

## 3D krokoměr PDG001

**BASETech**

Obj. č.: 168 14 96



### Vážený zákazníku,

děkujeme Vám za Vaši důvěru a za nákup tohoto 3D krokoměru, PDG0001.

Tento návod k obsluze je součástí výrobku. Obsahuje důležité pokyny k uvedení výrobku do provozu a k jeho obsluze. Jestliže výrobek předáte jiným osobám, dbejte na to, abyste jim odevzdali i tento návod.

Ponechte si tento návod, abyste si jej mohli znovu kdykoliv přečíst!

### Účel použití

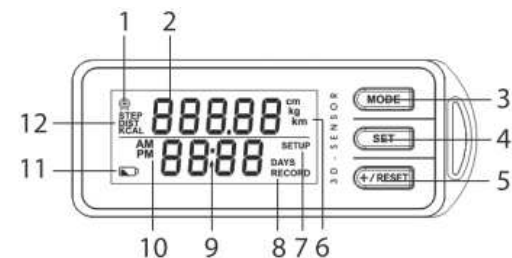
Pomocí tohoto pedometru (krokoměru) si můžete nechat zobrazit počet kroků, které jste ušli (od 0 do 99 999 kroků), vzdálenost, kterou jste urazili (měření vzdálenosti od 0 do 999,99 km) a počet kalorií, které jste přitom spotřebovali (0 až 99 999 cal). Krokoměr může zobrazovat informace o období trvajícím až 7 dní a je rovněž vybavený signalizací při dosažení cílové hodnoty, jakož i funkcí hodinek. Tento pedometr (krokoměr) je vhodný nejen pro sportovce, ale také pro žáky či ženy v domácnosti. Tento výrobek není vhodný pro použití v průmyslu, v medicíně a pro komerční použití.

### Rozsah dodávky

- Krokoměr
- Knoflíková baterie
- Návod k obsluze



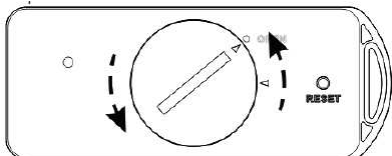
## Popis a ovládací prvky



1. Kontrolka pro cílové hodnoty	Indikuje, zda je funkce cílových hodnot aktivovaná nebo ne.
2. Hlavní informační displej	Zobrazuje kroky, vzdálenost a počet spálených kalorií nebo hlavní hodnotu v rámci aktuálně nastaveného režimu.
3. Tlačítko „MODE“	Přepínání mezi režimy: Režim krokoměru Režim vzdálenosti Režim spotřeby kalorií Režim paměti
4. Tlačítko „SET“	Aktivuje režim nastavení, chcete-li nastavit čas, délku kroku, hmotnost a cílové hodnoty.
5. Tlačítko „+/Reset“	V režimu nastavení můžete tímto tlačítkem změnit – přizpůsobit zadanou hodnotu. Tímto tlačítkem také můžete vynulovat zobrazené údaje o počtu kroků, vzdálenosti a spotřebovaných kaloriích.
6. Jednotky	cm (jednotka pro délku kroku) kg (jednotka pro hmotnost) km (jednotka pro vzdálenost)
7. „SETUP“	Pokud se zobrazuje tento nápis, nachází se přístroj v režimu nastavení.
8. „DAYS RECORD“	Pokud se zobrazuje tento nápis, nachází se přístroj v režimu paměti.
9. Vedlejší displej	Zobrazuje čas nebo datum záznamu.
10. AM/PM	(ve 12-hodinovém režimu) Zobrazuje, zda je právě dopoledne nebo odpoledne.
11. Kontrolka vybité baterie	Zobrazuje stav baterie.
12. Kontrolka režimu	Zobrazuje, který provozní režim je právě aktivovaný. „STEP“ (buď v režimu krokoměru, nebo v režimu paměti) „DIST“ (buď v režimu vzdálenosti, nebo v režimu paměti) „KCAL“ (buď v režimu spotřeby kalorií, nebo v režimu paměti)

## Vložení a výměna baterií

1. Symbol slabé baterie se rozsvítí, když je baterie téměř vybitá. Baterii vyměňte.
2. Víčkem přihrádky na baterie otáčejte pomocí mince proti směru hodinových ručiček, až bude šipka ukazovat na „OPEN“.



3. Sejměte víčko přihrádky na baterie.
4. Vložte knoflíkovou baterii, resp. vyměňte tu stávající za novou a dbejte přitom na správnou polaritu. Ujistěte se, že kladný pól směřuje nahoru.
5. Víčko přihrádky na baterie znovu uzavřete.
6. Přihrádku na baterie uzavřete otáčením víčka ve směru hodinových ručiček, až bude šipka ukazovat na značku šipky.

