

## PM 250



- ① **Rilevazione della frequenza cardiaca con smartphone**  
Istruzioni per l'uso.....2-11



## FORNITURA

### 1 unità di trasmissione

incl. batteria a bottone al litio (3 V, CR2032)

### 1 fascia toracica

(composta da cinghia di fissaggio elastica e unità di trasmissione rimovibile)

### 1 codice promozionale

Codice alfanumerico per l'attivazione dell'applicazione "runtastic PRO"



## AVVERTENZE IMPORTANTI

Leggere attentamente le presenti istruzioni per l'uso, conservarle e renderle accessibili anche ad altre persone.

### Allenamento

- Questo prodotto non è un dispositivo medico. Si tratta di uno strumento per l'allenamento progettato per misurare e rappresentare la frequenza cardiaca umana.
- In caso di dubbi o in presenza di patologie, informarsi presso il medico curante sui propri valori, sulla frequenza cardiaca massima e minima durante l'allenamento nonché sulla durata e la frequenza degli allenamenti. Ciò consente di ottenere risultati ottimali dall'allenamento.
- **ATTENZIONE:** prima di utilizzare questo apparecchio per la rilevazione della frequenza cardiaca, le persone che soffrono di patologie cardiache e respiratorie o i portatori di pace maker devono consultare il proprio medico.
- La fascia toracica può essere costituita da componenti in lattice. Se si manifestano irritazioni cutanee o arrossamenti quando si indossa la fascia toracica, interromperne l'uso e rivolgersi a un dermatologo.

- L'apparecchio non deve essere utilizzato da persone (compresi bambini) con ridotte capacità fisiche, percettive o intellettive o non in possesso della necessaria esperienza e/o conoscenza, se non sotto la supervisione di una persona responsabile per la loro sicurezza o che fornisca loro le indicazioni per l'uso dell'apparecchio.
- Controllare che i bambini non utilizzino l'apparecchio per gioco.

### **Uso previsto**

- Questo apparecchio è concepito unicamente per l'uso privato.
- Questo apparecchio può essere utilizzato solo per lo scopo per il quale è stato concepito e descritto nelle presenti istruzioni per l'uso. Qualsiasi uso non conforme comporta un pericolo. Il produttore non risponde di danni causati da un uso inappropriato o non conforme.

### **Funzioni e possibilità di impiego**

#### **AVVERTENZA:**

Per la trasmissione della frequenza cardiaca dalla fascia toracica allo smartphone viene utilizzata la tecnologia *Bluetooth*<sup>®</sup> di ultima generazione. Questo significa che l'apparecchio Beurer PM 250 è compatibile con dispositivi *Bluetooth*<sup>®</sup> smart e *Bluetooth*<sup>®</sup> smart ready. Per un elenco aggiornato degli smartphone compatibili, consultare il sito [www.runtastic.com/products/hrm-combo](http://www.runtastic.com/products/hrm-combo)

La fascia toracica della presente fornitura è una fascia toracica "combinata", vale a dire che emette due segnali. Un segnale *Bluetooth*<sup>®</sup> e un ulteriore segnale su una frequenza di trasmissione di 5,3 kHz. Grazie alla trasmissione analogica aggiuntiva a 5,3 kHz, questa fascia è compatibile con la maggior parte delle attrezzature di allenamento presenti nelle palestre e dei cardiofrequenzimetri a trasmissione analogica (ad es. PM 62).

### **Interferenze elettromagnetiche**

- Possono verificarsi interferenze elettromagnetiche. Evitare assolutamente i campi magnetici

troppo potenti (ad es. trasformatori) che possono causare irregolarità nella trasmissione. Il mancato rispetto di tale avvertenza può causare guasti o danni all'unità di trasmissione.

### **Pulizia, cura e conservazione**

- Prima di iniziare la pulizia, separare l'unità di trasmissione dalla fascia toracica elastica.
- Pulire di tanto in tanto la fascia toracica elastica sotto l'acqua corrente. Asciugarla accuratamente con un panno morbido.
- La fascia toracica elastica può essere lavata in lavatrice a 40°C senza ammorbidente. Al termine del lavaggio, stendere la fascia toracica elastica ad asciugare. NON asciugare la fascia toracica elastica nell'asciugatrice.
- Di tanto in tanto pulire l'unità di trasmissione con un panno umido. Non immergere l'unità di trasmissione in acqua.
- Conservare la fascia toracica e l'unità di trasmissione separatamente in luoghi asciutti, puliti e al riparo dalla luce. Lo sporco compromette l'elasticità della fascia toracica e la funzionalità dell'unità di trasmissione. Il sudore e l'umidità possono inumidire i sensori che mantengono attiva l'unità di trasmissione con conseguente riduzione della durata della batteria.
- Non utilizzare detergenti o solventi corrosivi o in forma gassosa.

