

PM 250



(F) Mesure de la fréquence cardiaque avec un smartphone

Mode d'emploi.....2-11



LIVRAISON

1 émetteur

avec pile bouton lithium (3 V, CR2032)

1 ceinture pectorale

(constituée d'une ceinture élastique et d'un émetteur amovible)

1 code promotion

code alphanumérique pour l'activation de l'application « Runtastic PRO »



CONSEILS IMPORTANTS

Lisez attentivement ce mode d'emploi, conservez-le et tenez-le également à la disposition d'autres personnes.

Entraînement

- Ce produit n'est pas un appareil médical. Il s'agit d'un outil d'entraînement développé pour la mesure et l'affichage de la fréquence cardiaque humaine.
- En cas de doute ou de maladie, consultez votre médecin traitant pour connaître vos valeurs personnelles maximum et minimum de fréquence cardiaque d'entraînement, ainsi que la durée et la fréquence d'entraînement conseillées. Il vous sera ainsi possible d'obtenir des résultats optimaux lors de l'entraînement.
- **ATTENTION** : les personnes atteintes de maladies cardiaques et circulatoires ou porteuses de stimulateurs cardiaques ne doivent utiliser l'appareil qu'après avoir consulté un médecin.
- La ceinture pectorale peut contenir des éléments en latex. Si vous constatez une irritation cutanée ou des rougeurs après avoir porté la ceinture, ne l'utilisez plus et contactez votre dermatologue.

- Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par une personne (y compris les enfants) dont les capacités physiques, sensorielles ou intellectuelles sont limitées, ou n'ayant pas l'expérience et/ou les connaissances nécessaires. Le cas échéant, cette personne doit, pour sa sécurité, être surveillée par une personne compétente ou doit recevoir de cette dernière des recommandations sur la manière d'utiliser l'appareil.
- Surveillez les enfants afin de les empêcher de jouer avec l'appareil.

Usage prévu

- L'appareil est conçu uniquement pour un usage personnel.
- Cet appareil ne doit être utilisé qu'aux fins pour lesquelles il a été conçu et conformément aux indications données par ce mode d'emploi. Toute utilisation inappropriée peut être dangereuse. Le fabricant ne peut être tenu pour responsable des dommages causés par une utilisation inappropriée ou non conforme.

Fonctions et possibilités d'application

REMARQUE

La dernière technologie *Bluetooth*[®] est utilisée pour transmettre la fréquence cardiaque de la ceinture pectorale au smartphone. Le Beurer PM 250 est donc compatible avec les appareils *Bluetooth*[®] Smart et *Bluetooth*[®] Smart Ready. Vous trouverez une liste actualisée des smartphones compatibles à l'adresse suivante :

www.runtastic.com/products/hrm-combo

La ceinture contenue dans la livraison est une « ceinture pectorale Combo ». Cela signifie que la ceinture pectorale émet deux signaux : un signal *Bluetooth*[®] et un autre signal sur la fréquence de transmission 5,3 kHz. Grâce à la transmission analogique 5,3 kHz supplémentaire, votre ceinture pectorale est également compatible avec la plupart des appareils de salles de sport et des cardiofréquencemètres à transmission de signal analogique (par ex., PM 62).

Interférences électromagnétiques

- Des interférences électromagnétiques peuvent survenir. Les champs magnétiques très puissants (par ex. les transformateurs) doivent obligatoirement être évités, sans quoi des erreurs peuvent survenir lors de la transmission. Le non-respect de ces consignes peut conduire à des perturbations ou à l'endommagement de l'émetteur.

Nettoyage, entretien et rangement

- Avant de commencer le nettoyage, détachez l'émetteur de la ceinture pectorale élastique.
- Nettoyez la ceinture pectorale élastique de temps à autres à l'eau courante. Séchez-la soigneusement avec un chiffon doux.
- Vous pouvez laver la ceinture pectorale élastique en machine à 40 °C et sans adoucissant. Suspendez ensuite la ceinture pectorale élastique pour la laisser sécher. NE PAS sécher la ceinture pectorale au sèche-linge !
- Nettoyez l'émetteur de temps à autres avec un chiffon humide. Ne mettez jamais l'émetteur en contact avec de l'eau.
- Conservez la ceinture pectorale et l'émetteur séparément dans un endroit propre et sec, à l'abri de la lumière. La saleté altère l'élasticité de la ceinture pectorale et le fonctionnement de l'émetteur. Si les capteurs de l'émetteur sont maintenus en activité à cause de la transpiration ou de l'humidité, la durée de vie de la pile peut s'en trouver raccourcie.
- N'utilisez pas de détergent ni de solvant décapant ou gazeux.

