

SMARTHEART**Hartslagmonitor
met aanraakscherm (TOL)
en Vibrerend Alarm****Model: SE102****Hartslagmonitor
met Vingerlens (TOL)****Model: SE102L****HANDLEIDING****INHOUDSOPGAVE**

Introductie	3
Belangrijkste eigenschappen	4
Voorkant	4
LCD	5
Starten	6
Het horloge aanzetten (alleen 1e keer)	6
De borstriem dragen.....	6
Signaalverzending	7
Schakel bedieningsmodus.....	8
Klok / alarm / toetsgeluid / aanraakscherm	10
Alarm	11
Toetsgeluid	12

Anraakscherm (tol - patent pending)	12
Hartslaglimiet / -alarm	13
Doelactiviteit	14
Maximum / onder- / bovengrens hartslag	14
Hartslagalarm	15
Gebruikersgegevens	16
Activiteitsniveau	17
Fitnessindex	18
Stopwatch	19
Gegevens bekijken terwijl stopwatch aan staat	20
Percentage gemiddelde hartslag gegevens	21
Backlight / toetsenblokkering	21
Batterijen	21
Informatie over de training	24
Hoe de hartslagmonitor u helpt	24
Trainingstips	24
Waarschuwingen en veiligheidsinstructies	25
Buitenactiviteiten en activiteiten in (de buurt van) water	27
Specificaties	28
Over Oregon Scientific	30
EC-Verklaring van eenvormigheid	30



NL

INTRODUCTIE

Dank u dat u gekozen hebt voor de Oregon Scientific™
Hartslagmonitor *SE102 & SE102L



* SE102 = Hartslagmonitor met aanraakscherm (TOL) en
Vibrerend Alarm

SE102L = Hartslagmonitor met aanraakscherm (TOL)
(TOL- Octrooi Aangevraagd)

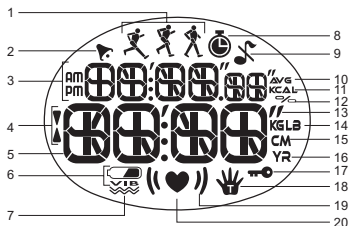
NB Houd deze handleiding bij de hand terwijl u uw
nieuwe product gebruikt. Deze bevat praktische stap-voor-
stap instructies, evenals de technische specificaties en
belangrijke waarschuwingen.







BELANGRIJKSTE EIGENSCHAPPEN**VOORKANT**

1. **Aanraakscherm (patent pending):** Raak het aan om een scherm van uw voorkeur te bekijken
2. **HR:** Open HR modus; kies weergave hartslag
3. **MODUS:** Wissel van weergavemodus
4. **ST / SP / +:** Start / stop stopwatch; wijzig instelling
5.  /  : Zet backlight aan; blokkeer / deblokkeer toetsen
6. **SET:** Open instellingenmodus; kies weergave klokinstellingen

LCD



1. activiteitsniveau lopen / joggen / hardlopen
2. : Alarm is ingesteld; knippert wanneer alarm actief is
3. **AM / PM**: 12-uurs klok
4. / : Boven- / Ondergrens hartslag
5. Tijd / hartslag
6. / * : Batterij / Batterij van Trilalarm raakt leeg
7. * : Hartslagalarm is ingesteld op Viberen
8. : Stopwatch wordt weergegeven of is actief
9. : Toetsgeluid is uit
10. **AVG** : Gegevens gemiddelde hartslag
11. **KCAL** : Eenheid Calorieën
12. **%** : Percentage gemiddelde hartslag gegevens
13. **///** : Britse lengte-eenheid (voet en inches)
14. **KGLB** : Eenheid Lichaamsgewicht

15. **CM**: Lengte in centimeters
 16. **YR**: Geboortejaar gebruiker
 17.  : Toetsenblokkering staat aan
 18.  : Vingerschermfunctie is actief
 19.  : Hartslag overschrijdt ingestelde limiet
 20.  : Knippert wanneer signaal van hartslagmeter ontvangen wordt
- * alleen voor SE102

STARTEN

BELANGRIJK Om effectief gebruik te maken van uw horloge tijdens de training, dwz om verbrande calorieën en fitnessindex te berekenen, **MOET** u de hartslaglimieten en gebruikersgegevens invoeren, zoals aangegeven in de desbetreffende secties.

