

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

SCHNELLSTART-ANLEITUNG

HEART RATE

PC 10.11

DEUTSCH ENGLISH FRANÇAIS ITALIANO
ESPAÑOL NEDERLANDS POLSKO ČESKY

1 PC 10.11 aktivieren

Bevor Sie Ihren neuen PC 10.11 verwenden können, müssen Sie diesen aktivieren. Hierzu drücken Sie die START/STOP Taste und halten diese für 5 Sekunden gedrückt.

2 Starten des PC 10.11

Um Ihren PC 10.11 aus dem Ruhemodus zu wecken, drücken Sie eine beliebige Taste und halten diese für 2 Sekunden gedrückt.

Ihr PC 10.11 befindet sich nun im Trainingsmodus. Sobald der Puls erscheint, wird der Funktionsname invertiert angezeigt.

Um das Training zu starten, drücken Sie die Start / Stop Taste. Der Funktionsname wird nun normal angezeigt.

3 Übersicht Display

→ **Obere Zeile:** Hier können Sie neben dem Herzfrequenzsymbol Ihre aktuelle Herzfrequenz ablesen. Zudem wird Ihnen mit einem Pfeil angezeigt, ob Sie sich oberhalb oder unterhalb Ihrer eingestellten Herzfrequenzzone befinden.

→ **Mittlere Zeile:** Hier wird die Trainingszeit angezeigt.

→ **Untere Zeile:** In der unteren Zeile werden die Funktionsnamen und Funktionswerte angezeigt. Um diese zu wechseln, drücken Sie Toggle + oder Toggle -.

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

QUICK START GUIDE

HEART RATE

PC 10.11

DEUTSCH ENGLISH FRANÇAIS ITALIANO
ESPAÑOL NEDERLANDS POLSKO ČESKY

1 Activate PC 10.11

Before you can use your new PC 10.11, you must activate it. To do this, press the START/STOP button and hold it down for 5 seconds.

2 Starting the PC 10.11

To wake your PC 10.11 from sleep mode, press and hold any button for 2 seconds.

Your PC 10.11 will now be in training mode. When the heart rate appears, the function name will be displayed normally.

To start training, press the Start/Stop button. The function name will now be displayed inverted.

3 Display overview

→ **Top line:** This line displays not only the heart rate icon but also your current heart rate. An arrow also informs you whether you are currently above or below the heart rate zone you have set.

→ **Middle line:** This line displays the training time.

→ **Bottom line:** The bottom line displays the function name and function values. To change these, press Toggle + or Toggle -.

4 Tastenbelegung

Ihren Puls Computer bedienen Sie einerseits mit einem kurzen, andererseits mit einem langen Tastendruck (2 Sekunden gedrückt halten).

Start / Stop:

Kurzer Tastendruck: Im Trainingsmodus: Start und Stopp der Stoppuhr
Im Einstellmodus: Auswählen und Bestätigen

Langer Tastendruck: Im Trainingsmodus: Trainingsdaten zurücksetzen
Im Einstellmodus: keine Funktion

Toggle: []

Kurzer Tastendruck: Im Trainingsmodus: Rückwärtsblättern der Funktion
Im Einstellmodus: Werte reduzieren

Langer Tastendruck: Im Trainingsmodus: Trainingsmodus schließen
Im Einstellmodus: Werte schnell reduzieren

4 Button functions

You can operate your heart rate monitor by either pressing or pressing and holding (for 2 seconds) the buttons.

Start / Stop:

Press: In training mode: Start and stop the stopwatch
In setting mode: Select and confirm

Press and hold: In training mode: Reset training data
In setting mode: No function

Toggle: []

Press: In training mode: Scroll backwards through the function
In setting mode: Reduce values

Press and hold: In training mode: Exit training mode
In setting mode: Quickly increase values / Increase values

5 Menübaum des PC 10.11

Ruhemodus	Trainingsmodus	Einstellmodus	
Uhrzeit und Datum wird angezeigt	Herzfrequenz (akt. / Ø / max.) Stoppuhr Kalorien Uhrzeit Zeit in Zone Gesamtzeit* Gesamtkalorien*	Sprache Datum Uhrzeit Geschlecht Geburtsstag Gewicht HF max.	Trainingszone Gesamtzeit Gesamtkalorien Kontrast Tastentöne Zonenalarm

