

HRM-Dual™

A termékre vonatkozó figyelmeztetésekért és egyéb fontos információkért tekintse meg a dobozban található Fontos biztonsági és termékinformációs útmutatót.

A pulzusmérő felhelyezése

A pulzusmérőt közvetlenül a bőrön kell viselni, a szegycsont alatt. Kényelmesnek és egyben feszesnek kell lennie ahhoz, hogy a helyén maradjon tevékenysége közben.

1 Pattintsa fel a pulzusmérő egységet **①** a pántra.

A Garmin® feliratnak (mind a pulzusmérő egységen, mind a pánton) elolvashatónak kell lennie.

2 Nedvesítse meg az elektródákat **②** és az érintkezősi foltokat **③** a pant hátoldalán, hogy erős kapcsolat létesüljön a mellkas és a jeladó egység között.

3 Viselje a pulzusmérőt úgy, hogy a Garmin feliratok felfelé nézzenek..

A hurok **④** és a kampós állítási lehetőségnek **⑤** a jobb oldalra kell kerülnie viseléskor..

4 Tegye a pántot mellkasára és a kampóval csatolja azt fel..



FIGYELEM! Ügyeljen arra, hogy a technikai adatokat tartalmazó címkét ne hajtsa vissza.

Miután felvette a pulzusmérőt, az aktív és adatokat küld..

Pulzuspánt csatlakoztatása ANT+® eszközzel

Mielőtt csatlakoztatná a pulzusmérőt, vegye azt fel.

A csatlakoztatás az ANT+ vezeték nélküli érzékelők, például a pulzusmérő csatlakoztatását jelenti egy Garmin ANT+ kompatibilis eszközhöz.

MEGJEGYZÉS: A párosítási utasítások az egyes Garmin-kompatibilis eszközök esetében eltérőek. Lásd a használati útmutatót.

A legtöbb Garmin-kompatibilis eszköz esetén helyezze a készüléket a pulzusmérő 3 méteres körzetébe, és használja a készülék menüjét a kézi párosításhoz.

Egyes Garmin-kompatibilis eszközök esetén az automatikus párosításhoz helyezze a készüléket 1 cm-re a pulzusmérőtől.

TIPP: Párosítás közben maradjon 10 m-re a többi ANT+ érzékelőtől.

Az első párosítás után a Garmin kompatibilis eszköz automatikusan felismeri a pulzusmérőt minden alkalommal, amikor aktiválják.

Pulzuspánt csatlakoztatása Bluetooth® eszközzel

Bluetooth technológia segítségével párosíthatja a pulzusmérőt okostelefonjával, táblagépével, okosórájával vagy fitnessberendezésével. Put on the heart rate monitor.

1 Helyezze a készüléket 3 méteres távolságon belül (10 láb) a pulzusmérőtől.

2 Nyissa meg a Bluetooth beállításokat az eszközön.

A pulzusmérőnek meg kell jelennie az elérhető eszközök listájában.

3 Válassza ki a listából a HRM-Dual pulzusmérőt.

TIPP: Párosítás közben maradjon 10 m (33 láb) távolságra a többi vezeték nélküli érzékelőtől. Az első párosítás után a Garmin kompatibilis eszköz automatikusan felismeri a pulzusmérőt minden alkalommal, amikor aktiválják

Tippek ingadozó pulzusadatok esetén

Amennyiben a pulzusadatok ingadoznak vagy nem jelennek meg, próbálja ki ezeket a tippeket.

- Vigyen fel újra vizet az elektródákra és az érintkezősi foltokra (ha vannak).
 - Húzza feszebbre a pántot a mellkasán.
 - Melegítsen be 5-10 percig.
 - Kövesse az ápolási utasításokat (*A pulzusmérő gondozása, 1. oldal*).
 - Viseljen pamut felsőruházatot, vagy alaposan nedvesítse meg a pánt mindkét oldalát. A pulzusmérőt dörzsölő vagy csapkodó szintetikus anyagok statikus elektromosságot hozhatnak létre, amely zavarja a pulzusjeleket.
 - Menjen távolabb azoktól a forrásoktól, amelyek zavarhatják a pulzusmérőt.
- Az interferencia forrásai lehetnek erős elektromágneses mezők, néhány 2,4 GHz-es vezeték nélküli érzékelő, nagyfeszültségű vezetékek, villanymotorok, sütők, mikrohullámú sütők, 2,4 GHz-es vezeték nélküli telefonok és vezeték nélküli LAN hozzáférési pontok.