HET HORLOGE AANZETTEN (ALLEEN 1E KEER)

Druk een willekeurige knop gedurende 2 seconden om het scherm te activeren.

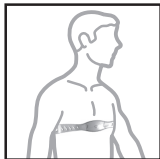
DE BORSTRIEM DRAGEN

Borstriem

De borstriem meet uw hartslag en verzend de gegevens naar het horloge.



1. Maak de geleidende vlakken aan de onderzijde van de borstriem nat met een aantal druppels water of geleidende gel om volledig contact te verzekeren.
2. Bevestig de borstriem om uw borst, zodat deze goed vast zit onder uw borstspieren.



TIPS

- Voor correcte hartslaggegevens moet u de borstriem over uw hart bevestigen.
- Vermijd plekken met te veel borsthaar.
- In droge, koude klimaten heeft de meter soms enige tijd nodig om normaal te functioneren. Een aantal minuten training zal de prestaties verbeteren.

NB Als het horloge na 5 minuten geen hartslag heeft ontvangen, zal de hartslagmodus automatisch terug keren naar de klokmodus.

SIGNAALVERZENDING

De borstriem en het horloge hebben een maximaal zendbereik van ongeveer 62,5 cm (25 inch). Wanneer het horloge zoekt naar het signaal van de borstriem, moet u zorgen dat de borstriem zich binnen 10 cm (4 inch) van het horloge bevindt.

ICOON	BESCHRIJVING
♥	Knippert wanneer het signaal gevonden is
(())	Verschijnt wanneer het hartslagalarm AAN is

Indien het signaal zwak is of het signaal wordt verstoord door interferentie uit de omgeving:

- Verklein de afstand tussen de borstriem en het horloge.
- Stel de positie van de borstriem bij.
- Controleer of de geleidende pads vochtig genoeg zijn om goed contact te maken.
- Controleer de batterijen. Als ze bijna leeg zijn, zal het bereik kleiner zijn.

NB Signaalinterferentie van de omgeving kan ontstaan door elektromagnetische verstoringen. Deze kunnen ontstaan in de buurt van hoogspanningskabels, stoplichten, bovenleidingen van tram of trein, trams of trolleybussen, televisies, auto's, motoren, computers, bepaalde gemotoriseerde trainingsapparaten, mobiele telefoons of wanneer u door een elektrisch controlepoortje loopt. Door interferentie kan de hartslagmeter instabiel en inaccuraat worden.

SCHAKEL BEDIENINGSMODUS

Druk op **MODE** om te schakelen tussen de 4 gebruiksmodi. Elke hoofdmodus toont een titelscherm om aan te geven welke modus u opent. Na 1 seconde gaat het titelscherm automatisch over in het hoofdscherm van de betreffende modus.

MODUS	TITEL	HOOFDSCHERM
KLOK	TIME	26.12.00 13:26
STOPWATCH	CHRONO	00:00 ⁰⁰ 0
GEBRUIKERS PROFIEL	USER DATA	FIT. 900d
HARTSLAG- LIMIET	LIMIT HR	T. ACT WAL (♥)

KLOK / ALARM / TOETSGELUID / AANRAAKSCHERM**Om de klok in te stellen:**

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Houd **SET** ingedrukt totdat de eerste instelling knippert.
3. Druk op **+** om de instellingen te wijzigen. Houd ingedrukt om sneller door de opties te gaan.
4. Druk **SET** om te bevestigen en verder te gaan met de volgende.
5. De volgorde van instellingen is: 12 / 24 uur formaat, uren, minuten, jaar, dag- / maand formaat, maand en dag.

**Kiezen tussen 4 verschillende klokweergaven:**

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Druk **SET** om langs de verschillende schermen te schakelen.



ALARM

Om het dagelijks alarm in te stellen:

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Druk op **SET** wanneer u in het alarmscherm bent.
3. Houd **SET** ingedrukt totdat de eerste instelling knippert.
4. Druk op **+** om de instellingen te wijzigen. Houd ingedrukt om sneller door de opties te gaan.
5. Druk **SET** om te bevestigen en verder te gaan met de volgende.
6. De volgorde van instellingen is uren en minuten.



