

DE AT CH

SCHRITZÄHLER

Bedienungs- und Sicherheitshinweise

FR BE

PODOMÈTRE

Instructions d'utilisation et consignes de sécurité

PL

LICZNIK KROKÓW Z RADIEM

Wskazówki dotyczące obsługi i bezpieczeństwa

SK

KROKOMER

Pokyny pre obsluhu a bezpečnostné pokyny

DK

SKRIDTTÆLLER

Brugs- og sikkerhedsanvisninger

GB IE

PEDOMETER

Operation and safety notes

NL BE

STAPPENTELLER

Bedienings- en veiligheidsinstructies

CZ

KROKOMĚR

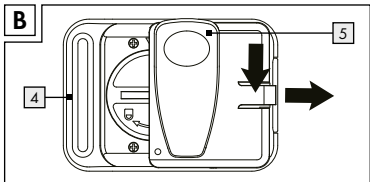
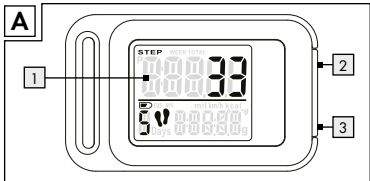
Pokyny pro obsluhu a bezpečnostní pokyny

ES

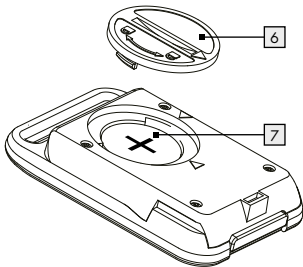
PODÓMETRO

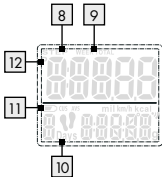
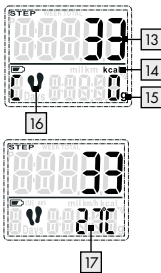
Instrucciones de utilización y de seguridad

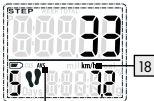
DE/AT/CH	Bedienungs- und Sicherheitshinweise	Seite	12
GB/IE	Operation and safety notes	Page	73
FR/BE	Instructions d'utilisation et consignes de sécurité	Page	129
NL/BE	Bedienings- en veiligheidsinstructies	Pagina	195
PL	Wskazówki dotyczące obsługi i bezpieczeństwa	Strona	254
CZ	Pokyny pro obsluhu a bezpečnostní pokyny	Strana	315
SK	Pokyny pre obsluhu a bezpečnostné pokyny	Strana	370
ES	Instrucciones de utilización y de seguridad	Página	428
DK	Brugs- og sikkerhedsanvisninger	Side	487



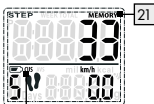
C



D**E**

F

19



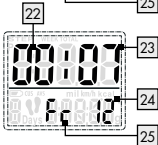
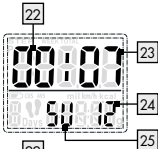
20

G

H



I



J**K**

L



Legende der verwendeten Piktogramme	Seite 15
Einleitung	Seite 16
Bestimmungsgemäße Verwendung.....	Seite 17
Teilebeschreibung	Seite 17
Technische Daten.....	Seite 19
Lieferumfang.....	Seite 21
Sicherheit	Seite 21
Allgemeine Sicherheitshinweise	Seite 24
Sicherheitshinweise für Batterien / Akkus	Seite 31

Vor der Inbetriebnahme	Seite 48
Batterie einlegen	Seite 48
Batterie auswechseln	Seite 50
Schrittzähler einrichten	Seite 51
Bedienung	Seite 55
Vortagesmodus und 7-Tage-Speicherung verwenden	Seite 59
Hintergrundbeleuchtung einschalten.....	Seite 60
Energiesparmodus verwenden.....	Seite 60
Produkt zurücksetzen	Seite 60
Einstellung der Uhrzeit ändern.....	Seite 61
Inbetriebnahme	Seite 62
Fehler beheben	Seite 63

Reinigung und Pflege	Seite 63
Wartung	Seite 64
Entsorgung	Seite 64
Garantie	Seite 68
Abwicklung im Garantiefall	Seite 70
Service.....	Seite 71

Legende der verwendeten Piktogramme



Gleichstrom / -spannung



Batterie enthalten (Knopfzelle)



Warnung: Lesen Sie die entsprechenden Sicherheitshinweise in der Bedienungsanleitung.



Das CE-Zeichen bestätigt die Konformität mit den für das Produkt zutreffenden EU-Richtlinien.

Schrittzähler

● Einleitung

Wir beglückwünschen Sie zum Kauf Ihres neuen Produkts. Sie haben sich damit für ein hochwertiges Produkt entschieden. Die Bedienungsanleitung ist Teil dieses Produkts. Sie enthält wichtige Hinweise für Sicherheit, Gebrauch und Entsorgung. Machen Sie sich vor der Benutzung des Produkts mit allen Bedien- und Sicherheitshinweisen vertraut. Benutzen Sie das Produkt nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Produkts an Dritte mit aus.

● Bestimmungsgemäße Verwendung

Das Produkt wurde als Schrittzähler für den privaten Gebrauch konzipiert und ist nicht geeignet für die Erfassung medizinischer Daten.

● Teilebeschreibung

Produkt:

- 1 LC-Display
- 2 MODE-Taste
- 3 SET-Taste
- 4 Antischockring
- 5 Gürtelclip
- 6 Batteriegehäuseabdeckung
- 7 Batteriegehäuse

LC- Display:

- 8 Schrittmodus
- 9 Wochenanzeige
- 10 Tages-Anzeige
- 11 Niedrige Batterieanzeige
- 12 PM-Symbol (12-Std.-Format)
- 13 Schrittzahl
- 14 Kalorienanzeige
- 15 Gramm-Symbol (Fettverbrennung)
- 16 Aktivitäts-Schrittzähler
- 17 Temperatur-Anzeige
- 18 km / m pro Stunde
- 19 durchschnittliche Geschwindigkeit
- 20 aktuelle Geschwindigkeit
- 21 7-Tage-Speicher


- 22 Stunden-Anzeige
- 23 Minuten-Anzeige
- 24 Sekunden-Anzeige
- 25 Wochentag-Anzeige

HINWEIS: Das LC-Display 1 des Produkts lässt sich nicht ausschalten. Der Stromverbrauch zum Betrieb des LC-Displays ist aber sehr gering und lässt sich mit dem einer Armbanduhr vergleichen.

● Technische Daten


Messmethode:	Sensor
Schrittanzeige:	0-99999 Schritte
Entfernungsanzeige:	0-9999 km
Kalorienanzeige:	0-99999 kcal

Einstellbares

Nutzergewicht:	30-220 kg (auf 1 kg genau einstellbar)
Voreinstellung:	50 kg
Körpergröße:	100-250 cm
Voreinstellung:	150 cm
Einstellbare Schrittlänge:	25-250 cm
Voreinstellung:	62-104 cm (entsprechend der Körpergröße)
Zeitformat:	12/24 Stunden
Batterie:	1 Batterie CR2032 (3 V  , Lithium)
Zulässiger Temperaturbereich:	0-50 °C

● **Lieferumfang**


1 Schrittzähler

1 Batterie CR2032 (3 V , Lithium)

1 Bedienungsanleitung



Sicherheit

 **WARNUNG!** Lesen Sie alle Sicherheitshinweise und Anweisungen. Versäumnisse bei der

Einhaltung der Sicherheitshinweise und Anweisungen können elektrischen Schlag, Brand und / oder schwere Verletzungen verursachen.

BEWAHREN SIE ALLE
SICHERHEITSHINWEISE
UND ANWEISUNGEN
FÜR DIE ZUKUNFT AUF!



Allgemeine Sicherheitshin- weise

- Dieses Produkt kann von Kindern ab 8 Jahren und darüber sowie von Personen mit verringerten physischen, sensorischen oder mentalen Fähig-

keiten oder Mangel an Erfahrung und Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Produkts unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstehen.

Kinder dürfen nicht mit dem Produkt spielen.
Reinigung und Benutzerwartung dürfen nicht von Kindern ohne Beaufsichtigung durchgeführt werden.

- Nehmen Sie das Produkt nicht in Betrieb, wenn es

beschädigt ist. Beschädigte Produkte bedeuten Lebensgefahr durch elektrischen Schlag!

- Setzen Sie das Produkt
 - keinen extremen Temperaturen,
 - keiner direkten Sonneneinstrahlung,

- keiner Feuchtigkeit /
keinem Regen aus.

Andernfalls droht eine
Beschädigung des
Produkts.

- Beachten Sie, dass Be-
schädigungen durch
unsachgemäße Hand-
habung, Nichtbeachtung

der Bedienungsanleitung oder Eingriff durch nicht autorisierte Personen von der Garantie ausgeschlossen sind.

- Nehmen Sie das Produkt keinesfalls auseinander. Durch unsachgemäße Reparaturen können

erhebliche Gefahren für den Benutzer entstehen. Lassen Sie Reparaturen nur von Fachkräften durchführen.

- Schützen Sie das Produkt vor Nässe und Feuchtigkeit. Tauchen Sie das

Produkt nicht in Wasser
oder andere Flüssigkeiten!



**Sicherheitshin-
weise für
Batterien /
Akkus**



WARNUNG!

AUSSERHALB

DER REICHWEITE VON KINDERN AUFBEWAHREN!

Das Verschlucken kann chemische Verbrennungen, Perforation von Weichteilgewebe und den Tod verursachen. Schwere Verbrennungen

können innerhalb von
2 Stunden nach dem
Verschlucken auftreten.
Sofort einen Arzt
aufsuchen.

Hinweise zu Knopfzellen-Batterien



WARNUNG!

Die Batterie nicht verschlucken, es besteht die Gefahr einer chemischen Verätzung.

- Dieses Produkt beinhaltet eine Knopfzellen-Batterie. Wird eine

Knopfzellen-Batterie
heruntergeschluckt,
kann sie innerhalb
2 Stunden ernsthafte
innere Verätzungen
verursachen, die zum
Tode führen können.

- Halten Sie neue und gebrauchte Batterien von Kindern fern.
- Wenn das Batteriefach nicht sicher schließt, benutzen Sie das Produkt nicht mehr und halten Sie es von Kindern fern.

- Wenn Sie vermuten, Batterien könnten verschluckt oder in irgendeinen Teil des Körpers gelangt sein, suchen Sie unverzüglich medizinische Hilfe.



**EXPLOSIONS-
GEFAHR!**

Laden Sie nicht aufladbare Batterien niemals wieder auf. Schließen Sie Batterien / Akkus nicht kurz und / oder öffnen Sie diese nicht. Überhitzung, Brandgefahr oder Platzen können die Folge sein.

- Werfen Sie Batterien / Akkus niemals in Feuer oder Wasser.
- Setzen Sie Batterien / Akkus keiner mechanischen Belastung aus.

Risiko des Auslaufens von Batterien / Akkus

- Vermeiden Sie extreme Bedingungen und Temperaturen, die auf Batterien / Akkus einwirken können, z. B. auf Heizkörpern / direkte Sonneneinstrahlung.

- Wenn Batterien / Akkus ausgelaufen sind, vermeiden Sie den Kontakt von Haut, Augen und Schleimhäuten mit den Chemikalien! Spülen Sie die betroffenen Stellen sofort mit klarem

Wasser und suchen Sie einen Arzt auf!



**SCHUTZ-
HAND-**

SCHUHE TRAGEN!

Ausgelaufene oder be-
schädigte Batterien /
Akkus können bei Be-
rührung mit der Haut

Verätzungen verursachen. Tragen Sie deshalb in diesem Fall geeignete Schutzhandschuhe.

- Im Falle eines Auslaufens der Batterien / Akkus entfernen Sie diese sofort aus dem Produkt,

um Beschädigungen zu vermeiden.

- Verwenden Sie nur Batterien / Akkus des gleichen Typs. Mischen Sie nicht alte Batterien / Akkus mit neuen!
- Entfernen Sie die Batterien / Akkus, wenn das

Produkt längere Zeit
nicht verwendet wird.

Risiko der Beschädigung des Produkts

- Verwenden Sie ausschließlich den angegebenen Batterietyp / Akkutyp!

- Setzen Sie Batterien / Akkus gemäß der Polaritätskennzeichnung (+) und (-) an Batterie / Akku und des Produkts ein.
- Reinigen Sie Kontakte an Batterie / Akku und im Batteriefach vor

dem Einlegen mit einem trockenen, fussel­freien Tuch oder Wattestäbchen!

- Entfernen Sie erschöpfte Batterien / Akkus umgehend aus dem Produkt.

● **Vor der Inbetriebnahme**

- Entfernen Sie vor dem ersten Gebrauch die Schutzfolie vom LC-Display **1**.
- Entfernen Sie den Gürtelclip **5**, indem Sie den Verschluss nach oben drücken und den Gürtelclip zur Seite schieben (Abb. B).

● **Batterie einlegen (siehe Abb. C)**


- Legen Sie vor dem ersten Gebrauch die mitgelieferte Batterie ein.

! **VORSICHT!** Verwenden Sie nur die im Kapitel „Technische Daten“ angegebenen

Batterietypen. Eine Nichtbeachtung kann zu Schäden am Produkt führen.

- Öffnen Sie das Batteriegehäuse **7** mit einer Münze, indem Sie mit dieser die Batteriegehäuseabdeckung **6** gegen den Uhrzeigersinn drehen.
- Achten Sie darauf, dass Sie die Batterie korrekt in das Batteriegehäuse **7** einlegen (Polarität). Die Polarität ist im Batteriegehäuse **7** dargestellt.
- Drehen Sie die Batteriegehäuseabdeckung **6** mit der Münze im Uhrzeigersinn, um sie zu schließen.

● Batterie auswechseln

 **VORSICHT!** Beachten Sie die folgenden Hinweise, um mechanische und elektrische Schäden zu vermeiden.

- Wenn die Batterie nicht mehr einwandfrei funktioniert, entfernen und ersetzen Sie sie wie im Kapitel „Batterie einlegen“ beschrieben.

Hinweis: Wenn die Batterie entfernt ist, werden nach etwa 20 Sekunden alle Daten gelöscht.

Hinweis: Nachdem alle Informationen gelöscht wurden, führt das Produkt einen kurzen Displaycheck durch. Alle Anzeigetexte des Displays

erscheinen für ca. 1 Sekunde. Das Produkt schaltet dann in den Einstellmodus.

Ihr Produkt ist nun bereit zum Einrichten.

● **Schrittzähler einrichten**

Das LC-Display **1** zeigt Wörter und Abkürzungen in englischer Sprache an. Die folgenden Anzeigen erscheinen während der Ersteinrichtung. Hier müssen Sie zunächst einige persönliche Daten eingeben, bevor Sie das Produkt verwenden können.

- Drücken Sie mehrmals die MODE-Taste **2**, um zwischen den verschiedenen Einstellungen zu wechseln.
- Drücken Sie die SET-Taste **3**, um die von Ihnen gewünschte Einstellung zu bestätigen.

- Unit = Stellen Sie die Entfernungseinheit (km/Meile) ein (Abb. G).
Hinweis: Wenn Sie sich entscheiden, die Entfernungseinheit in „KM“ einzustellen, wird die Gewichtseinheit im „kg“-Format und die Längeneinheit im „cm“-Format angegeben. Wenn Sie sich für die Verwendung von „Miles“ (Meilen) entscheiden, so wird das Gewicht im „lb“-Format und die Länge in „Zoll“ angegeben.
- Time = Stellen Sie das Zeitformat (24h/12h) ein (Abb. H).
- Stellen Sie die Stunden ein (Abb. I).
- Stellen Sie die Minuten ein (Abb. I).
- Stellen Sie die Sekunden ein (Abb. I).

- Stellen Sie den Wochentag 25 ein (Abb. I).
MO = Montag
TU = Dienstag
WE = Mittwoch
TH = Donnerstag
FR = Freitag
SA = Samstag
SU = Sonntag
- Weight: Geben Sie Ihr Gewicht („WEI“) =
Körpergewicht (30-220 kg) ein (Abb. J).
- Height: Geben Sie Ihre Körpergröße =
 („HEI“) (100-250 cm) ein (Abb. K).
- Step-length: Geben Sie Ihre Schrittlänge =
 („STP-L“) ein (25-250 cm) (Abb. L).

Hinweis: Achten Sie bei der Eingabe Ihres Gewichts darauf, zusätzliches Gewicht, wie z. B. Ihre Kleidung oder Ihren Rucksack, zu berücksichtigen.

Hinweis: Das Produkt zeigt eine durchschnittliche Schrittlänge an, die über Ihre Eingabe der Körpergröße ermittelt wird. Für genauere Messungen können Sie Ihre persönliche Schrittlänge ermitteln und manuell ändern. Messen Sie eine kurze Strecke von 10 Metern und zählen Sie die für diese Strecke erforderlichen Schritte. Dividieren Sie die Distanz durch die Anzahl der Schritte und Sie erhalten Ihre Schrittlänge.

- Bestätigen Sie Ihre Auswahl durch erneutes Drücken der SET-Taste **3**.

● **Bedienung**

- Drücken Sie mehrmals die MODE-Taste **2**, um durch die verschiedenen Modi (Zeitanzeige, STEP (Schritte) sowie die Speicherdaten der letzten 7 Tage) zu blättern:

Zeit-Modus

Die aktuelle Uhrzeit und der Wochentag werden auf dem LC-Display **1** angezeigt.

Schritt-Modus

Die Anzahl der an dem betreffenden Tag gemessenen Schritte sowie die Dauer der Aktivität werden angezeigt.

Hinweis: Das Produkt arbeitet mit einem 10-Schritt-Filter, um eine höhere Genauigkeit zu gewährleisten.

Das bedeutet, dass der Sensor erst nach 10 am Stück gelaufenen Schritten mit der Aufzeichnung der Benutzerdaten, Geschwindigkeit und Distanzberechnung beginnt. Die Schrittzahl wird folglich erst ab 10 Schritten angezeigt.

- Durch mehrmaliges Drücken der SET-Taste 3 können Aktivitätsdauer, zurückgelegte Distanz, verbrauchte Kalorien, Fettverbrennung, aktuelle

Geschwindigkeit, Durchschnittsgeschwindigkeit und Temperatur im STEP-Modus durchgeschaltet werden (s. Abb. E-F).

Dauer der Aktivität

Es wird die Aktivitätsdauer (Zeit = „T“) des Produkts an dem entsprechenden Tag angezeigt.

Entfernung

Es wird die an einem bestimmten Tag zurückgelegte Entfernung (Entfernung = „D“) in km angezeigt.

Kalorienverbrauch und Fettverbrennung

Die an einem bestimmten Tag verbrauchten Kalorien (Kalorie = „C“) und das an einem

bestimmten Tag verbrannte Fett (Fettverbrennung = „F“) werden in g angezeigt.

Hinweis: Die Angabe der verbrauchten Kalorien ist nur eine ungefähre Angabe.

Geschwindigkeit

Die an einem bestimmten Tag erreichte Geschwindigkeit = „S“ wird in km/h angezeigt.

Temperatur

Die aktuelle Temperatur wird angezeigt.

● **Vortagesmodus und 7-Tage-Speicherung verwenden**

- Drücken Sie zweimal die MODE-Taste **2**, um in diesen Modus zu gelangen. Die Anzahl der Schritte, der Trainingstimer, die zurückgelegte Strecke, der Kalorienzähler, die Fettverbrennungswerte und die Durchschnittsgeschwindigkeit pro Tag werden automatisch vom Produkt gespeichert. Die Werte werden jeden Tag um 0:00 Uhr zurückgesetzt.
- Drücken Sie mehrmals auf die SET-Taste **3**, um durch die gespeicherten Daten der letzten 7 Tage sowie durch die Gesamtdistanz ODO (Kilometerzähler) zu blättern.

● Hintergrundbeleuchtung einschalten

- Drücken Sie die MODE-Taste **2** für ca. 3 Sekunden. Die Hintergrundbeleuchtung schaltet sich für ca. 3 Sekunden ein.

● Energiesparmodus verwenden

Wird das Produkt ca. 3 Minuten lang nicht benutzt, schaltet es automatisch in den Energiesparmodus. Das LC-Display **1** zeigt lediglich die Uhrzeit an.

● Produkt zurücksetzen

Um die persönlichen Einstellungen zu ändern, müssen Sie das Produkt vollständig zurücksetzen.

- Halten Sie dazu die MODE-Taste **2** und die SET-Taste **3** gleichzeitig für ca. 3 Sekunden gedrückt. Alle gespeicherten Daten werden gelöscht. Danach schaltet das Produkt wieder in den Einstellmodus zurück.

Hinweis: Diese Funktion steht Ihnen erst nach der Eingabe Ihrer persönlichen Daten und anschließendem Drücken der SET-Taste **3** zur Verfügung.

● **Einstellung der Uhrzeit ändern**

Sie können die Uhrzeit ändern, ohne die gespeicherten Trainingsdaten zu löschen.

- Halten Sie hierzu im Zeitmodus die SET-Taste **3** gedrückt, bis die Anzeige TIME auf dem LC-Display **1** erscheint.

Hinweis: Sie müssen die Uhrzeit und den Wochentag nach dem Batteriewechsel erneut einstellen.

● Inbetriebnahme

- Befestigen Sie das Produkt mit dem Gürtelclip **5** oder stecken Sie es in eine Ihrer vorderen Hosentaschen. Das Produkt muss eng am Körper anliegen, damit die Daten genau gemessen werden können.

● Fehler beheben

Das Produkt enthält elektronische Bauteile. Daher kann es, wenn es sich in der Nähe von Geräten befindet, die Radiosignale aussenden, Störungen auslösen.

Treten Fehlanzeigen im Display auf, entfernen Sie solche Geräte aus der Umgebung des Produkts. Entfernen Sie bei solchen Funktionsstörungen kurzzeitig die Batterie und setzen Sie sie erneut ein.

● Reinigung und Pflege

- Verwenden Sie in keinem Fall Flüssigkeiten und scharfe Reinigungsmittel, da diese das Produkt beschädigen.

- Reinigen Sie das Produkt nur äußerlich mit einem weichen, trockenen und fusselfreien Tuch.

● Wartung

- Wenn Sie das Produkt längere Zeit nicht verwenden, entfernen Sie die Batterien aus dem Produkt, wie im Kapitel "Batterie wechseln" beschrieben.

● Entsorgung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die Sie über die örtlichen Recyclingstellen entsorgen können.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung: 1-7: Kunststoffe / 20-22: Papier und Pappe / 80-98: Verbundstoffe.



Das Produkt und die Verpackungsmaterialien sind recycelbar, entsorgen Sie diese getrennt für eine bessere Abfallbehandlung. Das Triman-Logo gilt nur für Frankreich.



Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.



Werfen Sie Ihr Produkt, wenn es ausgedient hat, im Interesse des Umweltschutzes nicht in den Hausmüll, sondern führen Sie es einer fachgerechten Entsorgung zu. Über Sammelstellen und deren Öffnungszeiten können Sie sich bei Ihrer zuständigen Verwaltung informieren.

Defekte oder verbrauchte Batterien müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EG und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien und/oder

das Produkt über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!

Batterien dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien bei einer kommunalen Sammelstelle ab.

● **Garantie**

Das Produkt wurde nach strengen Qualitätsrichtlinien sorgfältig produziert und vor Anlieferung gewissenhaft geprüft. Im Falle von Mängeln dieses Produkts stehen Ihnen gegen den Verkäufer des Produkts gesetzliche Rechte zu. Diese gesetzlichen Rechte werden durch unsere im Folgenden dargestellte Garantie nicht eingeschränkt.

