

INSTRUKCJA OBSŁUGI

Zegarek M-Tac taktyczny z krokomierzem oliwkowy
(610-087)




DYSTRYBUTOR



41-253 Czeladź, Polska
Ul. Wiejska 46
tel: +48 32 265 22 00
sklep@kolba.pl

Funkcje:




- Godziny, minuty, sekundy, tydzień, data, rok.
- Alarm i sygnał codzinny
- Format wyświetlania zegarka 12-/24-godzinny
- Stoper z dokładnością 1/100 sekundy
- Minutnik
- Tryb krokomierza i tryb mierzenia kalorii/odległości
- Podświetlenie EL (wciśnij i przytrzymaj przycisk **A** przez 3 sekundy, aby włączyć podświetlenie EL)
- Wodoodporny do 50 m głębokości
- Zegarek można nosić podczas kąpieli, pływania i pracy w domu, ale bez naciskania przycisków funkcyjnych w wodzie
- Blokada ekranu: przytrzymaj przycisk **D** przez 3 sekundy, aby włączyć lub wyłączyć blokadę ekranu. Jeśli na ekranie pojawił się symbol blokady – jest ona włączona, jeśli symbolu nie ma - wyłączona. 

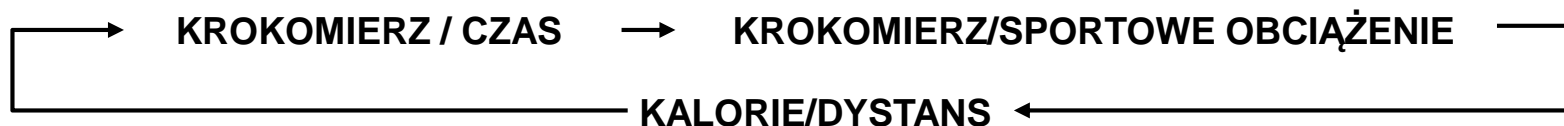
Tryb krokomierza:

- W normalnym trybie wyświetlania czasu naciśnij przycisk **B**, aby przejść do trybu krokomierza.



- Naciśnij i przytrzymaj przycisk **B** przez 3 sekundy, aby włączyć lub wyłączyć tryb ustawiania krokomierza. Gdy blokada ekranu jest włączona, na ekranie będzie wyświetlany piktogram,  jeśli blokada jest wyłączona, na ekranie nie będzie widniała taka ikona.
- Aby anulować zapisane dane o wykonanych krokach, w trybie krokomierza naciśnij przycisk **A** i przytrzymaj go przez 1 sekundę. Na ekranie zacznie migać ERASE. Aby usunąć kroki, ponownie naciśnij przycisk **A**.

Przełączane trybów przyciskiem D:



▪W trybie Krokometer/Czas:

Na górze ekranu znajduje się aktualny czas, na dole - sekundy, po środku – licznik kroków.

W trybie krokometer/sportowe obciążenie:

Na górze ekranu wyświetlane są dane o czasie aktywności w formacie „godziny:minuty”, na dole - sekundy. Maksymalny zapisany czas to 23:59:59. Na środku wyświetlane są kroki.

W trybie Kalorie/Dystans:

Na górze ekranu wyświetla się całkowita odległość (0.KM), na dole - setne wartości odległości (.00 KM). Maksymalna wartość odległości to 9999,99 km. Na środku ekranu wyświetlane są kalorie. Maksymalna wartość to 99999,9.

Dopuszczalne granice błędu pomiarów w trybie krokomierza:

- W ciągu pierwszych 7 sekund działania możliwy jest błąd 5-10 kroków.
- Gdy użytkownik przestanie biegać/chodzić, ale nadal porusza rękami, zarejestruje to również dane krokomierza.
- W każdej minucie biegu/chodzenia rejestrowanych jest 80-130 kroków, więc jeśli prędkość jest wyższa lub niższa - dane krokomierza będą wątpliwe.
- Podczas biegania/chodzenia ręce muszą poruszać się z taką samą częstotliwością jak nogi, w przeciwnym razie ilość liczonych krokomierzem kroków będzie błędna.
- Ponieważ każdy ma swoją własną charakterystykę ruchów podczas biegania/chodzenia, więc granica błędu będzie indywidualna.

Ustawienia informacji o użytkowniku

W trybie krokomierza naciśnij i przytrzymaj przycisk B przez 2 sekundy, aby edytować dane użytkownika i gdy pojawi się migający napis KG/LB(WEIGHT), naciśnij C lub D, aby wybrać format wyświetlania wagi (kg lub lb).

Naciśnij przycisk B ponownie i poczekaj, aż napis KG/LB(WEIGHT) zacznie migać. Następnie naciśnij przycisk C lub D, aby wybrać wartość Twojej wagi.