Om het alarm UIT te zetten en de volgende dag weer af te laten gaan:

Druk een willekeurige knop.

Activeren / deactiveren van het alarm:

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Druk op **SET** wanneer u in het alarmscherm bent.
3. Druk op **+** om te het alarm aan of uit te zetten.  verschijnt wanneer het alarm is geactiveerd.

TOETSGELUID

Om het toetsgeluid AAN of UIT te zetten:

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Druk op **SET** totdat u in het toetsgeluidsscherm bent.
3. Druk op **+** om de instellingen te wijzigen.
4. Druk op **SET** om te bevestigen.



AANRAAK SCHERM (TOL - PATENT PENDING)

De aanraak scherm functie biedt u snelle toegang tot 1 van de 6 voorkeuzemodi:

- Klok
- Gemiddelde hartslag
- Stopwatch
- % hartslag
- Huidige hartslag
- verbrande Calorieën

Raak simpelweg de lens aan en uw voorkeuzemodus verschijnt gedurende 5 seconden op het scherm, waarna het vorige scherm weer terug komt.

Gebruik van de aanraak scherm functie:

1. Druk **MODE** om naar de Klokmodus te gaan.
2. Druk op **SET** totdat u het aanraak scherm bereikt en gebruik **+** om **TOUCH ON** te selecteren.
3. Houd **SET** ingedrukt.



4. Druk **+** om 1 van de 6 modi te kiezen en druk **SET** om te bevestigen.



Verschijnt wanneer de aanraak scherm functie is geactiveerd en knippert wanneer het voorkeuzescherf wordt weergegeven.

HARTSLAGLIMIET / -ALARM

Om de onder- en bovengrens van het hartslagalarm in te stellen:

1. Druk **MODE** om naar de hartslagmodus te gaan.
2. Houd **SET** ingedrukt totdat de eerste instelling knippert.
3. Druk op **+** om de instellingen te wijzigen. Houd ingedrukt om sneller door de opties te gaan.
4. Druk **SET** om te bevestigen en verder te gaan met de volgende.
5. De volgorde van instellingen is: Doelactiviteit (Lopen, Joggen, Hardlopen), onder- en bovengrens hartslag, waarschuwing AAN / UIT, start en stop tijd.



NB U moet de doelactiviteit instellen om de onder- en bovengrens van de hartslag automatisch te laten berekenen. Als u het doelactiviteitsniveau van uw training wijzigt, worden de onder- / bovenhartslaggrens automatisch bijgesteld.

DOELACTIVITEIT

DOEL ACTIVITEIT	MHR%	BESCHRIJVING
LOPEN	65-78%	Gezondheid op peil houden: Lage trainingsintensiteit Goed voor mensen die hun cardiovasculaire systeem willen versterken.
JOGGEN	65-85%	Aerobische Training: Kracht en uithoudingsvermogen vergroten. Valt binnen de zuurstofcapaciteit van het lichaam, verbrandt meer calorieën, en kan gedurende langere tijd worden volgehouden.
HARDLOPEN	78-90%	Anaerobische Training: Genereert snelheid en kracht. Gaat buiten de zuurstofcapaciteit van het lichaam, vergroot spieren en kan niet gedurende langere tijd worden volgehouden.

MAXIMUM / ONDER- / BOVENGRENS HARTSLAG

Voordat u aan een trainingsprogramma begint en om maximale gezondheidsvoordelen uit uw training te halen, zijn de volgende gegevens belangrijk:





- Maximale hartslag (MHR)
- Ondergrens hartslag
- Bovengrens hartslag



Om uw hartslaglimieten handmatig te berekenen:

MHR	MHR = 220 - leeftijd
ONDERGRENS	MHR x laagste % doelactiviteit. Bijv. Doelactiviteit is LOPEN:
BOVENGRENS	Ondergrens = MHR x 65% MHR x hoogste % doelactiviteit. Bijv. Doelactiviteit is LOPEN: Bovengrens = MHR x 78%

HARTSLAGALARM

U kunt het hartslagalarm instellen in de hartslagmodus met de volgende instellingen:

ICOON	BESCHRIJVING
	* Vibrerend hartslag en geluid staan UIT Hartslagalarm geluid staat AAN
	<ul style="list-style-type: none"> • 1 piepje = u bent onder uw zonelimiet egaan • 2 piepjes = u bent boven uw zonelimiet egaan
	* Vibrerend hartslagalarm staat AAN
	* Vibrerend Hartslagalarm en geluid staan AAN

 of  Knippert wanneer u buiten uw hartslaglimiet bent egaan.