* wird bei laufender Stoppuhr ausgeblendet

6 Weitere Infos

Die ausführliche Bedienungsanleitung sowie weitere wichtige Informationen finden Sie auf der beiliegenden Mini CD oder unter www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-87439 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 83 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 83 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No. 139, Zhonggong 2nd Rd,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

6 PC 10.11 menu tree

Sleep mode	Training mode	Setting mode	
Clock and date are displayed	Heart rate (current, Ø, max.) Stopwatch Calories Clock Time in zone Total time* Total calories*	Language Date Clock Gender Date of birth Weight Max. HR	Training zone Total time Total calories Contrast Button tones Zone alarm

* not displayed when the stopwatch is running

6 Further information

The full operating instructions and other important information can be found on the mini CD supplied with the product or at www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-87439 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 83 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 83 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No. 139, Zhonggong 2nd Rd,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

GUIDE DE DEMARRAGE RAPIDE

HEART RATE

PC 10.11

FRANCAIS DEUTSCH ENGLISH FRANÇAIS ITALIANO
ESPAÑOL NEDERLANDS POLSKO ČESKY

1 Activation du PC 10.11

Avant de pouvoir utiliser votre nouveau PC 10.11, vous devez activer celui-ci. A cette fin, appuyez sur le bouton START/STOP et maintenez-le enfoncé pendant 5 secondes.

2 Démarrage du PC 10.11

Pour quitter le mode de veille de votre PC 10.11, maintenez un bouton au choix enfoncé pendant 2 secondes.

Votre PC 10.11 se trouve maintenant en mode 'entraînement'. Dès que votre fréquence cardiaque apparaît, le nom de la fonction s'affiche à l'envers.

Pour démarrer l'entraînement, appuyez sur le bouton Start / Stop. Le nom de la fonction s'affiche alors normalement.

3 Ecran détaillé

→ **Ligne supérieure:** Ici votre fréquence cardiaque actuelle, à côté du symbole de la fréquence cardiaque. Une flèche vous indique également si vous vous trouvez au-dessus ou en dessous de la zone de fréquence cardiaque réglée.

→ **Ligne centrale:** La durée d'entraînement s'affiche ici.

→ **Ligne inférieure:** La ligne inférieure reprend le nom de la fonction et les valeurs. Pour modifier cette ligne, appuyez sur les boutons Toggle + ou Toggle -.

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

SKRÓCONA INSTRUKCJA OBSŁUGI

HEART RATE

PC 10.11

POLSKI DEUTSCH ENGLISH FRANÇAIS ITALIANO
ESPAÑOL NEDERLANDS POLSKO ČESKY

1 Aktywacja PC 10.11

Nim zaczniesz się używać nowego PC 10.11, należy go w pierwszej kolejności aktywować. W tym celu należy wciśnąć przycisk START/STOP i przytrzymać go przez 5 sekund.

2 Uruchamianie PC 10.11

Aby wybudzić PC 10.11 z trybu oczekiwania, należy wciśnąć dowolny przycisk i przytrzymać go przez 2 sekundy.

PC 10.11 jest teraz w trybie treningu. Gdy wyświetli się puls, nazwa funkcji wyświetli się odwrócona.

Aby rozpocząć trening, należy wciśnąć przycisk Start / Stop. Nazwa funkcji wyświetli się już wtedy normalnie.

3 Przegląd struktury wyświetlacza

→ **Wiersz górny:** Tutaj obok symbolu częstotliwości uderzeń serca można odczytać aktualną częstotliwość uderzeń serca. Ponadto strzałka pokazuje, czy jest się powyżej lub poniżej ustawionej strefy częstotliwości uderzeń serca.

→ **Wiersz środkowy:** Tutaj wyświetla się czas treningu.

→ **Wiersz dolny:** W wierszu dolnym wyświetlają się nazwy funkcji i ich wartości. Aby je zmienić, należy wciśnąć Przelącz + lub Przelącz -.

4 Affectation des boutons

Vous pouvez utiliser votre cardio-fréquencemètre, d'une part, en exerçant de courtes pressions et, d'autre part, en exerçant de longues pressions sur les boutons (maintenez alors le bouton enfoncé 2 secondes).

Start / Stop:

Pression courte: En mode d'entraînement: démarre et arrête le chronomètre.
En mode de réglage: sélectionne et confirme.

