Oregon SCIENTIFIC

DIGITAL PEDOMETER with REAL-TIME CLOCK (Model #: PE320)

USER MANUAL

EN

INTRODUCTION

Thank you for selecting the Oregon Scientific™ Digital Pedometer with Real-Time Clock (PE320). This unique product is ideal in assisting an exercise routine. The pedometer counts number of steps taken from one location to another. By inputting the stride-length the total distance covered can be calculated.

In this box, you will find:

- Digital Pedometer with Real-Time Clock
- 1 x LR43 size 1.5 V battery

Keep this manual handy as you use your new product. It contains practical step-by-step instructions as well as technical specifications and warnings you should know about.

KEY FEATURES

FRONT VIEW

1. Motion Sensitivity Switch - Increases or decreases unit sensitivity
2. **RESET** button - Resets display mode values to zero
3. **DIST** button - Total distance and stride length display mode
4. **HR / +** button - Changes clock hour digits; changes stride length upward
5. **MIN / -** button - Changes clock minute digits; changes stride length downward

BACK VIEW

1. Battery compartment - Requires 1 x LR43 size 1.5V battery
2. Belt clip - Use to clip unit securely to belt or waistline

LCD DISPLAY SYMBOLS

1. Clock / Stride length
2. Distance traveled

GETTING STARTED

INSULATION TAPE

Before using the device, pull out the insulation tape underneath the battery cover protecting the 1 x LR43 size 1.5V battery.

NOTE The unit will not work until the tape is pulled out.

BATTERIES

This product uses 1 x LR43 size 1.5V battery. Should you need to change the batteries.

1. Gently press and pull the battery compartment door.
2. Insert 1 x LR43 size 1.5V battery or equivalent.
3. Replace the battery compartment door.

NOTE Protect the environment by taking exhausted batteries to authorized disposal stations.

CLOCK

Insert a blunt stylus into the **HR / +** or **MIN / -** buttons to alter the clock hour and minute values, respectively. The clock is set at 00:00 by default.

NOTE The unit automatically returns to clock display after 5 seconds if no buttons are pressed.

ADJUSTING THE SETTINGS

DISTANCE

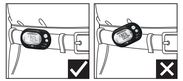
The distance traveled is shown on the bottom line of the LCD display. For greater accuracy it is recommended that a personal stride-length is set.

1. Press **DIST** until the stride length is viewed on the top line of the LCD display.

2. Insert a blunt stylus into **HR / +** to increase or **MIN / -** to decrease stride length (30 to 150cm or 11 to 60 inches). The stride length is set at 50cm (20 inches) by default.

   If no changes are made to the Stride function, the top line of the display will automatically return to the clock display after 5 seconds.

WEARING THE PEDOMETER



Attach securely at waist level to your belt, slacks, or training attire and maintain a horizontal position for more accurate results.

USING THE PEDOMETER

COUNTING STEPS TAKEN

The pedometer counts the number of steps taken.

1. Press **DIST** once to view number of steps.

To return the pedometer display to zero, press **RESET** in **STEP** mode.

NOTE To make the unit more or less sensitive to motion, reposition the motion sensitivity slide switch. To determine the proper amount of motion sensitivity, experiment with different settings. See section on ADJUSTING MOTION SENSITIVITY for more information.

NOTE Improper positioning of the pedometer may result in incorrect data collection.

MEASURING DISTANCE

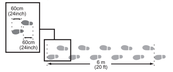
Correctly measuring distance depends on accurately setting the average length of an individual stride (stride length) and properly setting an internal motion-sensitivity device.

1. Press **DIST** until the distance traveled is viewed on the LCD display.

To return the distance counter to zero, press **RESET** in **DISTANCE** display mode.

Total Distance = steps taken x average step length

NOTE Individual stride-length varies. Input an appropriate length for an average stride. To determine length of stride walk 10 paces and divide distance traveled by 10.

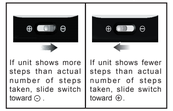


ADJUSTING MOTION SENSITIVITY

Follow these important procedures below to adjust Pedometer -/+ Motion Sensitivity Switch and ensure accurate readings:

1. Set switch to the center.

2. Reset step counter to zero.
3. Walk at a normal pace; take at least 100 steps to provide more accurate motion sensitivity.



If unit shows more steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊖ .

If unit shows fewer steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊕ .

4. Adjust sensitivity switch if walking speed changes. Repeat steps 2-5 until accurate readings is obtained.

The following conditions may cause incorrect reading of steps taken:

1. Uneven walking pace, such as walking in crowded areas or on uneven floor.
2. Frequent up and down movements, such as standing up and/or sitting down; running, jumping, or ascending/ descending stairs or steep slopes.

SAFETY AND CARE

Clean the unit with a slightly damp cloth and mild detergent.

WARNINGS

This product is designed to give you years of service if handled properly. Observe the following guidelines:

- While the product can be considered splash proof, never immerse the unit in water. This can cause electrical shock and damage the unit.
- Do not subject the main unit to extreme force, shock, or fluctuations in temperature or humidity.
- The product can withstand a drop of approx. 4 feet, but it is strongly recommended that you avoid dropping the unit.
- Do not tamper with the internal components. Doing so will terminate the units warranty and may cause damage. The unit contains no user-serviceable parts.
- Do not mix new and old batteries or batteries of different types.
- Do not use rechargeable batteries with this product.
- Remove the batteries if storing this product for a long period of time.
- Do not scratch the LCD display.
- Read this instruction manual thoroughly before operating the unit.

The contents of this user manual and technical specifications are subject to change without further notice. Images not drawn to scale. Do not make any changes or modifications to this product. Unauthorized changes may void your right to use the product.