NB Als het horloge na 5 minuten geen hartslag heeft ontvangen, zal de hartslagmodus automatisch terug keren naar de klokmodus.

* alleen voor SE102

GEBRUIKERSGEGEVENS

Om volledig te kunnen profiteren van dit product, dient u uw gebruikersgegevens in te vullen voordat u gaat trainen. Dit zal automatisch uw fitnessindex berekenen en uw horloge in staat stellen de verbrande calorieën te berekenen tijdens de training. Deze informatie helpt u uw vooruitgang bij te houden.

Om de gebruikersgegeven in te vullen:

1. Druk **MODE** om naar de gebruikersgegevensmodus te gaan.
2. Houd **SET** ingedrukt totdat de eerste instelling knippert.
3. Druk op **+** om de instellingen te wijzigen. Houd ingedrukt om sneller door de opties te gaan.
4. Druk **SET** om te bevestigen en verder te gaan met de volgende.
5. De volgorde van instellingen is: Activiteitsniveau (ATH / HOB / LIT), geslacht (M / V), geboorteejaar, geboortemaand, geboortedag, lengte-eenheid (voet of meter), lengte, gewichtseenheid (lbs of kg) en gewicht. Zodra de gegevens ingevuld zijn wordt de fitnessindex weergegeven als FAIR, NORMAL of GOOD.



NB U moet uw gebruikersgegevens invoeren om de calorieteller en de verbrande vettenfunctie te kunnen gebruiken.

Om uw fitnessindex te bekijken:

Druk op **MODE** totdat u in het gebruikersgevegensschem bent.

ACTIVITEITSNIVEAU

Het activiteitsniveau is gebaseerd op uw eigen inschatting over de hoeveelheid trainingsarbeid die u normaal gesproken verricht.

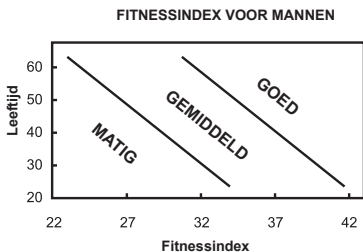
ACTIVITEITS- NIVEAU	BESCHRIJVING
LICHT	Laag – U doet weinig aan geplande recreatieve sport of training.
HOBBY	Medium – U doet regelmatig aan lichte fysieke oefening (zoals golfen, paardrijden, tafeltennis, calisthenics, bowlen, gewichtheffen of turnen) 2-3 maal per week, in totaal 1 uur per week.
ATHLEET	Hoog – U doet vaak en actief aan zware fysieke training (zoals hardlopen, joggen, zwemmen, fietsen, of touwspringen) of aan zware aerobische sport (zoals tennis, basketbal of handbal).

NB U moet uw gebruikersgegevens invoeren om de verbrande calorieën en fitnessindex te berekenen.

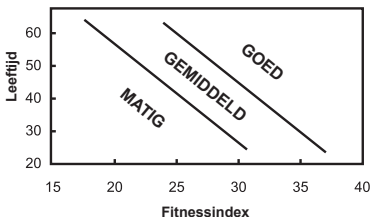
FITNESSINDEX

Uw horloge genereert een fitnessindex aan de hand van uw aerobische fitheid. Deze index is afhankelijk van de capaciteit van uw lichaam om zuurstof aan de actieve spieren te leveren tijdens een training. Het wordt vaak afgemeten aan de zuurstofopname (VO2 Max), wat de grootste hoeveelheid zuurstof is die gebruikt kan worden tijdens een steeds zwaarder wordende training. De longen, het hart, het bloed, het bloedvatstelsel en de actieve spieren zijn allemaal factoren in het bepalen van de VO2 Max. De eenheid van VO2 Max is ml/kg min.