Sie erhalten auf dieses Produkt 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum. Die Garantiefrist beginnt mit dem Kaufdatum. Bitte bewahren Sie den Original-Kassenbon gut auf. Diese Unterlage wird als Nachweis für den Kauf benötigt.

Tritt innerhalb von 3 Jahren ab dem Kaufdatum dieses Produkts ein Material- oder Fabrikationsfehler auf, wird das Produkt von uns – nach unserer Wahl – für Sie kostenlos repariert oder ersetzt. Diese Garantie verfällt, wenn das Produkt beschädigt, nicht sachgemäß benutzt oder gewartet wurde.

Die Garantieleistung gilt für Material- oder Fabrikationsfehler. Diese Garantie erstreckt sich nicht auf Produktteile, die normaler Abnutzung ausgesetzt sind (z. B. Batterien) und daher als Verschleißteile angesehen werden können oder Beschädigungen an zerbrechlichen Teilen, z. B. Schalter, Akkus oder die aus Glas gefertigt sind.

● **Abwicklung im Garantiefall**

Um eine schnelle Bearbeitung Ihres Anliegens zu gewährleisten, folgen Sie bitte den folgenden Hinweisen:

Bitte halten Sie für alle Anfragen den Kassenbon und die Artikelnummer (z. B. IAN 123456_7890) als Nachweis für den Kauf bereit.

Die Artikelnummer entnehmen Sie bitte dem Typenschild, einer Gravur, auf dem Titelblatt Ihrer Bedienungsanleitung (unten links) oder als Aufkleber auf der Rück- oder Unterseite des Produkts. Sollten Funktionsfehler oder sonstige Mängel auftreten, kontaktieren Sie zunächst die nachfolgend

benannte Serviceabteilung telefonisch oder per E-Mail.

Ein als defekt erfasstes Produkt können Sie dann unter Beifügung des Kaufbelegs (Kassenbon) und der Angabe, worin der Mangel besteht und wann er aufgetreten ist, für Sie portofrei an die Ihnen mitgeteilte Service-Anschrift übersenden.

● Service

DE Service Deutschland

Tel.: 0800 5435 111

E-Mail: owim@lidl.de

AT Service Österreich

Tel.: 0800 292726

E-Mail: owim@lidl.at

CH Service Schweiz

Tel.: 0800562153

E-Mail: owim@lidl.ch



List of pictograms used.... Page 76

Introduction Page 77

Intended use..... Page 78

Parts description..... Page 78

Technical data..... Page 80

Scope of delivery Page 82

Safety Page 82

General safety instructions Page 84

Safety instructions for batteries /
rechargeable batteries Page 91

Before initial use	Page 107
Inserting the battery	Page 107
Replacing the battery.....	Page 108
Setting up the pedometer	Page 110
Operation	Page 113
Using previous-day mode and 7-day storage.....	Page 117
Activating the backlight	Page 118
Using energy saving mode	Page 118
Resetting the product	Page 118
Changing the time settings	Page 119
Initial use	Page 120
Troubleshooting.....	Page 120

Cleaning and care	Page 121
Maintenance	Page 121
Disposal	Page 122
Warranty	Page 125
Warranty claim procedure.....	Page 126
Service	Page 128

List of pictograms used



Direct current / voltage



Battery included (button cell)



Warning: Read the related safety instructions in the user manual



CE mark indicates conformity with relevant EU directives applicable for this product.

Pedometer

● Introduction

We congratulate you on the purchase of your new product. You have chosen a high quality product. The instructions for use are part of the product. They contain important information concerning safety, use and disposal. Before using the product, please familiarise yourself with all of the safety information and instructions for use. Only use the product as described and for the specified applications. If you pass the product on to anyone else, please ensure that you also pass on all the documentation with it.

● Intended use

This product was designed for private use as a pedometer and is not suitable for recording medical data.

● Parts description

Product:

- 1 LC display
- 2 MODE button
- 3 SET button
- 4 Anti-shock ring
- 5 Belt clip
- 6 Battery compartment cover
- 7 Battery compartment

LC display:


- 8 Step mode
- 9 Week display
- 10 Day display
- 11 Low battery indicator
- 12 PM symbol (12-hour format)
- 13 Number of steps
- 14 Calorie display
- 15 Gram symbol (fat burning)
- 16 Activity monitor
- 17 Temperature display
- 18 km / m per hour
- 19 Average speed
- 20 Current speed
- 21 7-day storage

- 22 Hour display
- 23 Minute display
- 24 Second display
- 25 Day of the week display

NOTE: The LC display **1** of the product cannot be switched off. However, the power consumption required to operate the LCD is very low and comparable to that of a wristwatch.

● Technical data

Measuring method:	sensor
Step display:	0-99999 steps
Distance display:	0-9999 km
Calorie display:	0-99999 kcal

Adjustable user weight:	30-220 kg (can be set to 1 kg accuracy)
Default:	50 kg
Body height:	100-250 cm
Default:	150 cm
Adjustable step length:	25-250 cm
Default:	62-104 cm (according to height)
Time unit:	12 / 24 hr
Battery:	1 battery CR2032 (3 V  , Lithium)
Permissible temperature range:	0-50 °C

● Scope of delivery

1 Pedometer

1 Battery CR2032 (3 V \equiv , Lithium)

1 Set of operating instructions



Safety

⚠ WARNING! Please read all the safety information and instructions.

Failure to observe the safety information and instructions can result in electric shock, fire and/or serious injury.

**PLEASE KEEP ALL
SAFETY INSTRUCTIONS
AND INSTRUCTIONS**

FOR USE FOR FUTURE REFERENCE!



General safety instructions

- This product can be used by children aged from 8 years and above and persons with reduced

physical, sensory or mental capabilities or lack of experience and knowledge if they have been given supervision or instruction concerning use of the product in a safe way and understand the hazards

involved. Children shall not play with the product. Cleaning and user maintenance shall not be made by children without supervision.

- Do not use the product if damaged. Damaged products represent a

danger of death from
electric shock!

- Do expose the product to
 - extreme temperatures,
 - to direct sunlight,
 - humidity / rain.

Otherwise it may be
damaged.

- Please note that the guarantee does not cover damage caused by incorrect handling, non-compliance with the operating instructions or interference with the product by unauthorised individuals.

- Never disassemble the product. Improper repairs may result in considerable danger for the user. Always have repairs performed by a professional.

- Keep the product dry.
Never immerse the product in water or other liquids.



Safety instructions for batteries / rechargeable batteries



⚠ WARNING!
KEEP OUT OF

**THE REACH OF
CHILDREN!**

Swallowing batteries can cause chemical burns, perforation of soft tissue, and death. Severe burns may occur within 2 hours of swallowing batteries. Seek immediate medical attention.

Notes for coin / button cell batteries



Do not ingest the battery,
chemical burn hazard.

- This product contains a
coin / button cell battery.
If a coin / button cell
battery is swallowed, it

can cause severe internal burns in just 2 hours and can lead to death.

- Keep new and used batteries away from children.
- If the battery compartment does not close securely, stop using the

product and keep it away from children.

- If you think batteries might have been swallowed or placed inside any part of the body, seek immediate medical attention.



DANGER OF EXPLOSION!

Never recharge non-rechargeable batteries. Do not short-circuit batteries / rechargeable batteries and / or open them. Overheating, fire

or bursting can be the result.

- Never throw batteries / rechargeable batteries into fire or water.
- Do not exert mechanical loads to batteries / rechargeable batteries.

Risk of leakage of batteries / rechargeable batteries

- Avoid extreme environmental conditions and temperatures, which could affect batteries / rechargeable batteries,

e.g. radiators / direct sunlight.

- If batteries / rechargeable batteries have leaked, avoid contact with skin, eyes and mucous membranes with the chemicals! Flush immediately the affected

areas with fresh water and seek medical attention!



WEAR PROTECTIVE GLOVES!

Leaked or damaged batteries / rechargeable batteries can cause burns on contact

with the skin. Wear suitable protective gloves at all times if such an event occurs.

- In the event of a leakage of batteries / rechargeable batteries, immediately remove

them from the product to prevent damage.

- Only use the same type of batteries / rechargeable batteries. Do not mix used and new batteries / rechargeable batteries.

- Remove batteries / rechargeable batteries if the product will not be used for a longer period.

Risk of damage of the product

- Only use the specified type of battery / rechargeable battery!
- Insert batteries / rechargeable batteries according to polarity marks (+) and (-) on

the battery / rechargeable battery and the product.

- Use a dry lint-free cloth or cotton swab to clean the contacts on the battery / rechargeable battery and in the battery

compartment before inserting!

- Remove exhausted batteries / rechargeable batteries from the product immediately.

● **Before initial use**


- Remove the protective film from the LC display **1** before you use the product for the first time.
- Remove the belt clip **5** by pressing the fastener upwards and pushing the belt clip to the side (Fig. B).

● **Inserting the battery** (see Fig. C)

- Insert the battery provided before the first use.
- ⚠ CAUTION!** Only use battery types specified in the chapter „Technical data“. Failure to observe this instruction may damage the product.

- Open the battery compartment **7** by using a coin to turn the battery compartment cover **6** anticlockwise.
- Make sure that you insert the battery correctly into the battery compartment **7** (polarity). The polarity is shown in the battery compartment **7**.
- Use the coin to turn the battery compartment cover **6** clockwise in order to close it.

● Replacing the battery

-  **CAUTION!** Observe the following instructions in order to avoid mechanical and electrical damages.

- If the battery is no longer functioning properly, remove and replace it as described in the chapter „Inserting the battery“.

Note: When the battery has been removed, all information will be deleted after approx. 20 seconds.

Note: The product will perform a brief display check after all information deleted. All displays will be shown for approx. 1 second. The product then switches into the set-up mode.
Your product is now ready to be configured.

● Setting up the pedometer

The LC display **1** shows words and abbreviations in English. The following symbols appear during initial setup. You must first enter your personal data before you can use the product.

- Press the MODE button **2** repeatedly to switch between the different settings.
- Press the SET button **3** to confirm your chosen setting.
- Unit = Set the unit of distance (km / mile) (Fig. G).

Note: If you decide to set the unit of distance to „KM“, the weight unit will be given in „kg“ and the length unit in „cm“. If you

choose to use „miles“, the weight will be given in „lb“ and the length in „inches“.

- Time = Set the time format (24h/12h) (Fig. H).
- Set the hours (Fig. I).
- Set the minutes (Fig. I).
- Set the seconds (Fig. I).
- Set the day of the week (Fig. I).

MO = Monday

TU = Tuesday

WE = Wednesday

TH = Thursday

FR = Friday

SA = Saturday

SU = Sunday

- Weight: Enter your weight („WEI“) = Body weight (30-220 kg) (Fig. J).
- Height: Enter your height = („HEI“) (100-250 cm) (Fig. K).
- Step-length: Enter your step length = („STP-L“) (25-250 cm) (Fig. L).

Note: When entering your weight, make sure to account for additional weight e.g. your clothes or your rucksack.

Note: The product shows an average step length which is calculated based on the height that you entered. For more exact measurements, you can determine your personal step length and manually change it. Measure a short distance of 10 metres and


count the steps needed to cover this distance. Divide the distance by the number of steps and you will get your step length.

- Confirm your choice by pressing the SET button **3** again.

● Operation

- Press the MODE button **2** repeatedly to browse through the different modes (time display, STEP and storage data from the last 7 days):

Time mode

The current time and the day of the week are shown in the LC display .

Step mode

The number of steps measured on the respective day as well as the duration of the activity will be displayed.

Note: The product works with a 10-step filter to guarantee greater accuracy.

This means that the sensor only starts recording the user data, speed and distance calculation after 10 steps have been taken in a row. The step total will therefore only be shown after 10 steps.

- By repeatedly pressing the SET button **3**, you can scroll through the activity duration, distance covered, calories burned, fat burning, current speed, average speed and temperature in STEP mode (see Fig. E-F).

Activity duration

The activity duration (Time = „T“) of the product on the respective day is shown.

Distance

The distance covered (distance = „D“) on a specific day is shown in km.

Calories burned and fat burning

The calories burned (calorie = „C“) and the fat burned (fat burning = „F“) on a specific day are shown in g.

Note: The stated number of calories burned is only an approximate number.

Speed

The speed = „S“ reached on a specific day is shown in km/h.

Temperature

The current temperature is shown.

● Using previous-day mode and 7-day storage

- Press the MODE button **2** twice to enter this mode. The number of steps, the training timer, the distance covered, the calorie counter, the fat burning value and the average speed per day will be automatically saved by the product. The values will be reset every day at 00:00 o'clock.
- Press the SET button **3** repeatedly to scroll through the saved data from the last 7 days or through the total distance ODO (kilometre counter).

● **Activating the backlight**

- Press the MODE button **2** for approx. 3 seconds. The backlight turns on for approx. 3 seconds.

● **Using energy saving mode**

If the product is not used for approx. 3 minutes, it automatically switches to energy saving mode. The LC-display **1** only indicates the time.

● **Resetting the product**

To change the personal settings, the product must be completely reset.

- To do this, hold down the MODE button **2** and the SET button **3** at the same time for

approx. 3 seconds. All stored data will be deleted. The product will then return to setup mode.

Note: This function is only available once you have entered your personal data and then pressed the SET button **3**.

● **Changing the time settings**

You can change the time without deleting any saved training data.

- To do this, hold down the SET button **3** whilst in time mode until TIME appears in the LC display **1**.

Note: You must re-enter the time and day of the week after changing the battery.

● **Initial use**

- Attach the product using the belt clip **5** or put it in one of your front trouser pockets. The product must fit close to the body so that the data can be measured accurately.

● **Troubleshooting**

The product contains electronic components. Therefore, interference may occur when it is near devices, which transmit radio signals. If error messages appear in the display, remove these devices from the proximity of the product. In the event of such malfunctions, remove the batteries briefly and reinsert them.

● **Cleaning and care**

- Never use liquids or abrasive cleaning agents as they could damage the product.
- Only the exterior of the product should be cleaned with a soft, dry and lint-free cloth.

● **Maintenance**

- At longer time the product is not used, take out the battery and change it as described in the chapter "Replacing the battery"

● Disposal

The packaging is made entirely of recyclable materials, which you may dispose of at local recycling facilities.



Observe the marking of the packaging materials for waste separation, which are marked with abbreviations (a) and numbers (b) with following meaning: 1-7: plastics / 20-22: paper and fibreboard / 80-98: composite materials.



The product and packaging materials are recyclable, dispose of it separately for better waste treatment. The Triman logo is valid in France only.



Contact your local refuse disposal authority for more details of how to dispose of your worn-out product.



To help protect the environment, please dispose of the product properly when it has reached the end of its useful life and not in the household waste. Information on collection points and their opening hours can be obtained from your local authority.

Faulty or used batteries must be recycled in accordance with Directive 2006 / 66 / EC and its amendments. Return batteries and / or the product to the provided recycling facilities.



**Improper disposal of batteries
can harm the environment!**

Never dispose of batteries in your household waste. They may contain toxic heavy metals and are subject to hazardous waste regulations. The chemical symbols of the heavy metals are: Cd = cadmium, Hg = mercury, Pb = lead. Therefore, dispose of used batteries through your municipal collection site.

● Warranty

The product has been manufactured to strict quality guidelines and meticulously examined before delivery. In the event of product defects you have legal rights against the retailer of this product. Your legal rights are not limited in any way by our warranty detailed below.

The warranty for this product is 3 years from the date of purchase. The warranty period begins on the date of purchase. Please keep the original sales receipt in a safe location. This document is required as your proof of purchase.

Should this product show any fault in materials or manufacture within 3 years from the date of

purchase, we will repair or replace it – at our choice – free of charge to you. This warranty becomes void if the product has been damaged, or used or maintained improperly.

The warranty applies to defects in material or manufacture. This warranty does not cover product parts subject to normal wear, thus possibly considered consumables (e.g. batteries) or for damage to fragile parts, e.g. switches, rechargeable batteries or glass parts.

● **Warranty claim procedure**

To ensure quick processing of your case, please observe the following instructions:

Please have the till receipt and the item number (e.g. IAN 123456_7890) available as proof of purchase.

You will find the item number on the rating plate, an engraving on the front page of the instructions for use (bottom left), or as a sticker on the rear or bottom of the product.

If functional or other defects occur, please contact the service department listed either by telephone or by e-mail.

You can return a defective product to us free of charge to the service address that will be provided to you. Ensure that you enclose the proof of purchase (till receipt) and information about what the defect is and when it occurred.

● Service

GB

Service Great Britain

Tel.: 08000569216

E-Mail: owim@lidl.co.uk

IE

Service Ireland

Tel.: 1800 200736

E-Mail: owim@lidl.ie



Légende des pictogrammes utilisés	Page 132
Introduction	Page 133
Utilisation conforme	Page 134
Descriptif des pièces	Page 134
Caractéristiques techniques.....	Page 136
Contenu de la livraison.....	Page 138
Sécurité	Page 138
Consignes de sécurité générales	Page 141
Consignes de sécurité relatives aux piles / aux piles rechargeables...	Page 148
Avant la mise en service	Page 165

Insertion de la pile	Page 165
Remplacement de la pile.....	Page 167
Installation du podomètre	Page 168

Utilisation	Page 172
Utiliser le mode jour précédent et sauvegarde 7 jours.....	Page 175
Régler le rétroéclairage.....	Page 176
Utiliser le mode d'économie d'énergie	Page 177
Réinitialisation du produit.....	Page 177
Modifier le réglage de l'heure.....	Page 178

Mise en service	Page 179
Dépannage	Page 179

Nettoyage et entretien	Page 180
------------------------------------	----------

MaintenancePage 180

Mise au rebutPage 181

GarantiePage 185

Faire valoir sa garantie.....Page 192

Service après-vente.....Page 193

Légende des pictogrammes utilisés



Courant continu / Tension continue



Pile fournie (pile bouton)



Attention : lisez les consignes de sécurité correspondantes du mode d'emploi.



La marque CE indique la conformité aux directives européennes applicables à ce produit.

Podomètre

● Introduction

Nous vous félicitons pour l'achat de votre nouveau produit. Vous avez opté pour un produit de grande qualité. Le mode d'emploi fait partie intégrante de ce produit. Il contient des indications importantes pour la sécurité, l'utilisation et la mise au rebut. Veuillez lire consciencieusement toutes les indications d'utilisation et de sécurité du produit. Ce produit doit uniquement être utilisé conformément aux instructions et dans les domaines d'application spécifiés. Lors d'une cession à tiers, veuillez également remettre tous les documents.

● Utilisation conforme

Le produit a été conçu comme un podomètre destiné à un usage privé, et ne convient pas à la collecte de données médicales.

● Descriptif des pièces

Produit :

- 1 Écran LCD
- 2 Touche MODE
- 3 Touche SET
- 4 Anneau anti-choc
- 5 Clip ceinture
- 6 Couvercle du compartiment à pile
- 7 Compartiment à pile

Écran à cristaux liquides :

- 8 Mode Pas
- 9 Affichage de la semaine
- 10 Affichage du jour
- 11 Niveau de pile faible
- 12 Symbole PM (format 12 heures)
- 13 Nombre de pas
- 14 Affichage des calories
- 15 Symbole Gramme (combustion des graisses)
- 16 Podomètre d'activité
- 17 Affichage de la température
- 18 km / m par heure
- 19 Vitesse moyenne
- 20 Vitesse actuelle
- 21 Mémoire de 7 jours

- 22 Affichage des heures
- 23 Affichage des minutes
- 24 Affichage des secondes
- 25 Affichage du jour de la semaine


REMARQUE : il n'est pas possible d'éteindre l'écran LCD **1** du produit. Cependant, la consommation en électricité relative au fonctionnement de l'écran à cristaux liquides est très faible, et comparable à une montre normale.

● **Caractéristiques techniques**

Méthode de mesure : capteur

Affichage des pas : 0 à 99999 pas


Affichage de la distance : 0 à 9999 km

Affichage des calories :	0 à 99999 kcal
Poids utilisateur réglable :	30-220 kg (réglable au 1 kg près)
Pré-réglage :	50 kg
Taille :	100-250 cm
Pré-réglage :	150 cm
Longueur des pas réglable :	25-250 cm
Pré-réglage :	62-104 cm (corres- pondant à la taille corporelle)
Format horaire :	12/24 heures
Pile :	1 pile CR2032 (3 V  , lithium)

Plage de température
admissible : 0 à 50°C

● Contenu de la livraison

1 podomètre

1 pile CR2032 (3 V , lithium)

1 mode d'emploi



Sécurité



AVERTISSEMENT !

Lisez toutes les consignes

de sécurité et instructions.
Tout manquement aux
consignes de sécurité
et aux instructions peut
provoquer une électrocution,
un incendie et / ou
de graves blessures.

CONSERVEZ TOUTES
LES CONSIGNES DE
SÉCURITÉ ET INSTRUC-
TIONS POUR POUVOIR
LES CONSULTER ULTÉ-
RIEUREMENT !



Consignes de sécurité générales

- Ce produit peut être utilisé par des enfants âgés de 8 ans et plus ainsi que par des personnes ayant des capacités physiques, sensorielles ou mentales

réduites ou manquant d'expérience ou de connaissances, à la condition qu'ils soient surveillés ou qu'ils aient été informés de l'utilisation sûre du produit et qu'ils comprennent les risques qui en résultent.

Les enfants ne doivent pas jouer avec le produit. Le nettoyage et l'entretien ne doivent pas être effectués par des enfants laissés sans surveillance.

- Ne pas faire fonctionner le produit s'il est endommagé. Les produits

endommagés impliquent
un danger de mort par
électrocution !

- N'exposez pas le produit
 - à des températures extrêmes,
 - aux rayons directs du soleil,

- à l'humidité / à la pluie.

Risque d'endommagement du produit dans le cas contraire.

- Veuillez noter que les endommagements résultant d'une manipulation incorrecte, du non respect

du mode d'emploi ou de l'intervention sur le produit de personnes non autorisées, ne sont pas couverts par la garantie.

- Ne démontez en aucun cas le produit. Toute réparation incorrecte peut exposer l'utilisateur à des

dangers et à des risques importants. Ne confiez les réparations qu'à des personnes qualifiées.

- Protégez le produit de l'humidité et de l'eau. Ne pas immerger le produit dans de l'eau ou d'autres liquides !



Consignes de sécurité relatives aux piles / aux piles rechargeables



AVERTISSEMENT !

TENIR HORS DE PORTÉE DES EN- FANTS !

L'ingestion des piles peut provoquer des brûlures chimiques, une perforation du tissu mou et entraîner la mort. Des brûlures graves peuvent survenir dans

les 2 heures suivant
l'ingestion. Consulter
immédiatement un
médecin.

Indications concernant les piles boutons



AVERTISSEMENT !

Ne pas avaler la pile, il

existe un risque de brûlure chimique.

- Ce produit contient une pile bouton. Si une pile bouton est avalée, elle peut provoquer en 2 heures de sérieuses brûlures internes

susceptibles d'être mortelles.

- Tenez les piles nouvelles et usagées hors de portée des enfants.
- Si le compartiment à pile ne se ferme pas de manière sûre, n'utilisez plus le produit et

gardez-le hors de portée des enfants.

- Si vous pensez que des piles ont pu être avalées ou insérées dans une partie du corps, contactez immédiatement des secours médicaux.



RISQUE D'EXPLOSION !

Ne rechargez jamais des piles non rechargeables. Ne court-circuitiez pas les piles / piles rechargeables et / ou ne les ouvrez pas !
Autrement, vous risquez

de provoquer une surchauffe, un incendie ou une explosion.

- Ne jetez jamais des piles / piles rechargeables au feu ou dans l'eau.
- Ne pas soumettre les piles / piles rechar-

geables à une charge mécanique.