SPECIFICATIONS

Step counter	0 to 99,999 steps
Distance traveled	0 to 999.99 km (0 to 999.99 miles)
Stride distance	30 to 150 cm (11 to 60 inches)
Clock	24 hr
Dimensions	65 x 40 x 14 mm (L x W x H) 2.6 x 1.6 x 0.6 inches (L x W x H)
Weight	24grams (0.85 ounces)
Operating Temp	-5.0 to 40.0 °C (23 to 104.0 °F)
Storage Temp	-20 to 60 °C (-4 to 140 °F)
Batteries	1 x LR43 1.5 V
Battery Life	1 year

ABOUT OREGON SCIENTIFIC

Visit our website (www.oregonscientific.com) to learn more about Oregon Scientific products such as digital cameras; MP3 players; children's electronic learning products and games; projection clocks; health and fitness gear; weather stations; and digital and conference phones. The website also includes contact information for our customer care department in case you need to reach us, as well as frequently asked questions and customer downloads.

We hope you will find all the information you need on our website, however if you're in the US and would like to contact the Oregon Scientific Customer Care department directly, please visit:

www2.oregonscientific.com/service/default.asp

OR

Call 1-800-853-8883.

For international enquiries, please visit:

www2.oregonscientific.com/about/international.asp

EU-DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, **Oregon Scientific**, declares that the Digital Pedometer with Real-Time Clock model PE320 is in compliance with EMC directive 89/336/CE ~~and LVD directive 73/23/EC~~. A copy of the signed and dated Declaration of Conformity is available on request via our Oregon Scientific Customer Service.

CE

CONTAPASSI con OROLOGIO DIGITALE (Modello: PE320)

MANUALE PER L'UTENTE

IT

INTRODUZIONE

Grazie per aver scelto il Contapassi con orologio digitale di Oregon Scientific™ (PE320). Questo straordinario prodotto è l'aiuto ideale per l'esercizio fisico quotidiano. Il contapassi conteggia il numero di passi fatti da un punto ad un altro. Inserendo la lunghezza della falcata è possibile calcolare la distanza totale percorsa.

Contenuto della confezione:

- Contapassi
- 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V

Si consiglia di tenere questo manuale a portata di mano durante l'utilizzo del prodotto. Il manuale contiene pratiche istruzioni dettagliate ed istruzioni per la manutenzione che è necessario conoscere.

FUNZIONI PRINCIPALI

VISTA ANTERIORE

1. Interruttore della sensibilità di movimento – aumenta o diminuisce la sensibilità dell'unità
2. Pulsante **RESET** – Azzera i valori della modalità di visualizzazione
3. Pulsante **DIST** – Modalità di visualizzazione distanza totale e lunghezza della falcata
4. Pulsante **HR / +** Modifica l'ora; aumenta la lunghezza della falcata
5. Pulsante **MIN / -** Modifica i minuti; diminuisce la lunghezza della falcata

VISTA POSTERIORE

1. Vano batterie – contiene 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V
2. Clip per cintura – Per il fissaggio sicuro dell'unità alla cintura o alla vita

SIMBOLI SUL DISPLAY LCD

1. Orologio / Lunghezza della falcata
2. Distanza percorsa

OPERAZIONI PRELIMINARI

NASTRO ISOLANTE

Prima di utilizzare il dispositivo, togliere il nastro isolante protettivo sulla parte inferiore della copertura della batteria di tipo LR43 da 1,5 V.

NOTA L'unità non funziona finché non viene tolto il nastro isolante.

BATTERIE

Questo prodotto funziona con 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V. Quando è necessario sostituire le batterie:

1. Premere delicatamente ed estrarre la copertura del vano batterie.
2. Inserire 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V o equivalente.
3. Riposizionare la copertura del vano batterie.

NOTA Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

OROLOGIO

Premere i pulsanti **HR / +** o **MIN / -** con una punta smussata per modificare rispettivamente i valori di ora e minuto. L'orologio è impostato in modo predefinito su 00:00.

NOTA Se non viene premuto nessun pulsante entro 5 secondi, l'unità torna automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

REGOLAZIONE DELLE IMPOSTAZIONI

DISTANZA

La distanza percorsa viene visualizzata sulla riga inferiore del display LCD. Per una maggior precisione, si consiglia di impostare la lunghezza della propria falcata.

1. Premere **DIST** finché la lunghezza della falcata non viene visualizzata sulla riga superiore del display LCD.

2. Premere con una punta smussata **HR / +** per aumentare oppure **MIN / -** per diminuire la lunghezza della falcata (da 30 a 150cm o da 11 a 60 pollici). La lunghezza della falcata è impostata in modo predefinito su 50cm (20 pollici).

   Se non vengono apportate modifiche alla funzione Falcata, dopo 5 secondi la riga superiore del display tornerà automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

INDOSSARE IL CONTAPASSI

Fissare alla cintura, ai pantaloni o agli indumenti all'altezza della vita e mantenerlo in posizione orizzontale per ottenere risultati più precisi.

UTILIZZO DEL CONTAPASSI

CONTEGGIO DEI PASSI EFFETTUATI

Il contapassi conteggia il numero dei passi effettuati.

1. Premere **DIST** una volta per visualizzare il numero dei passi.

Per azzerare la visualizzazione del contapassi, premere **RESET** in modalità **STEP**.

NOTA Per aumentare o diminuire la sensibilità di movimento dell'unità, utilizzare l'interruttore della sensibilità di movimento. Per determinare il giusto livello di sensibilità di movimento, provare impostazioni diverse. Per ulteriori informazioni, si veda il paragrafo REGOLAZIONE DELLA SENSIBILITÀ DI MOVIMENTO.

NOTA Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

MISURAZIONE DELLA DISTANZA

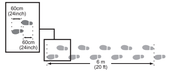
La corretta misurazione della distanza dipende dalla impostazione precisa della lunghezza media di una falcata individuale (lunghezza della falcata) e dalla corretta impostazione del dispositivo interno di sensibilità di movimento.