Pulzuspánt gondozása

FIGYELMEZTETÉS

A pánt mosása előtt pattintsa le a pulzusmérő egységet.

Az izzadság és a só felhalmozódása a pulzuspánton csökkentheti a pulzusmérő pontosságát.

- Keresse fel a www.garmin.com/HRMcare oldalt további mosási instrukciókért.
- Öblítse át a pántot minden használatot követően.
- Minden hetedik használat után mossa ki a pántot mosógépben.
- Ne tegye a pántot szárítógépbe!
- Szárításkor lógassa a pántot vagy helyezze vízszintes felületre.
- A pulzuspánt élettartamának meghosszabbítása érdekében a pulzusmérő egységet csak használatkor pattintsa a pántra.

Összekapcsolás fitneszeszközökkel

Pulzusmérőjét ANT+ vagy Bluetooth technológiával kompatibilis fitneszberendezésekhez csatlakoztathatja, így a pulzusszámát a berendezés kijelzőjén tekintheti meg.

- Keresse az ANT+LINK HERE feliratot a kompatibilis fitneszgépeken.

- Keresse a Bluetooth feliratot a kompatibilis fitneszgépeken.



HRM-Dual elem cseréje

1 Használja a mellékelt csavarhúzó (Torx T5) a hátoldalon található négy csavar eltávolításához.

Figyelem: A 2020 szeptembere előtt gyártott HRM-Dual tartozékok Phillips #00 csavarokat használnak.

1 Távolítsa el a fedőt és az elemet.

2 Várjon 30 másodpercet.

3 Helyezze be az új elemet lefelé fordítva.

Figyelmeztetés: Az O-gyűrűt ne veszítse el, ne sértse fel!

4 Helyezze vissz a hátlapot és a négy csavart.

Figyelmeztetés: Ne húzza túl a csavarokat.

A pulzusmérő elemcseréjét követően előfordulhat, hogy újra kell párosítania a készülékkel.



Pulzuspánt specifikációk

Elem típus	Felhasználó által cserélhető CR2032, 3 V
Elem üzemidő	Akár 3.5 év napi 1 óra használattal
Vízállóság	1 ATM ¹ Figyelmeztetés: Úszás közben nem közvetít pulzusértéket.
Működési hőmérséklet tartomány	-5° to 50°C hőmérséklet között (23° to 122°F)
Vezeték nélküli frekvencia/protokoll	2.4 GHz @ 2 dBm nominal

Korlátozott garancia

Erre a kiegészítőre a Garmin szabvány korlátozott jótállása vonatkozik. További információért látogasson el a www.garmin.com/support/warranty honlapra.

© 2019 Garmin Ltd. vagy a leányvállalatai.

A Garmin®, a Garmin logó és az ANT+® a Garmin Ltd. vagy leányvállalatainak az Egyesült Államokban és más országokban bejegyzett védjegyei. A HRM-Dual™ a Garmin Ltd. vagy leányvállalatainak védjegye. Ezek a védjegyek nem használhatók a Garmin kifejezett engedélye nélkül.

Ez a termék ANT+® tanúsítvánnyal rendelkezik. Látogassa meg a www.thisisant.com/directory webhelyet a kompatibilis termékek és alkalmazások listájáért. A BLUETOOTH® szövegdjegy és logó a Bluetooth SIG, Inc. tulajdonát képezik, és az ilyen védjegyek Garmin általi használata licenc alapján történik.

¹ A készülék 10 m mélységnek megfelelő nyomásnak áll ellen. További információért látogasson el a www.garmin.com/waterrating weboldalra.