

HEART RATE MONITOR



**SIGMA**<sup>®</sup>  
GERMANY

PL

RU

HU

SI

SK

CZ



**iD.GO**

INSTRUCTION MANUAL

**Treść**

<b>1</b>	<b>Wprowadzenie</b>	
1.1	Wstęp i zawartość opakowania	3
1.2	Przegląd zegarka, symboli i struktury wyświetlacza	4
1.3	Ustawianie czasu	5
<b>2</b>	<b>Trening</b>	
2.1	Zakładanie pasa piersiowego	6
2.2	Wyświetlanie częstotliwości uderzeń serca	8
2.3	Czas treningu (start, stop, wyzerowanie)	8
2.4	Zakończenie treningu	10
<b>3</b>	<b>Informacja</b>	
3.1	Ważne wskazówki	11
3.2	Często zadawane pytania i serwis	12
3.3	Gwarancja	14

**1**

**Wprowadzenie**

**1.1 Wstęp i zawartość opakowania**

Serdecznie dziękujemy za zakup zegarek sportowy firmy SIGMA SPORT®.

Nowo zakupiony iD.GO będzie przez wiele lat towarzyszył Państwu podczas aktywności fizycznej i w czasie wolnym. iD.GO to zaawansowany pod względem technicznym przyrząd pomiarowy. Aby zapoznać się z jego różnymi funkcjami oraz możliwościami ich stosowania, należy dokładnie przeczytać niniejszą instrukcję obsługi.

Firma SIGMA SPORT® życzy Państwu przyjemnego użytkowania iD.GO.



Zegarek sportowy iD.GO

→ EKG - dokładny



Pas elastyczny

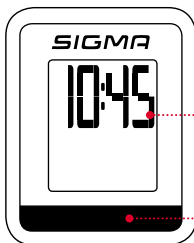


Receptor pulsu z przekaźnikiem

Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission power: < 11,37 dBm

## 1.2 Przegląd zegarka, symboli i struktury wyświetlacza

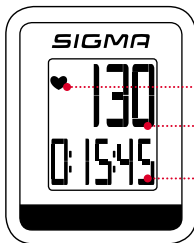
### Tryb spoczynku



Zegarek

Klawisz funkcyjny

### Tryb treningu z częstotliwością uderzeń serca

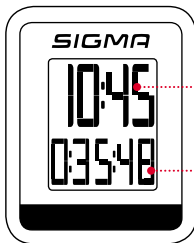


Symbol odebranej częstotliwości uderzeń serca

Aktualny puls

Stoper (czas treningu)

### Tryb treningu bez częstotliwości uderzeń serca

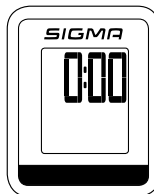


Zegarek

Stoper

Czas ostatniego treningu

## 1.3 Ustawianie godziny



Zegarek sportowy iD.GO znajduje się w trybie spoczynku. [na wyświetlaczu wyświetlany jest tylko czas]

### Wskazówka:

Ustawienia należy przeprowadzać sprawnie! Zegarek sportowy iD.GO przechodzi automatycznie do kolejnego punktu ustawień.

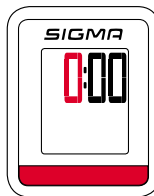


Przytrzymać wciśnięty klawisz funkcyjny, aż pojawi się „hold”, a następnie migający format czasu (wskazanie 24-godzinne lub 12-godzinne).



Klawiszem funkcyjnym wybrać pomiędzy 24- a 12-godzinnym formatem.

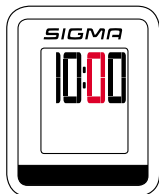
Odczekać – wyświetlacz przejdzie do kolejnego ustawienia.



Poprzez powtórne wciśnięcie klawisza funkcyjnego ustawić aktualny czas.

Odczekać – wyświetlacz przejdzie do kolejnego ustawienia.

## 1.3 Ustawianie godziny



Poprzez powtórne wciśnięcie klawisza funkcyjnego ustawić pierwszą cyfrę wskazania minut.

Odczekać – wyświetlacz przejdzie do kolejnego ustawienia.



Poprzez powtórne wciśnięcie klawisza funkcyjnego ustawić drugą cyfrę wskazania minut.

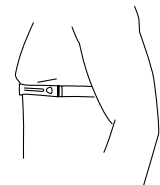
Odczekać – ustawiono czas dla zegarek sportowy iD.GO.