1. Premere **DIST** finché non viene visualizzata la distanza percorsa sul display LCD.

Per azzerare la misurazione della distanza, premere **RESET** in modalità di visualizzazione **DISTANCE**.

Distanza totale = passi effettuati x lunghezza media della falcata

NOTA La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

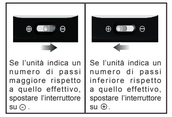


ADJUSTING MOTION SENSITIVITY

Seguire le importante istruzione indicate di seguito per la regolazione -/+ dell'interruttore di sensibilità di movimento del contapassi e per ottenere delle rilevazioni precise:

1. Spostare l'interruttore al centro

2. Azzerare il contatore dei passi.
3. Camminare a passo normale; fare almeno 100 passi per rendere più precisa la sensibilità di movimento.



Se l'unità indica un numero di passi maggiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊖ .

Se l'unità indica un numero di passi inferiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊕ .

4. Regolare l'interruttore della sensibilità al variare della velocità di camminata. Ripetere le fasi da 2 a 5 finché non si ottengono delle rilevazioni precise.

Le seguenti condizioni possono causare la lettura errata dei passi effettuati:

1. Passo irregolare, come ad esempio se si cammina in aree affollate o su una superficie irregolare.
2. Movimenti frequenti in su e in giù, ad es. alzarsi e/o sedersi, correre, saltare, salire/scendere scale o pendii ripidi.

CURA E MANUTENZIONE

Pulire il prodotto con un panno leggermente inumidito e con un detergente delicato.

AVVERTENZE

Questo prodotto è progettato per offrire anni di funzionamento soddisfacente purché venga maneggiato con cura. Attenersi alle seguenti istruzioni:

- Il prodotto si può considerare a prova di spruzzi, non immergerlo in acqua. Ciò potrebbe causare scariche elettriche e danni all'unità.
- Non sottoporre l'unità a forza eccessiva, urti o oscillazioni di temperatura o di umidità.
- Il prodotto è in grado di sopportare una caduta da circa 1,20 metri, ma si consiglia di non farlo cadere.
- Non manomettere i componenti interni. In questo modo si invalida la garanzia del prodotto e si possono provocare danni. L'unità non contiene componenti che possono essere riparati dall'utente.
- Non mischiare batterie nuove con batterie vecchie o con batterie di tipo diverso.
- Non utilizzare batterie ricaricabili con questo prodotto.
- Rimuovere le batterie se si prevede di non utilizzare il prodotto per un lungo periodo di tempo.
- Non graffiare il display LCD.
- Prima dell'utilizzo dell'unità, leggere attentamente il presente manuale di istruzioni.

Il contenuto di questo manuale e le specifiche tecniche sono soggetti a modifiche senza preavviso.

Le immagini utilizzate non sono in scala. Non apportare modifiche o variazioni a questo prodotto.

SPECIFICHE

Contapassi	da 0 a 99.999 passi
Distanza percorsa	da 0 a 999,99 km (da 0 a 999,99 miglia)
Distanza falcata	da 30 a 150 cm (da 11 a 60 poll.)
Orologio	24 h
Dimensioni	65 x 40 x 14 mm (L x l x h) 2.6 x 1.6 x 0.6 pollici
Peso	24 grammi (0,85 once)
Temp. funzionamento	da -5.0 a 40.0 °C (da 23 a 104.0 °F)
Temp. a riposo	da -20 a 60 °C (da -4 a 140 °F)
Batterie	1 x LR43 1,5 V

INFORMAZIONI SU OREGON SCIENTIFIC

Per avere maggiori informazioni sui nuovi prodotti Oregon Scientific, come le fotocamere digitali, i lettori MP3, i computer didattici per ragazzi, gli orologi con proiezione dell'ora, le stazioni barometriche, gli orologi da polso multifunzione, gli strumenti per la cura della persona ed il fitness, ed altro ancora, visita il nostro sito internet www.oregonscientific.it

Puoi trovare anche le informazioni necessarie per contattare il nostro servizio clienti, le risposte ad alcune domande più frequenti (FAQ) o i software da scaricare gratuitamente.

Sul nostro sito internet potrai trovare tutte le informazioni di cui hai bisogno, ma se desideri contattare direttamente il nostro Servizio Consumatori puoi visitare il sito www.oregonscientific.it oppure chiamare al numero 199122277. Per ricerche di tipo internazionale puoi visitare invece il sito www.oregonscientific.com.

DICHIARAZIONE DI CONFORMITA' UE

Con la presente Oregon Scientific dichiara che questo Contapassi con Orologio Digitale modello PE320 è conforme alla direttiva EMC 89/336/CE ~~e alla direttiva LVD 73/23/CE~~. Una copia firmata e datata della Dichiarazione di Conformità è disponibile, su richiesta, tramite il servizio clienti della Oregon Scientific.

CE

PODÓMETRO DIGITAL con RELOJ DIGITAL (Modelo#: PE320)

MANUAL DE USUARIO

ES

INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir el Podómetro digital con reloj digital de Oregon Scientific™ (PE320). Este producto único es ideal para hacer un seguimiento de su rutina de ejercicios. El podómetro cuenta el número de pasos dados entre dos puntos. Al introducir la longitud del paso, se puede calcular la distancia total recorrida.

Esta caja contiene:

- Podómetro digital con reloj digital
- 1 pila de tamaño LR43 1,5 V

Tenga este manual a mano cuando use el nuevo producto. Contiene prácticas instrucciones explicadas paso a paso, así como especificaciones técnicas y advertencias que debe conocer.