Zie de onderstaande tabellen om een overzicht te krijgen van de fitnessindex:



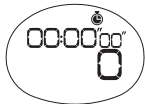
FITNESSINDEX VOOR VROUWEN



STOPWATCH

Om de stopwatch te gebruiken:

1. Druk **MODE** om naar de Stopwatchmodus te gaan.
2. Om te starten / stoppen / hervatten, drukt u **ST / SP**.
3. Om de stopwatch te resetten houdt u **SET** ingedrukt.







Als de hartslagfunctie van uw horloge is geactiveerd en uw gebruikersgegevens zijn ingevoerd, zal het calorieverbruik beginnen te tellen zodra de stopwatch aan gaat.

 verschijnt wanneer de stopwatch loopt. De stopwatch zal door blijven lopen wanneer u andere modi opent.  zal knippen totdat u terug keert naar de stopwatchmodus.

**GEGEVENS BEKIJKEN TERWIJL STOPWATCH
AAN STAAT**

Druk **HR** om langs de volgende schermen te schakelen
terwijl de stopwatch aan staat:

Hartslagpercentage en huidige hartslag	
Stopwatch en huidige hartslag	
Gemiddelde hartslag en huidige hartslag	
Verbrande calorieën en huidige hartslag	



PERCENTAGE GEMIDDELDE HARTSLAG GEGEVENS

De gegevens over hartslagpercentage worden berekend aan de hand van uw huidige hartslag en MHR: $\frac{HR}{MHR} \times 100\%$

Hoe hoger het percentage, des te harder uw hart werkt. Als u bijvoorbeeld de 80-90% bereikt, is het een goed idee om af te zakken naar een wat lichter trainingsniveau.

BACKLIGHT / TOETSENBLOKKERING

Om het backlight voor 3 seconden aan te zetten:

Druk op . (Druk binnen 3 seconden nogmaals op  om het backlight 3 extra seconden aan te laten).



Om het toetsenblokkering AAN of UIT te zetten:

Houd  ingedrukt.  verschijnt wanneer de toetsenblokkering AAN is.

NB Het backlight werkt niet als het waarschuwingsicoon voor zwakke batterij wordt weergegeven en dit zal veranderen als de batterijen vervangen zijn.

BATTERIJEN

Dit product gebruikt 2 x CR2032 batterijen, een voor het horloge en de ander voor de borstriem. Beiden zijn al geïnstalleerd. De Batterij-indicatoren zijn:

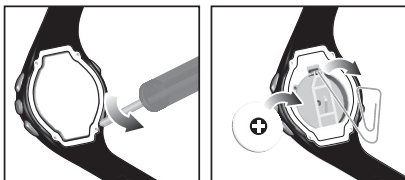
BATTERIJ - INDICATOR	BESCHRIJVING
	Constant knipperen: Batterij van het horloge raakt leeg Onderbroken knipperen: De batterij van het horloge is leeg Het backlight kan niet meer gebruikt worden
VIB	* De batterij is leeg en het vibrerend alarm kan niet meer gebruikt worden
	* Zowel de batterij van het horloge als die van het vibrerend alarm raken leeg

* Gewoonlijk gaan de batterijen een jaar mee. Het vibrerend alarm gebruikt meer energie van de batterij dan het geluidsalarm. We raden u aan om contact op te nemen met uw verkooppunt of onze klantenservice wanneer ze vervangen moeten worden.

Om de batterij van het horloge te vervangen:

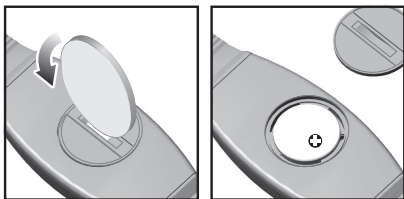
1. Schroef de achterplaat los en verwijder deze.
2. Met een dun voorwerp wipt u de klip omhoog.
3. Vervang de oude batterij en plaats de klip terug.
4. Plaats de achterplaat en de schroefjes terug.

* alleen voor SE102



Om de batterij van de borstriem te vervangen:

1. Draai het batterijvak met een munt tegen de klok in open.
2. Vervang de oude batterij (zoals aangegeven) en plaats de klep van het batterijvak weer terug door deze met de klok mee dicht te draaien.