### **Riparazione, accessori e smaltimento**

- Prima dell'uso assicurarsi che l'apparecchio e gli accessori non presentino nessun danno palese. In caso di dubbio non utilizzare e consultare il proprio rivenditore o contattare il Servizio clienti indicato.
- Le riparazioni possono essere effettuate solo dal Servizio clienti o da rivenditori autorizzati. Non tentare in nessun caso di riparare da soli l'apparecchio.
- Utilizzare l'apparecchio solo con gli accessori in dotazione.
- Evitare il contatto con creme solari o simili, in quanto potrebbero danneggiare la scritta o le parti in plastica.

- Non esporre l'apparecchio alla luce diretta del sole.
- Smaltire l'apparecchio secondo la direttiva sui rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche 2002/96/CE (RAEE). Per eventuali chiarimenti, rivolgersi alle autorità comunali competenti per lo smaltimento.



### **Indicazioni per le batterie**

- Sostituire la batteria esclusivamente con una batteria uguale o equivalente.
- Se ingoiate, le batterie rappresentano un pericolo mortale. Tenere batterie e prodotti lontani dalla portata dei bambini. In caso di ingestione delle batterie, contattare immediatamente un medico.
- Le batterie non devono essere ricaricate o riattivate con altri mezzi; inoltre non devono essere aperte, gettate nel fuoco o cortocircuitate.
- Non esporre mai le batterie a calore eccessivo, come luce solare diretta, fuoco o simili. Sussiste il pericolo di fuoriuscita di liquido. Il mancato rispetto delle presenti avvertenze può danneggiare e perfino causare l'esplosione delle batterie.
- Rimuovere immediatamente le batterie scariche dall'unità di trasmissione e dalla fascia toracica per evitare la fuoriuscita di liquido. Se dovesse accadere, evitare il contatto con la pelle, gli occhi e le mucose. Sciacquare immediatamente le parti che sono venute a contatto con l'acido della batteria e consultare il medico. Se necessario, pulire i contatti della batteria e i contatti nell'apparecchio.
- Le batterie esauste non sono rifiuti domestici. Smaltirle presso un rivenditore di materiali elettrici o nel punto di raccolta differenziata locale. Lo smaltimento è un obbligo di legge. Avvertenza: i simboli riportati di seguito indicano che le batterie contengono sostanze tossiche.

Pb = la batteria contiene piombo

Cd = la batteria contiene cadmio

Hg = la batteria contiene mercurio



# INSTALLAZIONE - MESSA IN FUNZIONE

## 1. Installare l'applicazione runtastic

- Nella pagina Web [www.runtastic.com/activate](http://www.runtastic.com/activate) inserire il **codice promozionale** riportato sulla parte anteriore del tagliando allegato. Accedere al proprio account utente runtastic. Se non si possiede un account utente runtastic, registrarsi sul sito.
- Aprire lo store delle app del proprio smartphone (ad es. Apple App Store, Market o Google Play).
- Scaricare la **versione gratuita** dell'app **runtastic** sul proprio smartphone.
- Dopo avere avviato l'app runtastic, tutte le **funzioni PRO** (ad es. la **funzione di misurazione del battito cardiaco**) vengono attivate automaticamente.

## 2. Applicare la fascia toracica

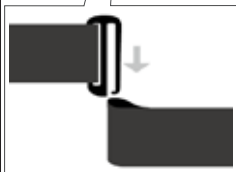
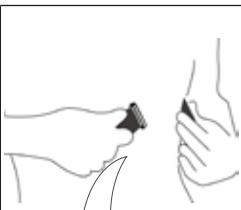
<p>Fissare l'unità di trasmissione alla fascia toracica utilizzando entrambi i bottoni a pressione.</p>	
<p>Sollevare il gancio dall'asola della fascia toracica.</p>	

Posizionare la fascia toracica appena sotto i pettorali. Prestare attenzione a fissare la fascia toracica in modo che non sia né troppo stretta né troppo allentata.