CARACTERÍSTICAS MÁS IMPORTANTES

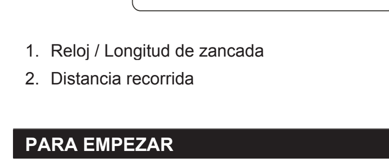
VISTA FRONTAL

1. Interruptor de sensibilidad al movimiento – Incrementa o reduce la sensibilidad de la unidad
2. Botón de **REINICIO** – Los valores de los distintos modos vuelven a cero
3. Botón **DIS**T – Muestra la distancia total y la longitud de zancada
4. Botón **HR / +** - Cambia los dígitos de la hora del reloj; incrementa la distancia de zancada
5. Botón **MIN / -** - Cambia los dígitos de los minutos del reloj; baja el peso personal y la longitud de zancada

VISTA POSTERIOR

1. Compartimiento para pilas - Requiere 1 pila LR43 de 1,5V
2. Clip para el cinturón – Use el clip para llevar la unidad en la cintura o en el cinturón

SÍMBOLOS DE PANTALLA LCD



1. Reloj / Longitud de zancada
2. Distancia recorrida

PARA EMPEZAR

CINTA AISLANTE

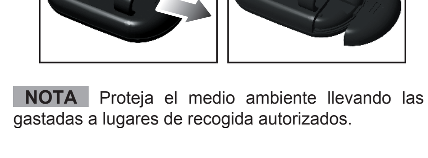
Antes de poner en marcha el dispositivo, retire la cinta aislante que hay debajo de la tapa del compartimiento para la pila LR43 de 1,5V.

NOTA La unidad no funcionará hasta que se retire la cinta.

PILAS

Este producto requiere 1 pila LR43 de 1,5V Si necesita cambiar las pilas,

1. Apriete y tire con suavidad de la tapa del compartimiento para pilas.
2. Introduzca 1 pila LR43 de 1,5V o equivalente.
3. Vuelve a colocar la tapa del compartimiento para pilas.



NOTA Proteja el medio ambiente llevando las pilas gastadas a lugares de recogida autorizados.

RELOJ

Introduzca un objeto acabado en punta en los botones **HR / +** o **MIN / -** para modificar la hora y los minutos del reloj, respectivamente. De manera predeterminada el reloj está configurado a las 00:00 h

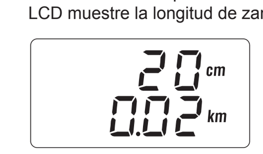
NOTA La unidad volverá a mostrar el reloj automáticamente si no se pulsa ningún botón en 5 segundos.

CÓMO AJUSTAR

LA DISTANCIA

La distancia recorrida se muestra en la línea inferior de la pantalla LCD. Para lograr una mayor precisión, se recomienda introducir una longitud de zancada personal.

1. Pulse **DIST** hasta que la línea superior de la pantalla LCD muestre la longitud de zancada.



2. Introduzca un objeto puntiagudo en el botón HR / + para aumentar o MIN / - para reducir la longitud de zancada. (de 30 a 150 cm o de 11 a 60 pulgadas). De manera predeterminada la distancia de zancada está configurada en 50 cm (20 pulgadas)

Si no se hacen cambios a la función de longitud de zancada, la línea superior de la pantalla volverá automáticamente a mostrar el reloj después de 5 segundos.

CÓMO LLEVAR EL PODÓMETRO

Colóquese el podómetro en el cinturón o en la cintura de su ropa de deporte y manténgalo en posición horizontal para obtener mejores resultados.

CÓMO USAR EL PODÓMETRO

CÁLCULO DE ZANCADAS

El podómetro cuenta el número de zancadas que toma.

1. Pulse **DIST** una vez para ver el número de pasos.

Para que la pantalla del podómetro vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **STEP** (paso).

NOTA Para que la unidad sea más o menos sensible al movimiento, deslice el interruptor de sensibilidad al movimiento. Pruebe varias posiciones para llegar a la sensibilidad adecuada. Consulte la sección AJUSTE DE LA SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO si desea más información.

NOTA La posición incorrecta puede provocar que recoja datos erróneos.

MEDICIÓN DE LA DISTANCIA

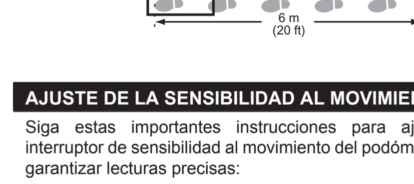
La correcta medición de la distancia depende de si se ha fijado correctamente la longitud media de los pasos y la sensibilidad al movimiento.

1. Pulse **DIST** hasta que la pantalla LCD muestre la distancia recorrida.

Para que el recuento de distancia vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **DISTANCE** (distancia).

Distancia total = número de zancadas x longitud media de zancada

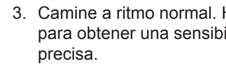
NOTA La longitud de cada zancada es distinta. Introduzca un valor medio. Para determinar la longitud media de su zancada, camine 10 zancadas y divida la distancia por 10.



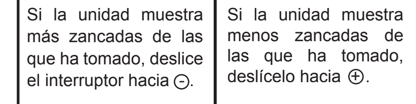
AJUSTE DE LA SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO

Siga estas importantes instrucciones para ajustar el interruptor de sensibilidad al movimiento del podómetro -/+ y garantizar lecturas precisas:

1. Ponga el interruptor en el medio.



2. Ponga el contador de pasos a cero.
3. Camine a ritmo normal. Haga al menos 100 zancadas para obtener una sensibilidad al movimiento más precisa.



Si la unidad muestra más zancadas de las que ha tomado, deslice el interruptor hacia ⊖.	Si la unidad muestra menos zancadas de las que ha tomado, deslícelo hacia ⊕.

4. Ajuste la sensibilidad si cambia de velocidad. Repita los pasos 2-5 hasta obtener mediciones precisas.

Las situaciones siguientes pueden provocar que se recojan datos erróneos:

1. Ritmo de paso desigual, como caminar en zonas llenas de gente o suelo irregular.
2. Movimientos frecuentes arriba y abajo, como levantarse y sentarse, correr, saltar, o subir y bajar escaleras o pendientes pronunciadas.