Risque de fuite des piles / piles rechargeables

- Évitez d'exposer les piles / piles rechargeables à des conditions et

températures extrêmes susceptibles de les endommager, par ex. sur des radiateurs / exposition directe aux rayons du soleil.

- Lorsque les piles / piles rechargeables fuient, évitez tout contact du

produit chimique avec la peau, les yeux ou les muqueuses ! Rincez les zones touchées à l'eau claire et consultez immédiatement un médecin !



**PORTER DES
GANTS DE
PROTECTION !** Les

piles / piles rechargeables endommagées ou sujettes à des fuites peuvent provoquer des brûlures au contact de la peau. Vous devez donc porter des gants adéquats pour les manipuler.

- En cas de fuite des piles / piles rechargeables, retirez-les aussitôt du produit pour éviter tout endommagement.
- Utilisez uniquement des piles / piles rechargeables du même type. Ne mélangez pas des piles /

piles rechargeables
usées et neuves !

- Retirez les piles / piles rechargeables, si vous ne comptez pas utiliser le produit pendant une période prolongée.

Risque d'endommagement du produit

- Exclusivement utiliser le type de pile / pile rechargeable spécifié.
- Insérez les piles / piles rechargeables conformément à l'indication

de polarité (+) et (-) indiquée sur la pile / pile rechargeable et sur le produit.

- Avant l'insertion de la pile, nettoyez les contacts de la pile / de la pile rechargeable ainsi que ceux présents dans le


compartiment à piles
en vous servant d'un
chiffon sec et non pe-
lucheux ou d'un coton-
tige !

- Retirez immédiatement
les piles / piles rechar-
geables usées du produit.

● **Avant la mise en service**

- Retirez le film de protection de l'écran LCD **1** avant de l'utiliser pour la première fois.
- Retirez le clip ceinture **5** en pressant la fermeture vers le haut et en poussant le clip ceinture vers le côté (ill. B).


● **Insertion de la pile (voir ill. C)**

- Avant la première utilisation, insérez la pile fournie.
-  **ATTENTION !** Utilisez uniquement les types de pile indiqués au chapitre « Caractéristiques techniques ». Un non respect des

consignes peut entraîner l'endommagement du produit.

- Ouvrez le compartiment à pile [7] avec une pièce, et vous en servir pour faire pivoter le couvercle du compartiment à pile [6] dans le sens anti-horaire.
- Veillez à insérer correctement la pile dans le compartiment à pile [7] (polarité). La polarité est indiquée dans le compartiment à pile [7].
- Faites pivoter dans le sens horaire le couvercle du compartiment à pile [6] avec une pièce, afin de le refermer.

● Remplacement de la pile

 **ATTENTION !** Suivez les consignes suivantes, afin d'éviter tout dommage mécanique et électrique.

- Lorsque la pile ne fonctionne plus correctement, la retirer et la remplacer comme indiqué au chapitre « Insertion de la pile ».

Remarque : lorsque la pile est retirée, toutes les données sont supprimées au bout d'env. 20 secondes.

Remarque : après la suppression de toutes les informations, le produit effectue un bref contrôle de l'affichage. Tous les textes affichés sur l'écran

apparaissent env. 1 seconde. Le produit bascule ensuite sur le mode de réglage.

Votre produit peut alors être paramétré.

● **Installation du podomètre**

L'écran LCD **1** indique les mots et les abréviations en anglais. Les indications suivantes apparaissent durant la première installation. Vous devez tout d'abord saisir quelques données personnelles, avant de pouvoir utiliser le produit.

- Appuyez plusieurs fois sur la touche MODE **2**, afin de basculer entre les différents réglages.
- Appuyez sur la touche SET **3**, afin de confirmer le réglage souhaité.

- Unit = Réglez l'unité de distance (km/mile) (ill. G).

Remarque : lorsque vous décidez de paramétrer l'unité de distance en « KM », l'unité de poids est indiquée au format « kg » et l'unité de longueur au format « cm ». Si vous optez pour l'utilisation des « miles », alors le poids est indiqué au format « lb » et la longueur en « pouces ».

- Time = Réglez le format horaire (24h/12h) (ill. H).
- Réglez les heures (ill. I).
- Réglez les minutes (ill. I).
- Réglez les secondes (ill. I).

- Réglez le jour de la semaine 25 (ill. I).
LUN = lundi
MAR = mardi
MER = mercredi
JEU = jeudi
VEN = vendredi
SAM = samedi
DIM = dimanche
- Weight : indiquez votre poids (« WEI ») = poids corporel (30-220 kg) (ill. J).
- Height : indiquez votre taille = (« HEI ») (100-250 cm) (ill. K).
- Step-length : indiquez votre longueur de pas = (« STP-L ») (25-250 cm) (ill. L).

Remarque : en saisissant votre poids, veillez

à prendre en compte le poids supplémentaire, par ex. vos vêtements ou votre sac à dos.

Remarque : le produit indique une longueur de pas moyenne, qui est calculée avec la saisie de votre taille corporelle. Pour obtenir des mesures plus précises, vous pouvez calculer votre longueur de pas personnelle et la modifier manuellement. Mesurez une distance courte de 10 mètres, et comptez les pas nécessaires pour franchir cette distance. Divisez la distance par votre nombre de pas et vous obtiendrez votre longueur de pas.

- Confirmez votre sélection en appuyant sur la touche SET **3**.

● Utilisation

- Appuyez plusieurs fois sur la touche MODE 2, afin de parcourir les différents modes (affichage horaire, STEP (pas) ainsi que les données de sauvegarde des 7 derniers jours) :

Mode Horaire

L'heure et le jour de la semaine actuels sont affichés sur l'écran LCD 1.

Mode Pas

Le nombre de pas mesurés le jour correspondant ainsi que la durée de l'activité sont affichés.

Remarque : le produit fonctionne avec un filtre de 10 pas, afin de garantir une précision plus élevée.

Cela signifie que le capteur se déclenche uniquement après 10 pas parcourus sur le terrain, avec l'enregistrement des données utilisateur, de la vitesse et de la distance calculée. Par conséquent, le nombre de pas est uniquement affiché dès 10 pas.

- En appuyant à plusieurs reprises sur la touche SET **3**, vous pouvez basculer en mode STEP sur la durée de l'activité, la distance parcourue, les calories brûlées, la combustion de graisses, la vitesse actuelle, la vitesse moyenne et la température (voir ill. E-F).

Durée de l'activité

La durée de l'activité (temps = « T ») du produit est indiquée le jour correspondant.

Distance

La distance parcourue un jour donné (distance = « D ») est indiquée en km.

Dépense de calories et combustion de graisses

Les calories dépensées un jour donné (calorie = « C ») et les graisses brûlées un jour donné (combustion des graisses = « F ») sont affichées en g.

Remarque : l'indication des données consommées est uniquement une donnée indicative.

Vitesse

La vitesse atteinte un jour donné = « S » est indiquée en km/h.

Température

La température actuelle est affichée.

● Utiliser le mode jour précédent et sauvegarde 7 jours

- Appuyez deux fois sur la touche MODE 2, afin d'accéder à ce mode. Le nombre de pas, le minuteur d'entraînement, la distance parcourue, le compteur de calories, la valeur de combustion des graisses et la vitesse

moyenne par jour sont automatiquement sauvegardés par le produit. Les valeurs sont réinitialisées chaque jour à 0:00 heures.

- Appuyez plusieurs fois sur la touche SET 3 afin de parcourir les données sauvegardées des 7 derniers jours ainsi que la distance totale ODO (odomètre).

● Régler le rétroéclairage

- Appuyez sur la touche MODE 2 durant env. 3 secondes. Le rétroéclairage s'allume pendant env. 3 secondes.

● Utiliser le mode d'économie d'énergie

Lorsque le produit n'est pas utilisé pendant env. 3 minutes, il passe automatiquement en mode d'économie d'énergie. L'écran LCD **1** affiche uniquement l'heure.

● Réinitialisation du produit

Pour modifier vos réglages personnels, vous devez entièrement réinitialiser le produit.

- À cet effet, maintenez enfoncées simultanément durant env. 3 secondes la touche MODE **2** et la touche SET **3**. Toutes les données enregistrées seront supprimées. Le produit revient ensuite sur le mode de réglage.

Remarque : vous disposez uniquement de

cette fonction après la saisie de vos données personnelles, puis après avoir appuyé sur la touche SET **3**.

● **Modifier le réglage de l'heure**

Vous pouvez modifier l'heure, sans effacer les données d'entraînement sauvegardées.

- À cet effet, maintenez enfoncée en mode Horaire la touche SET **3**, jusqu'à l'apparition de l'affichage TIME sur l'écran LCD **1**.

Remarque : après le changement de pile, vous devez régler de nouveau l'heure et le jour de la semaine.

● **Mise en service**

- Fixez le produit avec le clip ceinture 5 ou placez-le dans une des poches avant de votre pantalon. Le produit doit être placé près du corps, afin de pouvoir mesurer les données avec précision.

● **Dépannage**

Le produit contient des composants électroniques. Des interférences sont donc possibles à proximité d'appareils émettant des signaux radio.

En cas d'affichages erronés sur l'écran, éloignez ces appareils de l'environnement du produit. En cas de dysfonctionnements de ce type, retirez la

pile pendant quelques instants et remettez-la en place.

● **Nettoyage et entretien**

- N'utilisez en aucun cas de liquides ni de produits nettoyant agressifs, qui endommageraient le produit.
- Pour nettoyer l'extérieur du produit, employez un chiffon doux, sec et non pelucheux.

● **Maintenance**

- Si vous n'utilisez pas le produit durant une période prolongée, retirez la pile du produit,

comme indiqué au chapitre « Remplacement de la pile ».

● **Mise au rebut**

L'emballage se compose de matières recyclables pouvant être mises au rebut dans les déchetteries locales.



Veillez respecter l'identification des matériaux d'emballage pour le tri sélectif, ils sont identifiés avec des abbréviations (a) et des chiffres (b) ayant la signification suivante : 1-7 : plastiques / 20-22 : papiers et cartons / 80-98 : matériaux composite.



Le produit et les matériaux d'emballage sont recyclables, mettez-les au rebut séparément pour un meilleur traitement des déchets. Le logo Triman n'est valable qu'en France.



Votre mairie ou votre municipalité vous renseigneront sur les possibilités de mise au rebut des produits usagés.



Afin de contribuer à la protection de l'environnement, veuillez ne pas jeter votre produit usagé dans les ordures ménagères, mais éliminez-le de manière appropriée. Pour obtenir des renseignements concernant

les points de collecte et leurs horaires d'ouverture, vous pouvez contacter votre municipalité.

Les piles / piles rechargeables défectueuses ou usagées doivent être recyclées conformément à la directive 2006/66/CE et ses modifications. Les piles et / ou piles rechargeables et / ou le produit doivent être retournés dans les centres de collecte proposés.



**Pollution de l'environnement
par la mise au rebut incorrecte
des piles / piles rechargeables !**

Les piles / piles rechargeables ne doivent pas être mises au rebut avec les ordures ménagères. Elles peuvent contenir des métaux lourds toxiques et doivent être considérées comme des déchets spéciaux. Les symboles chimiques des métaux lourds sont les suivants : Cd = cadmium, Hg = mercure, Pb = plomb. Pour cette raison, veuillez toujours déposer les piles / piles rechargeables usagées dans les conteneurs de recyclage communaux.

● Garantie

Article L217-16 du Code de la consommation

Lorsque l'acheteur demande au vendeur, pendant le cours de la garantie commerciale qui lui a été consentie lors de l'acquisition ou de la réparation d'un bien meuble, une remise en état couverte par la garantie, toute période d'immobilisation d'au moins sept jours vient s'ajouter à la durée de la garantie qui restait à courir. Cette période court à compter de la demande d'intervention de l'acheteur ou de la mise à disposition pour réparation du bien en cause, si cette mise à disposition est postérieure à la demande d'intervention.

Indépendamment de la garantie commerciale souscrite, le vendeur reste tenu des défauts de conformité du bien et des vices rédhibitoires dans les conditions prévues aux articles L217-4 à L217-13 du Code de la consommation et aux articles 1641 à 1648 et 2232 du Code Civil.

Article L217-4 du Code de la consommation

Le vendeur livre un bien conforme au contrat et répond des défauts de conformité existant lors de la délivrance.

Il répond également des défauts de conformité résultant de l'emballage, des instructions de montage

ou de l'installation lorsque celle-ci a été mise à sa charge par le contrat ou a été réalisée sous sa responsabilité.

Article L217-5 du Code de la consommation

Le bien est conforme au contrat :

- 1° S'il est propre à l'usage habituellement attendu d'un bien semblable et, le cas échéant :
 - s'il correspond à la description donnée par le vendeur et possède les qualités que celui-ci a présentées à l'acheteur sous forme d'échantillon ou de modèle ;
 - s'il présente les qualités qu'un acheteur peut légitimement attendre eu égard aux

- déclarations publiques faites par le vendeur, par le producteur ou par son représentant, notamment dans la publicité ou l'étiquetage ;
- 2° Ou s'il présente les caractéristiques définies d'un commun accord par les parties ou être propre à tout usage spécial recherché par l'acheteur, porté à la connaissance du vendeur et que ce dernier a accepté.

Article L217-12 du Code de la consommation

L'action résultant du défaut de conformité se prescrit par deux ans à compter de la délivrance du bien.

Article 1641 du Code civil

Le vendeur est tenu de la garantie à raison des défauts cachés de la chose vendue qui la rendent impropre à l'usage auquel on la destine, ou qui diminuent tellement cet usage que l'acheteur ne l'aurait pas acquise, ou n'en aurait donné qu'un moindre prix, s'il les avait connus.

Article 1648 1er alinéa du Code civil

L'action résultant des vices rédhibitoires doit être intentée par l'acquéreur dans un délai de deux ans à compter de la découverte du vice.

Les pièces détachées indispensables à l'utilisation du produit sont disponibles pendant la durée de la garantie du produit.

Le produit a été fabriqué selon des critères de qualité stricts et contrôlé consciencieusement avant sa livraison. En cas de défaillance, vous êtes en droit de retourner ce produit au vendeur. La présente garantie ne constitue pas une restriction de vos droits légaux.

Ce produit bénéficie d'une garantie de 3 ans à compter de sa date d'achat. La durée de garantie débute à la date d'achat. Veuillez conserver le ticket de caisse original. Il fera office de preuve d'achat.

Si un problème matériel ou de fabrication devait survenir dans 3 ans suivant la date d'achat de ce produit, nous assurons à notre discrétion la réparation ou le remplacement du produit sans

frais supplémentaires. La garantie prend fin si le produit est endommagé suite à une utilisation inappropriée ou à un entretien défectueux.

La garantie couvre les vices matériels et de fabrication. Cette garantie ne s'étend ni aux pièces du produit soumises à une usure normale (p. ex. des piles) et qui, par conséquent, peuvent être considérées comme des pièces d'usure, ni aux dommages sur des composants fragiles, comme des interrupteurs, des batteries ou des éléments fabriqués en verre.

● **Faire valoir sa garantie**

Pour garantir la rapidité d'exécution de la procédure de garantie, veuillez respecter les indications suivantes :

Veuillez conserver le ticket de caisse et la référence du produit (par ex. IAN 123456_7890) à titre de preuve d'achat pour toute demande.

Le numéro de référence de l'article est indiqué sur la plaque d'identification, gravé sur la page de titre de votre manuel (en bas à gauche) ou sur un autocollant apposé sur la face arrière ou inférieure du produit.

En cas de dysfonctionnement du produit, ou de tout autre défaut, contactez en premier lieu le

service après-vente par téléphone ou par e-mail aux coordonnées indiquées ci-dessous.

Vous pouvez alors envoyer franco de port tout produit considéré comme défectueux au service clientèle indiqué, accompagné de la preuve d'achat (ticket de caisse) et d'une description écrite du défaut avec mention de sa date d'apparition.

● **Service après-vente**

FR **Service après-vente France**

Tél. : 0800904879

E-Mail : owim@lidl.fr

BE

Service après-vente Belgique

Tél. : 080071011

Tél. : 80023970 (Luxembourg)

E-Mail : owim@lidl.be



Legenda van de gebruikte pictogrammen	Pagina	198
Inleiding	Pagina	199
Correct en doelmatig gebruik.....	Pagina	200
Beschrijving van de onderdelen... ..	Pagina	200
Technische gegevens.....	Pagina	203
Omvang van de levering.....	Pagina	204
Veiligheid	Pagina	205
Algemene veiligheidsinstructies... ..	Pagina	207
Veiligheidsinstructies voor batterijen / accu's.....	Pagina	214
Voor de ingebruikname	Pagina	229

Batterij plaatsen	Pagina	230
Batterij vervangen	Pagina	231
Stappenteller instellen.....	Pagina	232

Bediening Pagina 236

Vorige-dag-modus en 7-dagen-opslag gebruiken	Pagina	240
Achtergrondverlichting inschakelen.....	Pagina	241
Energiespaarmodus gebruiken ...	Pagina	241
Product resetten.....	Pagina	242
Tijdsinstelling wijzigen	Pagina	243

Ingebruikname Pagina 243

Storingen verhelpen.....	Pagina	244
--------------------------	--------	-----

Reiniging en onderhoud	Pagina 245
Onderhoud	Pagina 245
Afvoer	Pagina 246
Garantie	Pagina 249
Afwikkeling in geval van garantie	Pagina 251
Service	Pagina 253

Legenda van de gebruikte pictogrammen



Gelijkstroom / -spanning



Bevat een batterij (knoopcel)



Waarschuwing: lees de betreffende veiligheidsinstructies in de gebruiksaanwijzing.



De CE-markering duidt op conformiteit met relevante EU-richtlijnen die van toepassing zijn op dit product.

Stappenteller

● Inleiding

Hartelijk gefeliciteerd met de aankoop van uw nieuwe product. U heeft voor een hoogwaardig product gekozen. De gebruiksaanwijzing is een deel van het product. Deze bevat belangrijke aanwijzingen voor veiligheid, gebruik en verwijdering. Maakt U zich voor de ingebruikname van het product met alle bedienings- en veiligheidsvoorschriften vertrouwd. Gebruik het product alleen zoals beschreven en voor de aangegeven toepassingsgebieden. Overhandig alle documenten bij doorgifte van het product aan derden.

● **Correct en doelmatig gebruik**

Het product is bedoeld als stappenteller voor privégebruik en is niet geschikt voor het registreren van medische gegevens.

● **Beschrijving van de onderdelen**

Product:

- 1 Display (lcd)
- 2 MODE-knop
- 3 SET-knop
- 4 Antishock-ring
- 5 Riemclip

- 6 Batterijvak-deksel
- 7 Batterijvak

Display:


- 8 Stappenmodus
- 9 Weekaanduiding
- 10 Dagaanduiding
- 11 Weergave batterij bijna leeg
- 12 PM-symbool (12-uurs-formaat)
- 13 Aantal stappen
- 14 Calorieën
- 15 Gramsymbool (vetverbranding)
- 16 Activiteits-stappenteller
- 17 Temperatuur-weergave
- 18 km / m per uur

- 19 gemiddelde snelheid
- 20 huidige snelheid
- 21 7-dagen-opslag
- 22 Uren-weergave
- 23 Minuten-weergave
- 24 Seconden-weergave
- 25 Weekdag-weergave

OPMERKING: het display 1 van het product kan niet worden uitgeschakeld. Het stroomverbruik voor het gebruik van het display is echter zeer gering en vergelijkbaar met het verbruik van een horloge.


● Technische gegevens

Meetmethode:	sensor
Stappenweergave:	0-99999 stappen
Afstandweergave:	0-9999 km
Calorieën:	0-99999 kcal
Instelbaar	
gebruikersgewicht:	30-220 kg (tot op 1 kg nauwkeurig in te stellen)
Standaard instelling:	50 kg
Lichaamslengte:	100-250 cm
Standaard instelling:	150 cm
Instelbare staplengte:	25-250 cm

Standaard instelling:	62 - 104 cm (overeenkomstig de lichaamslengte)
Tijdformaat:	12 / 24 uur
Batterij:	1 batterij CR2032 (3 V  , lithium)
Toegestaan temperatuurbereik:	0 - 50 °C

● **Omvang van de levering**

1 stappenteller

1 batterij CR2032 (3 V , lithium)

1 gebruiksaanwijzing



Veiligheid

WAARSCHUWING!

Lees alle veiligheidsinstructies en aanwijzingen. Het niet opvolgen van de veiligheidsinstructies en de aanwijzingen kan elektrische

schokken, brand en / of ernstig letsel tot gevolg hebben.

BEWAAR ALLE VEILIGHEIDSINSTRUCTIES EN AANWIJZINGEN VOOR LATER GEBRUIK!



Algemene veiligheidsin- structies

- Dit product kan door kinderen vanaf 8 jaar en ouder alsmede door personen met verminderde fysieke, sensorische of mentale

vaardigheden of een gebrek aan ervaring en kennis worden gebruikt, als zij onder toezicht staan of geïnstrueerd werden met betrekking tot het veilige gebruik van het product en zij de hieruit

voortvloeiende gevaren
begrijpen. Kinderen
mogen niet met het
product spelen.

Reiniging en onderhoud
mogen niet door kinde-
ren zonder toezicht
worden uitgevoerd.

- Neem het product niet in gebruik als het beschadigd is. Bij beschadigde producten bestaat levensgevaar door elektrische schokken!
- Stel het product niet bloot aan
 - extreme temperaturen,

- direct zonlicht,
- vocht / regen.

Anders kan het product beschadigd raken.

- Beschadigingen door ondeskundig gebruik, het negeren van de handleiding of ingrepen door niet-geautoriseerde

personen zijn van de
garantieverlening uitge-
sloten.

- Demonteer het product
in geen geval. Door on-
deskundige reparaties
kan aanzienlijk gevaar
voor de gebruiker ont-
staan. Laat reparaties

alleen door een vakman uitvoeren.

- Bescherm het product tegen natheid en vocht. Dompel het product niet onder in water of andere vloeistoffen!



Veiligheidsinstructies voor batterijen / accu's



WAARSCHUWING!

**BUITEN HET BEREIK
VAN KINDEREN**

BEWAREN! Het inslikken kan chemische brandwonden, perforatie van zacht weefsel en de dood tot gevolg hebben. Ernstige brandwonden kunnen binnen 2 uur na het inslikken

optreden. Direct een arts raadplegen.

Aanwijzingen over knoopcel-batterijen



WAARSCHUWING!

De batterij niet inslikken,
er bestaat gevaar voor
chemische brandwonden.

- Dit product bevat een knoopcel-batterij. Als een knoopcel-batterij wordt ingeslikt, kan deze binnen 2 uur ernstige inwendige brandwonden veroorzaken die kunnen leiden tot de dood.

- Houd nieuwe en gebruikte batterijen uit de buurt van kinderen.
- Als het batterijvak niet goed sluit, gebruik het product dan niet meer en houd het uit de buurt van kinderen.

- Als u vermoedt dat er mogelijk batterijen zijn ingeslikt of ergens in het lichaam terecht zijn gekomen, zoek dan onmiddellijk medische hulp.



EXPLOESIEGE- VAAR! Laad

niet oplaadbare batterijen nooit op. Sluit de batterijen / accu's niet kort en / of open deze niet. Daardoor kan de batterij oververhit

raken, in brand vliegen
of exploderen.

- Gooi batterijen / accu's
nooit in het vuur of water.
- Stel batterijen / accu's
nooit bloot aan mecha-
nische belastingen.

Risico dat de batterijen / accu's lekken

- Vermijd extreme omstandigheden en temperaturen die invloed op de batterijen / accu's zouden kunnen hebben bijv. radiatoren / direct zonlicht.