Réparation, accessoires et élimination

- Avant l'utilisation, assurez-vous que l'appareil et les accessoires ne présentent aucun dommage visible. En cas de doute, ne l'utilisez pas et adressez-vous à votre revendeur ou au service client indiqué.
- Seul le service client ou les opérateurs autorisés peuvent procéder à une réparation. N'essayez en aucun cas de réparer l'appareil vous-même !

- Utilisez l'appareil uniquement avec les accessoires fournis.
- Évitez le contact avec de la crème solaire (ou autres), car cela pourrait endommager les inscriptions ou les pièces en plastique.
- N'exposez pas l'appareil à la lumière directe du soleil.
- Éliminez l'appareil conformément à la directive 2002/96/EC – WEEE (Waste Electric and Electronic Equipment) relative aux appareils électriques et électroniques usagés.  Pour toute question, adressez-vous aux collectivités locales responsables de l'élimination et du recyclage de ces produits.

Consignes à propos des piles

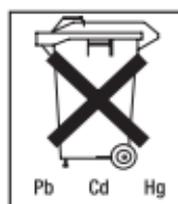
- Remplacez la pile uniquement par une pile équivalente.
- Les piles sont extrêmement dangereuses si elles sont avalées. Conservez donc les piles et les produits hors de portée des enfants en bas âge. En cas d'ingestion d'une pile, il faut immédiatement faire appel à une assistance médicale.
- Les piles ne doivent être ni rechargées, ni réactivées par d'autres méthodes, ni démontées, ni jetées au feu, ni court-circuitées.
- N'exposez jamais les piles à une chaleur excessive comme le rayonnement du soleil, le feu ou autres sources de chaleur ! Vous vous exposez à un risque de fuite élevé. Le non-respect de ces consignes peut conduire à un endommagement et même, dans certaines conditions, à une explosion des piles.
- Lorsqu'elle est vide, retirez immédiatement la pile du récepteur ou de la ceinture pectorale, sans quoi elle pourrait fuir. Dans ce cas de figure, évitez tout contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. Rincez immédiatement et abondamment les zones touchées par de l'acide issu des piles avec de l'eau claire et consultez un médecin. Nettoyez si nécessaire les contacts de la pile, ainsi que ceux de l'appareil.
- Les piles usées ne doivent pas être jetées avec les ordures ménagères. Éliminez-les par le biais

de votre revendeur électronique ou de votre point de collecte de matières recyclables local. Vous y êtes légalement obligé(e). Remarque : Ce pictogramme se trouve sur les piles à substances nocives :

Pb = pile contenant du plomb

Cd = pile contenant du cadmium

Hg = pile contenant du mercure



INSTALLATION – MISE EN SERVICE

1. Installation de l'application Runtastic

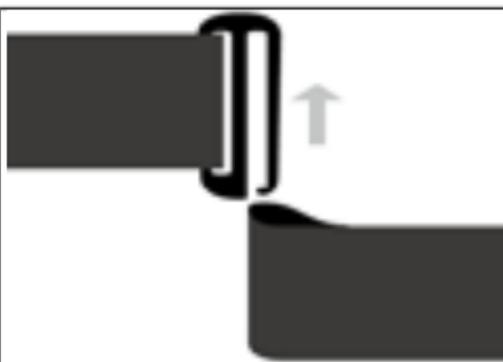
- Sur la page www.runtastic.com/activate, entrez le **code promotion** indiqué sur la face avant de la carte fournie. Connectez-vous ensuite à votre compte utilisateur runtastic. Si vous n'avez pas encore de compte utilisateur runtastic, inscrivez-vous sur le site.
- Sur votre smartphone, ouvrez la boutique d'applications (par ex. : App Store Apple, Market ou Google Play Store).
- Téléchargez la **version gratuite** de l'**application Runtastic** sur votre smartphone.
- Démarrez l'application Runtastic et toutes les **fonctions PRO (par ex. la fonction de pouls) sont automatiquement activées.**