SEGURIDAD Y MANTENIMIENTO

Limpie el producto con un paño ligeramente humedecido y un detergente suave.

AVISOS

Este producto está diseñado para funcionar durante muchos años, si se usa correctamente. Tenga en cuenta las instrucciones de seguridad siguientes.

- Aunque este producto es resistente al agua, no lo sumerja nunca en ella. Hacerlo podría causar descargas eléctricas u otros daños a la unidad.
- No exponga la unidad principal a fuerza extrema, descargas o fluctuaciones de temperatura o humedad.
- El producto puede resistir una caída de hasta unos 4 pies, pero le recomendamos encarecidamente que no deje caer la unidad.
- No manipule los componentes internos. De hacerlo anulará la garantía de la unidad y podría causar daños. La unidad no contiene componentes que el usuario deba manipular.
- No mezcle distintos tipos de pilas, ni pilas nuevas con pilas viejas.
- No use pilas recargables en este producto.
- Retire las pilas si va a guardar el producto por un largo periodo de tiempo.
- No raye la superficie de la pantalla LCD.
- Lea el manual de usuario detenidamente antes de operar la unidad.

Los contenidos de este manual y de la ficha técnica están sujetos a cambios sin aviso previo. Las imágenes no están dibujadas a escala. No intente hacer ningún cambio ni modificación a este producto.

Las modificaciones no autorizadas podrían anular su derecho a utilizar el producto.

FICHA TÉCNICA

Contador de pasos	0 a 99,999 pasos
Distancia recorrida	0 a 999,99 KM ó 999,99 millas (0 a 999.99 km)
Longitud de zancada	0 a 999,99 pulgadas (30 a 150 cm)
Reloj	24 horas
Dimensiones	2,6 x 1,6 x 0,6 pulgadas (A x A x P) 65 x 40 x 14 pulgadas (A x A x P)
Peso	24 gramos (0,85 onzas)
Temperatura de operación	-5 °C a 40°C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de almacenaje	-20°C a 60°C (-4 a 140 °F)
Pilas	1 x LR43 1,5 V
Vida útil de las pilas	1 año

SOBRE OREGON SCIENTIFIC

Visite nuestra página web (www.oregonscientific.com) para conocer más sobre los productos de Oregon Scientific tales como: Reproductores MP3, juegos y productos de aprendizaje electrónico para niños, relojes de proyección, productos para la salud y el deporte, estaciones meteorológicas y teléfonos digitales y de conferencia. La página web también incluye información de contacto de nuestro departamento de Atención al Cliente, en caso de que necesite contactar con nosotros, a la vez que Preguntas Frecuentes y Descargas de los programas y controladores necesarios para nuestros productos.

Esperamos que encuentre toda la información que necesite en nuestra página web. En cualquier caso, si necesita contactar con el departamento de Atención al Cliente directamente, por favor visite www.oregonscientific.es la sección "Contáctenos" o llame al 902 338 368. Los residentes en EEUU pueden visitar www2.oregonscientific.com/service/default.asp o llamar al 1-800-853-8883.

EU - DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD

Por medio de la presente Oregon Scientific declara que el Podómetro Digital con Reloj Digital modelo PE320 cumple con los requisitos esenciales de la directiva EMC 89/336/CE. Tiene a su disposición una copia firmada y sellada de la Declaración de Conformidad, solicítela al Departamento de Atención al Cliente de Oregon Scientific.

CE

DIGITALE PEDOMETER met REAL-TIME KLOK (Model # : PE320)

HANDLEIDING

NL

INTRODUCTIE

Dank u dat u gekozen hebt voor de Oregon Scientific™ Digitale Pedometer met Real-Time Klok (PE320). Dit unieke product is ideaal voor het begeleiden van uw training. De pedometer telt het aantal stappen dat u er over doet om van de ene naar de andere plek te komen. Door de paslengte in te stellen, kan de totale afstand berekend worden.

In deze doos vindt u:

- Digitale Pedometer met Real-Time Klok
- 1 x LR43 formaat 1,5 V batterij

Houd deze handleiding bij de hand terwijl u uw nieuwe product gebruikt. Deze bevat praktische stap-voor-stap instructies, evenals de technische specificaties en belangrijke waarschuwingen.

HOOFD KENMERKEN

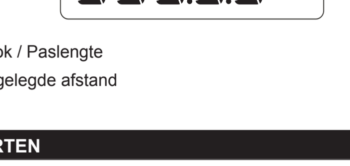
VOORKANT

1. Beweginggevoeligheidsschakelaar – Verhoogt of verlaagt de gevoeligheid van het apparaat
2. **RESET knop** – Zet de schermwaarden terug naar nul
3. **DIST knop** – Totale afstand en paslengte worden weergegeven
4. **HR / +** knop – Verandert uren van de klok; verhoogt paslengte
5. **MIN / +** knop – Verandert minuten van de klok; verlaagt paslengte

ACHTERKANT

1. Batterijvak - 1 x LR43 formaat 1,5V batterij benodigd
2. Riemklem – Hiermee kunt u het apparaat stevig aan uw riem of broek bevestigen

SYMBOLEN LCD-SCHERM



1. Klok / Paslengte
2. Afgelegde afstand

STARTEN

ISOLATIETAPE

Alvorens het apparaat te gebruiken, trek u de beschermende isolatietape onder het klepje van het batterijvak van de LR43 formaat 1,5V batterij.

NB Het apparaat zal niet werken, totdat de isolatietape verwijderd is.

BATTERIJEN

Dit product gebruikt 1 x LR43 formaat 1,5V batterij. Indien u de batterij moet vervangen,

1. Druk voorzichtig en trek het klepje van het batterijvak open.
2. Plaats 1 x LR43 formaat 1,5 V batterij of equivalent.
3. Plaats de klep van het batterijvak weer terug.