- Bij lekkende batterijen / accu's het contact van de chemicaliën met de huid, ogen en slijmvliezen vermijden! Spoel de desbetreffende plekken direct af met schoon water en raadpleeg onmiddellijk een arts!



DRAAG VEILIGHEIDS- HANDSCHOENEN!

Lekkende of beschadigde batterijen / accu's kunnen in geval van huidcontact chemische brandwonden veroorzaken. Draag daarom

in dit geval geschikte veiligheidshandschoenen.

- Als de batterijen / accu's lekken, dient u deze direct uit het product te halen om beschadigingen te vermijden.

- Gebruik alleen batterijen / accu's van hetzelfde type. Gebruik nooit nieuwe en oude batterijen / accu's door elkaar!
- Verwijder de batterijen / accu's, als u het product

gedurende een langere periode niet gebruikt.

Risico op beschadiging van het product

- Gebruik uitsluitend het aangegeven type batterij / accu!

- Plaats de batterijen /
accu's volgens de
weergegeven polariteit
(+) en (-) op batterij/
accu en op product.
- Reinig de contacten
van de batterij / accu
en in het batterijvak
voor het plaatsen met


een droge, pluisvrije
doek of wattenstaafje!




- Verwijder verbruikte
batterijen / accu's direct
uit het product.

● Voor de ingebruikname


- Verwijder voor het eerste gebruik de
beschermfolie van het display 1.

- Verwijder de riemclip **5** door de sluiting omhoog te drukken en de riemclip opzij te schuiven (afb. B).

- **Batterij plaatsen (zie afb. C)**
- Plaats voor het eerste gebruik de meegeleverde batterij.
-  **PAS OPI!** Gebruik alleen de bij het onderdeel 'Technische gegevens' aangegeven batterijtypes. Anders kan er schade aan het product ontstaan.
- Open het batterijvak **7** met een munt door daarmee het batterijvak-deksel **6** tegen de klok in te draaien.

- Zorg ervoor dat u de batterij op de juiste manier in het batterijvak  legt (polariteit). De polariteit wordt in het batterijvak  aangegeven.
- Draai het batterijvak-deksel  met de munt met de klok mee om het te sluiten.

● Batterij vervangen


 **PAS OP!** Neem de volgende aanwijzingen in acht om mechanische en elektrische schade te voorkomen.

- Als de batterij niet meer naar behoren werkt, verwijdert en vervangt u deze zoals beschreven bij het onderdeel ‚Batterij plaatsen‘.

Opmerking: als de batterij is verwijderd, wordt na ongeveer 20 seconden alle informatie verwijderd.

Opmerking: nadat alle informatie is verwijderd, voert het product een korte display-controle uit. Alle weergaveteksten van het display verschijnen ca. 1 seconde. Het product gaat vervolgens naar de instelmodus.
Uw product kan nu worden ingesteld.

● **Stappenteller instellen**

Het display  geeft woorden en afkortingen in het Engels weer. De volgende informatie verschijnt tijdens de eerste set-up. Hier moet u eerst

enkele persoonlijke gegevens invoeren voordat u het product kunt gebruiken.

- Druk meermaals op de MODE-knop **2** om te wisselen tussen de verschillende instellingen.
- Druk op de SET-knop **3** om de door u gewenste instelling te bevestigen.
- Unit = stel de eenheid voor de afstand (km/mijl) in (afb. G).

Opmerking: als u ervoor kiest om de eenheid voor afstand in ‚KM‘ in te stellen, wordt de eenheid voor gewicht in ‚kg‘-formaat en de eenheid voor lengte in ‚cm‘-formaat aangegeven. Als u ervoor kiest om ‚Miles‘ (mijl) te gebruiken, wordt het gewicht in ‚lb‘-formaat en de lengte in ‚inch‘ aangegeven.

- Time = stel het tijdformaat (24h/12h) in (afb. H).
- Stel de uren in (afb. I).
- Stel de minuten in (afb. I).
- Stel de seconden in (afb. I).
- Stel de weekdag in (afb. I).
MO = Maandag
TU = Dinsdag
WE = Woensdag
TH = Donderdag
FR = Vrijdag
SA = Zaterdag
SU = Zondag
- Weight: voer hier uw gewicht (,WEI') = lichaamsgewicht (30-220 kg) in (afb. J).

- Height: voer hier uw lengte = (,HEI') (100-250 cm) in (afb. K).
- Step-length: voer hier uw staplengte = (,STP-L') in (25-250 cm) (afb. L).

Opmerking: houd bij het invoeren van uw gewicht ook rekening met extra gewicht zoals bijv. van uw kleding of uw rugzak.

Opmerking: het product toont een gemiddelde staplengte die wordt berekend aan de hand van uw opgegeven lengte. Voor preciezere metingen kunt u uw persoonlijke staplengte bepalen en handmatig aanpassen. Leg een korte afstand van 10 meter af en tel het aantal stappen dat u nodig hebt voor deze

afstand. Deel de afstand door het aantal stappen en het resultaat is uw staplengte.

- Bevestig uw keuze door opnieuw op de SET-knop **3** te drukken.

● **Bediening**

- Druk meermaals op de MODE-knop **2** om door de verschillende modi (tijdweergave, STEP (stappen) en de opgeslagen gegevens van de afgelopen 7 dagen) te bladeren:

Tijd-modus

De huidige tijd en de weekdag worden op het display **1** getoond.

Stap-modus

Het aantal op de betreffende dag gemeten stappen en de duur van de activiteit worden getoond.

Opmerking: het product werkt met een 10-stappen-filter om een hogere nauwkeurigheid te waarborgen.

Dat betekent dat de sensor pas na 10 aan één stuk gelopen stappen met het opslaan van de gebruikersgegevens, snelheid en afstandsberekening begint. Het aantal stappen wordt dus pas na 10 stappen weergegeven.

- Door meermaals op de SET-knop **3** te drukken, kunnen de activiteitsduur, afgelegde afstand, verbruikte calorieën, vetverbranding, huidige snelheid, gemiddelde snelheid en

temperatuur in STEP-modus worden opgeroepen (zie afb. E-F).

Duur van de activiteit

De activiteitsduur (Tijd = ,T') van het product op de desbetreffende dag wordt getoond.

Afstand

De op een bepaalde dag afgelegde afstand (Distance = ,D') in km wordt getoond.

Calorieverbruik en vetverbranding

De op een bepaalde dag verbruikte calorieën (Calorie = ,C') en het op een bepaalde dag

verbrande vet (Fatburning = ,F') worden in g
getoond.

Opmerking: de opgaf van de verbruikte
calorieën is slechts een schatting.

Snelheid

De op een bepaalde dag bereikte snelheid = ,S'
wordt in km/h getoond.

Temperatuur

De huidige temperatuur wordt getoond.

● **Vorige-dag-modus en 7-dagen-opslag gebruiken**

- Druk tweemaal op de MODE-knop **2** om in deze modus te komen. Het aantal stappen, de trainingstimer, de afgelegde afstand, de calorieteller, de vetverbrandingswaarden en de gemiddelde snelheid per dag worden automatisch door het product opgeslagen. De waarden worden elke dag om 0:00 uur gereset.
- Druk meermaals op de SET-knop **3** om door de opgeslagen gegevens van de afgelopen 7 dagen en door de totale afstand ODO (kilometerteller) te bladeren.

● **Achtergrondverlichting inschakelen**

- Houd de MODE-knop **2** ca. 3 seconden ingedrukt. De achtergrondverlichting gaat ongeveer 3 seconden aan.

● **Energiespaarmodus gebruiken**

Als het product ca. 3 minuten lang niet wordt gebruikt, gaat het automatisch in de energiespaarmodus. Het display **1** toont alleen nog de tijd.

● Product resetten

Om de persoonlijke instellingen te wijzigen, moet u het product volledig resetten.

- Houd hiervoor de MODE-knop **2** en de SET-knop **3** gelijktijdig ca. 3 seconden lang ingedrukt. Alle opgeslagen gegevens worden verwijderd. Daarna gaat het product weer terug naar de instelmodus.

Opmerking: deze functie is pas beschikbaar na het invoeren van uw persoonlijke gegevens en het daarna indrukken van de SET-knop **3**.

● Tijdsinstelling wijzigen

U kunt de tijd wijzigen zonder de opgeslagen trainingsgegevens te wissen.

- Houd hiervoor in tijdmodus de SET-knop **3** ingedrukt tot de weergave TIME op het display **1** verschijnt.

Opmerking: u moet de tijd en de weekdag na het vervangen van de batterij opnieuw instellen.

● Ingebruikname

- Bevestig het product met de riemclip **5** of stop het in een van uw voorste broekzakken. Het product moet dicht tegen het lichaam

aan zitten zodat de gegevens nauwkeurig kunnen worden gemeten.

● **Storingen verhelpen**

Het product bevat elektrische componenten.

Daarom kunnen er, wanneer het zich in de nabijheid van apparaten bevindt die radiosignalen uitzenden, storingen optreden.

Als er onjuiste gegevens op het display verschijnen, dient u dergelijke apparaten te verwijderen uit de omgeving van het product. Verwijder bij dergelijke functionele storingen even de batterij en plaats deze opnieuw.

● **Reiniging en onderhoud**

- Gebruik in geen geval vloeistoffen en agressieve reinigingsmiddelen omdat deze het product beschadigen.
- Reinig het product alleen aan de buitenzijde met een zachte, droge en pluisvrije doek.

● **Onderhoud**

- Als u het product gedurende een langere periode niet gebruikt, dient u de batterijen uit het product te verwijderen zoals beschreven bij het onderdeel 'Batterij vervangen'.

● Afvoer

De verpakking bestaat uit milieuvriendelijke grondstoffen die u via de plaatselijke recycling-containers kunt afvoeren.



Neem de aanduiding van de verpakingsmaterialen voor de afvalscheiding in acht. Deze zijn gemarkeerd met de afkortingen (a) en een cijfers (b) met de volgende betekenis: 1-7: kunststoffen / 20-22: papier en vezelplaten / 80-98: composietmaterialen.



Het product en de verpakkingsmaterialen zijn recyclebaar; verwijder deze afzonderlijk voor een betere afvalbehandeling. Het Triman-logo geldt alleen voor Frankrijk.



Informatie over de mogelijkheden om het uitgediende product na gebruik te verwijderen, verstrekt uw gemeentelijke overheid.



Gooi het afgedankte product omwille van het milieu niet weg via het huisvuil, maar geef het af bij het daarvoor bestemde depot of het gemeentelijke milieupark.

Over afgifteplaatsen en hun openingstijden kunt u zich bij uw aangewezen instantie informeren.

Defecte of verbruikte batterijen / accu's moeten volgens de richtlijn 2006/66/EG en veranderingen daarop worden gerecycled. Geef batterijen / accu's en / of het product af bij de daarvoor bestemde verzamelstations.



**Milieuschade door foutieve
verwijdering van de
batterijen / accu's!**

Batterijen / accu's mogen niet via het huisvuil worden weggegooid. Ze kunnen giftige zware metalen

bevatten en vallen onder het chemisch afval. De chemische symbolen van de zware metalen zijn: Cd = cadmium, Hg = kwik, Pb = lood. Geef verbruikte batterijen / accu's daarom af bij een gemeentelijk inzamelpunt.

● **Garantie**

Het product wordt volgens strenge kwaliteitsrichtlijnen zorgvuldig geproduceerd en voor levering grondig getest. In geval van schade aan het product kunt u rechtmatig beroep doen op de verkoper van het product. Deze wettelijke rechten worden door onze hierna vermelde garantie niet beperkt.

Op dit product verlenen wij 3 jaar garantie vanaf aankoopdatum. De garantieperiode start op de dag van aankoop. Bewaar de originele kassabon alstublieft. Dit document is nodig als bewijs voor aankoop.

Wanneer binnen 3 jaar na de aankoopdatum van dit product een materiaal- of productiefout optreedt, dan wordt het product door ons – naar onze keuze – gratis voor u gerepareerd of vervangen. Deze garantie komt te vervallen als het product beschadigd wordt, niet correct gebruikt of onderhouden wordt.

De garantie geldt voor materiaal- en productiefouten. Deze garantie is niet van toepassing op productonderdelen, die onderhevig zijn aan

normale slijtage en hierdoor als aan slijtage onderhevige onderdelen gelden (bijv. batterijen) of voor beschadigingen aan breekbare onderdelen, zoals bijv. schakelaars, accu's of dergelijke onderdelen, die gemaakt zijn van glas.

● **Afwikkeling in geval van garantie**

Om een snelle afhandeling van uw reclamatie te waarborgen dient u de volgende instructies in acht te nemen:

Houd bij alle vragen alstublieft de kassabon en het artikelnummer (bijv. IAN 123456_7890) als bewijs van aankoop bij de hand.

Het artikelnummer vindt u op de typeplaat, ingegraveerd, op het titelblad van uw handleiding (linksonder) of als sticker op de achter- of onderzijde.

Wanneer er storingen in de werking of andere gebreken optreden, dient u eerst telefonisch of per e-mail contact met de onderstaande serviceafdeling op te nemen.

Een als defect geregistreerd product kunt u dan samen met uw aankoopbewijs (kassabon) en vermelding van de concrete schade alsmede het tijdstip van optreden voor u franco aan het u meegedeelde servicepunt verzenden.

● Service

NL Service Nederland

Tel.: 08000225537

E-Mail: owim@lidl.nl

BE Service België

Tel.: 080071011

Tel.: 80023970 (Luxemburg)

E-Mail: owim@lidl.be



Legenda zastosowanych piktogramów	Strona	257
Wstęp	Strona	258
Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem	Strona	259
Opis części	Strona	259
Dane techniczne	Strona	262
Zawartość	Strona	263
Bezpieczeństwo	Strona	264
Ogólne zasady bezpieczeństwa ...	Strona	266
Wskazówki bezpieczeństwa dla baterii / akumulatorów	Strona	274
Przed uruchomieniem ...	Strona	291

Zakładanie baterii.....	Strona	292
Wymiana baterii	Strona	293
Ustawianie krokomierza.....	Strona	295

Obsługa	Strona	298
Użycie trybu z poprzednich dni i pamięć 7-dniowa	Strona	302
Ustawianie podświetlenia	Strona	303
Użycie trybu energooszczędneho.....	Strona	303
Resetowanie produktu	Strona	303
Zmiana ustawień czasu godzinowego.....	Strona	304

Uruchomienie	Strona	305
Usuwanie usterek.....	Strona	305

Czyszczenie i pielęgnacja	Strona 306
Konserwacja	Strona 307
Utylizacja	Strona 307
Gwarancja	Strona 311
Sposób postępowania w przypadku naprawy gwarancyjnej.....	Strona 313
Serwis	Strona 314

Legenda zastosowanych piktogramów



Prąd stały / napięcie stałe



Bateria zawarta w zestawie
(bateria guzikowa)



Ostrzeżenie: należy przeczytać
odpowiednie wskazówki bez-
pieczeństwa w instrukcji obsługi.



Znak CE wskazuje zgodność z
odpowiednimi Dyrektywami UE
dotyczącymi tego produktu.

Licznik kroków z radiem

● Wstęp

Gratulujemy Państwu zakupu nowego produktu. Tym samym zdecydowali się Państwo na zakup produktu wysokiej jakości. Instrukcja obsługi jest częścią tego produktu. Zawiera ona ważne wskazówki dotyczące bezpieczeństwa, użytkowania i utylizacji. Przed pierwszym użyciem produktu należy zapoznać się ze wszystkimi wskazówkami dotyczącymi obsługi i bezpieczeństwa. Używać produktu wyłącznie zgodnie z jego poniżej opisanym przeznaczeniem. W przypadku przekazania

produktu innej osobie należy dołączyć do niego całą jego dokumentację.

● Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem

Produkt został zaprojektowany jako krokomierz do prywatnego użytku i nie nadaje się do rejestrowania danych medycznych.

● Opis części

Produkt:

- 1 Wyświetlacz LCD
- 2 Przycisk MODE
- 3 Przycisk SET
- 4 Pierścień przeciwwstrząsowy

- 5 Klips do paska
- 6 Osłona obudowy baterii
- 7 Obudowa baterii

Wyświetlacz LCD:

- 8 Tryb kroków
- 9 Wskaźnik tygodniowy
- 10 Wskaźnik dnia
- 11 Niski wskaźnik baterii
- 12 Symbol PM (format 12-godz.)
- 13 Liczba kroków
- 14 Wskaźnik kalorii
- 15 Symbol gram (spalanie tłuszczu)
- 16 Krokomierz aktywności
- 17 Wskaźnik temperatury

- 18 km / m na godzinę
- 19 Średnica prędkość
- 20 Aktualna prędkość
- 21 Pamięć 7-dniowa
- 22 Wskaźnik godzin
- 23 Wskaźnik minut
- 24 Wskaźnik sekund
- 25 Wskaźnik dnia tygodnia

WSKAZÓWKA: Wyłączenie wyświetlacza LCD [1] produktu jest niemożliwe. Zużycie prądu przez wyświetlacz LCD jest jednak bardzo małe i jest ono porównywalne ze zużyciem prądu przez zegarek na rękę.

● Dane techniczne

Metoda pomiaru:	czujnik
Wskaźnik kroków:	0-99999 kroków
Wskaźnik odległości:	0-9999 km
Wskaźnik kalorii:	0-99999 kcal
Regulowana waga użytkownika:	30-220 kg (ustawiana precyzyjnie do 1 kg)
Ustawienie fabryczne:	50 kg
Wzrost:	100-250 cm
Ustawienie fabryczne:	150 cm
Regulowana długość kroku:	25-250 cm
Ustawienie fabryczne:	62-104 cm (odpo- wiednio do wzrostu)

Format czasu:	12 / 24 godziny
Bateria:	1 bateria CR2032 (3 V \equiv , litowa)
Dopuszczalny zakres temperatury:	0-50°C

● Zawartość

- 1 krokomierz
- 1 bateria CR2032 (3 V \equiv , litowa)
- 1 instrukcja obsługi



Bezpieczeństwo

OSTRZEŻENIE!

Należy przeczytać wszystkie wskazówki dotyczące bezpieczeństwa i instrukcje. Zaniedbania w przestrzeganiu wskazówek bezpieczeństwa

i instrukcji mogą spowodować porażenie prądem elektrycznym, pożar i / lub ciężkie obrażenia ciała.

**WSZYSTKIEWSKAZÓWKI
DOTYCZĄCE BEZPIECZE
STWA I INSTRUKCJE**

NALE Y ZACHOWA NA PRZYSZŁO !



Ogólne zasady bezpieczeństwa

- Niniejszy produkt może być używany przez dzieci od lat 8 oraz przez osoby z obniżonymi zdolno-

ściami fizycznymi,
sensorycznymi lub
mentalnymi lub brakiem
doświadczenia i wiedzy,
jeśli pozostają pod
nadzorem lub zostały
pouczone w kwestii
bezpiecznego użycia
produktu i rozumieją

wynikające z niego zagrożenia. Dzieci nie mogą bawić się produktem. Czyszczenie i konserwacja nie mogą być wykonywane przez dzieci bez nadzoru.

- Nie należy używać produktu, jeśli uległ on

uszkodzeniu. Uszkodzone produkty stwarzają niebezpieczeństwo utraty życia wskutek porażenia prądem elektrycznym!

- Nie narażać produktu na
 - ekstremalne tempera-
tury,

- bezpośrednie promieniowanie słoneczne,
- wilgoć / deszcz.

W przeciwnym wypadku istnieje niebezpieczeństwo uszkodzenia produktu.

- Należy pamiętać, że uszkodzenia

spowodowanie nieodpowiednią obsługą, nieprzestrzeganiem instrukcji obsługi lub ingerencją osób nieupoważnionych są wyłączone z gwarancji.

- W żadnym wypadku nie rozbierać produktu

na części. Nieprawidłowo wykonane naprawy mogą być przyczyną poważnych zagrożeń dla użytkownika. Wykonywanie napraw należy zlecać wyłącznie specjalistom.

- Produkt należy chronić przed wilgocią. Nigdy

nie zanurzać produktu
w wodzie lub innych
płynach!



Wskazówki bezpieczeństwa dla baterii / akumulatorów



OSTRZEŻENIE!
PRZECHOWYWAĆ
POZA ZASIĘGIEM

DZIECI! Połknięcie może spowodować oparzenia chemiczne, perforację tkanki miękkiej i śmierć. Ciężkie oparzenia mogą wystąpić w ciągu 2 godzin po połknięciu.

Natychmiast udać się do lekarza.

■ **ZAGROŻENIE ŻYCIA!**

Baterie / akumulatory należy trzymać poza zasięgiem dzieci. W przypadku połknięcia należy natychmiast udać się do lekarza!

- Połknięcie może prowadzić do oparzeń, perforacji tkanki miękkiej i śmierci. Ciężkie poparzenia mogą wystąpić w ciągu 2 godzin po połknięciu.

Wskazówki dotyczące baterii guzikowych



OSTRZEŻENIE!

Nie połykać baterii, istnieje niebezpieczeństwo poparzenia chemicznego.

- Ten produkt zawiera jedną baterię guzikową.

Jeśli bateria guzikowa zostanie połączona, może ona w ciągu 2 godzin spowodować poważne, wewnętrzne poparzenia, które mogą prowadzić do śmierci.

- Nowe i zużyte baterie należy trzymać z dala od dzieci.
- Jeśli komora na baterie nie zamyka się bezpiecznie, nie używać więcej produktu i trzymać go z dala od dzieci.

- W razie przypuszczenia, że baterie mogły zostać połączony lub dostać się do jakiegokolwiek innej części ciała, należy niezwłocznie skorzystać z pomocy medycznej.



NIEBEZPIECZEŃSTWO

WYBUCHU!

Baterii jednorazowego użytku nie wolno ładować ponownie. Baterii / akumulatorów nie należy zwierać i / lub otwierać. Może to doprowadzić

do przegrzania, pożaru lub wybuchu.

- Nigdy nie należy wrzucać baterii / akumulatorów do ognia lub wody.
- Nigdy nie należy narażać baterii / akumulatorów na obciążenia mechaniczne.

Ryzyko wycieku kwasu z baterii / akumulatorów

- Należy unikać ekstremalnych warunków i temperatur, które mogą oddziaływać na baterie / akumulatory, np. kaloryferów / bezpośredniego

działania promieniowania słonecznego.

- Jeśli wyciekną baterie / akumulatory, należy unikać kontaktu skóry, oczu i błon śluzowych z chemikaliami! Dotknięte miejsca natychmiast

przeptukać czystą wodą
i udać się do lekarza!



ZAKŁADAĆ RĘKAWICE

OCHRONNE! Wylane
lub uszkodzone baterie/
akumulatory po dotknię-
ciu skóry mogą spowo-
dować poparzenia

chemiczne. Dlatego należy w takim przypadku nakładać odpowiednie rękawice ochronne.

- W przypadku wycieku baterii / akumulatorów natychmiast usunąć je z produktu, aby uniknąć uszkodzeń.

- Używać wyłącznie baterii / akumulatorów tego samego typu. Nie zakładać razem nowych oraz zużytych baterii / akumulatorów!
- Jeżeli produkt nie jest przez dłuższy czas

używany, baterie / akumulatory należy wyjąć.

Ryzyko uszkodzenia produktu

- Używać wyłącznie zalecanego rodzaju baterii / akumulatora!

- Włożyć baterie / akumulatory zgodnie z oznaczeniem biegunów (+) i (-) na baterii / akumulatorze i produkcie.
- Oczyszczyć styki baterii / akumulatora i w komorze baterii przed włożeniem suchą, niestrzępiącą się

szmatką lub patyczkiem higienicznym!