2. Positionner la ceinture pectorale

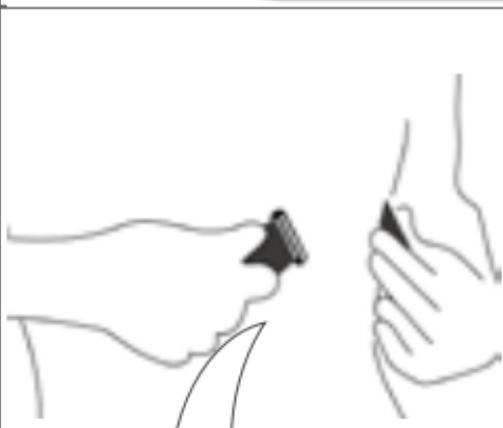
Connectez l'émetteur à la ceinture pectorale à l'aide des deux boutons poussoirs.



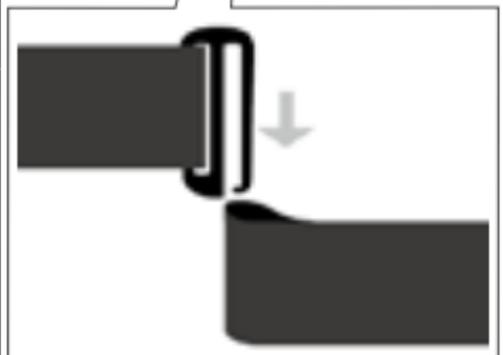
Détachez le crochet du passant de la ceinture pectorale.



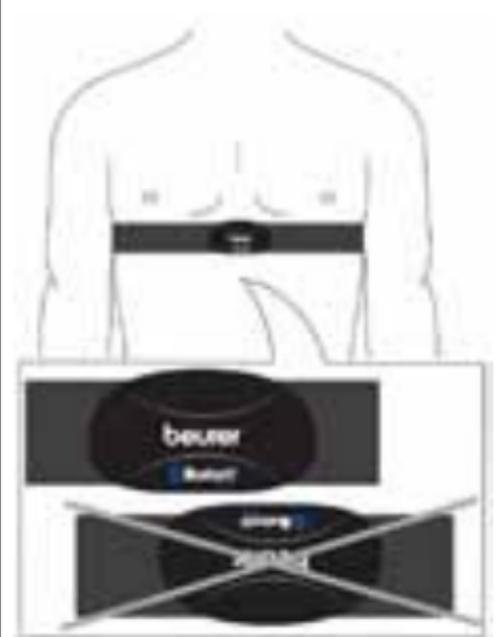
Mettez la ceinture pectorale de sorte qu'elle se trouve juste en-dessous des muscles pectoraux. Assurez-vous que la ceinture n'est ni trop lâche, ni trop serrée.



Repassez le crochet dans le passant de la ceinture pectorale.



Positionnez la ceinture pectorale pour que l'émetteur soit dirigé vers l'extérieur et que l'écriture de l'émetteur soit lisible à l'avant. Chez les hommes, la ceinture pectorale doit se trouver directement sous les muscles pectoraux (cf. illustration) et chez les femmes, directement sous la poitrine.



i REMARQUE

Comme il n'est pas possible d'obtenir immédiatement un contact optimal entre la peau et les capteurs de pouls, la mesure et l'affichage du pouls peuvent prendre un certain temps. Modifiez si nécessaire la position de l'émetteur pour obtenir un contact optimal. La formation de transpiration sous la ceinture pectorale permet généralement d'obtenir un contact suffisamment correct. Vous pouvez néanmoins aussi humidifier les zones de contact sous la ceinture pectorale. Pour ce faire, soulevez légèrement la ceinture pectorale de la peau et humidifiez doucement les deux capteurs avec de la salive, de l'eau ou du gel ECG (disponible en pharmacie). En outre, le contact entre la peau et la ceinture pectorale ne doit pas être interrompu lors de mouvements du torse plus amples, comme lors d'inspirations profondes. Une forte pilosité du torse peut perturber le contact ou même l'empêcher. Mettez la ceinture pectorale en position plusieurs minutes avant de commencer pour la mettre au niveau de la température corporelle et pour réaliser un contact optimal.