NB Lever lege batterijen in bij een daarvoor bestemd verzamelpunt.

KLOK

Plaats een puntig voorwerp in het **HR / +** of **MIN / -** knopje om respectievelijk de uren en minuten aan te passen. De klok is standaard op 00:00 ingesteld.

NB Het apparaat keert automatisch terug naar het klokscherm nadat gedurende 5 seconden geen knoppen zijn ingedrukt.

INSTELLINGEN AANPASSEN

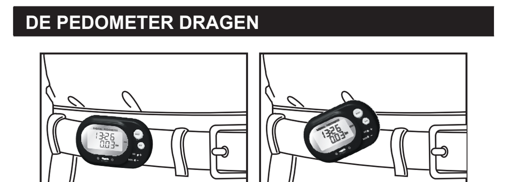
AFSTAND

De afgelegde afstand wordt weergegeven op de onderste regel van het LCD-scherm. Voor grotere nauwkeurigheid verdient het de aanbeveling uw persoonlijke paslengte in te stellen.

1. Druk op **DIST** totdat de paslengte wordt weergegeven op de bovenste regel van het scherm.

2. Plaats een puntig voorwerp in de **HR / +** opening om te verhogen of in **MIN / -** om de paslengte te verlagen (30 tot 150cm of 11 tot 60 inches) De standaard paslengte is 50cm (20 inches).
3. Als u geen wijzigingen aanbrengt in de paslengte, zal de bovenste regel na 5 seconden automatisch weer de klok weergeven.

DE PEDOMETER DRAGEN



Bevestig hem stevig ter hoogte van uw middel aan uw riem of (jogging-)broek en houd hem in een horizontale positie voor nauwkeurigere resultaten.

GEBRUIK VAN DE PEDOMETER

TELLEN VAN GENOMEN STAPPEN

De pedometer telt het aantal genomen stappen.

1. Druk een maal op **DIST** om het aantal stappen te bekijken.

Om de schermwaarden van de pedometer op nul te zetten, druk u op **RESET** in **STEP** modus.

NB Om het apparaat meer of minder beweginggevoelig te maken, schuift u de beweginggevoeligheidsschakelaar naar de gewenste positie. Om de juiste gevoeligheid te bepalen, kunt u verschillende instellingen uitproberen. Zie de sectie over "AANPASSEN BEWEGINGGEVOELIGHEID" voor meer informatie.

NB Onjuiste positionering van de pedometer kan resulteren in onjuiste gegevens.

AFSTANDSMETING

De nauwkeurigheid van de afstandmeting hangt af van de nauwkeurigheid van de ingestelde lengte van een enkele pas (paslengte) en de juiste instelling van de interne beweginggevoeligheid van het apparaat.

1. Druk op **DIST** totdat de afgelegde afstand wordt weergegeven op het scherm.

Om de afstandmeter op nul te zetten, druk u op **RESET** in **DISTANCE** modus.

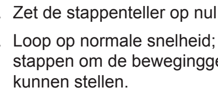
Totale Afstand = genomen stappen x gemiddelde paslengte

NB De paslengte verschilt van persoon tot persoon. Voer de lengte in van een gemiddelde pas. Om te bepalen wat de lengte van een pas is, loop u 10 passen en deelt de afgelegde afstand door 10.

AANPASSEN BEWEGINGSGEVOELIGHEID

Volg de belangrijke procedures hieronder op om de beweginggevoeligheid van de Pedometer in te stellen en nauwkeurige meting te bevorderen:

1. Zet de schakelaar in het midden



2. Zet de stappenteller op nul.
3. Loop op normale snelheid; neem tenminste 100 stappen om de beweginggevoeligheid nauwkeurig in te kunnen stellen.

Apparaat geeft meer stappen weer dan daadwerkelijk genomen zijn, schuif schakelaar richting ⊖.	Apparaat geeft minder stappen weer dan daadwerkelijk genomen zijn, schuif schakelaar richting ⊕.

4. Pas gevoeligheidsschakelaar aan als de loopsnelheid verandert. Herhaal stappen 2-5 totdat de meting nauwkeurig is.

De volgende situaties kunnen onjuiste stapgegevens ver veroorzaken:

1. Een onregelmatig loopritme, zoals lopen in een drukke omgeving of een oneffen oppervlak.
2. Frequente bewegingen omhoog en omlaag, zoals opstaan en/of gaan zitten, rennen, springen, of een trap of steile helling op of af gaan.

VEILIGHEID EN ZORG

Reinig het apparaat met een licht vochtige doek en een mild schoonmaakmiddel.

WAARSCHUWING

Dit product is ontworpen om u vele jaren plezier te geven, mits goed behandeld. Houd de volgende regels in acht:

- Hoewel dit product spatwaterdicht is, moet u het nooit in water onderdompelen. Dit kan elektrische schokken veroorzaken en het apparaat beschadigen.
- Stel het apparaat niet bloot aan extreme klappen, schokken of schommelingen in temperatuur of vochtigheid.
- Het product kan een val weerstaan van ongeveer 1 meter, maar u wordt ernstig afgeraden het apparaat te laten vallen
- Laat de interne componenten met rust. Doet u dit niet dan zal de garantie vervallen en kan schade ontstaan. Het apparaat bevat geen door de gebruiker te repareren onderdelen.
- Gebruik nooit verschillende types of oude en nieuwe batterijen door elkaar.
- Gebruik geen oplaadbare batterijen in dit product.
- Verwijder de batterijen als u het product voor langere tijd wegbergt.
- Maak geen krassen op het LCD-scherm.
- Lees deze handleiding grondig door voordat u het apparaat gebruikt.

