

CZ **Návod k použití měřiče tepové frekvence PH3**

Děkujeme, že jste si vybrali měřič tepové frekvence PH3. Pulsports měřič tepové frekvence je neocenitelná pomůcka jak pro začátečníky, tak i pro zkušené sportovce.

Sporttester PH3 v sobě kloubí kvalitní měřič srdeční činnosti s možností ukládání dat, tak i klasické funkce sportovních hodinek. Jejich moderní vzhled umožňuje pohodlné užití při běžných činnostech, tak i pohodlné použití při sportu.

V následujících případech se před použitím sporttesteru PH3 poraďte se svým lékařem nebo trenérem

- trpíte srdečním onemocněním
- máte nadváhu
- po delší dobu neprováděli žádnou fyzickou aktivitu



CZ **Popis funkcí tlačítek :**

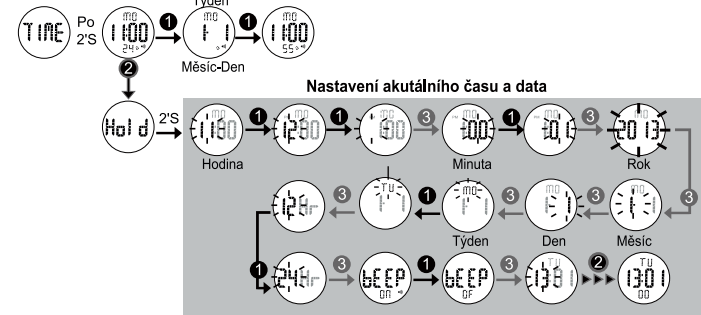
- zapne funkci měření tepové frekvence / zapne nebo přepne funkce.
- Stop / vynulování / vymazání uložených dat funkce
- přepíná mezi funkcemi
- zapne podsvícení displeje

Nastavení dat

- stiskem zvolte požadovanou vstupní hodnotu
- podržením se zrychlí výběr číslíc
- stiskem ukončíte nastavení dat
- stiskem přejdete na další sloupec číslíc
- zapne podsvícení displeje

[Poznámka] Každé tlačítko má specifické funkce vzhledem ke zvolené funkční skupině

1 - Aktuální čas (TIME) :



CZ **Časové funkce :** 0H00M00S-23H59M59S ;1H00M00S-12H59M59S(AM/PM)

Kalendář : 2000-2099(Année)

[Akce] 1. Zobrazení času (12/24 hodin), Datum (Rok, Měsíc, Den), Den v týdnu.

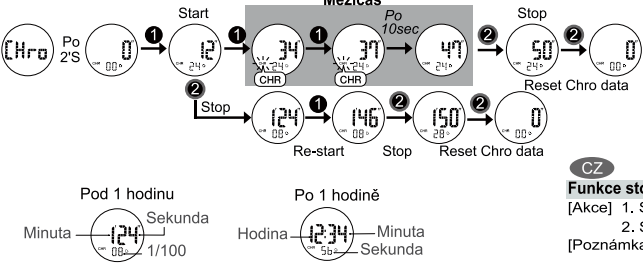
2. Stiskněte **1** pro zobrazení datumu.

[Nastavení] Stiskněte **2** tlačítko na 2 sekundy pro vstup do nastavení

Postupujte dle zobrazeného diagramu pro nastavení požadovaných hodnot.

[Poznámka] Symbol "●" se zobrazí po zapnutí zvukového alarmu

2 - Funkce stopek (CHRO) :



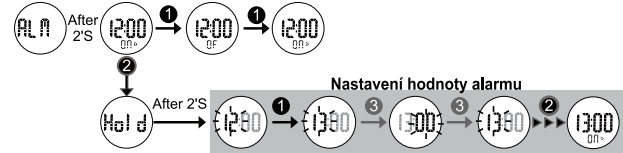
CZ **Funkce stopek :** 00M00S.00-59M59S.99 ;0H00M00S-99H59M59S

[Akce] 1. Stiskněte tlačítko **1** pro spuštění/pokračování stopek

2. Stiskněte tlačítko **2** pro zastavení/reset stopek

[Poznámka] Mezičas je zobrazen po dobu 10ti sekund, poté se zobrazí aktuální hodnota stopek

3 - Alarm (ALM) :



CZ **Alarm :** 0H00M-23H59M ;1H00M-12H59M(AM/PM)

[Akce] 1. Zvolte nastavení alaru a ON/OFF nastavení

2. Tlačítkem **1** přepněte ON/OFF alarmu

[Nastavení] Podržte **2** po dobu 2 sekund pro vstup do nastavení alarmu

Postupujte podle příloženého diagramu a funkce tlačítek

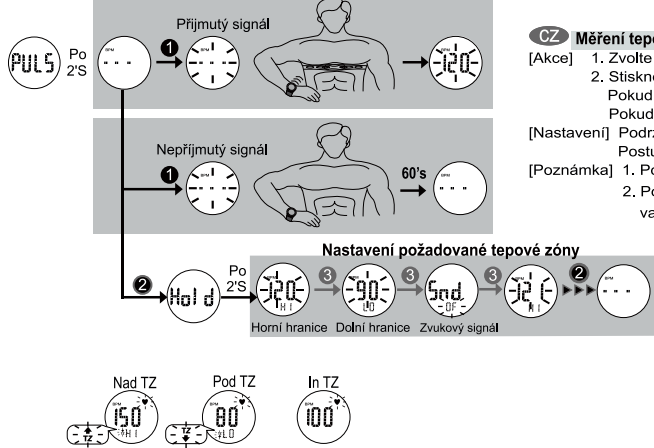
[Poznámka] 1. Zvuk alarmu není volitelný

2. Symbol "☼" se zobrazí po zapnutí alarmu (ON)

3. Alarm zní po dobu 30ti sekund. Po tuto dobu symbol "☼" bliká na displeji

4. Pipání alarmu lze vypnout libovolným tlačítkem

4- Tepová frekvence (PULS) :



CZ **Měření tepové frekvence :** 30-240 BPM

[Akce] 1. Zvolte zobrazení tepové frekvence a požadované tepové zóny.