- Zużyte baterie / akumulatory wyjąć jak najszybciej z produktu.

● **Przed uruchomieniem**

- Przed pierwszym użyciem zdjąć folię ochronną z wyświetlacza LCD **1**.

- Usunąć klips do paska **5** poprzez wyciśnięcie zamknięcia w górę i przesunięcie klipsa do paska w bok (rys. B).




● Zakładanie baterii (patrz rys. C)

- Przed pierwszym użyciem włożyć dołączonej baterię.


⚠ OSTROŻNIE! Używać tylko typów baterii podanych w rozdziale „Dane techniczne”. Nieprzestrzeganie może prowadzić do uszkodzeń produktu.

- Otworzyć obudowę baterii **7** monetą, przekręcając nią osłonę obudowy baterii **6**

w kierunku odwrotnym do ruchu wskazówek zegara.

- Zwrócić uwagę na to, aby poprawnie włożyć baterię do obudowy baterii  (biegunowość). Biegunowość jest oznaczona w obudowie baterii .
- Przekręcić osłonę obudowy baterii  monetą w kierunku zgodnym z ruchem wskazówek zegara, aby ją zamknąć.

● Wymiana baterii

 **OSTROŻNIE!** Przestrzegać następujących wskazówek, aby uniknąć uszkodzeń mechanicznych i elektrycznych.

- Jeśli bateria nie działa już bez zarzutu, usunąć i wymienić ją jak opisano w rozdziale „Zakładanie baterii”.

Wskazówka: jeśli bateria zostanie usunięta, po około 20 sekundach wszystkie dane zostaną utracone.

Wskazówka: po usunięciu wszystkich informacji produkt przeprowadza krótką kontrolę wyświetlacza. Wszystkie teksty na wyświetlaczu pojawią się przez ok. 1 sekundę. Produkt przetacza się następnie w tryb ustawień.

Produkt jest gotowy do wprowadzenia ustawień.

● Ustawianie krokomierza

Wyświetlacz LCD [1] wyświetla słowa i skróty w języku angielskim. Podczas pierwszego ustawienia pojawiają się następujące komunikaty. Przed użyciem produktu konieczne jest najpierw wprowadzenie tutaj kilku danych osobowych.

- Nacisnąć kilkakrotnie przycisk MODE [2], aby wybrać pomiędzy różnymi ustawieniami.
- Nacisnąć przycisk SET [3], aby potwierdzić wybrane ustawienie.
- Unit = Ustawić jednostkę odległości (km/miła) (rys. G).

Wskazówka: Jeśli zdecyduje się ustawić jednostkę odległości w „KM”, jednostka wagi będzie podawana w formie „kg”,

a jednostka długości w formacie „cm”. Jeśli zdecyduje się na użycie „Miles” (mile), ciężar będzie podawany w formacie „lb”, a długość w „calach”.

- Time = Ustawić format czasu (24h/12h) (rys. H).
- Ustaw godziny (rys. I).
- Ustaw minuty (rys. I).
- Ustaw sekundy (rys. I).
- Ustaw dzień tygodnia (rys. I).

MO = poniedziałek

TU = wtorek

WE = środa

TH = czwartek

FR = piątek

SA = sobota

SU = niedziela

- Weight: Podaj wagę („WEI”) = waga ciała (30-220 kg) (rys. J).
- Height: Podaj wzrost = („HEI”) (100-250 cm) (rys. K).
- Step-length: Podaj długość kroków = („STP-L”) (25-250 cm) (rys. L).

Wskazówka: Przy podawaniu wagi należy uwzględnić dodatkowy ciężar, np. odzież lub plecak.

Wskazówka: Produkt pokazuje przeciętną długość kroków, która jest ustalana przez podanie wzrostu. Do dokładniejszych pomiarów można ustalić i ręcznie zmienić


osobistą długość kroku. Zmierzyć krótki odcinek 10 metrów i policzyć kroki wymagane dla tego odcinka. Podzielić dystans przez ilość kroków, a uzyska się długość kroku.

- Potwierdzić wybór poprzez ponowne naciśnięcie przycisku SET **[3]**.

● Obsługa

- Nacisnąć kilkakrotnie przycisk MODE **[2]**, aby przełączać różne tryby (wskaźnik czasu, STEP (kroki) oraz dane pamięci z ostatnich 7 dni):

Tryb czasu

Aktualny czas godzinowy i dzień tygodnia są wyświetlane na wyświetlaczu LCD .

Tryb kroków

Wyświetlane są liczba kroków zmierzonych w danym dniu oraz czas trwania aktywności.

Wskazówka: Produkt pracuje z filtrem 10-krokowym, aby zapewnić wyższą dokładność. Oznacza to, że czujnik dopiero po 10 całych wykonanych krokach rozpoczyna zapis danych użytkownika, prędkość i obliczanie odległości. Liczba kroków jest następnie wyświetlana dopiero po 10 krokach.

- Poprzez wielokrotne naciśnięcie przycisku SET **3** można przełączać czas trwania aktywności, pokonaną odległość, spalone kalorie, spalanie tłuszczu, aktualną prędkość, przeciętną prędkość i temperaturę w trybie STEP (patrz rys. E-F).

Czas trwania aktywności

Czas trwania aktywności (czas = „T”) produktu jest wyświetlany w danym dniu.

Odległość

Wyświetlana jest odległość przebyta (odległość = „D”) in km w danym dniu.

Spalanie kalorii i tłuszczu

Kalorie spalone (kalorie = „C”) w danym dniu i tłuszcz spalony (spalanie tłuszczu = „F”) w danym dniu są wyświetlane in g.

Wskazówka: Dane dotyczące spalonych kalorii są tylko przybliżone.

Prędkość

Odległość osiągnięta w danym dniu = „S” jest wyświetlana w km/h.

Temperatura

Wyświetlana jest aktualna temperatura.

● **Użycie trybu z poprzednich dni i pamięć 7-dniowa**

- Nacisnąć dwa razy przycisk MODE [2], aby przejść do tego trybu. Liczba kroków, timer treningowy, przebyty odcinek, licznik kalorii, wartości spalania tłuszczu oraz średnia prędkość dzienna są automatycznie zapisywane przez produkt. Wartości są resetowane za każdym razem o godzinie 0:00.
- Nacisnąć kilkakrotnie przycisk SET [3], aby przeglądać zapisane dane z ostatnich 7 dni oraz cały dystans ODO (licznik kilometrów).

● **Ustawianie podświetlenia**

- Nacisnąć przycisk MODE **2** przez ok. 3 sekundy. Podświetlenie włącza się na ok. 3 sekundy.

● **Użycie trybu energooszczędnego**

Jeśli produkt nie jest używany przez ok. 3 minuty, przełącza się automatycznie w tryb oszczędzania energii. Wyświetlacz LCD **1** wskazuje tylko godzinę.

● **Resetowanie produktu**

Aby zmienić osobiste ustawienia, należy całkowicie zresetować produkt.

- W tym celu przytrzymać wciśnięte przycisk MODE [2] i przycisk SET [3] jednocześnie przez ok. 3 sekundy. Wszystkie zapisane dane zostaną usunięte. Produkt przełącza się następnie ponownie w tryb ustawień.

Wskazówka: Ta funkcja jest do dyspozycji dopiero po podaniu osobistych danych, a następnie wciśnięciu przycisku SET [3].

● Zmiana ustawień czasu godzinowego

Można zmienić godzinę bez usuwania zapisanych danych treningowych.

- W tym celu w trybie czasu przytrzymać wciśnięty przycisk SET [3], aż na wyświetlaczu

LCD **1** pojawi się wskaźnik TIME.

Wskazówka: Po wymianie baterii należy na nowo ustawić godzinę i dzień tygodnia.

● Uruchomienie

- Zamocować produkt za pomocą klipsa **5** lub włożyć go w przednią kieszeń spodni. Produkt musi ściśle przylegać do ciała, aby dane mogły być dokładnie mierzone.

● Usuwanie usterek

Produkt zawiera części elektroniczne. Z tego względu w pobliżu urządzeń emitujących sygnały radiowe mogą występować zakłócenia.

W przypadku pojawienia się błędnych wskazań na wyświetlaczu należy usunąć takie urządzenia z otoczenia produktu. W przypadku wystąpienia takich zakłóceń należy wyjąć baterię z urządzenia i po chwili włożyć ją z powrotem.

● **Czyszczenie i pielęgnacja**

- W żadnym wypadku nie należy stosować cieczy oraz środków czyszczących, ponieważ mogą one uszkodzić produkt.
- Obudowę produktu należy czyścić wyłącznie z zewnątrz miękką, suchą i niestrzępiącą się szmatką.

● Konserwacja

- Jeśli produkt nie jest używany przez dłuższy czas, usunąć baterie z produktu, jak opisano w rozdziale "Wymiana baterii".

● Utylizacja

Opakowanie wykonane jest z materiałów przyjaznych dla środowiska, które można przekazać do utylizacji w lokalnym punkcie przetwarzania surowców wtórnych.



Przy segregowaniu odpadów prosimy zwrócić uwagę na oznakowanie materiałów opakowaniowych, oznaczone

są one skrótami (a) i numerami (b) o następującym znaczeniu: 1-7: Tworzywa sztuczne / 20-22: Papier i tektura / 80-98: Materiały kompozytowe.



Produkt i materiał opakowania nadają się do ponownego przetworzenia, należy je zutylizować osobno w celu lepszego przetworzenia odpadów. Logo Triman jest ważne tylko dla Francji.



Informacji na temat możliwości utylizacji wyeksploatowanego produktu udziela urząd gminy lub miasta.



Z uwagi na ochronę środowiska nie wyrzucać urządzenia po zakończeniu eksploatacji do odpadów domowych, lecz prawidłowo zutylizować. Informacji o punktach zbiorczych i ich godzinach otwarcia udziela odpowiedni urząd.

Uszkodzone lub zużyte baterie / akumulatory muszą być poddane recyklingowi zgodnie z dyrektywą 2006/66/WE i jej zmianami. Oddać baterie / akumulatory i / lub produkt w dostępnych punktach zbiórki.



Niewłaściwa utylizacja baterii / akumulatorów stwarza zagrożenie dla środowiska naturalnego!

Baterii / akumulatorów nie należy wyrzucać razem z odpadami domowymi. Mogą one zawierać szkodliwe metale ciężkie i należy je traktować jak odpady specjalne. Symbole chemiczne metali ciężkich są następujące: Cd = kadm, Hg = rtęć, Pb = ołów. Dlatego też zużyte baterie / akumulatory należy przekazywać do komunalnych punktów gromadzenia odpadów niebezpiecznych.

● Gwarancja

Produkt wyprodukowano według wysokich standardów jakości i poddano skrupulatnej kontroli przed wysyłką. W przypadku wad produktu nabywcy przysługują ustawowe prawa. Gwarancja nie ogranicza ustawowych praw nabywcy produktu. Produkt objęte jest 3 gwarancją, licząc od daty zakupu. Gwarancja wygasa w razie zawinionego przez użytkownika uszkodzenia produktu, niewłaściwego użycia lub konserwacji.

W przypadku wystąpienia w ciągu 3 lat od daty zakupu wad materiałowych lub fabrycznych, dokonujemy - według własnej oceny - bezpłatnej naprawy lub wymiany produktu.

Świadczenie gwarancyjne obejmuje wady materiałowe i fabryczne. Gwarancja nie obejmuje części produktu ulegających normalnemu zużyciu, uznawanych za części zużywalne (np. baterie) oraz uszkodzeń części łamliwych, np. przełączników, akumulatorów lub wykonanych ze szkła. Zgodnie z Kodeksem Cywilnym art. 581 §1 wraz z wymianą urządzenia lub ważnej części czas gwarancji rozpoczyna się na nowo.

● Sposób postępowania w przypadku naprawy gwarancyjnej

Aby zapewnić szybkie rozpatrzenie Państwa wniosku, prosimy stosować się do następujących wskazówek:

Przed skontaktowaniem się z działem serwisowym należy przygotować paragon i numer artykułu (np. IAN 123456_7890) jako dowód zakupu. Numery artykułów można znaleźć na tabliczce znamionowej, na grawerunku, na stronie tytułowej jego instrukcji (na dole po lewej stronie) lub jako naklejkę na stronie odwrotnej lub spodniej.

W razie wystąpienia błędów w działaniu lub innych wad, należy skontaktować się najpierw z wymienionym poniżej działem serwisowym telefonicznie lub pocztą elektroniczną.

Produkt uznany za uszkodzony można następnie z dołączeniem dowodu zakupu (paragonu) i podaniem, na czym polega wada i kiedy wystąpiła, przestać bezpłatnie na podany Państwu adres serwisu.

● **Serwis**

PL

Serwis Polska

Tel.: 008004911946

E-Mail: owim@lidl.pl



Legenda použitých piktogramů	Strana	318
Úvod	Strana	319
Použití ke stanovenému účelu	Strana	320
Popis dílů	Strana	320
Technická data	Strana	322
Obsah dodávky	Strana	324
Bezpečnost	Strana	324
Všeobecné bezpečnostní pokyny	Strana	326
Bezpečnostní pokyny pro baterie a akumulátory	Strana	333
Před uvedením do provozu	Strana	347

Vložení baterií	Strana	348
Výměna baterie.....	Strana	349
Zařízení krokoměru.....	Strana	350

Obsluha	Strana	353
Použití režimu předešlého dne a záznamu 7 dnů	Strana	357
Zapnutí osvětlení pozadí.....	Strana	358
Použití energeticky úsporného režimu	Strana	358
Uvedení výrobku do původního stavu.....	Strana	358
Změna nastavení času.....	Strana	359

Uvedení do provozu	Strana	360
Odstranění poruch.....	Strana	360

Čistění a ošetřování	Strana	361
Údržba	Strana	362
Zlikvidování	Strana	362
Záruka	Strana	366
Postup v případě uplatňování záruky	Strana	367
Servis	Strana	369

Legenda použitých piktogramů



Stejnoseměrný proud /
stejnoseměrné napětí



Baterie v obsahu (knoflíková
baterie)



Výstraha: Přečtěte si příslušné
bezpečnostní pokyny v návodu
k obsluze.



Značka CE vyjadřuje soulad s
příslušnými směrnici EU, které
se vztahují na tento výrobek.

Krokoměr

● Úvod

Blahopřejeme Vám ke koupi nového výrobku. Rozhodli jste se pro kvalitní produkt. Návod k obsluze je součástí tohoto výrobku. Obsahuje důležité pokyny pro bezpečnost, použití a likvidaci. Před použitím výrobku se seznamte se všemi pokyny k obsluze a bezpečnostními pokyny. Používejte výrobek jen popsáním způsobem a na uvedených místech. Při předání výrobku třetí osobě předejte i všechny podklady.

● Použití ke stanovenému účelu

Výrobek je jako krokoměr koncipovaný jen k privátnímu používání a není vhodný k zaznamenávání dat pro léčebné účely.

● Popis dílů

Výrobek:

- 1 LC displej
- 2 Tlačítko MODE
- 3 Tlačítko SET
- 4 Protišokový prstenec
- 5 Klip na opasek
- 6 Kryt přihrádky na baterie
- 7 Přihrádka na baterie

LC displej:


- 8 Režim počítání kroků
- 9 Ukazatel týdnů
- 10 Ukazatel dnů
- 11 Nízký stav nabití baterie
- 12 Symbol PM (12hodinový formát)
- 13 Počet kroků
- 14 Ukazatel kalorií
- 15 Symbol gram (spalování tuku)
- 16 Krokoměr aktivity
- 17 Ukazatel teploty
- 18 km / m za hodinu
- 19 Průměrná rychlost
- 20 Aktuální rychlost
- 21 Paměť 7 dní

- 22 Ukazatel hodin
- 23 Ukazatel minut
- 24 Ukazatel vteřin
- 25 Ukazatel dne v týdnu

UPOZORNĚNÍ: LC displej [1] výrobku nelze vypnout. Spotřeba proudu k provozu displeje LC je velmi malá, srovnatelná se spotřebou proudu náramkových hodinek.

● Technická data

Měřicí metoda:	senzor
Zobrazení počtu kroků:	0-99999 kroků
Zobrazení vzdálenosti:	0-9999 km
Zobrazení kalorií:	0-99999 kcal

Nastavitelná váha uživatele:	30-220kg (nastavitelná s přesností na 1 kg)
Přednastavení:	50 kg
Tělesná výška:	100 až 250 cm
Přednastavení:	150 cm
Nastavitelná délka kroku:	25-250 cm
Přednastavení:	62-104 cm (odpovídající tělesné výšce)
Časový formát:	12/24 hodin
Baterie:	1 baterie CR2032 (3 V  , lithium)
Přípustný rozsah teplot:	0-50 °C

● **Obsah dodávky**

1 krokoměr

1 baterie CR2032 (3 V --- , lithium)

1 návod k obsluze



Bezpečnost

⚠ VÁROVÁNÍ! Přečtěte si všechna bezpečnostní upozornění a pokyny. Nerespektování

bezpečnostních pokynů
a instrukcí může způsobit
úraz elektrickým proudem,
požár a / nebo závažná poranění.

**USCHOVEJTE SI VŠECHNY
BEZPEČNOSTNÍ POKYNY
A INSTRUKCE PRO**

PÍPADNÉ POZD JŠÍ POUŽITÍ!



Všeobecné bezpečnostní pokyny

- Tento výrobek mohou používat děti od 8 let, osoby se sníženými

fyzickými, smyslovými
nebo duševními schop-
nostmi nebo s nedosta-
tečnými zkušenostmi a
znanostmi, jestliže bu-
dou pod dohledem
nebo byly poučeny
o bezpečném použi-
vání výrobku a chápou

nebezpečí, která z jeho používání vyplývají.

Děti si nesmí s výrobkem hrát. Děti nesmí bez dohledu provádět čištění ani uživatelskou údržbu výrobku.

- Vadný výrobek neuvádějte do provozu.

Poškozené výrobky
znamenaají nebezpečí
ohrožení života zása-
hem elektrického
proudu!

- Nevystavujte výrobek
 - extrémním teplotám,
 - přímému slunečnímu záření,

- vlhkosti nebo dešti.

V opačném případě hrozí poškození výrobku.

- Mějte na paměti, že poškození způsobená neodborným zacházením, nedodržováním pokynů návodu k obsluze nebo zásahem

neautorizované osoby
jsou vyloučeny ze
záruky.

- Výrobek v žádném
případě nerozebírejte.
V případě neodborné
opravy může dojít
k ohrožení uživatele.

Opravy nechte provádět jen odborníky.

- Chraňte výrobek před mokrem a vlhkostí. Neponořujte výrobek do vody nebo jiných tekutin!



Bezpečnostní pokyny pro baterie a akumulátory



VÝSTRAHA!
**UCHOVÁVAT MIMO
DOSAH DĚTÍ!**

Spolknutí může způsobit chemická popálení, perforaci měkkých tkání a smrt. Těžké popáleniny se mohou projevit během 2 hodin po spolknutí. Ihned vyhledat lékaře.

Pokyny pro knoflíkové baterie



VÝSTRAHA!

Baterii nesmíte spolknout, při spolknutí hrozí nebezpečí poleptání chemickými látkami.

- Ve výrobku je jedna knoflíková baterie. Po

spolknutí knoflíkové
baterie může během
2 hodin dojít k polep-
tání vnitřních orgánů,
které může způsobit smrt.

- Uchovávejte nové i
vybité baterie mimo
dosah dětí.

- Pokud přihrádka na baterie nedrží bezpečně uzavřená, výrobek dále nepoužívejte a uchovávejte ho mimo dosah dětí.
- Vyhledejte okamžitě lékařskou pomoc, jestliže se domníváte, že byla

baterie spolknuta, nebo že se dostala do jiné části těla.



NEBEZPEČÍ VÝBUCHU!

Nenabíjecí baterie nikdy znovu nenabíjejte.

Baterie nebo akumulátory nezkratujte ani je

neotevírejte. Hrozí přehřátí, nebezpečí požáru nebo jejich prasknutí.

- Nikdy neházejte baterie nebo akumulátory do ohně ani do vody.
- Nevystavujte baterie nebo akumulátory mechanickému zatížení.

Nebezpečí vytečení baterií / akumulátorů

- Zabraňte extrémním podmínkám a teplotám, např. na topení anebo na slunci, které mohou negativně ovlivnit funkci baterií nebo akumulátorů.

- V případě vytečení baterií / akumulátorů zabraňte kontaktu chemikálií s pokožkou, očima a sliznicemi! Omyjte ihned postižená místa dostatečným množstvím čisté vody a vyhledejte lékařskou pomoc!



NOSTE OCHRANNÉ

RUKAVICE! Vyteklé i poškozené baterie nebo akumulátory mohou při kontaktu s pokožkou způsobit její poleptání. Noste proto vhodné rukavice.

- V případě vytečení ihned odstraňte baterie nebo akumulátory z výrobku, abyste zabránili jeho poškození!
- Používejte jen baterie nebo akumulátory stejného typu. Nekombinujte

staré baterie nebo akumulátory s novými!

- Odstraňte baterie nebo akumulátory při delším nepoužívání z výrobku.

Nebezpečí poškození výrobku

- Používejte jen udaný typ baterie nebo akumulátoru!
- Nasazujte baterie nebo akumulátory podle označení polaritý (+) a (-) na bateriích nebo

akumulátorech a na výrobku.

- Vyčistěte kontakty na baterii / akumulátoru a v přihrádce na baterie před jejich vložením suchou utěrkou, která nepouští vlákna, nebo vatovým tamponem!

- Vybité baterie nebo akumulátory ihned vyjměte z výrobku.

● **Před uvedením do provozu**

- Před prvním použitím odstraňte ochrannou fólii z LC displeje **1**.
- Odstraňte klip na opasek **5** stlačením uzávěru nahoru a posunutím klipu na opasek do strany (obr. B).

● Vložení baterií (viz obr. C)

- Před prvním použitím vložte do výrobku dodané baterie.

⚠ OPATRNĚ! Používejte jen typy baterií udané v kapitole „Technická data“. V opačném případě může dojít k poškození výrobku.

- Otevřete přihrádku na baterie **7** otočením krytu přihrádky na baterie **6** mincí ve směru proti chodu hodinových ručiček.
- Dbejte na správné vložení baterie do přihrádky na baterie **7** (polarita). Správná polarita je zobrazena v přihrádce na baterie **7**.
- Pro uzavření krytu přihrádky na baterie **6** otáčejte mincí ve směru chodu hodinových ručiček.

● **Výměna baterie**

- ⚠ OPATRNĚ!** Dbejte na následující pokyny, abyste se vyhnuli mechanickému poškození výrobku a poškození jeho elektrických dílů.
- Vybitou baterii vyjměte a vyměňte ji podle popisu v kapitole „Vložení baterie“.

Upozornění: Po vyjmutí baterie se po 20 sekundách vymažou všechna data.

Upozornění: Po vymazání všech informací provede výrobek krátkou kontrolu displeje. Všechny texty, které na displeji zobrazují, na cca 1 sekundu se objeví. Potom se výrobek přepne do režimu nastavování.

Váš výrobek je nyní připraven k nastavení.

● Zařízení krokoměru

LC displej **1** zobrazuje slova a zkratky v angličtině. Během zařizování se objevují následující zobrazení. Před použitím výrobku se musí nejdříve zadat některá osobní data.

- Pro přechody mezi různými nastaveními stiskněte vícekrát tlačítko MODE **2**.
- Pro potvrzení Vámi požadovaného nastavení stiskněte tlačítko SET **3**.
- Unit = nastavte jednotku vzdálenosti (km/míle) (obr. G).

