

## Инструкции за употреба Спортен тестер BION A-400

### Преди да използвате тестера, моля прочетете тези инструкции

Този уред измерва сърдечната честота по време на тренировка, но не може да определи безопасното за вас натоварване. Не е предназначен за медицински цели. Консултирайте се с лекар преди да започнете тренировки.

Внимание! Продукта не е предназначен за медицински цели

#### Спецификации:

##### Часовник

- Сърдечен пулс в рамките 30-240 удара в минута
- Работна температура 0-50 градуса по Целзий
- Температура за съхранение -20 до +80 градуса по Целзий
- батерия: 3V lithium 2032
- тегло 30,6 g

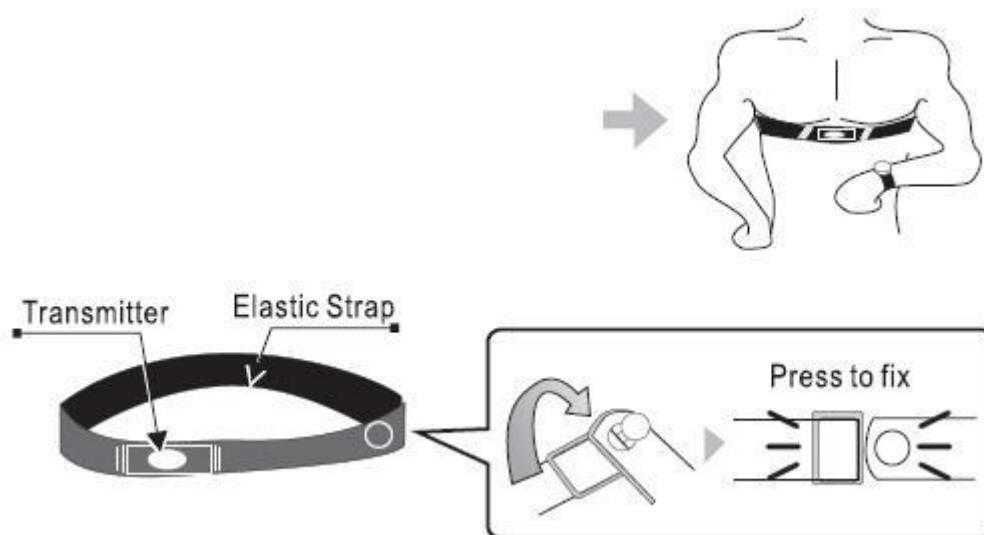
##### Предавателен колан

- честота 5 Khz+-10%
- батерия 3V lithium 2032
- регулируема каишка



#### Как да нося тестера

Поставете колана, както на снимката, под гърдите. Трябва да е удобно поставен, така че да не падне от вас.



Предупреждение:

- Електродите трябва да са навлажнени

### Функции

- подсветка
- измерване на пулс
- време
- дата
- хронометър
- горна и долна таргет граница.
- Аларма при излизане от границите

### Как да нося часовника

Носи се като нормален часовник. Оптималното разстояние между часовника и предавателя е 1 метър.



Моля имайте предвид, че силни магнитни полета влияят на точността на уреда.