Naciśnij przycisk B ponownie i poczekaj, aż napis CM/INCH zacznie migać.

Naciśnij przycisk B ponownie aby przejść do trybu ustawienia czułości zegarka. Następnie naciśnij przycisk C lub D, aby wybrać jedną z trzech opcji - LOW/MIDDLE/HIGH

Uwaga: Teoretyczna metoda obliczania długości kroku

Dla mężczyzn: długość kroku = wzrost (cm) x 0,415

Dla kobiet: długość kroku = wzrost (cm) x 0,413

Możesz również zmierzyć długość kroku za pomocą linijki.

Tryb wyświetlania zapisanych kroków

W normalnym trybie wyświetlania czasu naciśnij dwukrotnie przycisk B, aby przejść do trybu wyświetlania zarejestrowanych kroków. Data zapisu będzie wyświetlana na środku ekranu

Na górze i na dole ekranu znajdują się dane dotyczące ilości kroków, kalorii i dystansu - będą się zmieniać co sekundę, jak pokazano na poniższym schemacie.

KROKI KALORIE (KCAL) DYSTANCJA (MILE/KM)

W tym trybie można przewijać historię zapisów naciskając przyciski C i D.

Aby usunąć zapis, naciśnij i przytrzymaj przycisk A przez 2 sekundy, aż zacznie migać ERASE. Następnie ponownie naciśnij przycisk A.

Normalny tryb wyświetlania

Tryb alarmu nr 1

Tryb alarmu nr 2

Tryb stopera

Tryb minutnika

Tryb wyświetlania czasu i sygnał cogodzinny

W normalnym trybie wyświetlania czasu naciśnij i przytrzymaj przycisk B przez 2 sekundy, aby przejść do trybu ustawiania czasu. Gdy miga 12/24H, naciśnij C lub D, aby wybrać format wyświetlania czasu.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis "HOUR", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić godzinę.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis "MINUTES", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić minuty.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie się migać napis "SECOND", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić sekundy.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis "YEAR", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić rok.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis "MONTH", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić miesiąc.

Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis "DAY", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić dzień.


Naciśnij przycisk B, a gdy zacznie migać napis SIG, naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić sygnał cogodzinny.

Naciśnij przycisk B jeszcze raz, by wyjść z trybu ustawień.

Wyświetlanie czasu - Format 12/24 godz. - Godzina Minuty – Sekundy – Rok - Miesiąc – Dzień - Sygnał WŁ/WYŁ

Tryb alarmu:

W normalnym trybie wyświetlania czasu, naciśnij przycisk D raz lub dwa razy, aby przejść do pierwszego lub drugiego trybu alarmu: AI1 lub AI2.

Aby wyłączyć lub włączyć alarm, w trybie AI1 lub AI2 naciśnij przycisk C. Jeśli alarm jest włączony, na ekranie wyświetlana jest ikona  będzie wyświetlana zawsze, gdy ustawiony jest alarm. Sygnał dźwiękowy alarmu trwa przez 60 sekund. Możesz go wyłączyć, naciskając przycisk D.

W trybie alarmu:

❖ Przytrzymaj przycisk B przez 2 sekundy, aby przejść do trybu ustawiania alarmu. Gdy miga „HOUR”, naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić godzinę.

❖ Naciśnij ponownie przycisk B, a gdy „MINUTES” zacznie migać, naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić minuty.

ALT1/ALT2 - GODZINA - MINUTY

Stoper:

- W normalnym trybie wyświetlania czasu naciśnij przycisk D trzy razy, aby przejść do trybu stopera. Aby uruchomić lub zatrzymać stoper, naciśnij przycisk C
- Żeby zresetować dane stopera do zera, kliknij przycisk A
- W trybie stopera naciśnij przycisk A, aby przejść do trybu SPLIT (SPL). Ponownie naciśnij przycisk A, aby zobaczyć łączny wynik czasu według SPL.
- Maksymalny czas stopera wynosi 59 minut: 59:99. Jeśli ten czas zostanie przekroczony, stoper ponownie zacznie odliczanie od zera.

Ostrzeżenie!

Nie naciskaj przycisków funkcyjnych zegarka, gdy zegarek znajduje się w wodzie.

Minutnik :

- W normalnym trybie wyświetlania czasu naciśnij przycisk D cztery razy, aby przejść do trybu minutnika, zwrotnego, przytrzymaj przycisk B przez 2 sekundy, aby przejść do trybu ustawiania minutnika. Gdy miga „HOUR”, naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić godzinę.
- Naciśnij ponownie przycisk B jeszcze raz, a kiedy zacznie migać napis "MINUTES", naciśnij przycisk C lub D, aby ustawić minuty
- Naciśnij przycisk A, aby wyjść z trybu ustawień.

MINUTNIK ZWROTNE - GODZINA - MINUTY