## 2.1 Zakładanie pasa piersiowego



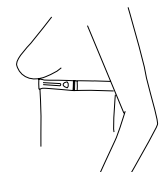
Dzięki mechanizmowi ustalającemu można indywidualnie dopasować długość pasa.

Należy ustawić długość pasa w taki sposób, aby nie przylegał zbyt mocno.



U mężczyzn nadajnik należy umiejscowić pod przyczepem mięśnia piersiowego.

**Logo SIGMA musi być wyraźnie skierowane do przodu.**

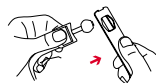


U kobiet nadajnik umiejscowić pod przyczepem mięśnia piersiowego.

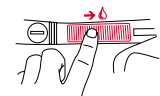
**Logo SIGMA musi być wyraźnie skierowane do przodu.**

## 2 Trening

### 2.1 Zakładanie pasa piersiowego

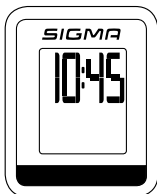


Połączyć nadajnik z elastycznym pasem.

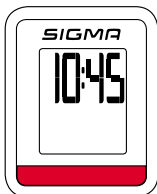


Lekko unieść pas ponad skórą. Strefy z żeberkami (elektrody) z tyłu nadajnika należy zwilżyć śliną lub wodą.

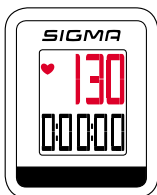
## 2.2 Wyświetlanie częstotliwości uderzeń serca



Zegarek sportowy iD.GO znajduje się w trybie spoczynku. Nałożono pas piersiowy.

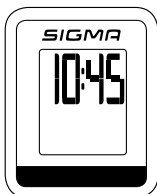


Krótko nacisnąć klawisz funkcyjny, aby aktywować tryb treningowy.



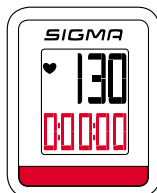
Na ekranie wyświetlacza pojawia się aktualna częstotliwość uderzeń serca.

## 2.3 Czas treningu (start, stop, wyzerowanie)

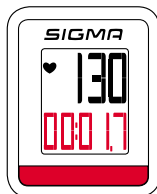


Zegarek sportowy iD.GO znajduje się w trybie spoczynku. Nałożono pas piersiowy.

## 2.3 Czas treningu (start, stop, wyzerowanie)



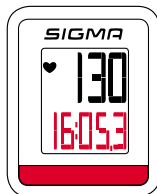
Krótko nacisnąć klawisz funkcyjny, aby aktywować zegarek sportowy iD.GO.



Na początku treningu: Uruchomić stoper poprzez krótkie wciśnięcie klawisza funkcyjnego.

**Stoper zaczyna pracować.**

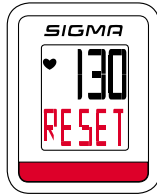
Stoper mierzy czas do jednej godziny z dokładnością do jednej dziesiątej sekundy. Jeżeli trening trwa dłużej niż godzinę, czas treningu pojawia się w formacie h:mm:ss.



Na zakończenie treningu: Zatrzymać stoper poprzez krótkie wciśnięcie klawisza funkcyjnego.

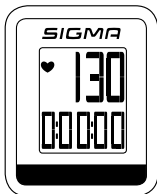
**Stoper pozostaje zatrzymany.**

Ponowne wciśnięcie przycisku funkcyjnego uruchamia stoper.



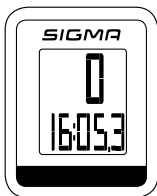
Reset stoper do zera odbywa się poprzez długie wciśnięcie klawisza funkcyjnego, aż do pojawienia się na wyświetlaczu „hold”, „RESET” i 0:00:00.

## 2.3 Czas treningu (start, stop, wyzerowanie)

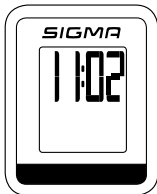


Stoper jest wyzerowany.

## 2.4 Zakończenie treningu



Ściągania pasa piersiowego, zatrzymanie stopera. Tylko tak zegarek sportowy iD.GO powraca automatycznie po krótkim czasie do stanu spoczynku.



Zegarek sportowy iD.GO znajduje się w trybie spoczynku.



Krótkie wciśnięcie klawisza funkcyjnego można wywołać ostatni czas treningu.

Usuwanie ostatniego czasu treningu (patrz 2.3).

