

Пульсометр для фитнеса с наручным монитором

PROXIMA BIT, арт. PX-HR

Руководство пользователя

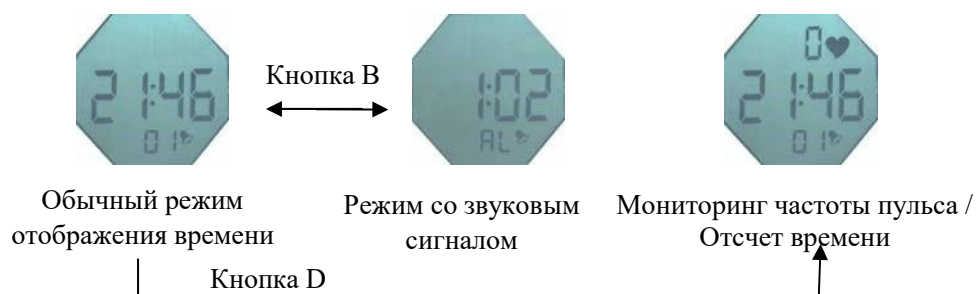
Поздравляем вас с приобретением высоконадежного монитора сердечного ритма, это удобный фитнес-инструмент для отслеживания личного уровня физической подготовки. Чтобы ознакомиться с основами и получить максимум пользы от устройства, прочтите внимательно руководство пользователя.



А. Свойства

- Беспроводная передача сигнала датчика, частота нагрудного пульсометра AM5,3 кГц;
- Режим отображения времени: Часы, минуты, секунды;
- Функция «Звуковой сигнал»;
- Звуковой сигнал подается, когда частота пульса выходит за границы верхнего и нижнего значений (60~220).
- Отсчет времени (максимальное значение времени 23 часа, 59 минут, 59 секунд)
- Формат дисплея 12/24 часа
- Электролюминесцентная подсветка
- Тоны кнопок

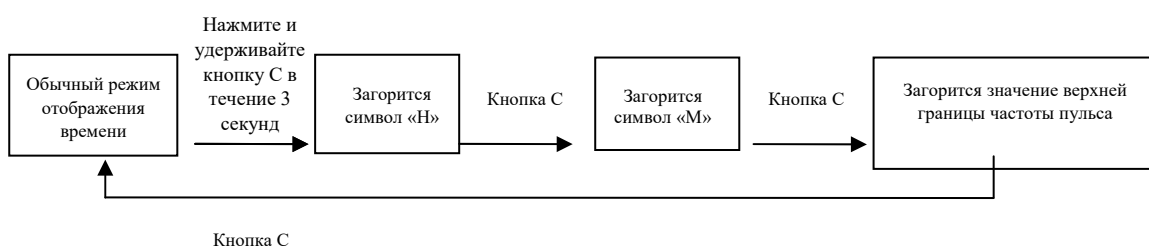
В. Режим эксплуатации изделия



1. Для включения подсветки, нажмите на кнопку А в любом режиме. Электрорлюминесцентная подсветка включится на 3 секунды.

2. Режим отображения времени

- В обычном режиме отображения времени, используйте кнопку В, чтобы перейти в режим со звуковым сигналом, и кнопку D, чтобы перейти в режим мониторинга. Нажмите на кнопку D еще раз, чтобы отключить отсчет времени и просматривать среднее значение частоты пульса и обратный отсчет времени в течение 2 секунд попеременно. Если отсчет времени отключен, нажмите на кнопку D и удерживайте ее в течение 2 секунд, чтобы сбросить значения обратного отсчета времени и частоты пульса. После этого устройство автоматически перейдет в обычный режим отображения времени.
- Установка времени: В режиме отображения времени, нажмите и удерживайте кнопку С в течение 3 секунд, чтобы установить верхнюю и нижнюю границы значений времени и частоты пульса (диапазон частоты пульса 60~220).