Poznámka: Jestliže jste se rozhodli nastavit jednotku vzdálenosti v „km“, pak se nastaví

jednotka váhy v „kg“ a délky v „cm“. Jestliže jste se rozhodli pro použití „míle“ (míle), pak se nastaví jednotka váhy v „lb“ a délky v „zoll“.

- Time = nastavte formát času (24hodinový/12hodinový) (obr. H).
- Nastavte hodiny (obr. I).
- Nastavte minuty (obr. I).
- Nastavte vteřiny (obr. I).
- Nastavte den v týdnu (obr. I).

MO = pondělí

TU = úterý

WE = středa

TH = čtvrtek

FR = pátek

SA = sobota

SU = neděle

- Weight: udejte Vaší tělesnou váhu („WEI“) = tělesná váha (30–220 kg) (obr. J).
- Height: udejte Vaší tělesnou výšku = („HEI“) (100–250 cm) (obr. K).
- Step-length: udejte délku Vašeho kroku = („STP-L“) (25–250 cm) (obr. L).

Poznámka: Při zadávání Vaší váhy dbejte na přídatnou váhu, např. Vašeho oblečení nebo batohu.

Poznámka: Výrobek ukazuje průměrnou délku kroku, kterou odvozuje ze zadání Vaší tělesné výšky. Pro přesnější měření můžete

délku Vašeho kroku změřit a ručně změnit. Změřte si vzdálenost 10 metrů a pak spočítejte kroky, které pohřebujete pro tuto vzdálenost. Vzdálenost vydělte počtem kroků, tím dostanete délku Vašeho kroku.

- Potvrďte Vaší volbu opětovným stisknutím tlačítka SET **3**.

● **Obsluha**

- Pro listování mezi různými režimy (zobrazení času, STEP (kroky) a daty uloženými v posledních 7 dnech do paměti) stiskněte vícekrát tlačítko MODE **2**:

Režim času

Na LC displeji **1** se zobrazují aktuální čas a den v týdnu.

Režim kroků

Zobrazují se počet kroků naměřených v příslušném dni a doba trvání aktivity.

Poznámka: Výrobek pracuje s filtrem pro 10 kroků, aby zajistil vyšší přesnost.

To znamená, že začne senzor se snímáním dat uživatele, rychlosti a s výpočtem vzdálenosti teprve po nepřerušném cyklu 10 kroků. Tím se počet kroků zobrazí teprve po 10 krocích.

- Opakovaným stisknutím tlačítka SET **3** lze přepínat v režimu STEP a tím zobrazit dobu aktivity, překonanou vzdálenost,

spotřebované kalorie, spalování tuku, aktuální rychlost, průměrnou rychlost a teplotu (viz obr. E-F).

Doba aktivit

Zobrazuje se doba aktivity (čas = „T“) výrobku v odpovídající den.

Vzdálenost

Zobrazuje se překonaná vzdálenost v určitý den v km (vzdálenost = „D“).

Spotřeba kalorií a spalování tuku

Zobrazují se v určitý den spotřebované kalorie (kalorie = „C“) a v určitý den spálený tuk (spalování tuku = „F“) v g.

Poznámka: Spotřebované kalorie jsou jen přibližný údaj.

Rychlost

V určitý den dosažená rychlost = „S“ se zobrazuje v km/hod.

Teplota

Zobrazuje se aktuální teplota.

● Použití režimu předešlého dne a záznamu 7 dnů

- Pro přechod do tohoto režimu stiskněte dvakrát tlačítko MODE [2]. Výrobek ukládá automaticky do paměti pro každý den počet kroků, tréninkový časovač, překonanou vzdálenost, počítač kalorií, hodnoty spalování tuku a průměrnou rychlost. Každý den v 0:00 hodin se se vrací hodnoty do počátečního stavu.
- Pro listování v datech uložených do paměti v posledních 7 dnech a v celkové distanci ODO (počítač kilometrů) stiskněte vícekrát tlačítko SET [3].

● Zapnutí osvětlení pozadí

- Přidržte na cca 3 vteřiny tlačítko MODE [2].
Osvětlení pozadí se zapne na cca 3 vteřiny.

● Použití energeticky úsporného režimu

Nepoužívaný výrobek se za cca 3 minuty automaticky přepne do energeticky úsporného režimu. LC displej [1] ukazuje jen čas.

● Uvedení výrobku do původního stavu

Pro změnu osobního nastavení musíte výrobek úplně vrátit do původního stavu.

- K tomu přidržte současně tlačítka MODE 2 a SET 3 stisknutá na cca 3 vteřiny. Všechna do paměti zaznamenaná data se smažou. Potom se výrobek zase přepne do režimu nastavování.

Poznámka: Tuto funkci máte k dispozici teprve po zadání Vašich osobních dat a následujícím stisknutí tlačítka SET 3.

● Změna nastavení času

Čas můžete změnit bez smazání tréninkových dat uložených do paměti.

- K tomu přidržte v režimu času tlačítko SET 3 stisknuté tak dlouho, až se na LC displeji 1 objeví TIME.

Poznámka: Po výměně baterie musíte čas a den v týdnu znovu nastavit.

● **Uvedení do provozu**

- Připevněte výrobek klipem na opasek **5** nebo si ho dejte do Vaší přední kapsy. Výrobek musí přiléhat těsně na tělo, aby bylo měření přesné.

● **Odstranění poruch**

Výrobek obsahuje elektronické díly. Proto může dojít k jejímu rušení zařízeními, vysílajícími rádiové signály.

Jestliže se objeví na displeji výrobku chybná zobrazení, odstraňte rušící zařízení z jeho blízkosti. Při těchto poruchách na chvíli vyndejte a znovu vložte baterie.

● **Čistění a ošetřování**

- V žádném případě nepoužívejte tekutiny ani ostré čisticí prostředky – došlo by k poškození výrobku.
- Čistěte výrobek jen na povrchu měkkým, suchým hadrem, který nepouští vlákna.

● Údržba

- Jestliže nebudete výrobek delší dobu používat, vyjměte z něho baterie, jak je popsáno v kapitole "Výměna baterií".

● Zlikvidování

Obal se skládá z ekologických materiálů, které můžete zlikvidovat prostřednictvím místních sběrů recyklovatelných materiálů.



Při třídění odpadu se řiďte podle označení obalových materiálů zkratkami (a) a čísly (b), s následujícím významem: 1-7: umělé hmoty / 20-22: papír a lepenka / 80-98: složené látky.



Výrobek a obalové materiály jsou recyklovatelné, zlikvidujte je odděleně pro lepší odstranění odpadu. Logo Triman platí jen pro Francii.



O možnostech likvidace vysloužilých zařízení se informujte u správy vaší obce nebo města.



V zájmu ochrany životního prostředí vysloužilý výrobek nevyhazujte do domovního odpadu, ale předejte k odborné likvidaci. O sběrnách a jejich otevíracích hodinách se můžete informovat u příslušné správy města nebo obce.

Vadné nebo vybité baterie resp. akumulátory se musí, podle směrnice 2006/66/ES a jejich příslušných změn, recyklovat. Baterie, akumulátory i výrobek odevzdejte zpět do nabízených sběrů.



Ekologické škody v důsledku chybné likvidace baterií / akumulátorů!

Baterie / akumulátory se nesmí zlikvidovat v domácím odpadu. Mohou obsahovat jedovaté těžké kovy a musí se zpracovávat jako zvláštní odpad. Chemické symboly těžkých kovů: Cd = kadmium, Hg = rtuť, Pb = olovo. Proto odevzdejte opotřebované baterie / akumulátory u komunální sběrně.

● Záruka

Výrobek byl vyroben s nejvyšší pečlivostí podle přísných kvalitativních směrnic a před odesláním prošel výstupní kontrolou. V případě závad máte možnost uplatnění zákonných práv vůči prodejci. Vaše práva ze zákona nejsou omezena naší níže uvedenou zárukou.

Na tento artikl platí 3 záruka od data zakoupení. Záruční lhůta začíná od data zakoupení. Uschovejte si dobře originál pokladní stvrzenky. Tuto stvrzenku budete potřebovat jako doklad o zakoupení.

Pokud se do 3 let od data zakoupení tohoto výrobku vyskytne vada materiálu nebo výrobní vada, výrobek Vám – dle našeho rozhodnutí –

bezplatně opravíme nebo vyměníme. Tato záruka zaniká, jestliže se výrobek poškodí, neodborně použil nebo neobdržel pravidelnou údržbu. Záruka platí na vady materiálu a výrobní vady. Tato záruka se nevztahuje na díly výrobku podléhající opotřebení (např. na baterie), dále na poškození křehkých, choulostivých dílů, např. vypínačů, akumulátorů nebo dílů zhotovených ze skla.

● **Postup v případě uplatňování záruky**

Pro zajištění rychlého zpracování Vašeho případu se řiďte následujícími pokyny:

Pro všechny požadavky si připravte pokladní stvrzenku a číslo artiklu (např. IAN 123456_7890) jako doklad o zakoupení.

Číslo artiklu najdete na typovém štítku, gravuře, titulní stránce návodu (vlevo dole) nebo na nálepce na zadní nebo spodní straně.

V případě poruch funkce nebo jiných závad nejdříve kontaktujte, telefonicky nebo e-mailem, v následujícím textu uvedené servisní oddělení. Výrobek registrovaný jako vadný potom můžete s přiloženým dokladem o zakoupení (pokladní stvrzenkou) a údaji k závadě a kdy k ní došlo, bezplatně zaslat na adresu servisu, která Vám byla sdělena.

● **Servis**

CZ **Servis Česká republika**

Tel.: 800600632

E-Mail: owim@lidl.cz



Legenda použitých piktogramov	Strana	373
Úvod	Strana	374
Používanie v súlade s určeným účelom	Strana	375
Popis častí.....	Strana	375
Technické údaje	Strana	377
Obsah dodávky.....	Strana	379
Bezpečnosť	Strana	379
Všeobecné bezpečnostné upozornenia	Strana	382
Bezpečnostné upozornenia týkajúce sa batérií / akumulátorových batérií.....	Strana	389

Pred uvedením do prevádzky

.....Strana	405
Vkladanie batérie.....Strana	405
Výmena batérie.....Strana	406
Nastavenie krokometra.....Strana	408

Obsluha.....Strana 411

Používanie režimu predchádzajúceho dňa a 7-dňová pamäť.....Strana	414
Zapnutie osvetlenia pozadia.....Strana	415
Používanie energeticky úsporného režimu.....Strana	416
Vynulovanie hodnôt.....Strana	416
Zmeniť nastavenie času.....Strana	417

Uvedenie do prevádzky	Strana	418
Odstraňovanie porúch	Strana	418
Čistenie a údržba	Strana	419
Údržba	Strana	420
Likvidácia	Strana	420
Záruka	Strana	423
Postup v prípade poškodenia v záruke	Strana	425
Servis	Strana	427

Legenda použitých piktogramov



Jednosmerný prúd / napätie



Batéria vložená (gombíková batéria)



Varovanie: Prečítajte si príslušné bezpečnostné informácie v návode na obsluhu.



Značka CE uvádza zhodu s príslušnými smernicami EÚ platnými pre tento výrobok.

Krokomer

● Úvod

Blahoželáme Vám ku kúpe Vášho nového výrobku. Rozhodli ste sa pre veľmi kvalitný výrobok. Návod na obsluhu je súčasťou tohto výrobku. Obsahuje dôležité upozornenia týkajúce sa bezpečnosti, používania a likvidácie. Skôr ako začnete výrobok používať, oboznámte sa so všetkými pokynmi k obsluhu a bezpečnosti.

Výrobok používajte iba v súlade s popisom a v uvedených oblastiach používania. V prípade postúpenia výrobku ďalším osobám odovzdajte aj všetky dokumenty patriace k výrobku.

● Používanie v súlade s určeným účelom

Výrobok bol koncipovaný ako krokomer na súkromné používanie a nie je vhodný na zaznamenávanie lekárskeho údajov.

● Popis častí

Výrobok:

- 1 LC-displej
- 2 Tlačidlo MODE
- 3 Tlačidlo SET
- 4 Protišokový krúžok
- 5 Spona na opasok
- 6 Kryt priečinka pre batériu
- 7 Schránka pre batériu

LC-displej:


- 8 Krokový režim
- 9 Zobrazenie týždňa
- 10 Zobrazenie dňa
- 11 Nízky indikátor batérie
- 12 Symbol PM (12-hod. - formát)
- 13 Počet krokov
- 14 Zobrazenie kalórií
- 15 Symbol gramov (spaľovanie tukov)
- 16 Krokomer
- 17 Zobrazenie teploty
- 18 km / m za hodinu
- 19 Priemerná rýchlosť
- 20 Aktuálna rýchlosť
- 21 7-dňová pamäť

- 22 Zobrazenie hodín
- 23 Zobrazenie minút
- 24 Zobrazenie sekúnd
- 25 Zobrazenie dňa v týždni

POZNÁMKA: LC-displej [1] výrobku nie je možné vypnúť. Spotreba energie na prevádzku LC-displeja je však veľmi nízka a je porovnateľná s náramkovými hodinkami.

● Technické údaje

Metóda merania:	Senzor
Zobrazenie krokov:	0-99999 krokov
Zobrazenie vzdialenosti:	0-9999 km
Zobrazenie kalórií:	0-99999 kcal

Nastaviteľná	
hmotnosť používateľa:	30–220 kg (s presnosťou nastavenia na 1 kg)
Prednastavenie:	50 kg
Telesná výška:	100–250 cm
Prednastavenie:	150 cm
Nastaviteľná	
dĺžka kroku:	25–250 cm
Prednastavenie:	62–104 cm (podľa telesnej výšky)
Časový formát:	12/24 hodín
Batéria:	1 batéria CR2032 (3 V  , lítiová)
Prípustný	
teplotný rozsah:	0–50 °C

● **Obsah dodávky**

1 krokomer

1 batéria CR2032 (3 V \equiv , lítiová)

1 návod na používanie



Bezpečnosť

⚠ VAROVANIE! Prečítajte si všetky bezpečnostné upozornenia a pokyny.

Nerešpektovanie bezpečnostných upozornení a pokynov môže spôsobiť zásah elektrickým prúdom, požiar a / alebo závažné poranenia.

USCHOVAJTE SI VŠETKY
BEZPE NOSTNÉ UPO-
ZORNENIA A POKYNY
PRE BUDÚCNOS !



Všeobecné bezpečnostné upozornenia

- Tento výrobok môžu používať deti od 8 rokov ako aj osoby so zníženými psychickými, senzorickými alebo duševnými schopnosťami

alebo s nedostatkom skúseností a vedomostí, ak sú pod dozorom, alebo ak boli poučené ohľadom bezpečného používania výrobku, a ak porozumeli nebezpečenstvám spojeným s jeho používaním. Deti

sa s výrobkom nesmú hrať. Čistenie a údržbu nesmú vykonávať deti bez dozoru.

- Výrobok neuvádzajte do prevádzky, ak je poškodený. Poškodené výrobky predstavujú nebezpečenstvo

ohrozenia života v dôsledku zásahu elektrickým prúdom!

- Nevystavujte produkt
 - extrémnym teplotám,
 - priamemu slnečnému žiareniu,
 - vlhkosti / dažďu.

Ak tak urobíte, vystavujete výrobok riziku poškodenia.

- Nezabúdajte, že poškodenia v dôsledku neodbornej manipulácie, nerešpektovania návodu na používanie alebo zásahu zo strany

neautorizovanej osoby sú zo záruky vylúčené.

- Výrobok v žiadnom prípade nerozoberajte. V prípade neodborných opráv môžu pre používateľa vzniknúť výrazné nebezpečenstvá.

Opravami poverte len odborníkov.

- Chráňte výrobok pred kvapalinami a vlhkosťou. Neponárajte výrobok do vody alebo iných kvapalín!



Bezpečnostné
upozornenia
týkajúce sa ba-
térií / akumulá-
torových batérií



VAROVANIE!

SKLADUJTE

MIMO DOSAHU

DETI! Prehltnutie môže spôsobiť chemické popáleniny, perforácie mäkkých častí tkaniva a smrť. Ťažké popáleniny môžu nastať v priebehu 2 hodín po

prehltnutí. Ihneď vyhľadajte lekára.

Pokyny ku gombíkovým batériam



VAROVANIE! Ne-

prehltnite batériu, hrozí nebezpečenstvo chemického poleptania.

- Tento výrobok obsahuje gombíkovú batériu. Ak došlo k prehltnutiu gombíkovej batérie, môže v priebehu 2 hodín dôjsť k vážnym vnútorným poleptaniam, ktoré môžu viesť k smrti.

- Nové a opotrebované batérie držte mimo dosahu detí.
- Ak nie je možné správne uzatvoriť priečinok pre batériu, výrobok už nepoužívajte a držte ho mimo dosahu detí.

- Ak predpokladáte, že batérie mohli byť prehltnuté alebo sa dostali do niektorej časti tela, okamžite vyhľadajte lekársku pomoc.



**NEBEZPEČEN-
STVO EXPLÓ-**

ZIE! Nenabíjateľné batérie nikdy znova nenabíjajte. Batérie / akumulátorové batérie neskratujte a / alebo neotvárajte. Následkom môže byť prehriatie, požiar alebo explózia.

- Batérie / akumulátorové batérie nikdy nehádzte do ohňa alebo vody.
- Nevystavujte batérie / akumulátorové batérie mechanickej záťaži.

Riziko vytečenia batérií / akumuláto- rových batérií

- Batérie / akumulátorové batérie nikdy nevystavujte extrémnym podmienkam a teplotám, ktoré by na ne mohli pôsobiť, napr. na vykurovacích tele-

sách / priamom
slnečnom žiarení.

- Ak batérie / akumulátové batérie vytiekli, zabráňte kontaktu pokožky, očí a slizníc s chemikáliami! Ihneď vypláchnite postihnuté miesta väčším množstvom čistej

vody a okamžite vyhľadajte lekára!



NOSTE OCHRANNÉ

RUKAVICE! Vytečené alebo poškodené batérie / akumulátorové batérie môžu pri kontakte s pokožkou spôsobiť

poleptanie. V takom prípade preto noste vhodné ochranné rukavice.

- V prípade vytečenia batérií / akumulátorových batérií ich ihneď vyberte z výrobku, aby ste predišli vzniku škôd.

- Používajte iba batérie / akumulátorové batérie rovnakého typu. Ne kombinujte staré batérie / akumulátorové batérie s novými!
- Ak produkt dlhší čas nepoužívate, vyberte

z neho batérie / akumulátorové batérie.

Riziko poškodenia produktu

- Používajte výhradne uvedený typ batérií / akumulátorových batérií!

- Vložte batérie / akumulátorové batérie podľa označenia polarít (+) a (-) na batérii / akumulátorovej batérii a výrobu.
- Pred vložením očistite kontakty na batérii / akumulátorovej batérii


a v priečinku pre batériu suchou handričkou, ktorá nepúšťa vlákna, alebo vatovou tyčinkou!

- Vybité batérie / akumulátorové batérie ihneď vyberte z produktu.

● Pred uvedením do prevádzky


- Pred prvým použitím odstráňte ochrannú fóliu z LC-displeja **1**.
- Odstráňte sponu na opasok **5** tak, že uzáver zatlačíte dohora a vysuniete sponu na opasok nabok (obr. B).

● **Vkladanie batérie (pozri obr. C)**

- Pred prvým použitím vložte priloženú batériu.
-  **OPATRNE!** Používajte len typy batérií uvedené v kapitole „Technické údaje“. Nerešpektovanie môže viesť k poškodeniu produktu.

- Otvorte schránku pre batérie **7** mincou tak, že kryt schránky pre batériu **6** otočíte proti smeru hodinových ručičiek.
- Dbajte na to, aby ste batériu vložili správne do schránky pre batériu **7** (polarita). Polarita je zobrazená v schránke pre batériu **7**.
- Otočte kryt schránky pre batériu **6** mincou v smere hodinových ručičiek, aby ste ho zatvorili.

● **Výmena batérie**

 **OPATRNE!** Aby ste predišli mechanickým a elektrickým škodám, rešpektujte nasledujúce upozornenia.

- Ak už batéria nefunguje správne, vyberte ju a vymeňte podľa popisu v kapitole „Vloženie batérie“.

Poznámka: Keď batériu vyberiete, približne po 20 sekundách sa vymažú všetky nastavenia.

Poznámka: Po vymazaní všetkých informácií výrobok vykoná krátku kontrolu displeja. Všetky texty zobrazované na displeji sa zobrazia na cca. 1 sekundu. Výrobok sa potom prepne do nastavovacieho režimu.

Váš výrobok je teraz pripravený na nastavenie.

● Nastavenie krokomera

LC-displej [1] zobrazuje slová a skratky v anglickom jazyku. Počas úvodného nastavenia sa zobrazia nasledujúce zobrazenia. Skôr, ako budete výrobok používať, musíte zadať niektoré osobné údaje.

- Viackrát stlačte tlačidlo MODE [2] pre striedanie rôznych nastavení.
- Stlačte tlačidlo SET [3] pre potvrdenie Vami zvoleného nastavenia.
- Unit = Nastavte jednotku vzdialenosti (km / míľa) (obr. G).

Poznámka: Keď sa rozhodnete nastaviť jednotku vzdialenosti v „KM“, bude jednotka hmotnosti uvedená vo formáte „kg“ a jednotka dĺžky vo formáte cm“. Ak sa rozhodnete pre

používanie „Miles“ (míle), bude hmotnosť uvedená vo formáte „lb“ a dĺžka v „Zoll“.

- Time = Nastavte formát času (24h/12h) (obr. H).
- Nastavte hodiny 22 (obr. I).
- Nastavte minúty 23 (obr. I).
- Nastavte sekundy 24 (obr. I).
- Nastavte deň týždňa 25 (obr. I).

MO= pondelok

TU= utorok

WE= streda

TH= štvrtok

FR= piatok

SA= sobota

SU= nedeľa

- Weight: Zadaťte Vašu hmotnosť („WEI“) = telesná hmotnosť (30-220 kg) (obr. J).
- Height: Zadaťte Vašu výšku = („HEI“) (100-250 cm) (obr. K).
- Step-length: Zadaťte Vašu dĺžku kroku = („STP-L“) (25-250 cm) (obr. L).

Poznámka: Pri zadávaní Vašej hmotnosti nezabudnite zohľadniť dodatočnú hmotnosť, napr. Vaše oblečenie alebo batoh.

Poznámka: Produkt zobrazuje priemernú dĺžku kroku, ktorá je určená prostredníctvom zadania Vašej výšky. Pre presnejšie merania môžete zmerať Vašu osobnú dĺžku kroku a zmeniť ju manuálne. Zmerajte krátky úsek

10 metrov a spočítajte kroky potrebné na prejsenie tejto vzdialenosti. Vydeľte vzdialenosť počtom krokov a získate dĺžku Vášho kroku.

- Váš výber potvrdíte opätovným stlačením tlačidla SET **3**.

● **Obsluha**

- Viackrát stlačte tlačidlo MODE **2** pre listovanie medzi rôznymi režimami (zobrazenie času, STEP (kroky) ako aj uložené údaje posledných 7 dní):

Režim zobrazenia času

Na LC-displeji **1** sa zobrazí aktuálny čas a deň v týždni.

Režim krokov

Zobrazí sa počet nameraných krokov ako aj dĺžka aktivity príslušného dňa.

Poznámka: Výrobok je vybavený 10-krokovým filtrom pre zvýšenie presnosti.

To znamená, že senzor začne zaznamenávať používateľské údaje, rýchlosť a vzdialenosť až po vykonaní 10 krokov vkuse. Počet krokov sa preto zobrazuje až od 10 krokov.