Pression longue: En mode d'entraînement: réinitialise les données d'entraînement.
En mode de réglage: pas de fonction.

Toggle: []

Pression courte: En mode d'entraînement: affiche la fonction précédente.
En mode de réglage: réduit la valeur.

Pression longue: En mode d'entraînement: ouvre le mode de réglage.
En mode de réglage: augmente rapidement la valeur / quitte le mode de réglage.

4 Funkcje przycisków

Pulsometr obsługuje się z jednej strony krótkim, a z drugiej strony długim nacisnięciem przycisku (trzymać wciśnięty przez 2 sekundy).

Start / Stop:

Krótkie naciśnięcie przycisku: W trybie treningu: Uruchamianie i zatrzymanie stopera
W trybie ustawień: Wybór i zatwierdzenie

Długie naciśnięcie przycisku: W trybie treningu: Kasowanie wyników treningu stopera
W trybie ustawień: Nie przypisano żadnej funkcji

Przelącz: []

Krótkie naciśnięcie przycisku: W trybie treningu: Przewijanie do tyłu funkcji
W trybie ustawień: Zmniejszanie wartości

Długie naciśnięcie przycisku: W trybie treningu: Wychodzenie z trybu treningu
W trybie ustawień: Szybkie zmniejszanie wartości

6 Arborecence du PC 10.11

Mode de veille	Mode d'entraînement	Mode de réglage	
L'heure et la date s'affichent.	FC (act. / Ø / max.) Chronomètre Calories Heure Temps dans la zone Durée totale* Calories brûlées totales*	Langue Date Heure Sexe Date de naissance Poids FC max.	Zone d'entraînement Durée totale Calories brûlées totales Contraste Tonalité des boutons Alarme des zones

* Masqué lorsque le chronomètre fonctionne

6 Autres infos

Vous trouverez le mode d'emploi détaillé, ainsi que d'autres informations importantes sur le mini CD joint ou à l'adresse: www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-87439 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 83 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 83 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No. 139, Zhonggong 2nd Rd,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

6 Drzewo menu PC 10.11

Tryb oczekiwania	Tryb treningu	Tryb ustawień	
Wyświetla się zegar i data	Częstotliwość uderzeń serca (akt. / Ø / maks.) Stoper Kalorie Zegar Czas w strefie Czas całkowity* Łączna ilość kalorii*	Język Data Zegar Płeć Data urodzenia Waga Maksymalna częstotliwość uderzeń serca	Strefa treningu Czas kalkowity Łączna ilość kalorii Kontrast Dźwięk klawiatury Alarm strefy

* gdy stoper jest włączony, nie wyświetla się

6 Pozostałe informacje

Szczegółowe instrukcje obsługi jak również wiele innych ważnych informacji można znaleźć na dołączonej płycie mini CD lub pod adresem www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-87439 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 83 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 83 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No. 139, Zhonggong 2nd Rd,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

GUIDA DI AVVIAMENTO RAPIDO

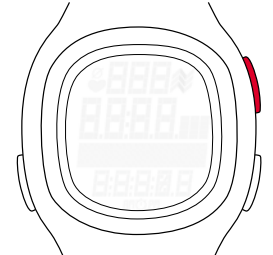


PC 10.11

DEUTSCH
ITALIANO


ESPAÑOL
NEDERLANDS
ENGLISH
FRANCAIS
POLSKI
ČESKY

1 Attivazione PC 10.11




Prima di poter utilizzare il vostro nuovo PC 10.11 è necessario attivarlo. Per questa operazione premere START/STOP tenendo il tasto premuto per 5 secondi.


2 Avviare il PC 10.11



Per richiamare il PC 10.11 dalla modalità di standby premere qualsiasi tasto e tenerlo premuto per 2 secondi.

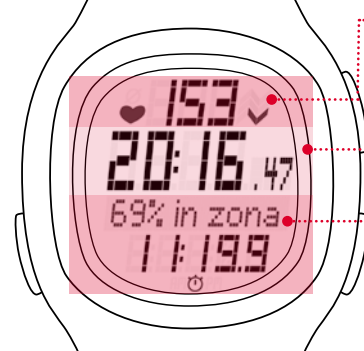


Il PC 10.11 è quindi ora nella modalità allenamento. Appena compare il battito il nome della funzione viene visualizzato capovolto.



Per avviare l'allenamento, premere il tasto Start/Stop. Il nome della funzione appare ora normale.

