

Istruzioni per l'uso

RF-PDM-130

Contapassi 3D

N. d'ordine 2289333

Uso previsto

Il prodotto è destinato all'uso come contapassi. Le funzioni incluse sono l'orario in formato 12/24 ore, il conteggio dei passi, le calorie bruciate, la distanza totale percorsa, il timer per l'allenamento e la memoria a passi da 7 giorni.

Il contatto con l'umidità deve essere evitato in qualunque circostanza.

Per motivi di sicurezza e in base alle normative, l'alterazione e/o la modifica del prodotto non sono consentite. Qualsiasi uso diverso da quanto indicato potrebbe arrecare danni al prodotto. Inoltre, un uso improprio può comportare altri pericoli. Leggere attentamente le istruzioni e conservarle in un luogo sicuro. In caso di cessione del prodotto a terzi, accludere anche le presenti istruzioni per l'uso.

Questo prodotto è conforme ai relativi requisiti nazionali ed europei. Tutti i nomi di aziende e le denominazioni di prodotti ivi contenuti sono marchi dei rispettivi proprietari. Tutti i diritti sono riservati.

Contenuto della confezione

- Contapassi (batteria preinstallata)
- Istruzioni per l'uso



Istruzioni per l'uso aggiornate

È possibile scaricare i manuali d'uso aggiornati dal link www.conrad.com/downloads o eseguendo la scansione del codice QR. Seguire le istruzioni sul sito web.

Spiegazione dei simboli



Questo simbolo con il punto esclamativo inscritto in un triangolo è utilizzato per evidenziare informazioni importanti nelle presenti istruzioni per l'uso. Leggere sempre attentamente queste informazioni.



Il simbolo della freccia indica suggerimenti e informazioni importanti per il funzionamento.

Istruzioni per la sicurezza



Leggere attentamente le istruzioni per l'uso e osservare nello specifico le informazioni sulla sicurezza. In caso di mancato rispetto delle istruzioni per la sicurezza e delle informazioni sul corretto utilizzo contenute nel presente manuale, si declina qualsiasi responsabilità per eventuali danni a persone o cose. In questi casi, la garanzia decade.

a) Informazioni generali

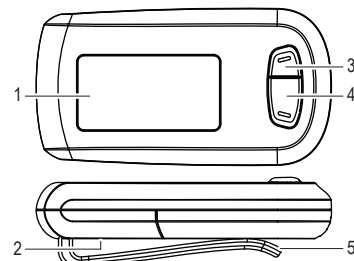
- Il dispositivo non è un giocattolo. Tenere fuori dalla portata di bambini e animali domestici.
- Non lasciare il materiale di imballaggio incustodito. Potrebbe diventare un giocattolo pericoloso per i bambini.
- Proteggere l'apparecchiatura da temperature estreme, luce diretta del sole, umidità elevata, condensa, gas, vapori e solventi infiammabili.
- Non sottoporre il prodotto a sollecitazioni meccaniche.
- Se non è più possibile utilizzare il prodotto in tutta sicurezza, metterlo fuori servizio e proteggerlo da qualsiasi uso accidentale. Il corretto funzionamento non è più garantito se il prodotto:
 - è visibilmente danneggiato,
 - non funziona più correttamente,
 - è stato conservato per lunghi periodi in condizioni ambientali avverse o
 - è stato sottoposto a gravi sollecitazioni legate al trasporto.
- Maneggiare il prodotto con cautela. Urti o cadute, anche da altezze ridotte, possono danneggiare il prodotto.

- Tutti gli interventi di manutenzione, modifica o riparazione devono essere eseguiti unicamente da un tecnico o presso un centro di riparazione autorizzato.
- Non esitare a contattare il nostro personale di assistenza tecnica o altri tecnici in caso di domande che non trovano risposta nel presente manuale.

b) Batterie (ricaricabili)

- Durante l'inserimento della batteria (ricaricabile) è necessario rispettare la corretta polarità.
- La batteria (ricaricabile) deve essere rimossa dal dispositivo se non viene utilizzata per un lungo periodo di tempo, al fine di evitare danni dovuti ad eventuali perdite. Le batterie (ricaricabili) con perdite o danneggiate possono causare ustioni da acido a contatto con la pelle; si raccomanda pertanto di utilizzare guanti protettivi adatti per maneggiare le batterie (ricaricabili) corrotte.
- Tenere le batterie (ricaricabili) fuori dalla portata dei bambini. Non lasciare le batterie (ricaricabili) incustodite, in quanto vi è il rischio che bambini o animali domestici le ingoiano.
- Le batterie (ricaricabili) non devono essere smantellate, cortocircuitate o gettate nel fuoco. Non ricaricare una batteria non ricaricabile. Sussiste il rischio di esplosione.

Elementi di comando



- Display
- Vano batterie
- Pulsante SUPERIORE
- Pulsante INFERIORE
- Clip

Sostituzione della batteria

 Prima di utilizzarlo per la prima volta, rimuovere la striscia isolante della batteria.

- Allentare la vite del vano batteria.
- Rimuovere il coperchio del vano facendolo scorrere.
- Inserire la batteria in modo tale che il polo "+" sia rivolto verso l'alto.
- Riposizionare il coperchio del vano.

Impostazione

Prima di poter utilizzare il dispositivo per la prima volta, è necessario configurarlo. Le impostazioni includono l'ora corrente, l'unità di misura, il peso e la lunghezza del passo.