## Obsluha

### Aktivace přístroje

Displej se po 3 minutách nečinnosti automaticky vypne. Pohněte přístrojem nebo stiskněte libovolné tlačítko, chcete-li přístroj aktivovat.

### Přepínač režimů

Stisknutím tlačítka „MODE“ můžete přepínat mezi jednotlivými režimy.

Režim krokoměru	Sčítá Vaše kroky a zobrazuje aktuální čas.
Režim vzdálenosti	Zobrazuje vzdálenost, kterou jste urazili.
Režim spotřeby kalorií	Vypočítá množství spálených kalorií.
Režim paměti	Zobrazuje údaje za posledních sedm dní.

### Režim krokoměru

1. Stiskněte tlačítko „MODE“, až se zobrazí nápis „STEP“ a nápis „DAYS RECORD“ zhasne. Zobrazí se aktuální čas.
2. Upevněte krokoměr kolem pasu, noste ho jako řetízek kolem krku nebo na nastavitelném popruhu. Přesnost měření je tím vyšší, čím blíže k tělu krokoměr nosíte a čím kratší je šňůra, na které visí.
3. Krokoměr pouze sčítá počet Vašich kroků – ať už jdete nebo běžíte.



Počítání začíná poté, co jste ušli devět kroků za sebou. Prvních devět kroků se přičte teprve poté, co ujdete desátý krok. Počet kroků se zobrazuje na hlavním displeji. Frekvence kroků by se měla pohybovat od 0,88 kroku/sekundu do 3,3 kroku/sekundu.

## Režim nastavení

### Nastavení času

1. Zatímco se přístroj nachází v režimu krokoměru, stiskněte tlačítko „SET“ a podržte je stisknuté.
2. Rozsvítí se nápis „SETUP“ a na vedlejším displeji začne blikat nápis „12“/„24“.
3. Stisknutím tlačítka „+/Reset“ můžete přepínat mezi 12-/24-hodinovým režimem.
4. Pro uložení nastavení stiskněte tlačítko „SET“.
5. Na vedlejším displeji se nyní zobrazuje čas. Bliká pozice pro hodiny. Stisknutím tlačítka „+/Reset“ nastavte hodinu.
6. Pro uložení změny stiskněte tlačítko „SET“.
7. Poté pomocí tlačítka „+/Reset“ nastavte minuty.
8. Pro uložení změny stiskněte tlačítko „SET“.

### Nastavení délky kroku

1. Po nastavení času začne blikat číslo na hlavním displeji. Svítí jednotka „cm“.  
Nyní budete zadávat délku kroku. Pomocí tlačítka „+/Reset“ nyní zadejte délku Vašeho kroku.
2. Pro uložení změny stiskněte tlačítko „SET“.

### Nastavení hmotnosti

1. Po nastavení délky kroku začne blikat číslo na hlavním displeji. Svítí jednotka „kg“.  
Nyní budete zadávat svoji hmotnost. Pomocí tlačítka „+/Reset“ nyní zadejte Vaši hmotnost.
2. Pro uložení změny stiskněte tlačítko „SET“.

### Nastavení cílového počtu kroků

1. Po nastavení hmotnosti se rozsvítí zobrazení cílových hodnot a režimu „STEP“. Poté se na hlavním displeji zobrazí buď „ON“, nebo „OFF“. Nyní budete nastavovat cílový počet kroků. Nápis „ON“ resp. „OFF“ vyjadřují aktuální stav funkce.
2. Stiskněte tlačítko „+/Reset“, chcete-li tuto funkci aktivovat resp. deaktivovat.
3. Pro potvrzení stiskněte tlačítko „SET“.



Je-li funkce přepnutá na „ON“, můžete nastavit cílový počet kroků. Pro nastavení hodnoty stiskněte tlačítko „+/Reset“. Pro přesun o jednu číslici doleva stiskněte tlačítko „SET“. Po nastavení všech pěti číslic pro počet kroků (od 1 do 99 999) se na displeji obnoví předchozí zobrazení. Nastavení cílového počtu kroků opustíte stisknutím tlačítka „MODE“. Je-li funkce přepnutá na „OFF“, z nastavení cílového počtu kroků odejdete.

### Nastavení cílové vzdálenosti

1. Po nastavení cílového počtu kroků se rozsvítí informace o cílovém počtu kroků a režim „DIST“. Poté se na hlavní obrazovce zobrazí buď „ON“, nebo „OFF“. Nyní budete zadávat cílovou vzdálenost. Nápis „ON“ resp. „OFF“ vyjadřují aktuální stav funkce.
2. Stiskněte tlačítko „+/Reset“, chcete-li tuto funkci aktivovat resp. deaktivovat.
3. Pro potvrzení stiskněte tlačítko „SET“.