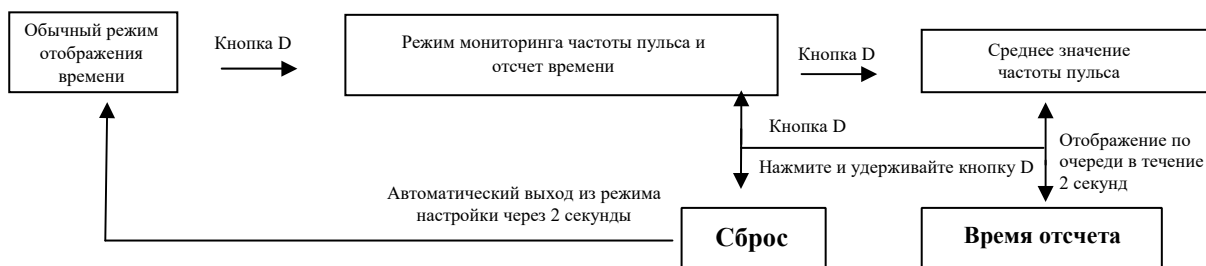


- Когда цифры начинают мигать, используйте кнопку D; чтобы установить нужное значение;
- Если не выполнять никакие действия в течение 60 секунд, устройство автоматически выходит из режима настройки и переходит в обычный режим отображения времени.

3. Режим со звуковым сигналом

- В режиме со звуковым сигналом, нажмите на кнопку D, чтобы включить/выключить звуковой сигнал (🔊) и функцию подсказки времени (⌚).
- После достижения установленного значения времени, звуковой сигнал автоматически выключается через 30 секунд или после нажатия любой кнопки. При подаче звукового сигнала, на дисплее отображается мигающий символ «⌚».
- **Настройка звукового сигнала:** В режиме со звуковым сигналом, нажмите на кнопку С один раз, чтобы войти в режим настройки. Сначала замигает значение «часов». Используйте кнопку D, чтобы установить значение часов, затем нажмите на кнопку С, чтобы перейти к минутам. Используйте кнопку D, чтобы установить значение минут. Нажмите кнопку С, чтобы выйти из режима настройки.
- Если не выполнять никакие действия в течение 60 секунд, устройство автоматически выходит из режима настройки и переходит в обычный режим отображения времени.

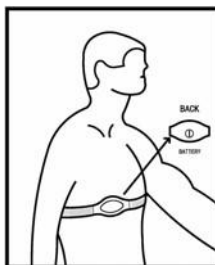
4. Режим мониторинга частоты пульса



- В обычном режиме отображения времени нажмите на кнопку D один раз, чтобы перейти в режим отображения отсчета времени и мониторинга частоты пульса. Если частота пульса будет выходить за пределы установленного значения, вы услышите звуковой сигнал. Чтобы отключить отсчет времени, нажмите на кнопку D один раз. На дисплее будут по очереди в течение 2 секунд отображаться среднее значение частоты пульса и значение обратного отсчета.
- В режиме мониторинга частоты пульса значение частоты пульса обновляется в соответствии с полученным сигналом каждые 5 секунд. Если устройство не получает сигнал датчика частоты пульса, через 5 секунд включается энергосберегающий режим, и на дисплее отображается значение «0». Символ сердца перестает отображаться.
- Чтобы заново включить отображение отсчета времени, используйте кнопку D.
- Если отсчет времени отключен, нажмите и удерживайте кнопку D в течение 2 секунд, чтобы сбросить значения времени и частоты пульса до нуля. После этого устройство автоматически переходит в обычный режим отображения времени.