- Niekoľkými stlačeniami tlačidla SET **3** je možné v režime STEP prepínať dĺžku aktivity,

prekonanú vzdialenosť, spotrebované kalórie, spaľovanie tukov, aktuálnu rýchlosť, priemernú rýchlosť a teplotu (p. obr. E-F).

Dĺžka aktivity

Zobrazí sa dĺžka aktivity (čas = „T“) produktu v príslušný deň.

Vzdialenosť

Zobrazí sa vzdialenosť (vzdialenosť = „D“) prekonaná v určitý deň v km.

Spotrebované kalórie a spaľovanie tukov

Spotrebované kalórie (kalória = „C“) a spaľený tuk (spaľovanie tukov = „F“) aktuálneho dňa sa zobrazia v g.

Poznámka: Počet spotrebovaných kalórií je iba približný údaj.

Rýchlosť

Rýchlosť = „S“ dosiahnutá v určitý deň sa zobrazí v km/h.

Teplota

Zobrazí sa aktuálna teplota.

● **Používanie režimu predchádzajúceho dňa a 7-dňová pamäť**

- Dvakrát stlačte tlačidlo MODE 2 pre prechod k tomuto režimu. Produkt automaticky uloží

počet krokov, časovač tréningu, prejdenú vzdialenosť, počítadlo kalórií, hodnoty spaľovania tukov a priemernú rýchlosť za deň. Hodnoty sú každý deň o 0:00 hod. vrátené na pôvodnú hodnotu.

- Viackrát stlačte tlačidlo SET **3**, aby ste listovali v uložených hodnotách posledných 7 dní ako aj v celkovo prekonanej trase ODO (počítadlo kilometrov).

● **Zapnutie osvetlenia pozadia**

- Stlačte na cca. 3 sekundy tlačidlo MODE **2**. Osvetlenie pozadia sa zapne na cca. 3 sekundy.

● Používanie energeticky úsporného režimu

Ak výrobok cca. 3 minúty nepoužívate, automaticky sa zapne energeticky úsporný režim.

LC-displej **1** zobrazuje iba čas.

● Vynulovanie hodnôt

Ak chcete zmeniť svoje osobné nastavenia, musíte produkt úplne resetovať.

- Podržte preto tlačidlo MODE **2** a tlačidlo SET **3** súčasne na cca. 3 sekundy. Všetky uložené údaje sa vymažú. Výrobok sa potom prepne opäť do nastavovacieho režimu.

Poznámka: Táto funkcia je Vám k

dispozícii až po zadaní Vašich osobných údajov a následnom stlačení tlačidla SET **3**.

● Zmeniť nastavenie času

Čas môžete zmeniť bez toho, aby ste vymazali uložené tréningové hodnoty.

- Podržte preto v režime času stlačené tlačidlo SET **3** a objaví sa zobrazenie TIME na LC-displeji **1**.

Poznámka: Po výmene batérie budete musieť znova nastaviť čas a deň v týždni.

● **Uvedenie do prevádzky**

- Zaistíte výrobok pomocou spony na opasok **5** alebo ho vložte do jedného z predných vreciek na Vašich nohaviciach. Aby sa údaje dali presne zmerať, výrobok musí tesne priliehať na tele.

● **Odstraňovanie porúch**

Produkt obsahuje elektronické súčiastky. Ak sa nachádza v blízkosti prístrojov, ktoré vysielajú rádiové signály, môže to vyvolať poruchy. Ak sa na displeji vyskytne chybné zobrazenie, odstráňte takéto prístroje z okolia výrobku. Pri

takýchto funkčných poruchách vyberte na krátky čas batériu a znova ju vložte.

● Čistenie a údržba

- V žiadnom prípade nepoužívajte kvapaliny ani ostré čistiace prostriedky, pretože tieto poškodzujú výrobok.
- Výrobok čistite iba zvonku jemnou, suchou handričkou bez vlákien.

● Údržba

- Ak výrobok dlhší čas nepoužívate, vyberte batérie z výrobku, ako je popísané v kapitole "Výmena batérie".

● Likvidácia

Obal pozostáva z ekologických materiálov, ktoré môžete odovzdať na miestnych recyklačných zberných miestach.



Všímajte si prosím označenie obalových materiálov pre triedenie odpadu, sú označené skratkami (a) a číslami (b)

s nasledujúcim významom: 1-7: Plasty / 20-22: Papier a kartón / 80-98: Spojené látky.



Výrobok a obalové materiály sú recyklovateľné, zlikvidujte ich oddelene pre lepšie spracovanie odpadu.

Triman-Logo platí iba pre Francúzsko.



O možnostiach likvidácie opotrebovaného výrobku sa môžete informovať na Vašej obecnej alebo mestskej správe.



Ak výrobok doslúžil, v záujme ochrany životného prostredia ho neodhodte do domového odpadu, ale odovzdajte

na odbornú likvidáciu. Informácie o zberných miestach a ich otváracích hodinách získate na Vašej príslušnej správe.

Defektné alebo použité batérie / akumulátorové batérie musia byť odovzdané na recykláciu podľa smernice 2006/66/ES a jej zmien. Batérie / akumulátorové batérie a / alebo výrobok odovzdajte prostredníctvom dostupných zberných stredísk.



**Nesprávna likvidácia batérií /
akumulátorových batérií ničí
životné prostredie!**

Batérie / akumulátorové batérie sa nesmú likvidovať spolu s domovým odpadom. Môžu obsahovať jedovaté ťažké kovy a je potrebné zaobchádzať s nimi ako s nebezpečným odpadom. Chemické značky ťažkých kovov sú nasledovné: Cd = kadmium, Hg = ortuť, Pb = olovo. Opatrované batérie / akumulátorové batérie preto odovzdajte v komunálnej zberni.

● Záruka

Tento výrobok bol dôkladne vyrobený podľa prísnych akostných smerníc a pred dodaním svedomito testovaný. V prípade nedostatkov tohto výrobku Vám prináležia zákonné práva

voči predajcovi produktu. Tieto zákonné práva nie sú našou nižšie uvedenou zárukou obmedzené. Na tento produkt poskytujeme 3-ročnú záruku od dátumu nákupu. Záručná doba začína plynúť dátumom kúpy. Starostlivo si prosím uschovajte originálny pokladničný lístok. Tento doklad je potrebný ako dôkaz o kúpe.

Ak sa v rámci 3 rokov od dátumu nákupu tohto výrobku vyskytne chyba materiálu alebo výrobná chyba, výrobok Vám bezplatne opravíme alebo vymeníme – podľa nášho výberu. Táto záruka zaniká, ak bol produkt poškodený, neodborne používaný alebo neodborne udržiavaný.

Poskytnutie záruky sa vzťahuje na chyby materiálu a výrobné chyby. Táto záruka sa nevzťahuje na

časti produktu, ktoré sú vystavené normálnemu opotrebovaniu, a preto ich je možné považovať za opotrebovateľné diely (napr. batérie) alebo na poškodenia na rozbitných dieloch, napr. na spínači, akumulátorových batériách alebo časťach, ktoré sú zhotovené zo skla.

● **Postup v prípade poškodenia v záruke**

Pre zaručenie rýchleho spracovania Vašej požiadavky dodržte prosím nasledujúce pokyny:

Pre všetky otázky majte pripravený pokladničný doklad a číslo výrobku (napr. IAN 123456_7890) ako dôkaz o kúpe.

Číslo výrobku nájdete na typovom štítku, gravúre, na prednej strane Vášho návodu (dole vľavo) alebo ako nálepku na zadnej alebo spodnej strane. Ak sa vyskytnú funkčné poruchy alebo iné nedostatky, najskôr telefonicky alebo e-mailom kontaktujte následne uvedené servisné oddelenie. Produkt označený ako defektný potom môžete s priloženým dokladom o kúpe (pokladničný lístok) a uvedením, v čom spočíva nedostatok a kedy sa vyskytol, bezplatne odoslať na Vám oznámenú adresu servisného pracoviska.

● **Servis**

SK **Servis Slovensko**

Tel.: 0800 008158

E-pošta: owim@lidl.sk



Leyenda de pictogramas utilizados	Página	431
Introducción	Página	432
Especificaciones de uso.....	Página	433
Descripción de los componentes...	Página	433
Datos técnicos.....	Página	435
Volumen de suministro.....	Página	437
Seguridad	Página	437
Indicaciones generales de seguridad	Página	439
Indicaciones de seguridad para pilas / baterías.....	Página	447

Antes de la puesta en funcionamiento	Página	463
Colocar la pila	Página	464
Cambiar la pila	Página	465
Configurar el podómetro.....	Página	466

Manejo	Página	470
Utilizar el modo de día anterior y el registro de 7 días.....	Página	473
Encender la luz de fondo de pantalla	Página	474
Utilizar el modo de ahorro de energía	Página	475
Restablecer producto.....	Página	475
Modificar el ajuste de la hora ...	Página	476

Puesta en funcionamiento	Página	477
Solucionar problemas.....	Página	477
Limpieza y cuidado	Página	478
Mantenimiento	Página	478
Eliminación	Página	479
Garantía	Página	482
Tramitación de la garantía.....	Página	485
Asistencia.....	Página	486

Leyenda de pictogramas utilizados



Corriente / tensión continua



Pila incluida (pila de botón)



Advertencia: lea las indicaciones de seguridad correspondientes en el manual de instrucciones.



La marca CE indica la conformidad con las directivas de la UE aplicables a este producto.

Podómetro

● Introducción

Enhorabuena por la adquisición de su nuevo producto. Ha optado por un producto de alta calidad. El manual de instrucciones forma parte de este producto. Contiene importantes indicaciones sobre seguridad, uso y eliminación. Antes de usar el producto, familiarícese con todas las indicaciones de manejo y de seguridad. Utilice el producto únicamente como se describe a continuación y para las aplicaciones indicadas. Adjunte igualmente toda la documentación en caso de entregar el producto a terceros.

● Especificaciones de uso

El producto está pensando únicamente como podómetro para el uso privado y en ningún caso es adecuado para recoger datos médicos.

● Descripción de los componentes

Producto:

- 1 Pantalla LC
- 2 Botón MODE
- 3 Botón SET
- 4 Anillo antivibraciones
- 5 Clip para el cinturón
- 6 Cubierta de la carcasa de las pilas
- 7 Carcasa de las pilas

Pantalla LC:


- 8 Modo pasos
- 9 Indicador de semana
- 10 Indicador de día
- 11 Indicador de batería baja
- 12 Símbolo PM (Formato 12 horas)
- 13 Número de pasos
- 14 Indicador de calorías
- 15 Símbolo de gramos (quema de grasa)
- 16 Podómetro de actividad
- 17 Indicación de temperatura
- 18 Km/m por hora
- 19 Velocidad media
- 20 Velocidad actual
- 21 Registro de 7 días

- 22 Indicador de horas
- 23 Indicador de minutos
- 24 Indicador de segundos
- 25 Indicador del día de la semana

NOTA: La pantalla LC **1** del producto no se puede apagar. El consumo de energía para el funcionamiento de la pantalla LC es mínimo y es equiparable al de un reloj de pulsera.

● Datos técnicos

Método de medición:	Sensor
Indicador de pasos:	0 - 99999 pasos
Indicador de distancia:	0 - 9999 km
Indicador de calorías:	0 - 99999 kcal

Peso del usuario ajustable:	30-220 kg (ajustable con precisión a 1 kg)
Ajuste por defecto:	50 kg
Altura:	100-250 cm
Ajuste por defecto:	150 cm
Longitud de paso ajustable:	25-250 cm
Ajuste predeterminado:	62-104 cm (según la estatura)
Formato de hora:	12 / 24 horas
Pila:	1 pila CR2032 (3 V  , litio)
Rango de temperatura admisible:	0-50 °C

● Volumen de suministro


1 podómetro

1 pila CR2032 (3 V \equiv , litio)

1 manual de instrucciones



Seguridad

 **¡ADVERTENCIA!** Lea todas las advertencias e indicaciones de seguridad. El incumplimiento

de estas indicaciones
y advertencias puede
provocar descargas
eléctricas, incendios
y/o lesiones graves.

**¡GUARDE TODAS LAS
ADVERTENCIAS E
INDICACIONES DE**

SEGURIDAD PARA FUTURAS CONSULTAS!



Indicaciones generales de seguridad

- Este producto puede ser utilizado por niños mayores de 8 años, así como por personas

con capacidades físicas, sensoriales o mentales reducidas o que cuenten con poca experiencia y falta de conocimientos, siempre y cuando se les haya enseñado cómo utilizar el producto de forma segura

y hayan comprendido los peligros que pueden resultar de un mal uso del mismo. No deje que los niños jueguen con el producto. La limpieza y mantenimiento no deben llevarse a

cabo por niños sin la vigilancia de un adulto.

- No ponga el producto en funcionamiento si está dañado. ¡Los productos dañados conllevan peligro de muerte por descarga eléctrica!

- No exponga el producto a:
 - a temperaturas extremas;
 - directamente al sol;
 - a la humedad / lluvia.

De lo contrario, el producto podría resultar dañado.

- Tenga en cuenta que los daños producidos por un manejo incorrecto, el incumplimiento del manual de instrucciones o la manipulación por

parte de personas no autorizadas, están excluidos de la garantía.

- No desmonte nunca el producto. Una reparación inadecuada del producto podría suponer un riesgo considerable para el usuario. Encargue las

reparaciones únicamente a personal técnico cualificado.

- Proteja el producto del agua y la humedad.
¡Nunca sumerja el producto en agua o en otros líquidos!



Indicaciones de seguridad para pilas / baterías



¡ADVERTENCIA!

**¡MANTENER FUERA
DEL ALCANCE DE**

LOS NIÑOS! Su ingesta puede provocar quemaduras químicas, perforaciones del tejido blando y la muerte. Las quemaduras graves pueden aparecer en un plazo de 2 horas tras la ingesta. Busque

asistencia médica de inmediato.

Notas sobre las pilas de botón



¡ADVERTENCIA!

No pila la batería, ya que existe el riesgo de quemaduras químicas.

- Este producto contiene una pila de botón. Si se ingiere, una pila de botón puede causar quemaduras internas graves en un plazo de 2 horas, lo que puede causar la muerte.

- Mantenga las pilas nuevas y usadas fuera del alcance de los niños.
- Si el compartimento de las pilas no se cierra bien, deje de utilizar el producto y manténgalo fuera del alcance de los niños.

- Si sospecha que las pilas pueden haber sido ingeridas o haber entrado en cualquier parte del cuerpo, busque atención médica inmediatamente.



¡PELIGRO DE EXPLOSIÓN!

No recargue nunca pilas no recargables. No ponga las pilas / baterías en cortocircuito ni tampoco las abra. Estas podrían recalentarse,

explotar o provocar un incendio.

- Nunca arroje pilas / baterías al fuego o al agua.
- No aplique cargas mecánicas sobre las pilas / baterías.

Riesgo de sulfatación de las pilas / baterías

- Evite condiciones y temperaturas extremas que puedan influir en el funcionamiento de las pilas / baterías, por ejemplo, acercarlas a un radiador o exponerlas

directamente a la luz solar.

- ¡Si las pilas / baterías se sulfatan, evite el contacto de la piel, los ojos y las mucosas con los productos químicos! ¡En caso de entrar en contacto con el ácido,

lave inmediatamente la zona afectada con abundante agua y busque atención médica!



**¡UTILICE
GUANTES DE
SEGURIDAD!** Las

pilas / baterías sulfatadas o dañadas pueden

provocar abrasiones al entrar en contacto con la piel. Por tanto, es imprescindible el uso de guantes de protección en estos casos.

- En caso de sulfatación de las pilas / baterías, retírelas inmediatamente

del producto para evitar daños.

- Utilice únicamente pilas / baterías del mismo tipo. ¡No mezcle pilas / baterías usadas con nuevas!
- Retire las pilas / baterías del producto si no va a

utilizarlo durante un período de tiempo prolongado.

Riesgo de daño del producto

- ¡Utilice exclusivamente el tipo de pila / batería indicado!

- Introduzca las pilas / baterías teniendo en cuenta la polaridad marcada con (+) y (-) tanto en las pilas / baterías como en el producto.
- ¡Limpie los contactos de la pila / batería y en

el compartimento de las pilas antes de la inserción con un paño seco y libre de pelusas o un bastoncillo de algodón!

- Retire inmediatamente las pilas / baterías agotadas del producto.

● **Antes de la puesta en funcionamiento**

- Retire el papel protector de la pantalla LC **1** antes de usar el producto por primera vez.
- Retire el clip para el cinturón **5** presionando el cierre hacia arriba y desplazando el clip para el cinturón hacia un lado (fig. B).

● **Colocar la pila (ver fig. C)**


- Coloque la pila suministrada antes del primer uso.

⚠ ¡PRECAUCIÓN! Utilice únicamente los tipos de pila indicados en el capítulo «Datos técnicos».

El incumplimiento puede provocar daños en el producto.

- Abra la carcasa de las pilas **7** con una moneda girando con ella la cubierta de la carcasa de las pilas **6** en el sentido contrario a las agujas del reloj.
- Asegúrese de colocar la pila correctamente en la carcasa de las pilas **7** (polaridad). La polaridad se indica en la carcasa de las pilas **7**.
- Gire la cubierta de la carcasa de las pilas **6** con la moneda en el sentido de las agujas del reloj para cerrarla.

● Cambiar la pila

 **¡PRECAUCIÓN!** Tenga en cuenta las indicaciones siguientes para evitar daños mecánicos y eléctricos.

- Si la pila ya no funciona perfectamente, retírela y sustitúyala como se describe en el capítulo «Colocar la pila».

Nota: Cuando haya sacado la pila se borrarán todos los datos transcurridos 20 segundos.

Nota: una vez se haya borrado toda la información, el producto realiza una comprobación de la pantalla breve. Los textos se mostrarán en

la pantalla durante 1 segundo aprox. Luego, el producto se pondrá en modo ajuste. Su producto estará listo para configurar.

● **Configurar el podómetro**

La pantalla LC **1** muestra palabras y abreviaturas en inglés. Las siguientes indicaciones aparecen durante la configuración inicial. A continuación, debe introducir algunos datos personales antes de poder utilizar el producto.

- Pulse varias veces el botón MODE **2** para cambiar entre los diferentes ajustes.
- Pulse el botón SET **3** para confirmar el ajuste que desee.

- Unit = ajuste la unidad de distancia (km / milla) (fig. G).
Nota: si decide ajustar la unidad de distancia a «KM», la unidad de peso se indicará en formato «kg» y la unidad de longitud en formato «cm». Si se decide por el uso de «Miles» (millas), el peso se indicará en formato «lb» y la longitud en «pulgadas».
- Time = ajuste el formato de hora (24h / 12h) (fig. H).
- Ajuste las horas (fig. I).
- Ajuste los minutos (fig. I).
- Ajuste los segundos (fig. I).
- Ajuste el día de la semana (fig. I).
MO = lunes

TU = martes

WE = miércoles

TH = jueves

FR = viernes

SA = sábado

SU = domingo

- Weight: indique su peso («WEI») = peso corporal (30-220 kg) (fig. J).
- Height: indique su estatura = («HEI») (100-250 cm) (fig. K).
- Step-length: indique la longitud de su paso = («STP-L») (25-250 cm) (fig. L).

Nota: al indicar su peso, asegúrese de tener en cuenta el posible peso adicional, como p. ej. su ropa o su mochila.

Nota: el producto muestra una longitud de paso promedio determinada al indicar su estatura. Para mediciones más precisas, puede determinar su longitud de paso personal y modificarla manualmente. Mida un tramo corto de 10 metros y cuente los pasos necesarios para dicho tramo. Divida la distancia por el número de pasos y obtendrá la longitud de su paso.

- Confirme su selección pulsando de nuevo el botón SET **3**.

● Manejo

- Pulse varias veces el botón MODE 2 para navegar entre los diferentes modos (indicador de hora, STEP (pasos), así como los datos de registro de los últimos 7 días):

Modo horario

La hora actual y el día de la semana se muestran en la pantalla LC 1.

Modo pasos

Se mostrará el número de pasos medidos en el día en cuestión, así como la duración de la actividad.

Nota: el producto trabaja con un filtro de 10 pasos para garantizar una precisión mayor. Esto significa que el sensor empieza a registrar los datos de usuario, la velocidad y el cálculo de la distancia tras 10 pasos seguidos medidos. Por tanto, el número de pasos se cuenta a partir de 10 pasos.

- Pulsando varias veces el botón SET 3 se puede cambiar entre duración de la actividad, distancia recorrida, calorías consumidas, quema de grasa, velocidad actual, velocidad media y temperatura en el modo STEP (ver fig. E-F).

Duración de la actividad

Se mostrará la duración de la actividad (tiempo = «T») del producto en el día correspondiente.

Distancia

Se mostrará la distancia recorrida (distancia = «D») en km en un día determinado.

Consumo de calorías y quema de grasa

Se muestran las calorías consumidas (caloría = «C») en un día determinado y la grasa quemada (quema de grasa = «F») en g en un día determinado.

Nota: el dato de las calorías consumidas es solo un dato aproximado.

Velocidad

La velocidad = «S» alcanzada en un día determinado se muestra en km/h.

Temperatura

Se muestra la temperatura actual.

● **Utilizar el modo de día anterior y el registro de 7 días**

- Pulse dos veces el botón MODE **2** para acceder a este modo. El producto registra automáticamente el número de pasos, el temporizador de entrenamiento, el tramo recorrido, el contador de calorías, los valores

de quema de grasa y la velocidad media de cada día. Los valores se restablecen cada día a las 0:00 horas.

- Pulse varias veces el botón SET **3** para navegar por los datos almacenados de los últimos 7 días, así como por la distancia total ODO (contador de kilómetros).

● **Encender la luz de fondo de pantalla**

- Pulse el botón MODE **2** durante aprox. 3 segundos. La luz de fondo de pantalla se encenderá durante aprox. 3 segundos.

● Utilizar el modo de ahorro de energía

Si el producto no se utiliza durante aprox. 3 minutos, este pasa automáticamente al modo de ahorro de energía. La pantalla LC **1** solo mostrará la hora.

● Restablecer producto

Para modificar los ajustes personales debe restablecer el producto completamente.

- Para ello, mantenga pulsado el botón MODE **2** y el botón SET **3** simultáneamente durante aprox. 3 segundos. Se borrarán todos los datos guardados. Luego, el producto pasará automáticamente al modo de ajuste.

Nota: esta función estará disponible solo tras indicar sus datos personales y, a continuación, pulsar el botón SET **3**.

● **Modificar el ajuste de la hora**

Puede modificar la hora sin tener que borrar los datos de entrenamiento guardados.

- Para ello, mantenga pulsado el botón SET **3** en el modo horario hasta que el indicador TIME en la pantalla LC **1** aparezca.

Nota: debe volver a ajustar la hora y el día de la semana tras cambiar la pila.

● **Puesta en funcionamiento**

- Fije el producto con el clip para el cinturón 5 o insértelo en uno de los bolsillos delanteros de su pantalón. El producto debe quedar pegado al cuerpo para que los datos puedan medirse con precisión.

● **Solucionar problemas**

El producto contiene componentes electrónicos. Por ello pueden producirse interferencias si se coloca cerca de aparatos que emiten señales de radio.

Si aparecen indicaciones de error en la pantalla, retire los aparatos de este tipo del entorno del

producto. Si se producen tales fallos, retire la pila brevemente y colóquela de nuevo.

● **Limpieza y cuidado**

- No utilice en ningún caso líquidos o productos de limpieza agresivos ya que estos dañarían el producto.
- Limpie el producto solo por fuera con un paño suave, seco y sin pelusas.