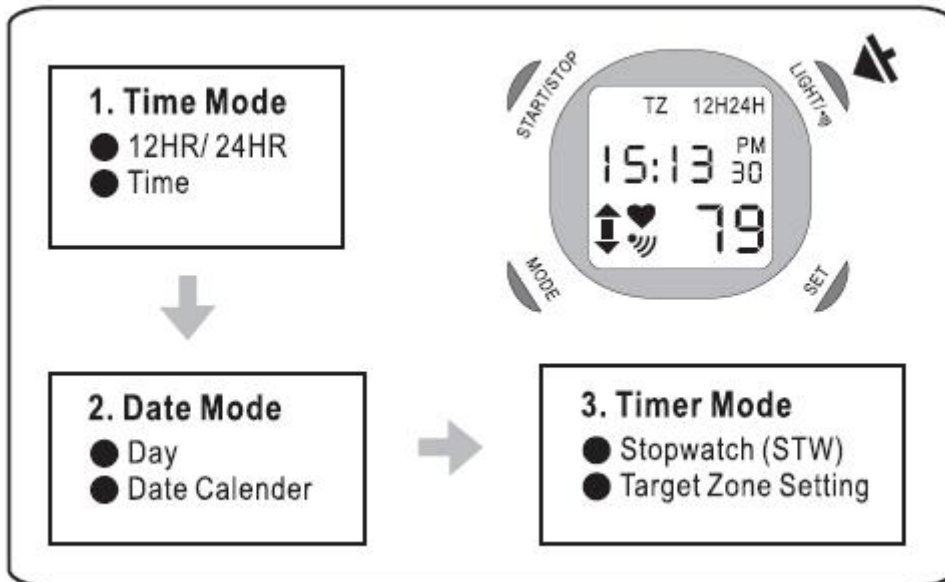
### Измерване на пулса

За да активирате дисплея натиснете бутона MODE. На дисплея ще се появи нула и символ сърце. След като поставите колана пулса ви ще се визуализира на часовника. Ако пулса не се показва уверете се че колана е поставен правилно и електродите са навлажнени.



## Промяна на режима

Става с натискане на бутона MODE.



1. Режим на часа: 12/24 часов
2. Дата: ден и година
3. Таймер: хронометър и таргет група

## Режим на часа



1. Определете режима 12/24 часа
2. Настройка на времето
3. Настойте часове минути

Натиснете Set за да завършите настройката

## Дата



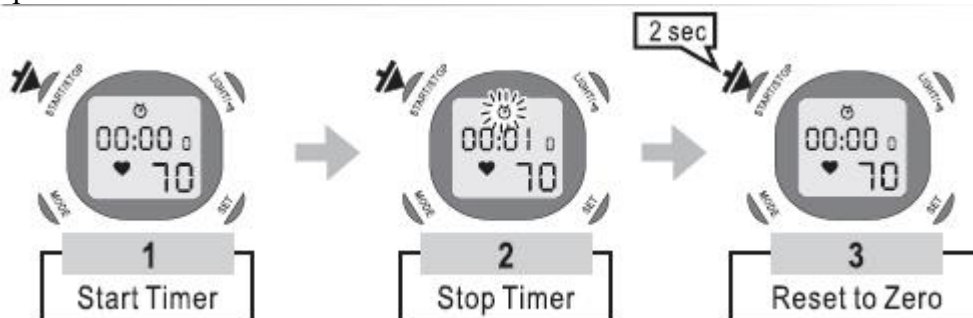
1. Настойте ден от седмицата
  2. Настройте дата
  3. Запометете
- Потвърдете настройката със бутона Set.

### Podswetka

Натиснете бутона LIGHT. Дисплеят се осветява за 4 секунди.

### Хронометър и таргет зона

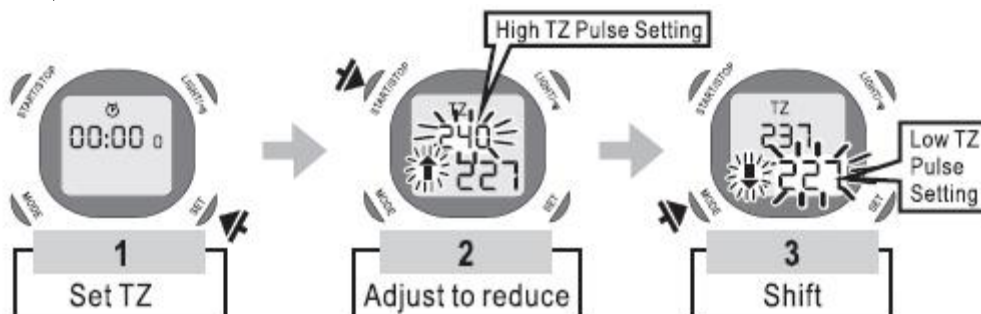
#### Хронометър



1. Старт на отброяването
2. Спиране на отброяването
3. Нулиране

Максимални стойности 9:59:59 (час:минута:секунда)