BELANGRIJK

- Oplaadbare en niet-oplaadbare batterijen dient u zorgvuldig van het afval te scheiden. Op diverse locaties vindt u inleverpunten waar u zowel oplaadbare als niet-oplaadbare batterijen kwijt kunt.
- Batterijen zijn extreem gevaarlijk indien ingeslikt! Houd batterijen hierom uit de buurt van jonge kinderen. Als

een batterij is ingeslikt, dient u onmiddellijk medische hulp te zoeken.

- De meegeleverde batterijen kunt u niet opladen, uit elkaar halen, aan vuur bloot stellen of kortsluiten.

INFORMATIE OVER DE TRAINING

HOE DE HARTSLAGMONITOR U HELPT

Een hartslagmonitor is het belangrijkste instrument voor het bijhouden van de gezondheid van uw hart- en vatenstelsels en bovendien een ideale partner tijdens het trainen. U kunt met de hartslagmonitor resultaten bekijken en bijhouden over een periode van tijd. Dit helpt u om uw prestaties uit het verleden te evalueren, het maximum aan voordeel uit uw werk te halen en uw toekomstige trainingsprogramma aan te passen om het gewenste doeleinde op een veilige en doeltreffende manier te bereiken.

De borstriem registreert tijdens het trainen uw hartslag en stuurt deze metingen door naar het horloge. U kunt nu uw hartslag nakijken en uw prestaties op basis van uw hartslagmetingen bijhouden. Naarmate u fitter wordt moet uw hart minder hard werken en zal de snelheid van uw hartslag verminderen. De reden hiervoor is als volgt:

Uw hart pompt bloed naar uw longen om zuurstof te verkrijgen. Het zuurstofrijke bloed wordt dan naar de spieren vervoerd. De zuurstof wordt gebruikt als brandstof en het bloed verlaat de spieren en keert terug naar de longen, waar het proces opnieuw begint. Naarmate u fitter wordt is uw hart in staat bij elke hartslag meer bloed te pompen, waardoor het minder snel moet kloppen om de nodige zuurstof naar uw spieren te pompen.

TRAININGSTIPS

Om het maximale profijt van uw trainingsprogramma te hebben, en voor uw veiligheid te zorgen, dient u de volgende regels in acht te nemen:

- Start met een duidelijk trainingsdoel, bijvoorbeeld gewicht verliezen, fit blijven, gezondheid verbeteren of aan een wedstrijd meedoen.
- Selecteer een trainingsactiviteit die u bevalt, en varieer uw trainingsactiviteit om verschillende spiergroepen te trainen.
- Begin langzaam, en vergroot de intensiteit langzaam naarmate u fitter wordt. Train regelmatig. Voor een gezond cardiovasculair systeem, wordt aangeraden drie maal per week een training te doen van 20-30 minuten.
- Doe ten minste vijf minuten opwarmen en herstel voor en na een training.
- Meet uw hartslag na de training. Herhaal deze procedure vervolgens drie minuten. Als uw hartslag niet terug is op zijn ruststand, traint u wellicht te hard.
- Neem altijd eerst contact op met uw huisarts alvorens een intensief trainingsprogramma te beginnen.

WAARSCHUWINGEN EN VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

Om er zeker van te zijn dat dit product goed en veilig werkt, leest u deze waarschuwingen en de hele handleiding goed door alvorens dit product te gebruiken:

- Gebruik een zachte, licht-vochtige doek. Gebruik geen krassende of bijtende reinigingsmiddelen, want deze kunnen schade veroorzaken. Gebruik lauw water en milde zeep om het horloge en de borstriem na elke

trainingssessie grondig te reinigen. Gebruik nooit heet water bij het schoonmaken en berg deze producten nooit nat op.

