valor de 85% começar a piscar, vai aparecer um som a cada 10 segundos até que o ritmo cardíaco alcance de novo os 85% ou menos.

Quando o ritmo cardíaco estiver no intervalo entre 65%-85%, o símbolo do coração acende-se, MAX/65%/85% não pisca, o que significa que está entre esse intervalo de 65%-85%.

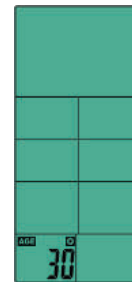


Figura 13

Em qualquer fase, prima o START uma vez para ir para o modo pausa. Em 30 segundos, vai soar um som de 0.5 segundos a cada segundo. Quando entrar em modo pausa, todos os dispositivos permanecerão durante 3 segundos e depois piscarão a cada 4 segundos (3 aceso / 1 apagado), depois de 5 minutos de pausa continuada, um som de 2 segundos recordará o modo hibernação, prima START para continuar a trabalhar.

Após 30 segundos sem qualquer sinal, um som de um Segundo vai aparecer para recordar o modo.

Agora que está pronto a funcionar, desfrute-o.



BODYTONE

CROSS ONE WARRANTY

Structure	5 years
Mechanical problem.	2 years
Wear pieces	6 months
Technician	6 months



**Don't forget to register your machine in our website
on the first 15 days to activate your warranty!**



www.bodytone.eu