De inhoud van deze handleiding en de technische specificaties zijn zonder voorafgaande waarschuwing aan veranderingen onderhevig. Plaatjes zijn niet op schaal. Maak zelf geen veranderingen of modificaties aan dit product. Ongeautoriseerde aanpassingen kunnen u het recht tot het gebruik van het apparaat ontnemen.

SPECIFICATIES

Stappenteller	0 tot 99.999 stappen
Afgelegde afstand	0 tot 999,99 km (0 tot 999.99 mijl)
Paslengte	30 tot 150 cm (11 tot 60 inch)
Klok	24 uur
Afmetingen	65 x 40 x 14 mm (L x B x H) / 2.6 x 1,6 x 0,6 inch (L x B x H)
Gewicht	24 gram (0,85 ounces)
Gebruikstemp.	-5,0 tot 40,0 °C (23 tot 104,0 °F)
Opslagtemp.	-20 tot 60 °C (-4 tot 140 °F)
Batterijen	1 x LR43 1,5 V
Levensduur Batterij	1 jaar

OVER OREGON SCIENTIFIC

Bezoek onze website (www.oregonscientific.com) om meer te weten over uw nieuwe product en andere Oregon Scientific producten zoals digitale fototoestellen, gezondheids- en fitnessuitrusting en weerstations. Op deze website vindt u tevens de informatie over onze klantendienst, voor het geval u ons wenst te contacteren.

EU CONFORMITEITS VERKLARING

Bij deze verklaart Oregon Scientific dat deze Digitale Pedometer met Real-Time Klok model PE320 voldoet aan de essentiële eisen en aan de overige relevante bepalingen van EMC richtlijn 89/336/CE. Een kopie van de getekende en gedateerde Conformiteits verklaring is op verzoek beschikbaar via onze Oregon Scientific klanten service.

CE

DIGITAL STEGRÄKNARE med REALTIDSKLOCKA (Modell #: PE320)

BRUKSANVISNING

SWE

INTRODUKTION

Tack för att du valt en Stegräknare med Realtidsklocka från Oregon Scientific™ (PE320). Denna unika produkt är ett idealiskt träningshjälpmedel. Stegräknaren räknar antalet steg från en plats till en annan. Genom att mata in steglängden kan den totala gångsträckan räknas ut.

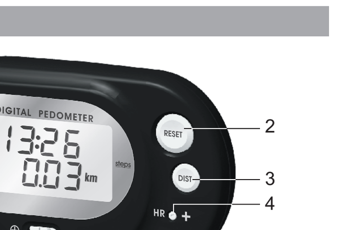
I denna förpackning hittar du:

- Digital Stegräknare med Realtidsklocka
- 1 x LR43 1.5 V Batteri

Ha denna manual till hands när du använder din nya produkt. Den innehåller en praktisk steg-för-steg instruktion, samt teknisk specifikation och varningsmeddelanden som du bör känna till.

HUVUDFUNKTIONER

ONER



1. Omkopplare för Rörelsekänslighet – Ökar eller minskar enhetens känslighet
2. **RESET**-knapp – Återställer displayens värden till noll
3. **DIST** knapp – För att visa totalt avstånd och steglängd
4. **HR / +** knapp . Ändrar klockans timsiffror; ökar inställningsvärdet för steglängden
5. **MIN / -** knapp . Ändrar klockans minutsiffror; minskar inställningsvärdet för steglängden

VY BAKSIDA

1. Batterilucka – Behöver 1 x LR43 1,5V batteri
2. Bälteshållare – Använd för att spänna fast enheten i bältet

LCD DISPLAY SYMBOLER

1. Klocka / Steglängd
2. Gångavstånd

ATT KOMMA

IGÅNG

Innan användning av produkten måste isoleringstejpen som skyddar batteriet under batteriluckan avlägsnas.

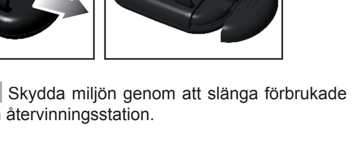
1.5V battery.

NOTERING Enheten fungerar inte förrän tejpen tagits bort.

BATTERIER

Denna produkt behöver 1 x LR43 1,5V batteri. Om du skulle behöva byta batterier,

1. Tryck försiktigt och dra av batteriluckan.
2. Sätt i 1 x LR43 1.5V batteri eller motsvarande.
3. Sätt tillbaka batteriluckan.



NOTERING Skydda miljön genom att slänga förbrukade batterier på en återvinningsstation.

KLOCKA

För in ett gem eller liknande i **HR / +** eller **MIN / -** knapparna för att ändra klocktiden. Klockan är grundinställd till 00:00.

NOTERING Enheten återvänder till klockläget efter 5 sekunder om inga knappar trycks in.

JUSTERA INSTÄLLNINGAR

AVSTÅND

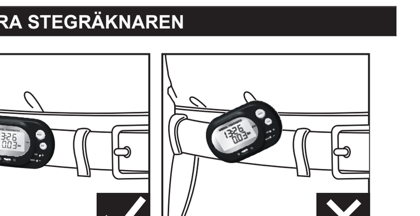
Gångavståndet visas på den andra raden på displayen. För bättre noggrannhet rekommenderas det att en personlig steglängd matas in.

1. Tryck **DIST** tills steglängden visas på övre raden i displayen.

2. För in ett gem eller liknande i **HR / +** för att öka elle **MIN/-** för att minska steglängden (30 till 150cm eller 11 till 60tum). Steglängden är grundinställd på 50cm (20 tum).

Om inga steglängdsändringar görs återgår produkten till klockläget efter 5 sekunder.

ATT BÄRA STEGRÄKNAREN



Fäst räknaren i midjehöjd på bältet eller träningskläderna och bibehåll horisontellt läge på räknaren för bättre resultat.