3 Panoramica Display



→ **Riga superiore:** Qui potete vedere accanto all'icona della frequenza cardiaca le vostre pulsazioni correnti. Inoltre una freccia indica se vi trovate sopra o sotto la vostra zona di frequenza cardiaca impostata.

→ **Riga centrale:** Qui, viene visualizzato il tempo di esercizio.

→ **Riga inferiore:** Nella linea di fondo vengono visualizzati il nome della funzione e i valori della funzione. Per modificarli, premere Toggle + o Toggle -.

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

INSTRUCCIONES DE INICIO RÁPIDO

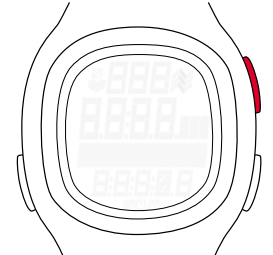


PC 10.11

DEUTSCH
ESPAÑOL


ENGLISH
FRANCAIS
ITALIANO
NEDERLANDS
POLSKI
ČESKY

1 Activar PC 10.11




Antes de poder utilizar su nuevo PC 10.11 debe activarlo. Para esto presione la tecla de INICIO/PARADA y manténgala presionada durante 5 segundos.


2 Iniciar el PC 10.11



Para despertar el PC 10.11 del modo de espera presione cualquier tecla y manténgala presionada durante 2 segundos.

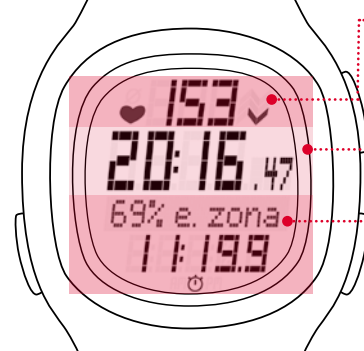


Su PC 10.11 ahora se encuentra en el modo de entrenamiento. Tan pronto como aparece la frecuencia cardiaca se muestra el nombre de la función invertida.



Para iniciar el entrenamiento presione la tecla Inicio/Parada. Ahora se muestra el nombre de la función de manera normal.

3 Resumen de pantalla




→ **Región superior:** Aquí puede leer su frecuencia cardiaca actual al lado del símbolo de frecuencia cardiaca. Además con la flecha se le indicará si se encuentra por encima o por debajo de su zona de frecuencia cardiaca ajustada.

→ **Región media:** Aquí se muestra el tiempo de entrenamiento.

→ **Región inferior:** En el renglón inferior se muestran los nombres de las funciones y los valores de las funciones. Para cambiar éstas presione Toggle + o Toggle -.

4 Assegnazione dei tasti

Il cardiofrequenzimetro si utilizza da una parte con una pressione breve del tasto dall'altra con una pressione prolungata (tenere premuto per 2 secondi).




Start / Stop:
Breve pressione del tasto: Nella modalità training: Avvia e arresta il cronometro. Nella modalità regolazione: Sceglie e conferma.
Pressione prolungata del tasto: Nella modalità training: Azzeri i dati del training. Nella modalità regolazione: Nessuna funzione.

Toggle: []
Breve pressione del tasto: Nella modalità training: Stoglia la funzione indietro. Nella modalità regolazione: Riduce i valori.
Pressione prolungata del tasto: Nella modalità training: Chiude la modalità training. Nella modalità regolazione: Aumenta i valori rapidamente.

4 Funciones de las teclas

Su monitor de ritmo cardiaco se opera tanto con una presión corta de teclas y con una presión larga de teclas (manteniendo presionado durante 2 segundos).



Start / Stop:
Pulsación corta: En el modo de entrenamiento: Inicio y parada del cronómetro. En el modo de ajuste: Seleccionar y confirmar.
Pulsación larga: En el modo de entrenamiento: Reinicializar los datos de entrenamiento. En el modo de ajuste: Sin función.

Toggle: []
Pulsación corta: En el modo de entrenamiento: Hojear las funciones hacia adelante. En el modo de ajuste: Aumentar valores.
Pulsación larga: En el modo de entrenamiento: Abrir modo de ajuste. En el modo de ajuste: Cerrar modo de ajuste / Aumentar valores rápidamente / Cerrar modo de ajuste.