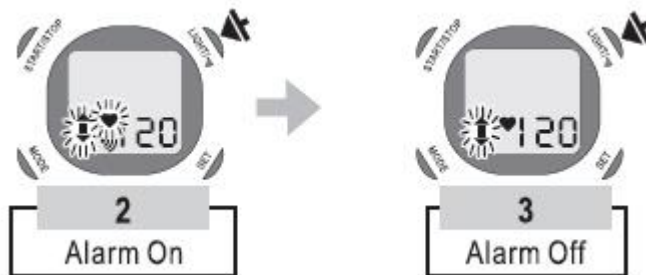
#### Задаване на целева зона



1. Настойка
2. Определяне на горна граница на пулса
3. Определяне на долна граница на пулса

- Натиснете START/STOP за задаване на стойности
- Натиснете Set за да запометите

## Аларма



2. Активиране
3. Изключване

- Алармата се задейства при излизане от таргет зоната
- Бутон LIGHT спира алармата за 4 секунди.

## Прикрепяне за колело

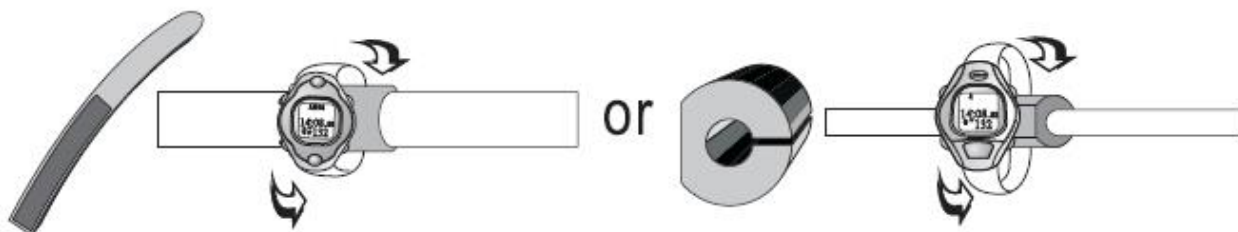
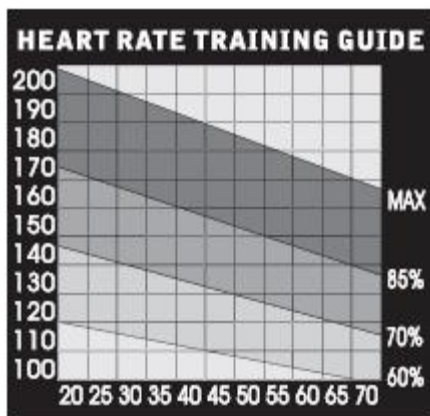
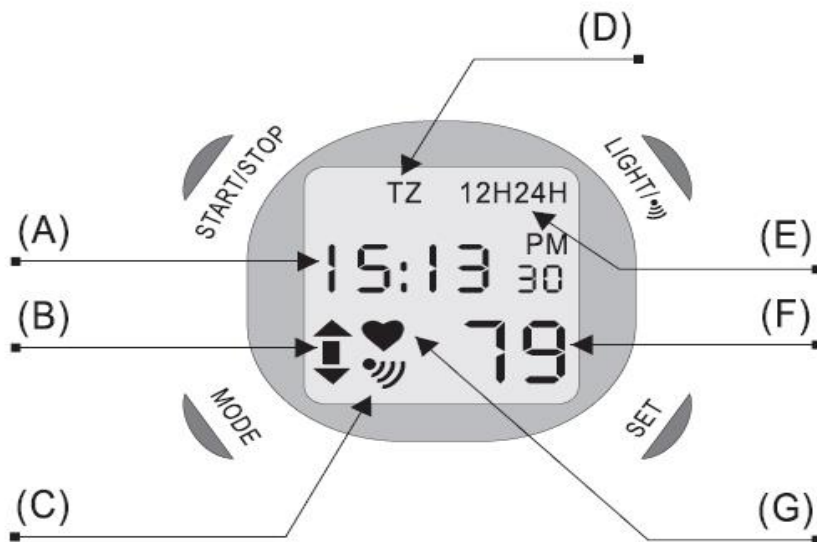


Таблица за препоръчителни таргет зони според възрастта



години

Максимален пулс (MTF) = 220- години на трениращия



- a. час/дата/календар
- b. ▲ ▼ над или под целевата граница
- c. активна аларма
- d. задаване на целева зона
- e. изберете режим на часа 12h/24h
- f. сърдечен ритъм
- g. символ за измерване на пулса TF