

Крачкомера ви се закачва лесно на колана или на самите панталони. За да работи правилно трябва да е поставен успоредно спрямо земята.

Време + Стъпки

- Показва стъпките на горния ред на дисплея и точното време на долния ред на дисплея
- Настройка на времето: Натиснете бутона SET, появява се мигащ надпис 12Hr. Натиснете бутона UP/CLR или DOWN за да смените от 12 на 24 часово време. Ако изберете 24 часовия режим няма да се изписва AM (преди обяд) или PM (след обяд). Натиснете SET за да потвърдите и започнете да настройвате часа.
- Натиснете UP/CLR или DOWN за да настроите времето. Натиснете SET за да потвърдите
- Настройка на лична информация: Натиснете UP/CLR или DOWN за да зададете дължина на крачката, потвърдете със SET. След това въведете вашето тегло чрез бутоните UP/CLR или DOWN. Потвърдете с SET
- За да занулите броя на стъпките задръжте бутона UP/CLR

Изминато разстояние и Хронометър

- Натиснете MODE за да влезете във функцията разстояние и хронометър
- Показва дистанцията в горния ред на дисплея и хронометъра в долния.
- С бутона SET стартирате и спирате хронометъра а бутона UP/CLR нулирате хронометъра.

Калории + общо изминато разстояние

-Натиснете MODE два пъти. На горния ред се показва изгорени калории а на долния ред общо изминато разстояние. Общото разстояние може да се занули само при изваждане на батерията

Целеви изгорени калории и действително изгорени калории

- Натиснете MODE три пъти за да влезете в това меню
- На горния ред се изписват зададените от вас калории, които желаете да изгорите, а на долния ред се изписват действително изгорените калории
- В най-горната част на дисплея има скала която показва какъв процент от целевите калории сте изгорили. И целевите калории и изгорените ще се нулират на края на деня.
- Натиснете SET за да влезете в менюто за целевите калории. С бутони UP/CLR и DOWN въведете цифра по цифра, желаните от вас калории, като всеки път потвърждавате с бутона SET.

Пулсомер

- Натиснете бутона Pulse, за да влезете в съответното меню
- Поставете показалеца си върху Пулс сензора /без да натискате прекалено и задръжте/, намиращ се на долната част на крачкомера
- Отчитането на пулса става автоматично. След няколко секунди на екрана се показва резултата.

Под капачето за батерията има бутонче, с което може да се регулира чувствителността на крачкомера.

Модел батерия: CR2032x1 (3V)

Предпазни мерки: Пазете крачкомера от екстремни температури. Почистването става със суха кърпа. Да не се ползва за почистване бензин или почистващи спрейове. Да се съхранява на сухо място