5 Struttura di menu del PC 10.11

Modo standby	Modalità allenamento	Modalità regolazione	
Ora e data vengono visualizzate	FC (att./B/mass.)	Lingua	Zona training
	Cronometro	Data	Tempo complessivo
	Calorie	Ora del giorno	Calorie complessive
	Ora del giorno	Sesso	Contrasto
	Tempo nella zona	Data di nascita	Toni dei tasti
	Tempo complessivo*	Peso	Allarme di zona
	Calorie complessive*	FC mass.	

* Si disattiva quando il cronometro è in funzione

6 Altre informazioni

Le istruzioni dettagliate ed altre informazioni importanti sono reperibili su CD fornito in allegato o www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Strasse 15
D-67433 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

5 Árbol de menú del PC 10.11

Modo de espera	Modo de entrenamiento	Modo de ajuste	
Se muestra la hora y la fecha	FC (act./B/máx.)	Idioma	Zona de entrenamiento
	Cronómetro	Fecha	Tiempo total
	Calorías	Hora	Calorías totales
	Hora	Sexo	Contraste
	Tiempo en zona	Fecha de nacimiento	Tonos de teclas
	Tiempo total*	Peso	Alarma de zonas
	Calorías totales*	FC máx.	

* se apaga si el cronómetro está en marcha

6 Otras informaciones

En el mini CD que se adjunta encontrará las instrucciones de uso y demás informaciones importantes como así también en www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Strasse 15
D-67433 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

SNELSTART-HANDLEIDING




PC 10.11

NEDERLANDS

DEUTSCH
ITALIANO


ESPAÑOL
NEDERLANDS
ENGLISH
FRANCAIS
POLSKI
ČESKY

1 PC 10.11 activeren




Voordat u uw nieuwe PC 10.11 kunt gebruiken, moet u deze activeren. Dit doet u door de START/STOP-toets 5 seconden ingedrukt te houden.


2 De PC 10.11 starten



Om uw PC 10.11 uit de slaapprofmodus te wekken, drukt u op een willekeurige knop en houdt u deze 2 seconden lang ingedrukt.

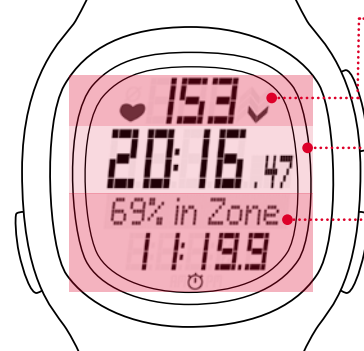


Uw PC 10.11 staat nu in de trainingsmodus. Zodra de hartslag verschijnt, wordt de functienaam omgekeerd weergegeven.



Om het trainen te starten, drukt u op de start/stopknop. De functienaam wordt normaal weergegeven.

3 Overzicht van weergavefuncties



→ **Bovenste regel:** Hier kunt u naast het hartslagcyclogram uw huidige hartslag aflezen. Bovendien wordt een pijl weergegeven die aangeeft of u boven of onder uw ingestelde hartslagzone zit.

→ **Middelste regel:** Hier wordt de trainingstijd weergegeven.

→ **Onderste regel:** Op de onderste regel worden functienaam en functiewaarde weergegeven. Om deze te veranderen, drukt u op Toggle + of op Toggle -.

HEART RATE MONITOR **SIGMA**
BIWAY

NÁVOD PRO RYCHLÉ SPŮŠTĚNÍ



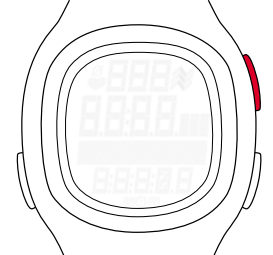
PC 10.11

ČESKY

DEUTSCH
ITALIANO


ENGLISH
FRANCAIS
POLSKI
NEDERLANDS
ČESKY

1 Aktivace PC 10.11




Než budete moci svůj nový PC 10.11 používat, musíte ho aktivovat. K tomu-to účelu stiskněte tlačítko START/STOP a přidržeťte ho po dobu 5 sekund.


2 Spuštění PC 10.11



Abyste ukončili klidový režim zařízení PC 10.11, stiskněte libovolné tlačítko a přidržeťte ho po dobu 2 sekund.




Váš PC 10.11 se nyní nachází v tréninkovém režimu. Jakmile se objeví puls, název funkce se zobrazí invertně.