3. Activer la mesure du pouls

3.1 Mesure du pouls avec un smartphone

- Activez la fonction *Bluetooth*[®] de votre smartphone.
- Lancez l'application « Runtastic PRO ».
- Dans le menu, sélectionnez « Réglages ».
- Sélectionnez « Mesure de la fréquence cardiaque ».
- Activez l'interface *Bluetooth*[®]. Attendez alors jusqu'à ce que la connexion soit établie avec la ceinture pectorale.

i REMARQUE

La durée de vie de la pile de l'émetteur est d'environ 1 an pour une utilisation quotidienne d'une heure. Si la transmission entre l'émetteur et la ceinture pectorale ne fonctionne plus, remplacez la pile comme décrit au chapitre « Changer la pile de l'émetteur ».

3.2 Mesure du pouls avec des appareils d'entraînement (par ex. dans les salles de sport) et des cardiofréquencemètres avec transmission de signal analogique

Le signal du pouls est envoyé par *Bluetooth*[®] Smart mais aussi par transmission du signal analogique.

i REMARQUE

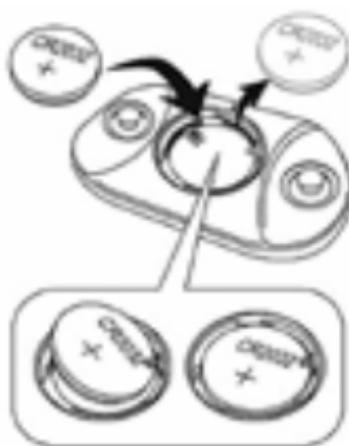
La mesure du pouls est possible uniquement avec les appareils d'entraînement et des cardiofréquencemètres analogiques qui fonctionnent sur une fréquence de transmission non codée de 5,3 kHz.

CHANGER LA PILE DE L'ÉMETTEUR

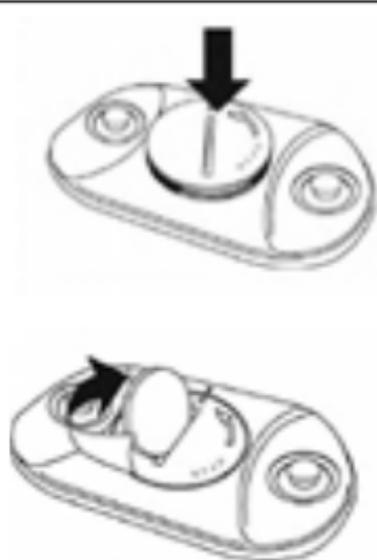
Ouvrez le couvercle du compartiment à piles avec une pièce de monnaie en la tournant dans le sens inverse des aiguilles d'une montre.



Retirez la pile bouton usagée et insérez une pile bouton neuve de type CR2032. Assurez-vous que le pôle positif (+) est orienté vers le haut et que la pile se trouve sous le contact.



Refermez le couvercle du compartiment de la pile en le faisant glisser. Tournez la pièce de monnaie dans le sens des aiguilles d'une montre. Assurez-vous que le couvercle du compartiment à piles est correctement fermé, afin que de l'humidité ne puisse pas pénétrer dans l'émetteur.



DONNÉES TECHNIQUES

Émetteur Alimentation électrique :	1 pile bouton lithium (3 V, CR2032)
Fréquence de transmission de la ceinture pectorale à l'émetteur :	<i>Bluetooth</i> [®] 4.0 et 5,3 kHz ID QD <i>Bluetooth</i> [®] : B019950

Résistance à l'eau

L'émetteur et la ceinture pectorale sont protégés contre les éclaboussures. Le tableau suivant indique les activités et conditions pour lesquelles ils sont adaptés :

Transpiration gouttes	Douche	Bain, natation	Sport aquatique
Oui	Non	Non	Non

Nous garantissons par la présente que ce produit est conforme à la directive européenne CEM 2004/108/CE. Veuillez contacter l'adresse du SAV indiquée afin d'obtenir de plus amples détails, comme par exemple la déclaration de conformité CE.