Inserire di nuovo il gancio nell'asola.

Posizionare la fascia toracica in modo che l'unità di trasmissione sia rivolta verso l'esterno e che la scritta sia visibile da davanti.

Gli uomini devono applicare la fascia appena sotto i pettorali, come mostrato in figura, le donne alla base del seno.



## **i** AVVERTENZA:

Dal momento che non è possibile stabilire immediatamente un contatto ottimale fra la pelle e i sensori del battito cardiaco, la misurazione e la visualizzazione del battito cardiaco possono richiedere un po' di tempo. Eventualmente modificare la posizione dell'unità di trasmissione per ottenere un contatto ottimale. Il sudore che si crea sotto la fascia toracica è generalmente sufficiente a ottenere un contatto adeguato. Tuttavia è possibile anche inumidire i punti di contatto nella parte interna della fascia toracica. A tale scopo sollevare leggermente la fascia toracica

dalla pelle e inumidire leggermente i due sensori con saliva, acqua o gel per elettrocardiogramma (acquistabile in farmacia). Il contatto fra la pelle e la fascia toracica non deve interrompersi nemmeno in caso di movimenti pronunciati del torace, come ad esempio in caso di respiri profondi. Una folta peluria sul petto può disturbare o perfino impedire il contatto.

Applicare la fascia toracica alcuni minuti prima della misurazione per consentirle di riscaldarsi grazie alla temperatura corporea e di creare un contatto ottimale.

### **3. Attivare la misurazione del battito cardiaco**

#### **3.1 Misurazione del battito cardiaco con lo smartphone**

- Attivare la funzione *Bluetooth*<sup>®</sup> del proprio smartphone.
- Aprire l'app "runtastic PRO".
- Selezionare "Impostazioni".
- Selezionare "Cardiofrequenzimetro".
- Attivare l'interfaccia *Bluetooth*<sup>®</sup>. Attendere che venga stabilita la connessione con la fascia toracica.

#### **AVVERTENZA:**

La batteria dell'unità di trasmissione dura ca. 1 anno in caso di utilizzo per 1 ora al giorno. Nel caso la trasmissione tra l'unità di trasmissione e la fascia toracica non dovesse più funzionare, sostituire la batteria come descritto al punto "Sostituzione della batteria dell'unità di trasmissione".

#### **3.2 Misurazione del battito cardiaco con attrezzature di allenamento (ad es. nelle palestre) e cardiofrequenzimetri a trasmissione analogica**

Il segnale del battito viene trasmesso sia tramite *Bluetooth*<sup>®</sup> smart sia tramite segnale analogico.



## **i** AVVERTENZA:

La misurazione del battito cardiaco funziona esclusivamente con attrezzature di allenamento e cardiofrequenzimetri analogici che dispongono di una frequenza di trasmissione non codificata da 5,3 kHz.

## **SOSTITUZIONE DELLA BATTERIA DELL'UNITÀ DI TRASMISSIONE**

Aprire il coperchio del vano batteria con una moneta, ruotandola in senso antiorario.



Rimuovere la batteria a bottone scarica e inserire una nuova batteria a bottone tipo CR2032. Accertarsi che il polo positivo (+) sia rivolto verso l'alto e che la batteria sia posizionata sotto il contatto.



Richiudere il coperchio del vano batteria, ruotando la moneta in senso orario. Accertarsi che il coperchio sia ben chiuso in modo da evitare la penetrazione di liquidi nell'unità di trasmissione.



## DATI TECNICI

<b>Unità di trasmissione</b> Alimentazione:	1 batteria a bottone al litio (3 V, CR2032)
Frequenza di trasmissione tra la fascia toracica e l'unità di trasmissione:	<i>Bluetooth</i> ® 4.0 e 5,3 kHz <i>Bluetooth</i> ® QD ID: B019950

### **Impermeabile all'acqua**

L'unità di trasmissione e la fascia toracica sono protetti contro gli spruzzi d'acqua. La tabella seguente riporta per quali attività e condizioni sono adatte:

Gocce di sudore	Doccia	Bagno, nuoto	Sport acquatici
Sì	No	No	No

Con la presente garantiamo che il prodotto è conforme alla direttiva sulla compatibilità elettromagnetica 2004/108/CE. Per ulteriori informazioni, ad esempio per richiedere la dichiarazione di conformità CE, rivolgersi al servizio di assistenza indicato.