Nota

La modifica dell'unità di misura (dal sistema imperiale al metrico) per il "peso" interesserà tutte le impostazioni e le letture:

- Sistema imperiale: LB (libbre)
- Sistema metrico: kg (chilogrammi)

- Premere ripetutamente il pulsante INFERIORE finché non viene visualizzata l'ora.
- Premere e tenere premuto il pulsante SUPERIORE per 2 secondi finché "--H" non lampeggia.
 - Premere il pulsante INFERIORE per regolare i valori.
 - Premere il pulsante SUPERIORE per confermare e regolare l'impostazione successiva.
- La sequenza dell'impostazione è la seguente:
Formato 12/24 ore → orario → unità di misura → peso → lunghezza del passo.



Fare riferimento alla sezione "Misurazione della lunghezza del passo".

Misurazione della lunghezza del passo

Nota

- Calcolare la lunghezza del passo per la camminata e la corsa separatamente.
- Per ottenere risultati più precisi per la misurazione della lunghezza del passo nella corsa, si consiglia di compiere almeno 50 passi.

La lunghezza del passo è la lunghezza che parte dalla punta del piede arretrato alla punta del piede avanzato quando si fa un passo (step). Calcolare la lunghezza del passo nel modo seguente:

- Andare su un tracciato o in un luogo dove è possibile misurare la distanza.
- Contare i propri passi man mano che si percorre la distanza. Assicurarsi che la distanza sia lunga abbastanza per poter compiere almeno 20 passi.
- Per ottenere la lunghezza del passo, dividere la distanza totale per il numero di passi compiuti.

Formula:

- Distanza totale (metri) / numero di passi compiuti = lunghezza del passo (metri).
- Lunghezza del passo (metri) x 100 = lunghezza del passo in centimetri (cm)

Suggerimenti per risultati precisi

- Fare jogging o camminare a passo costante.
- Mettere il dispositivo nella tasca anteriore di pantaloni / pantaloni aderenti.
- Attaccarlo alla fascia in vita o a una cintura.

Evitare di

- Metterlo nelle tasche di pantaloni larghi.
- Metterlo nelle tasche posteriori, o nel taschino delle magliette.
- Appenderlo al collo.

Funzionamento

 Per evitare false partenze, il pedometro avvierà il conteggio dopo i primi 10 passi.

a) Visualizzazione delle informazioni

Premere ripetutamente il pulsante INFERIORE per scorrere tra le informazioni:

Ora corrente → passi "STEP" → calorie bruciate "KCAL" → distanza totale percorsa "KM" → tempo di allenamento → memoria a 7 giorni

b) Cancellazione del conteggio dei passi corrente

Cancellare il conteggio dei passi corrente che viene mostrato.

- Premere ripetutamente il pulsante INFERIORE finché non viene visualizzato "STEP".
- Premere e tenere premuto il pulsante INFERIORE finché non vengono cancellati i passi.

c) Timer di allenamento

Il timer mostra il tempo totale del conteggio dei passi del dispositivo durante il giorno corrente.

Viene avviato automaticamente quando si compiono dei passi. Si arresta automaticamente quando non vengono compiuti passi.

- Visualizzazione del timer: Premere ripetutamente il pulsante INFERIORE finché non viene visualizzata l'icona dell'orologio.
- Cancellazione del timer: Il timer viene cancellato se viene cancellato il conteggio corrente dei passi. Fare riferimento alla sezione "Funzionamento b) Cancellazione del conteggio dei passi corrente" per maggiori informazioni.

Richiamo della memoria a 7 giorni

Il pedometro è in grado di registrare l'attività nell'arco di 7 giorni consecutivi. Se non è stato compiuto alcun passo in un determinato giorno (o in determinati giorni), il display visualizzerà "0". Non è possibile selezionare o eliminare la registrazione dei giorni precedenti.

- Premere ripetutamente il pulsante INFERIORE finché non vengono visualizzati l'icona della cartella e "STEP".
- Premere ripetutamente il pulsante SUPERIORE per richiamare i dati sui passi degli ultimi 7 giorni, ad es. "-3" significa 3 giorni fa.

Manutenzione e pulizia

- Non utilizzare detergenti aggressivi, alcol isopropilico o altre soluzioni chimiche in quanto possono danneggiare l'alloggiamento e causare malfunzionamenti.
- Pulire il prodotto con un panno asciutto e privo di lanugine.

Smaltimento

a) Prodotto



I dispositivi elettronici sono rifiuti riciclabili e non devono essere smaltiti assieme ai rifiuti domestici. Al termine del ciclo di vita, smaltire il prodotto in conformità alle relative disposizioni di legge.

Rimuovere eventuali batterie (ricaricabili) inserite e smaltirle separatamente dal prodotto.

b) Batterie (ricaricabili)



Gli utenti finali sono tenuti per legge (Ordinanza sulle batterie) a riconsegnare tutte le batterie (ricaricabili) usate. È vietato smaltirle assieme ai rifiuti domestici.

Le batterie (ricaricabili) contaminate sono contrassegnate con questo simbolo, per indicare che è assolutamente vietato smaltirle con i rifiuti domestici. Le denominazioni principali per i metalli pesanti sono: Cd = cadmio, Hg = mercurio, Pb = piombo (nome indicato sulle batterie (ricaricabili), ad esempio sotto l'icona del cassonetto a sinistra).

Le batterie (ricaricabili) usate possono essere restituite presso punti di raccolta locali, punti vendita della Società o presso un qualsiasi altro negozio di batterie (ricaricabili).

In questo modo, sarà possibile adempiere agli obblighi di legge e contribuire alla tutela dell'ambiente.

Dati tecnici

Alimentazione	1 batteria CR2032 da 3 V
Periodo di registrazione	7 giorni
Condizioni di esercizio	da 5 a +40 °C, 10 – 85% UR (senza condensa)
Condizioni di conservazione	da 0 a +40 °C, 10 – 85% UR (senza condensa)
Dimensioni	55 x 29 x 16 mm (L x P x A)
Peso	16 g