2. Stiskněte tlačítko **1** pro nalezení signálu hrudního pásu

Pokud se signál přijme, na displeji se zobrazí hodnota tepové frekvence

Pokud se signál nepodaří najít, automaticky se po 60 sekundách přenos ukončí

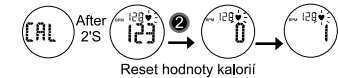
[Nastavení] Podržte tlačítko **2** po dobu 2 sekund pro zobrazení nastavení požadované tepové zóny

Postupujte podle příloženého diagramu a funkce tlačítek

[Poznámka] 1. Pokud se nezobrazí žádná hodnota, zkontrolujte, zda-li je hrudní pás řádně nasazen.

2. Pokud je tepová frekvence vyšší, nebo nižší, než je navolená tepová zóna, ozve se varovné pípnutí každých 6 sekund.

5 - Kalorie (CAL) :



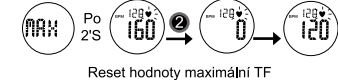
CZ **Spotřeba kalorií :** 0-9999.9 Kcal

[Akce] 1. Zvolte zobrazení aktuální kalorické spotřeby

2. Zvolte požadovanou funkci kalorií a stiskněte **2** pro vymazání starých hodnot a přenastavte.

[Poznámka] Jednotka spořeby kalorií je Kcal.

6 - Maximální TF (MAX) :

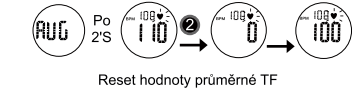


CZ **Mode de fréquence cardiaque maximale :** 30-240 BPM

[Akce] 1. Zvolte zobrazení maximální tepové frekvence

2. Zvolte nahrávání maximální TF a stiskněte tlačítko **2** pro vymazání hodnot, poté znovu přepočítejte maximální TF během cvičení

7- Průměrná TF (AUG) :



CZ **Mode de fréquence cardiaque moyenne :** 30-240 BPM

2. Zvolte nahrávání průměrné TF a stiskněte tlačítko **2** pro vymazání hodnot, poté znovu přepočítejte průměrnou TF během cvičení



CZ **Zapnutí měřiče tepové frekvence:**

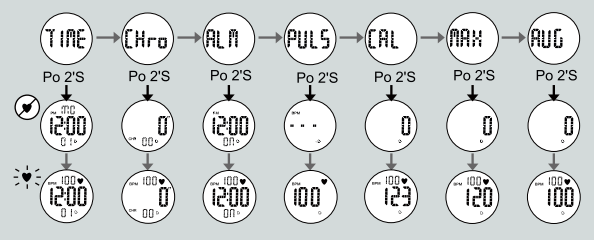
1. K zapnutí měřiče tepové frekvence stiskněte všechny tlačítka na tři sekundy. Tím se také vymažou všechny data.

2. Po zapnutí měřiče se automaticky otestují všechny segmetny LCD displeje.

3. Stiskem libovolného tlačítka ukončíte automatický test displeje. Poté zadejte aktuální čas.

[Důležité] Ujistěte se, že přístroj má dostatečně silné baterie. Jinak může docházet k chybnému zobrazení dat.

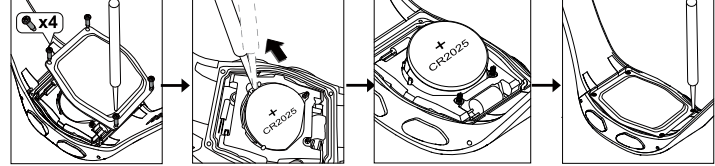
Přehled základních funkcí:



CZ **Diagram základních funkcí :**



Výměna bateri (Když LCD displej začíná blednout) :



CZ **[Poznámka]** Po výměně baterie opět uveďte do chodu měřič tepové frekvence, jinak se mohou objevit chybná data

CZ **Opatření :**

1. Dbejte na údržbu hrudního pásu. Omývejte jej mýdlovým roztokem, poté opláchněte vodou

Nechteje uschnout přirozenou cestou, nevystavujte zvýšeným teplotám, nebo korozivním látkám jako jsou kyseliny nebo alkalické materiály

2. Navlhčení místa kontaktu hrudního pásu s pokožkou zlepši vedení a stabilizuje signál.

3. Fyzická kondice uživatele může ovlivnit kvalitu signálu.

4. Nepoužívejte v blízkosti vysokofrekvenčních vedení, jako jsou troleje, tramvaje, transformátory a jiné elektrické prvky.

Radiový signál může být v blízkosti těchto zařízení rušen.

5. Nepoužívejte žádná tlačítka pod vodou i přesto, že přístroj byl navržen pro vodotěsnot až do 30m. Tento přístroj není navržen pro potápění.

6. Baterie má životnost až jeden rok, při průměrném použití 1,5 hodiny denně. Baterii si nechte vyměnit odborníkem. Nerozebírejte hodiny svépomocí.

CZ **Technická data :**

PH3 měřič tepové frekvence

- Type baterie : CR2025
- Životnost baterie : průměrně 1 rok
- Teplotní rozsah použití : -10 °C-50 °C(14 °F-122 °F)
- Vodotěsnost : 3 ATM