5. Инструкция по использованию нагрудного пульсометра:

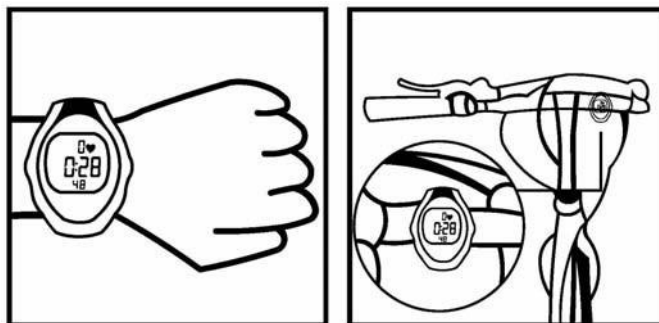
- Когда вы надеваете нагрудный пульсометр, расположите его таким образом, чтобы отсек для батареек датчика прилегал к телу. Расположите датчик по центру груди.
- Нагрудный пульсометр нужен для измерения частоты пульса и передачи данных на часы. Обратите внимание на следующее, когда вы используете нагрудный пульсометр:
 1. Смочите электропроводящую поверхность на изнаночной стороне пульсометра при помощи нескольких капель воды или электропроводящего геля. Это обеспечит хороший контакт.
 2. Пульсометр должен располагаться на груди. Чтобы обеспечить точное измерение пульса, отрегулируйте длину ремня и расположите пульсометр так, чтобы вам было удобно.



- Сигнал частоты пульса начинает передаваться через 2 секунды после того, как вы надели нагрудный пульсометр. Значение частоты пульса отображается в режиме мониторинга частоты пульса. Когда устройство получает сигнал частоты пульса, на дисплее отображается мигающий символ «♥».

Советы:

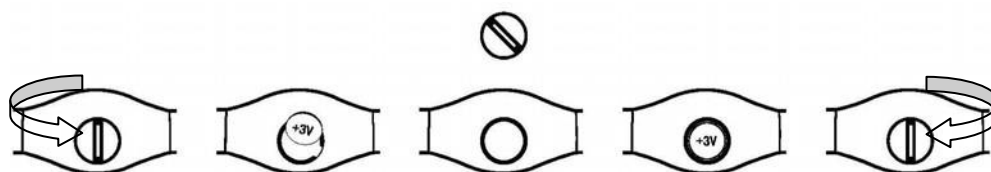
- Положение нагрудного пульсометра может влиять на точность измерений. Расположите пульсометр таким образом, чтобы датчик находился на уровне сердца.
- Не надевайте пульсометр на участки роста волос.
- В сухую, холодную погоду пульсометр может начать нормально функционировать только через несколько секунд. Это нормально. В течение нескольких секунд устройство прогревается.
- Как показано на рисунке ниже, часы можно носить на руке, или установить их на велотренажер или другой тренажер на расстоянии ≤ 65 см от датчика нагрудного пульсометра.



Устранение неисправностей:

Если сигнал с нагрудного пульсометра не поступает в течение 2 минут, это может быть связано с разрядкой батареи, а также может возникать при использовании в сухом, холодном помещении.

Решение: ① попробуйте заменить батарейку.



② Протрите грудь влажным полотенцем или нанесите электропроводящий гель.

С. Стандарт качества

- Размер : Φ 33,2 мм
- Толщина : $9,35 \pm 0,15$ мм
- Рабочая температура : $-10^{\circ}\text{C} \sim +60^{\circ}\text{C}$
- Рабочее напряжение : 3 В
- Точность : ± 90 секунд/месяц
- Тип батареи : CR2032
- Максимальный управляющий ток покоя : $\leq 3,5$ мкА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Средний управляющий ток покоя : $\leq 2,5$ мкА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Сила тока пульсометра : ≤ 30 мкА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Сила тока электролюминесцентной подсветки : $\leq 10,0$ мА
- Сила тока в цепи звукового сигнала : $\leq 2,5$ мА
- Срок службы батареи : 36 месяцев (японская батарея)
(Использование электролюминесцентной подсветки два раза в день, звуковой сигнал в течение 30 секунд при каждом использовании, измерение частоты пульса в течение 1 часа).

Дополнительно: Нагрудный пульсометр

- Ток в рабочей точке : $\leq 1,0$ мкА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Переходный ток передачи : $\leq 4,5$ мА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Средний ток передачи : $\leq 0,4$ мА ($T=25^{\circ}\text{C}$)
- Расстояние передачи : ≥ 65 см
- Срок службы батареи : 14 месяцев (японская батарея)
(При использовании в течение одного часа в день)