## 3 Informacja

### 3.1 Ważne wskazówki

Jeżeli na wyświetlaczu nie można odczytać żadnej informacji dotyczącej częstotliwości uderzeń serca, może to być spowodowane następującymi przyczynami:

- Pas z rejestratorem pulsu nie został poprawnie założony.
- Czujniki (elektrody) rejestratora pulsu są zabrudzone lub nie są wilgotne.
- Występują zakłócenia spowodowane źródłami elektrycznymi (linie wysokiego napięcia, kolejowe linie elektryczne itd.).
- Bateria nadajnika (CR 2032) jest wyczerpana (nr art. 00342).

Przed rozpoczęciem treningu prosimy skonsultować się z lekarzem – w szczególności, jeśli występują schorzenia kardiologiczne.

## 3.2 Często zadawane pytania i serwis

### Co się stanie, jeśli podczas treningu ściągnę pas piersiowy?

Zegarek nie otrzyma sygnału pulsu, w górnym wierszu pojawi się „0”, po krótkim czasie „0” zostanie zastąpione przez aktualny czas. Jeżeli sygnał pulsu zostanie ponownie odebrany, pojawi się automatycznie na wyświetlaczu.

### Czy zegarek sportowy firmy SIGMA wyłącza się zupełnie?

Nie. W stanie spoczynku wyświetlany jest tylko czas tak, że zegarek sportowy może być używany jako zwykły zegarek na rękę. W taki stanie zegarek sportowy iD.GO zużywa bardzo mało prądu.

### Czy mogę stosować pas piersiowy na pętlę?

Tak – sygnały mogą być odbierane i wyświetlane przez prawie wszystkie urządzenia kardiologiczne.

### Czy zegarek sportowy firmy SIGMA jest wodoszczelny i może być używany do pływania?

Tak – zegarek sportowy iD.GO jest szczelny do 3 ATM (odpowiada ciśnieniu kontrolnemu rzędu 3 bar). Zegarek sportowy iD.GO nadaje się do pływania. Należy pamiętać: nie uruchamiać przycisków pod wodą, ponieważ do obudowy może przeniknąć woda. Unikać używania w wodzie morskiej, ponieważ mogą wystąpić usterki w działaniu.

### Co jest przyczyną opóźnionej reakcji lub czarnego zabarwienia ekranu?

Może się zdarzyć, iż zostaną przekroczone wartości graniczne temperatury pracy. Zegarek sportowy został zaprojektowany do pracy w temperaturze od 1°C do 55°C.

### Jakie kroki należy przedsięwziąć w przypadku wyświetleń o słabej jakości?

Słabe wskazania mogą być spowodowane wyczerpującą się baterią. Należy ją wymienić tak szybko, jak to możliwe – typ baterii CR 2032 (nr art. 00342).

## 3.2 Często zadawane pytania i serwis

### Wymiana baterii

Zegarek sportowy i pas piersiowy wykorzystują baterię CR 2032 (nr art. 00342). Zegarek sportowy firmy SIGMA jest zaawansowanym technicznie urządzeniem pomiarowym. Aby zapewnić funkcjonowanie i wodoszczelność, wymianę baterii należy zlecić autoryzowanemu sprzedawcy. Nieprawidłowo wykonana wymiana baterii może uszkodzić zegarek sportowy. Gwarancja nie obejmuje uszkodzeń spowodowanych nieprawidłową wymianą baterii.

**Po wymianie baterii należy ponownie ustawić czas.**

### 3.3 Gwarancja

Gwarancja na produkty SIGMA SPORT wynosi 24 miesiące od daty zakupu i obejmuje usterki mechaniczne oraz problemy techniczne (wady wyświetlacza, problemy z transmisją danych, uchwyt, wady wizualne). Gwarancja obowiązuje w pełnym zakresie wyłącznie pod warunkiem użytkowania produktów SIGMA SPORT z dostarczonymi lub rekomendowanymi przez SIGMA SPORT akcesoriami.

Gwarancją nie są objęte baterie, akumulatory i części zużywalne (opaski, gumki, paski na klatkę piersiową itp.) oraz celowe uszkodzenia lub wady spowodowane nieprawidłowym użytkowaniem.

#### **SIGMA-ELEKTRO GmbH**

Dr.- Julius -Leber- Straße 15  
D-67433 Neustadt-/Weinstraße

Tel. + 49 [0] 63 21-9120-118  
E-mail: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Gwarancja

Baterii nie wolno wrzucać po pojemników na śmieci domowe (europejska ustawa o bateriach)! Baterie należy przekazać do utylizacji do właściwego punktu zbiórki.