Je-li funkce přepnutá na „ON“, můžete nastavit cílovou vzdálenost. Pro nastavení hodnoty stiskněte tlačítko „+/Reset“. Pro přesun o jednu číslici doleva stiskněte tlačítko „SET“. Po nastavení všech pěti číslic cílové vzdálenosti (od 1 do 999,99 km) se na displeji obnoví předchozí zobrazení. Nastavení cílové vzdálenosti opustíte stisknutím tlačítka „MODE“. Je-li funkce přepnutá na „OFF“, z nastavení cílové vzdálenosti odejdete.

#### Nastavení cílového počtu kalorií

- Po nastavení cílové vzdálenosti se rozsvítí zobrazení cílových hodnot a režim „KCAL“. Poté se na hlavní obrazovce objeví buď „ON“, nebo „OFF“. Nyní budete zadávat cílový počet kalorií. Nápisy „ON“ resp. „OFF“ vyjadřují aktuální stav funkce.
- Stiskněte tlačítko „+/Reset“, chcete-li tuto funkci aktivovat resp. deaktivovat.
- Pro potvrzení stiskněte tlačítko „SET“.



Je-li funkce přepnutá na „ON“, můžete nastavit cílový počet spálených kalorií. Pro nastavení hodnoty stiskněte tlačítko „+/Reset“. Pro přesun o jednu číslici doleva stiskněte tlačítko „SET“. Po nastavení všech pěti číslic (od 1 do 99 999) se na displeji obnoví předchozí zobrazení. Nastavení cílového počtu spálených kalorií opustíte stisknutím tlačítka „MODE“. Je-li funkce přepnutá na „OFF“, z nastavení cílového počtu spálených kalorií odejdete.

#### Odchod z režimu nastavení

Po nastavení cílového počtu spálených kalorií odejdete z režimu nastavení. Režim nastavení opustíte také tak, že ponecháte krokoměr na 10 sekund v klidu.

### Režim vzdálenosti

- Stiskněte tlačítko „MODE“, až se zobrazí nápis „DIST“ a nápis „DAYS RECORD“ zhasne. Na vedlejším displeji se nyní zobrazuje aktuální čas.
- Upevněte krokoměr kolem pasu, noste ho jako řetízek kolem krku nebo na nastavitelném popruhu. Přesnost měření je tím vyšší, čím blíže k tělu krokoměr nosíte a čím kratší je šňůra, na které visí.
- Krokoměr vypočítá vzdálenost, kterou jste urazili, bez ohledu na to, zda jdete nebo běžíte.



Počítání začíná poté, co jste ušli devět kroků za sebou. Vzdálenost odpovídající prvním devíti krokům se přičte teprve poté, co ujdete desátý krok. Vzdálenost, kterou jste urazili, se vypočítá na základě délky kroku a zobrazuje se na hlavním displeji. Vzdálenost se zobrazuje v kilometrech. Frekvence kroků by se měla pohybovat od 0,88 kroku/sekundu do 3,3 kroku/sekundu.

### Režim spotřeby kalorií

- Stiskněte tlačítko „MODE“, až se zobrazí nápis „KCAL“ a nápis „DAYS RECORD“ zhasne. Na vedlejším displeji se nyní zobrazuje aktuální čas.
- Upevněte krokoměr kolem pasu, noste ho jako řetízek kolem krku nebo na nastavitelném popruhu. Přesnost měření je tím vyšší, čím blíže k tělu krokoměr nosíte a čím kratší je šňůra, na které visí.
- Krokoměr vypočítá množství spálených kalorií bez ohledu na to, zda jdete nebo běžíte.



Počítání začíná poté, co jste ušli devět kroků za sebou. Vzdálenost odpovídající prvním devíti krokům se přičte teprve poté, co ujdete desátý krok. Kalorie se vypočítají na základě Vaší délky kroku a Vaší tělesné hmotnosti a zobrazují se na hlavním displeji. Spálené kalorie se zobrazují v kilokaloriích. Frekvence kroků by se měla pohybovat od 0,88 kroku/sekundu do 3,3 kroku/sekundu.

### Režim paměti

- Stiskněte opakovaně tlačítko „MODE“, až se zobrazí nápis „DAYS RECORD“. Datum záznamu se zobrazuje na vedlejším displeji. Krokoměr může zobrazit záznamy za posledních sedm dní.
- Stiskněte tlačítko „+/Reset“, chcete-li si zobrazit záznamy za jiný den.
- Stiskněte tlačítko „SET“, chcete-li si zobrazit záznamy z režimu krokoměru, z režimu vzdálenosti a z režimu spotřeby kalorií.