● **Mantenimiento**

- Si no va a utilizar el producto durante un período de tiempo prolongado, quítele las

pilas tal y como se describe en el apartado «Cambiar la pila».

● **Eliminación**

El embalaje está compuesto por materiales no contaminantes que pueden ser desechados en el centro de reciclaje local.



Tenga en cuenta el distintivo del embalaje para la separación de residuos. Está compuesto por abreviaturas (a) y números (b) que significan lo siguiente: 1-7: plásticos / 20-22: papel y cartón / 80-98: materiales compuestos.



El producto y el material de embalaje son reciclables. Separe los materiales para un mejor tratamiento de los residuos. El logotipo Triman se aplica solo para Francia.



Para obtener información sobre las posibilidades de desecho del producto al final de su vida útil, acuda a la administración de su comunidad o ciudad.



Para proteger el medio ambiente no tire el producto junto con la basura doméstica cuando ya no le sea útil.

Deséchelo en un contenedor de reciclaje. Diríjase a la administración competente para obtener información sobre los puntos de recogida de residuos y sus horarios.

Las pilas / baterías defectuosas o usadas deben ser recicladas según lo indicado en la directiva 2006/66/CE y en sus modificaciones. Recicle las pilas / baterías y / o el producto en los puntos de recogida adecuados.



**¡Daños en el medio ambiente
por un reciclaje indebido de
las pilas / baterías!**

Las pilas/baterías no deben eliminarse junto con los residuos domésticos. Estas pueden contener metales pesados tóxicos que deben tratarse conforme a la normativa aplicable a los residuos especiales. Los símbolos químicos de los metales pesados son: Cd = cadmio, Hg = mercurio, Pb = plomo. Las pilas/baterías deben reciclarse en un punto de recolección específico para ello.

● **Garantía**

El producto ha sido fabricado cuidadosamente siguiendo exigentes normas de calidad y ha sido probado antes de su entrega. En caso de defecto del producto, usted tiene derechos legales frente al vendedor del mismo. Nuestra garantía (abajo

indicada) no supone una restricción de dichos derechos legales.

Este producto dispone de una garantía de 3 años desde la fecha de compra. El plazo de garantía comienza a partir de la fecha de compra. Por favor, conserve adecuadamente el justificante de compra original. Este documento se requerirá como prueba de que se realizó la compra.

Si en el plazo de 3 años a partir de la fecha de compra se produce un fallo de material o fabricación en este producto, repararemos el producto o lo sustituiremos gratuitamente por un producto nuevo (según nuestra elección). La garantía quedará anulada si el producto resulta dañado o es utilizado o mantenido de forma inadecuada.

La garantía cubre defectos de materiales o de fabricación. Esta garantía no cubre aquellos componentes del producto sometidos a un desgaste normal y que, por ello, puedan considerarse piezas de desgaste (por ej. las pilas). Tampoco cubre daños de componentes frágiles como, por ejemplo, los interruptores, baterías y piezas de cristal.

● **Tramitación de la garantía**

Para garantizar una rápida tramitación de su consulta, tenga en cuenta las siguientes indicaciones:

Para realizar cualquier consulta, tenga a mano el recibo y el número de artículo (por ej. IAN 123456_7890) como justificante de compra. Encontrará el número de artículo en una inscripción de la placa indentificativa, en la portada de las instrucciones (abajo a la izquierda) o en una pegatina en la parte posterior o inferior. Si el producto fallase o presentase algún defecto, póngase primero en contacto con el departamento de asistencia indicado, ya sea por teléfono o correo electrónico. Puede enviarnos el producto defectuoso libre de franqueo adjuntando el recibo de compra (tícket de compra) e indicando dónde está y cuándo

ha ocurrido el fallo a la dirección de asistencia que le indicamos.

● **Asistencia**

ES Asistencia en España

Tel.: 900984948

E-Mail: owim@lidl.es



De anvendte piktogrammers legende	Side	490
--	------	-----

Indledning	Side	491
Formålsbestemt anvendelse	Side	492
Beskrivelse af de enkelte dele	Side	492
Tekniske data	Side	494
Leverede dele	Side	496

Sikkerhed	Side	496
Generelle sikkerhedshenvisninger...	Side	498
Sikkerhedshenvisninger for batterier / genopladelige batterier...	Side	505

Inden ibrugtagningen	Side	519
Isæt batteri.....	Side	519
Skift af batteri	Side	520
Indstilling af skridttæller.....	Side	521
Betjening	Side	525
Anvendelse af visningen af gårsdagens data og 7-dages-hukommelse	Side	528
Tænd for baggrundsbelysning	Side	529
Brug af energibesparende tilstand...	Side	530
Nulstilling af produkt	Side	530
Ændring af klokkeslæt.....	Side	531
Ibrugtagning	Side	532
Rettelse af fejl	Side	532

Rengøring og pleje	Side	533
Vedligeholdelse	Side	534
Bortskaffelse	Side	534
Garanti	Side	538
Afvikling af garantisager	Side	540
Service	Side	541

De anvendte piktogrammers legende



Jævnstrøm / -spænding



Med batteri (knapcelle)



Advarsel: Læs de respektive sikkerhedshenvisninger i betjeningsvejledningen.



CE-mærket indikerer at produktet er i overensstemmelse med relevante EU-direktiver gældende for produktet.

Skriddtæller

● Indledning

Hjerteligt tillykke med købet af deres nye produkt. Du har besluttet dig for et produkt af høj kvalitet. Brugervejledningen er en del af dette produkt. Den indeholder vigtige informationer om sikkerhed, brug og bortskaffelse. Gør dig inden ibrugtagning af produktet fortrolig med alle betjenings- og sikkerhedsanvisninger. Benyt kun produktet som beskrevet og til de oplyste formål. Videregiv alle papirer, hvis du giver produktet videre til tredjemand

● Formålsbestemt anvendelse

Produktet er designet som skridttæller til privat brug og er ikke egnet til registrering af medicinske data.

● Beskrivelse af de enkelte dele

Produkt:

- 1 LC-display
- 2 MODE-knap
- 3 SET-knap
- 4 Antishock-ring
- 5 Bælteclip
- 6 Batterirumslåg
- 7 Batterirum

LC-display:


- 8 Skridt-visning
- 9 Uge-visning
- 10 Dag-visning
- 11 Lav batterivisning
- 12 PM-symbol (12-timer-format)
- 13 Antal skridt
- 14 Kalorievisning
- 15 Gram-symbol (fedtforbrænding)
- 16 Aktivitets-skridttæller
- 17 Temperaturvisning
- 18 km / m pr. time
- 19 Gennemsnitlig hastighed
- 20 Aktuel hastighed
- 21 7-dages-hukommelse

- 22 Time-visning
- 23 Minut-visning
- 24 Sekund-visning
- 25 Ugedag-visning

BEMÆRK: LC-displayet 1 af produktet kan ikke slukkes. LC-displayets strømforbrug er imidlertid yderst lavt og kan sammenlignes med forbruget i et almindeligt armbåndsur.


● Tekniske data

Målemetode:	sensor
Skridt-visning:	0-99999 skridt
Visning af tilbagelagt distance:	0-9999 km

Visning af kalorieforbrug:	0-99999 kcal
Justerbar indstilling af brugervægt:	30-220 kg (nøjagtig indstilling inden for 1 kg)
Standardindstilling:	50 kg
Kropslængde:	100-250 cm
Standardindstilling:	150 cm
Justerbar skridtlængde:	25-250 cm
Standardindstilling:	62-104 cm (svarende til kropslængden)
Tidsformat:	12 / 24 timer
Batteri:	1 batteri CR2032 (3 V  , lithium)
Tilladt temperaturområde:	0-50 °C

● Leverede dele


1 skridttæller

1 batteri CR2032 (3 V , litium)

1 betjeningsvejledning



Sikkerhed

 **ADVARSEL!** Læs alle sikkerhedshenvisninger og anvisninger. Manglende overholdelse af

sikkerhedshenvinsingerne og anvisningerne kan resultere i elektrisk stød, brand og / eller alvorlig personskaade.

**OPBEVAR ALLE SIKKER-
HEDSHENVISNINGER**

OG ANVISNINGER TIL FREMTIDIG BRUG!



Generelle sikkerhedshenvisninger

- Dette produkt kan benyttes af børn fra 8-årsalderen og opad samt

af personer med forringede fysiske, sensoriske eller mentale evner eller mangel på erfaring og viden, hvis de er under opsyn eller er blevet instrueret i en sikker anvendelse af produktet og forstår de deraf

resulterende farer. Børn må ikke lege med produktet. Rengøring og brugervedligeholdelse må ikke foretages af børn uden opsyn.

- Tag ikke produktet i drift, når det er beskadiget.
- Beskadigede produkter

betyder livsfare gennem elektrisk stød!

- Udsæt ikke produktet for
 - ekstreme temperaturer,
 - direkte sollys,
 - fugt / regn.

Ellers kan det resultere i beskadigelse på produktet.

- Vær opmærksom på, at beskadigelser ved ukorrekt brug, ikke-overholdelse af betjeningsvejledningen eller indgreb af uautoriserede personer

ikke er omfattet af garantien.

- Produktet må under ingen omstændigheder skilles ad. Reparationer, der udføres forkert, kan resultere i alvorlige farer for brugeren.

Reparationer må kun udføres af fagfolk.

- Beskyt produktet mod vand og fugt. Sænk ikke produktet ned i vand eller andre væsker!



Sikkerheds- henvisninger for batterier / genopladelige batterier



ADVARSEL!
SKAL OPBEVARES

UDEN FOR BØRNS RÆKKEVIDDE! Slugning kan forårsage kemiske forbrændinger, perforering af bløddelsvæv og døden. Alvorlige forbrændinger kan forekomme inden for

2 timer efter slugningen.
Opsøg straks en læge.

Henvisninger til knapcelle-batterier



ADVARSEL!

Batteriet må ikke sluges, der er fare for kemisk ætsning.

- Dette produkt indeholder et knapcelle-batteri. Hvis et knapcelle-batteri sluges, kan det i løbet af 2 timer føre til alvorlige indre ætsninger, som kan være dødelige.
- Hold nye og brugte batterier væk fra børn.

- Hvis batterirummet ikke kan lukkes sikkert, må produktet ikke længere anvendes og det skal hold væk fra børn.
- Hvis du formoder, at batterier er blevet slugt eller er kommet ind i en eller anden kropsdel,

opsøg omgående lægehjælp.



EKSPLOSIONSFARE!

Genoplad aldrig ikke-opladelige batterier igen. Kortslut ikke batterier / akkuer og / eller åben disse ikke. Der kan opstå

overophedning, brandfare eller eksplosion.

- Smid batterier / akkuer aldrig i ild eller vand.
- Udsæt batterier / akkuer ikke for mekanisk belastning.

Risiko for udsivning fra batteriene / akku- erne

- Undgå ekstreme betin-
gelser og temperaturer,
som kan påvirke batte-
rier / akkuer, f.eks. var-
melegemer / direkte
sollys.

- Hvis batterier / akkuer er lækket, skal du undgå at få kemikalierne på huden, i øjnene og i slimhinderne! Skyl de berørte steder med det samme med klart vand og opsøg en læge!



BÆR BESKYT- TELSHAND-

SKER! Udløbne eller beskadigede batterier / akkuer kan forårsage ætsninger ved berøring med huden. Bær i dette tilfælde derfor egnede beskyttelseshandsker.

- I tilfælde af en lækage hos batterierne / akkuerne, skal De fjerne disse med det samme fra produktet for at undgå beskadigelser.
- Anvend kun batterier / akkuer af samme type.

Bland ikke gamle batterier / akkuer med nye!

- Fjern batterierne / akkuerne, når produktet ikke anvendes i en længere periode.

Risiko for beskadigelse af produktet

- Anvend udelukkende den angivne batteri-/akkutype!
- Indsæt batterier / akkuer iht. polaritetsmærkningen (+) og (-) til batteri / akku og produktet.

- Rengør kontakter ved batteriet / det genopladelige batteri og i batterirummet før ilægningen med en tør, fnugfri klud eller en vatpind!
- Fjern brugte batterier / akkuer omgående fra produktet.

● Inden ibrugtagningen

- Fjern inden den første ibrugtagning beskyttelsesfolien fra LC-displayet **1**.
- Fjern bælteclippen **5**, ved at trykke lukningen opad og skubbe bælteclippen til side (afbildning B).

● **Isæt batteri (se afbildning C)**

- Isæt inden første brug det medfølgende batteri.
- ⚠ FORSIGTIG!** Brug udelukkende den nævnte batteritype, som beskrevet i kapitel "Tekniske data". En ikke-overholdelse kan medføre produktskader.

- Åbn batterirummet **7** med en mønt, idet du drejer batterirumslåget **6** mod uret.
- Vær opmærksom på, at batteriet isættes korrekt i batterirummet **7** (polaritet). Polariteten vises i batterirummet **7**.
- Drej batterirumslåget **6** med en mønt med uret, for at lukke det.

● Skift af batteri

- ⚠ FORSIGTIG!** Vær opmærksom på følgende henvisninger, for at undgå mekaniske og elektriske skader.
- Hvis batteriet ikke længere fungerer korrekt, skal det fjernes og erstattes som beskrevet i kapitel "Isæt batteri".

Bemærk: Når batteriet er fjernet, slettes alle data efter omkring 20 sekunder.

Hinweis: Efter at alle data er slettet, udfører produktet et kort tjek af displayet. Alle visninger i displayet vises i ca. 1 sekund. Produktet skifter derefter til indstillingstilstanden. Dit produkt er nu klar til indstilling.

● Indstilling af skridttæller

LC-displayet 1 viser ord og forkortelser på engelsk. De følgende visninger vises under indstillingen. Her skal du først indstille personlige data, inden du kan bruge produktet.

- Tryk flere gange på MODE-knappen **2**, for at skifte mellem de forskellige indstillinger.
- Tryk på SET-knappen **3**, for at bekræfte indstillingen.
- Unit = Indstil distanceenhed (km / mil) (afbildning G).

Bemærk: Hvis du beslutter dig for at anvende distanceenheden "KM", bliver vægten vist i "kg" og længden i "cm". Hvis du beslutter dig for at anvende "miles" (mil) vises vægten i "lb" og længden i "tommer".

- Time = indstil tidsformatet (24h / 12h) (afbildning H).
- Indstil timerne **22** (afbildning I).
- Indstil minutterne **23** (afbildning I).

- Indstil sekunderne 24 (afbildning I).
- Indstil ugedagen 25 (afbildning I).
MO = mandag
TU = tirsdag
WE = onsdag
TH = torsdag
FR = fredag
SA = lørdag
SU = søndag
- Weight: indstil vægten ("WEI") = kropsvægt (30-220 kg) (afbildning J).
- Height: indstil kropslængden = ("HEI") (100-250 cm) (afbildning K).
- Step-length: indstil skridtlængden = ("STP-L") (25-250 cm) (afbildning L).

Bemærk: Vær ved indstillingen af vægten opmærksom på, at medregne ekstra vægt, som f.eks. tøj eller rygsæk.

Bemærk: Produktet viser en gennemsnitlig skridtlængde, som bestemmes ud fra indstillingen af kropslængden. For en mere nøjagtig måling, kan du måle din skridtlængde og ændre den manuelt. Mål en kort strækning på 10 meter og tæl de antal skridt du tager. Divider distancen med antallet af skridt og du får din skridtlængde.

- Bekræft din indstilling ved igen at trykke på SET-knappen **3**.

● Betjening

- Tryk flere gange på MODE-knappen 2, for at bladre mellem de forskellige visninger (tidsvisning, STEP (skridt) samt de gemte data fra de sidste 7 dage):

Tid-visning

Det aktuelle klokkeslæt og ugedagen vises på LC-displayet 1.

Skridt-visning

Antallet af skridt målt på den pågældende dag samt aktivitetsvarigheden.

Bemærk: Produkt arbejder med et 10-skridt-filter, for at sikre en højere nøjagtighed.

Det betyder at sensoren først begynder at registrere brugerdata, hastighed og afstand efter de første 10 skridt. Antallet af skridt vises derfor først efter de første 10 skridt.

- Ved gentagne tryk på SET-knappen **3** kan aktivitetsvarigheden, tilbagelagt distance, kalorieforbrug, fedtforbrænding, den aktuelle hastighed, gennemsnitshastigheden og temperaturen vises i STEP-tilstanden (se afbildning E-F).

Aktivitetsvarighed

Der vises en aktivitetsvarighed (tid = "T") af produktet for den pågældende dag.

Distance

Den tilbagelagte distance for den pågældende dag vises i km (distance = "D").

Kalorieforbrug og fedtforbrænding

Kalorieforbrug (kalorie = "C") og fedtforbrænding (fedtforbrænding = "F") for den pågældende dag vises i g.

Bemærk: Visningen af de forbrændte kalorier er kun en ca. angivelse.

Hastighed

Den opnåede hastighed = "S" for den pågældende dag vises i km/h.

Temperatur

Den aktuelle temperatur vises.

● Anvendelse af visningen af gårsdagens data og 7-dages-hukommelse

- Tryk to gange på MODE-knappen **2** for se denne tilstand. Antallet af skridt, træningstimeren, den tilbagelagte distance, kalorietælleren, fedtforbrændingsværdierne og den gennemsnitlige hastighed pr. dag gemmes

automatisk af produktet. Værdierne nulstilles hver dag kl. 0:00.

- Tryk flere gange på SET-knappen **[3]**, for at bladre rundt i de gemte data fra de sidste 7 dage, samt i den samlede distance ODO (kilometertæller).

● Tænd for baggrundsbelysning

- Tryk på MODE-knappen **[2]** i ca. 3 sekunder. Baggrundsbelysningen lyser i 3 sekunder.

● Brug af energibesparende tilstand

Hvis produktet ikke bruges i ca. 3 minutter, skifter det automatisk til den energibesparende tilstand. LC-displayet **1** viser kun klokkeslæt.

● Nulstilling af produkt

For at ændre de personlige indstillinger, skal produktet nulstilles helt.

- Hold Mode-knappen **2** og SET-knappen **3** trykket på samme tid i ca. 3 sekunder. Alle gemte data slettes. Produktet skifter derefter tilbage til indstillingstilstanden.

Bemærk: Denne funktion står først til rådighed, når du har indstillet dine personlige data og trykket på SET-knappen **3**.

● **Ændring af klokkeslæt**

Du kan ændre klokkeslættet uden at slette de gemte træningsdata.

- Hold SET-knappen **3** trykket i tidsvisningen, indtil visningen TIME vises på LC-displayet **1**.

Bemærk: Du skal indstille klokkeslæt og ugedagen efter batteriskift.

● **Ibrugtagning**

- Fastgør produkt med bælteclippen **5** eller læg det i en frontlomme af dine bukser. Produktet skal ligge tæt på kroppen, således at alle data kan måles nøjagtige.

● **Rettelse af fejl**

Produktet indeholder elektroniske komponenter. Derfor kan der opstå forstyrrelser, hvis det befinder sig i nærheden af apparater, som udsender radiosignaler.

Hvis der er fejlvisninger i displayet, skal sådanne apparater fjernes fra produktets umiddelbare

omgivelser. Ved sådanne funktionsforstyrrelser fjernes batteriet kortvarigt og isættes påny.

● **Rengøring og pleje**

- Anvend aldrig væsker eller aggressive rengøringsmidler, da disse kan beskadige produktet.
- Rengør produktet kun udvendigt med en blød, tør og fnugfri klud.

● **Vedligeholdelse**

- Hvis du ikke anvender produktet i længere tid, skal du fjerne batterierne fra produktet, som beskrevet i kapitel "Skift af batteri".

● **Bortskaffelse**

Indpakningen består af miljøvenlige materialer, som De kan bortskaffe over de lokale genbrugssteder.



Bemærk forpakningsmaterialernes mærkning til affaldssorteringen, disse er mærket med forkortelser (a) og numre (b) med følgende betydning: 1-7: kunststoffer / 20-22: papir og pap / 80-98: kompositmaterialer.



Produktet og indpakningsmaterialerne kan genbruges; bortskaf disse særskilt til en bedre affaldsbehandling. Trimanlogoet gælder kun for Frankrig.



De får oplyst muligheder til bortskaffelse af det udtjente produkt hos deres lokale myndigheder eller bystyre.



For miljøets skyld, så må produktet aldrig smides ud sammen med husholdningsaffaldet, når det er udtjent, men skal afleveres til en fagmæssig korrekt bortskaffelse. De kan informere Dem vedrørende opsamlingssteder og deres åbningstider hos deres ansvarlige forvaltning.

Defekte eller brugte batterier / akkuer skal genbruges iht. retningslinje 2006/66/EF og dennes ændringer. Aflevér batterier / akkuer og / eller produktet via et af de tilbudte indsamlingssteder.



Miljøskader gennem forkert bortskaffelse af batterierne / akkuerne!

Batterier / akkuer må ikke bortskaffes via hus-
holdningsaffaldet. De kan indeholde giftige tung-
metaller og er underlagt behandlingen for
særaffald. De kemiske symboler for tungmetaller
er følgende: Cd = kadmium, Hg = kviksølv, Pb =
bly. Aflever derfor brugte batterier / akkuer hos
en kommunal genbrugsstation.

● **Garanti**

Produktet blev produceret omhyggeligt efter de strengeste kvalitetskrav og kontrolleret grundigt inden levering. Hvis der forekommer mangler ved dette produkt, så har de juridiske rettigheder over for sælgeren af dette produkt. Disse juridiske rettigheder indskrænkes ikke af vores garanti, der beskrives i det følgende.

De får 3 års garanti fra købsdatoen på dette produkt. Garantifristen begynder med købsdatoen. Opbevar den originale kassebon på et sikkert sted. Denne kassebon behøves som dokumentation for købet.

Hvis der inden for 3 år fra købsdatoen af for dette produkt opstår en materiale- eller fabrikationsfejl, bliver produktet repareret eller erstattet – efter vores valg – af os uden omkostninger for dem. Garantien bortfalder, hvis produktet bliver beskadiget eller ikke anvendes eller vedligeholdes korrekt. Garantien gælder for materiale- eller fabrikationsfejl. Denne garanti dækker ikke produktdele, som er udsat for normalt slid og derfor kan betragtes som normale sliddele (f.eks. batterier) eller ved skader på skrøbelige dele; f.eks. kontakter, akkumulatorer som er fremstillet af glas.

● Afvikling af garantisager

For at kunne garantere en hurtig sagsbehandling af deres forespørgsel, bedes De følge følgende anvisninger:

Opbevar kassebon og artikelnummer (f. eks. IAN 123456_7890) som købsdokumentation, så disse kan fremlægges på forespørgsel. Artikelnumrene er angivet på typeskiltet, ved en indgravering, på forsiden af vejledningen (nederst til venstre) eller på et mærkat på bag- eller undersiden. Hvis der forekommer funktionsfejl eller andre mangler, skal De først kontakte nedenstående serviceafdeling telefonisk eller via e-mail.

Et produkt, der er registreret som defekt, kan De derefter sende portofrit til den meddelte serviceadresse ved vedlæggelse af købsbeviset (kassebon) og angivelsen af, hvori manglen består, og hvornår den er opstået.

● Service

DK Service Danmark

Tel.: 80253972

E-Mail: owim@lidl.dk



OWIM GmbH & Co. KG

Stiftsbergstraße 1
74167 Neckarsulm
GERMANY

Model No.: HG07903A/
HG07903B
Version: 11/2021

Stand der Informationen
Last Information Update
Version des informations
Stand van de informatie
Stan informacii · Stav informací
Stav informácií · Estado de
las informaciones · Tilstand
af information: 08/2021
Ident.-No.: HG07903A/ HG07903B082021-8



IAN 374629_2104

8 