Ke spuštění tréninku stiskněte tlačítko Start/Stop. Název funkce se nyní zobrazí normálně.

3 Přehled displeje




→ **Horní řádek:** Zde si můžete přečíst svou aktuální tepovou frekvenci vedle symbolu pro tepovou frekvenci. Navíc vám ukáže šipku, zda se nacházíte nad nebo pod svou nastavenou zónou tepové frekvence.

→ **Prostřední řádek:** Zde se zobrazuje tréninková zóna.

→ **Spodní řádek:** Na spodním řádku se zobrazují názvy a hodnoty funkcí. Chcete-li změnit, stiskněte Toggle + nebo Toggle -.

4 Toetsentoeuwing

Uw hartslagmeter bedient u soms met een korte druk op de knop, soms door de knop langer (2 seconden) ingedrukt te houden.




Start / Stop:
Kort indrukken: In trainingsmodus: De stopwatch starten en stoppen. In instelmodus: Selecteren en opslaan.
Langer indrukken: In trainingsmodus: Trainingsgegevens terugstellen. In instelmodus: Geen functie.

Toggle: []
Kort indrukken: In trainingsmodus: Voornutbladeren van de functie. In instelmodus: Waarde verhogen.
Langer indrukken: In trainingsmodus: Instelmodus openen. In instelmodus: Waarde snel verhogen/ instelmodus sluiten.

4 Obsazení tlačítek

Svůj pulsmetr ovládáte jednak krátkým stisknutím, jednak dlouhým stisknutím tlačítka (2 sekundy přidržeťte).



Start/Stop:
Krátké stisknutí tlačítka: V tréninkovém režimu: spuštění a zastavení stopky. V režimu nastavení: výběr a potvrzení.
Dlouhé stisknutí tlačítka: V tréninkovém režimu: resetování tréninkových údajů. V režimu nastavení: žádná funkce.

Toggle: []
Krátké stisknutí tlačítka: V tréninkovém režimu: listování vpravo ve funkci. V režimu nastavení: zvýšení hodnot.
Dlouhé stisknutí tlačítka: V tréninkovém režimu: zavření tréninkového režimu. V režimu nastavení: rychlé snížení hodnot.

5 De menustructuur van de PC 10.11

Slaapprofmodus	Trainingsmodus	Instelmodus	
Tijd en datum worden weergegeven	Hartslag (huid./B/max.)	Taal	Trainingszone
	Stopwatch	Datum	Totaaltijd
	Calorieën	Kloktijd	Totaal calorieën
	Kloktijd	Geslacht	Contrast
	Tijd in zone	Geboortedatum	Toetsgeheiden
	Totaaltijd*	Gewicht	Zonealarm
	Totaal calorieën*	HF max.	

* wordt bij gebruik van stopwatch niet weergegeven

6 Verdere informatie

De uitvoering gebruiksaanwijzing en andere belangrijke informatie vindt u op de meegeleverde mini-cd of op www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Strasse 15
D-67433 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630

5 Strom menu PC 10.11

Klíčový režim	Tréninkový režim	Režim nastavení	
Zobrazí se čas a datum	Tepová frekvence (akt./B/max.)	Jazyk	Tréninková zóna
	Stopky	Datum	Celková doba
	Kalorie	Čas	Celkové kalorie
	Čas	Pohaví	Kontrast
	Doba v zóně	Den narození	Zvuky tlačítek
	Celková doba*	Hmotnost	Alarm zón
	Celkové kalorie*	Max. TF	

* skrytí při běžících stopkách

6 Další informace

Podrobný návod / obalové stejné tak jako i další důležité informace najdete na přiloženém mini CD nebo na internetové adrese www.sigmasport.com.

SIGMA-ELEKTRO GmbH
Dr.-Julius-Leber-Strasse 15
D-67433 Neustadt / Weinstraße
Tel. + 49 (0) 63 21-9120-0
Fax. + 49 (0) 63 21-9120-34
E-mail: info@sigmasport.com

SIGMA SPORT USA
North America
3487 Swenson Ave.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.
Tel. +1 630-761-1106
Fax. +1 630-761-1107

SIGMA SPORT ASIA
Asia, Australia, South America, Africa
10F, No.192, Zhonggong 2nd Rd.,
Xitun Dist., Taichung City 407, Taiwan
Tel. +886-4-2358 3070
Fax. +886-4-2358 7630