### Vymazání záznamů (reset)

V režimu krokoměru, režimu vzdálenosti nebo režimu spotřeby kalorií stiskněte tlačítko „+/Reset“ a podržte je stisknuté tak dlouho, dokud není hodnota nastavená na nule. Funkce vynulování (reset) nemá žádný vliv na záznamy z aktuálního dne či z předchozích dnů.

### Dosažení cílových hodnot

Jsou-li nastaveny cílové hodnoty, svítí odpovídající kontrolka. Jakmile dosáhnete cílové hodnoty, na 3 sekundy se rozezní signální tón.

### Restart přístroje

Do otvoru pro jehlu zasuňte jehlu nebo jiný špičatý předmět a stiskněte jím vnitřní tlačítko – tím vrátíte přístroj do výchozího stavu. Uvědomte si, že tím vymažete také veškeré záznamy a veškerá nastavení.

### Recyklace



Elektronické a elektrické produkty nesmějí být vyhazovány do domovních odpadů. Likviduje odpad na konci doby životnosti výrobku přiměřeně podle platných zákonných ustanovení.

**Šetřete životní prostředí! Přispějte k jeho ochraně!**

### Bezpečnostní předpisy, údržba a čištění

Z bezpečnostních důvodů a z důvodů registrace (CE) neprovádějte žádné zásahy do krokoměru. Případné opravy svěďte odbornému servisu. Nevystavujte tento výrobek přílišné vlhkosti, nenamáčejte jej do vody, nevystavujte jej vibracím, otřesům a přímému slunečnímu záření. Tento výrobek a jeho příslušenství nejsou žádné dětské hračky a nepatří do rukou malých dětí! Nenechávejte volně ležet obalový materiál. Fólie z umělých hmot představují veliké nebezpečí pro děti, neboť by je mohly spolknout.



Pokud si nebudete vědět rady, jak tento výrobek používat a v návodu nenajdete potřebné informace, spojte se s naší technickou poradnou nebo požádejte o radu kvalifikovaného odborníka.

K čištění pouzdra používejte pouze měkký, mírně vodou navlhčený hadřík. Nepoužívejte žádné prostředky na drhnutí nebo chemická rozpouštědla (ředidla barev a laků), neboť by tyto prostředky mohly poškodit displej a pouzdro krokoměru.

## Manipulace s bateriemi a akumulátory



Nenechávejte baterie (akumulátory) volně ležet. Hrozí nebezpečí, že by je mohly spolknout děti nebo domácí zvířata! V případě spolknutí baterií vyhledejte okamžitě lékaře! Baterie (akumulátory) nepatří do rukou malých dětí! Vyteklé nebo jinak poškozené baterie mohou způsobit poleptání pokožky. V takovém případě použijte vhodné ochranné rukavice! Dejte pozor nato, že baterie nesmějí být zkratovány, odhazovány do ohně nebo nabíjeny! V takovýchto případech hrozí nebezpečí exploze! Nabíjet můžete pouze akumulátory.



Vybité baterie (již nepoužitelné akumulátory) jsou zvláštním odpadem a nepatří do domovního odpadu a musí být s nimi zacházeno tak, aby nedocházelo k poškození životního prostředí!



K těmto účelům (k jejich likvidaci) slouží speciální sběrné nádoby v prodejnách s elektrospotřebiči nebo ve sběrných surovinách!

**Šetřete životní prostředí!**

## Technické údaje

Napájení	3 V DC knoflíková baterie typu CR2025
Rozsah měření	0 až 99 999 (krokoměr) 0 až 999,99 km (vzdálenost, kterou jste urazili) 0 až 99 999 kcal (spálené kalorie)
Nastavitelné rozsahy	30 až 213 cm (délka kroku) 20 až 227 kg (hmotnost)
Trvání záznamu	7 dní
Rozměry (Š x V x H)	76 x 30 x 10 mm
Hmotnost	20 g



Překlad tohoto návodu zajistila společnost Conrad Electronic Česká republika, s. r. o.

Všechna práva vyhrazena. Jakékoliv druhy kopií tohoto návodu, jako např. fotokopie, jsou předmětem souhlasu společnosti Conrad Electronic Česká republika, s. r. o. Návod k použití odpovídá technickému stavu při tisku! **Změny vyhrazeny!**

© Copyright Conrad Electronic Česká republika, s. r. o.

KOV/03/2019