- Buig of trek niet aan het zendergedeelte van de borstriem.
- Stel het product niet bloot aan extreme klappen, schokken, stof, temperatuurschommelingen of vochtigheid. Stel het product nooit te lang bloot aan direct zonlicht. Dit kan fouten veroorzaken.
- 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.
- Kras niet met harde voorwerpen langs het LCD scherm, want het kan beschadigd raken.
- Let op bij het behandelen van alle typen batterijen.
- Verwijder de batterijen als u het product voor langere tijd op gaat bergen.
- Wanneer u de batterijen vervangt, gebruik dan alleen nieuwe batterijen zoals aangegeven in deze handleiding.
- Dit product is een precisie-instrument. Probeer dit apparaat nooit uit elkaar te halen. Neem contact op met uw verkoper of onze klantenservice als het product gerepareerd moet worden.
- Raak de elektronische circuits niet aan, want dit kan elektrische schokken veroorzaken.
- Gebruik de borstriem niet in vliegtuigen of ziekenhuizen. Het gebruik van producten die radiofrequenties gebruiken kan storingen veroorzaken in controlesystemen van andere apparaten.








- Controleer eerst alle belangrijke functies van het apparaat als het gedurende lange tijd niet gebruikt is. Test uw apparaat regelmatig en houd het goed schoon. Laat uw horloge jaarlijks onderhouden door gekwalificeerd personeel.
- Wanneer u dit apparaat weg doet, houd dan de plaatselijke reglementen aangaande vuilverwerking in acht.
- Wegens drukbeperkingen kan het in deze handleiding weergegeven scherm afwijken van het daadwerkelijke scherm.
- De inhoud van deze handleiding mag niet worden vermenigvuldigd zonder toestemming van de fabrikant.

NB De technische specificaties van dit product en de inhoud van de handleiding zijn zonder voorafgaande waarschuwing aan veranderingen onderhevig.

BUITENACTIVITEITEN EN ACTIVITEITEN IN (DE BUURT VAN) WATER

Het horloge is waterdicht tot 50 meter. De borstriem is spatwaterdicht, maar kan niet in het water gebruikt worden, aangezien de hartslagverzending onder water niet kan plaatsvinden. In deze tabel vindt u regels voor verantwoord gebruik.

					
	REGENDRUP- PELS ETC	DOUCHE (WARM/ KOUDE WATER)	LICHT ZWEMMEN / ONDIEP WATER	ONDIEP DUIKEN/ SURFEN/ WATER- SPORTEN	SNORKELLEN / DUIKEN IN DIEPER WATER
Horloge 50M / 165ft	OK	OK	OK	NEE	NEE
Borstriem 50M / 165ft	OK	NEE	NEE	NEE	NEE

Wanneer u het horloge gebruikt voor (water)sport, druk dan nooit op de knoppen met natte vingers, onder water of in hevige regen, want hierdoor kan water in de elektrische circuits komen.

SPECIFICATIES

TYPE	BESCHRIJVING
Klok	
Tijdformaat	12 uur / 24 uur
Datumformaat	DD / MM of MM / DD
Jaar	2005-2054 (auto-kalender)
Alarm	Dagelijks

Stopwatch	
Stopwatch	Van 00:00:00 (Min:Sec:100e sec) tot 99:59:59 (Uur:Min:Sec)

Bijhouden van prestaties

Hartslag (HS) alarm	* Vibratie / geluid / visueel
Meetbereik HS	30-240 spm (slagen per minuut)
Instelbereik ondergrens HS	30-240 spm (slagen per minuut)
Instelbereik bovengrens HS	80-240 spm (slagen per minuut)
Calorieberekening	0 -9.999kcal

Zenden

Bereik	62,5 cm (25 inch) – kan afnemen naarmate batterij zwakker wordt
--------	---

Waterdicht

Horloge	50 meter (163 voet) zonder gebruik van knoppen
Borstriem	Spatwaterdicht

Gebruiksomgeving

Gebruikstemperatuur	5°C tot 40°C (41°F tot 104°F)
Opslagtemperatuur	-20°C tot 70°C (-4°F tot 158°F)

* alleen voor SE102

OVER OREGON SCIENTIFIC

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

EC-VERKLARING VAN EENVORMIGHEID

Dutch Bij deze verklaart Oregon Scientific dat deze SmartHeart Hartslagmonitor (SE102 / SE102L) voldoet aan de essentiële eisen en aan de overige relevante bepalingen van EMC richtlijn 89/336/CE en LVD richtlijn 73/23/ EC. Een kopie van de getekende en gedateerde Conformiteits verklaring is op verzoek beschikbaar via onze Oregon Scientific klanten service.