ANVÄNDNING AV

STEGRÄKNAREN

Stegräknaren räknar antalet tagna steg.

1. Tryck **DIST** en gång för att visa antalet steg.

För att nollställa stegräknaren, tryck **RESET** i **STEG**-läget.

NOTERING För att öka eller minska produktens rörelsekänslighet, ändra rörelsekänslighetsomkopplaren. Experimentera med olika inställningar för att hitta rätt känslighetsinställning. Se kapitlet "JUSTERING AV RÖRELSEKÄNSLIGHET" för mer information.

NOTERING Felaktigt inställd känslighet kan resultera i felaktiga datavärden.

MÄTNING AV GÅNGAVSTÅND

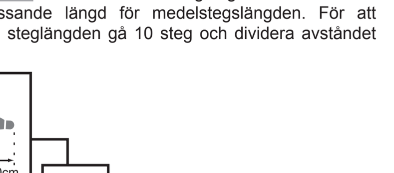
Mätningen av gångavståndet beror på medelsteglängdsinställningen (steglängden) samt på rörelsekänslighetsinställningen.

1. Tryck **DIST** tills gångavståndet visas i displayen.

För att nollställa avståndsräknaren till noll, tryck **RESET** i **DISTANCE**-läget.

Gångavstånd = Antal steg x medelstegslängden

NOTERING Den individuella steglängden varierar. Ställ in en passande längd för medelstegslängden. För att bestämma steglängden gå 10 steg och dividera avståndet med 10.

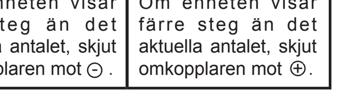


ADJUSTING MOTION SENSITIVITY

Följ dessa viktiga steg nedan för att justera pedometerns -/+ rörelsekänslighetsomkopplare för att försäkra dig om att beräkningarna blir exakta:

1. Ställ omkopplaren i mittläget.

2. Nollställ stegräknaren.
3. Gå normalt; ta åtminstone 100 steg för att erhålla en mer exakt rörelsekänslighetsinställning.



Om enheten visar fler steg än det aktuella antalet, skjut omkopplaren mot ⊖.	Om enheten visar färre steg än det aktuella antalet, skjut omkopplaren mot ⊕.

4. Justera känslighetsomkopplaren om gånghastigheten förändras. Repetera steg 2-5 tills du når önskat resultat.

Följande förhållanden kan orsaka felaktiga mätvärden:

1. Ojämn gångtakt, t.ex. vid förflyttning i stora folkmassor eller på ojämt underlag.
2. Återkommande förflyttning i höjdled såsom löpning, gång i trappor eller branta backar, samt hopp i förflyttningen.

SÄKERHET OCH UNDERHÅLL

Rengör produkten med en lätt fuktad trasa och milt tvättmedel.

VARNINGSMEDDELANDEN

Denna produkt är designad för att ge dig många års glädje om den hanteras på ett korrekt sätt. Se följande anvisningar:

- Eftersom produkten endast är stänkskyddad, sänk aldrig ner den i vatten. Detta kan orsaka en elektrisk stöt som förstör produkten.
- Utsätt inte enheten för extrema krafter, stötar eller variationer i temperatur eller luftfuktighet.
- Produkten tål ett fall på 1 meter, men de rekommenders starkt att du undviker att tappa produkten.
- Mixtra inte med interna komponenter. Om det händer upphör garantin på produkten och kan dessutom orsaka skada. Produkten innehåller inga reparerbara delar.
- Blanda inte gamla och nya batterier eller batterier av olika fabrikat.
- Använd inte laddningsbara batterier till denna produkt.
- Plocka ur batterierna om produkten skall förvaras under en längre period.
- Repa inte LCD displayen.
- Läs denna bruksanvisning noga innan du sätter igång apparaten.

Innehållet i denna manual kan komma att ändras utan vidare upplysning. Bilderna är inte ritade i skala. Gör inga ändringar eller modifikationer på produkten. Obehöriga ändringar kan komma att upphäva din rätt att använda produkten.

SPECIFIKATIONER

Stegräknare	0 till 99 999 steg
Gångavstånd	0 till 999,99 km (0 to 999.99 miles)
Steglängd	30 till 150 cm (11 to 60 inches)
Klocka	24 timmar
Dimensioner	65 x 40 x 14 mm (L x B x H) 2,6 x 1,6 x 15,24 mm (L x B x H)
Vikt	24gram (0.85 ounces)
Arbetstemperatur	-5,0 till 40,0 °C (23 till 104.0 °F)
Förvaringstemperatur	-20 till 60 °C (-4 till 140 °F)
Batteri	1 x LR43 1.5 V
Batterilivslängd	1 år

OM OREGON SCIENTIFIC

Besök vår hemsida (www.oregonscientific.se) för att se mer av våra produkter såsom digitalkameror; MP3 spelare; projektionsklockor; hälsoprodukter; väderstationer; DECT-telefoner och konferenstelefoner. Hemsidan innehåller också information för våra kunder i de fall ni behöver ta kontakt med oss eller behöver ladda ner information. Vi hoppas du hittar all information du behöver på vår hemsida och om du vill komma i kontakt med Oregon Scientific kundkontakt besöker du vår lokala hemsida www.oregonscientific.se eller www.oregonscientific.com för att finna telefonnummer till respektive supportavdelning.

EU-FÖRSÄKRAN OM ÖVERENSSTÄMMELSE

Härmed intygar Oregon Scientific att denna Digital Stegräknare med Realtidsklocka modell PE320 äöverenstämmer med EMC direktivet 89/336/CE och ~~LVD direktivet 73/23/EC~~. En signerad kopia av "Declaration of Conformity" kan erhållas vid hänvändelse till Oregon Scientific servicecenter.

CE

© 2006 Oregon Scientific. All rights reserved.

086L00XXXX-02X