LI=Lithium

Deklaracja CE znajduje się na stronie: [ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)



**Содержание**

<b>1</b>	<b>Ознакомительная информация</b>	
1.1	Предисловие и содержимое упаковки	17
1.2	Обзор измерительного прибора с циферблатом, условных обозначений и устройства дисплея	18
1.3	Установка времени	19
<b>2</b>	<b>Тренировка</b>	
2.1	Крепление нагрудного ремня	20
2.2	Индикация частоты ритма сердца	22
2.3	Время тренировки (запуск, остановка, сброс)	22
2.4	Завершение тренировки	24
<b>3</b>	<b>Информация</b>	
3.1	Важное предупреждение	25
3.2	Часто задаваемые вопросы и обслуживание	26
3.3	Гарантия	28

**1.1 Предисловие и содержимое упаковки**

Благодарим вас за выбор пульсометра производства компании SIGMA SPORT®.

iD.GO на долгие годы станет вашим верным спутником во время занятий спортом и на досуге. iD.GO — это измерительный инструмент высокого качества. Чтобы изучить и правильно использовать разнообразные функции пульсометра, внимательно прочтите это руководство.

SIGMA SPORT® надеется, что вы по достоинству оцените все преимущества iD.GO.



Пульсометр iD.GO

→ ЭКГ-точность



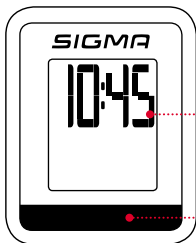
Эластичный ремень



Приемник импульсов с датчиком

Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission power: < 11,37 dBm

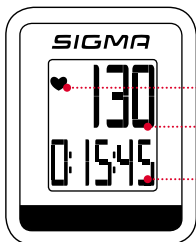
## 1.2 Обзор измерительного прибора с циферблатом, условных обозначений и устройства дисплея



Режим покоя

Часы

Функциональная кнопка

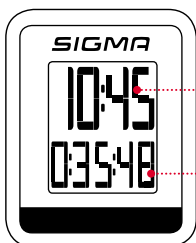


Режим тренировки с частотой ритма сердца

Обозначение принятой частоты ритма сердца

Фактический пульс

Секундомер (время тренировки)



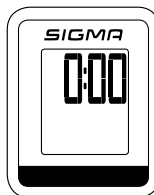
Режим тренировки без частоты ритма сердца

Часы

Секундомер

Время последней тренировки

## 1.3 Настройка времени



iD60 находится в состоянии покоя. (На дисплее отображается только время)

**Примечание:**  
Настройки выполняются моментально!  
iD60 автоматически переключается на каждый последующий установленный пункт.

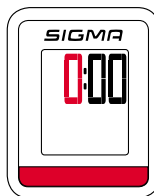


Нажмите функциональную кнопку и удерживайте ее в таком положении до тех пор, пока на дисплее не появится надпись "hold", после чего появится мигающий формат значения времени (индикация 24 часа или 12 часов).



При помощи функциональной кнопки Вы можете выбрать формат 24 часа или 12 часов.

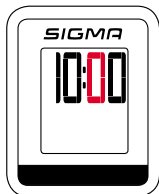
Подождите - на дисплее появится последняя установка.



Текущее время Вы можете установить путем повторного нажатия функциональной кнопки.

Подождите - на дисплее появится последняя установка.

## 1.3 Настройка времени



Первую цифру минутного времени Вы можете установить путем повторного нажатия функциональной кнопки.

Подождите - на дисплее появится последняя установка.



Вторую цифру минутного времени Вы можете установить путем повторного нажатия функциональной кнопки.

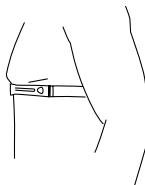
Подождите - время для iD.GO установлено.

## 2.1 Крепление нагрудного ремня



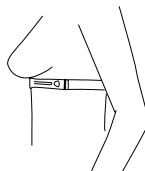
При помощи фиксирующего механизма можно отрегулировать длину ремня в зависимости от индивидуальных особенностей.

Следите за тем, чтобы отрегулированный ремень плотно прилегал к телу, но не сдавливал ткани.



Мужчины размещают датчик под грудной мышцей.

Логотип фирмы SIGMA должен быть направлен вперед в хорошо читаемом состоянии.



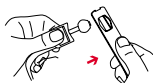
Женщины размещают датчик под грудью.

Логотип фирмы SIGMA должен быть направлен вперед в хорошо читаемом состоянии.

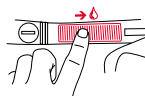
## 2

## Тренировка

### 2.1 Крепление нагрудного ремня

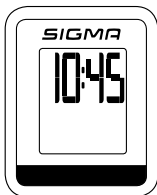


Соедините передатчик с эластичным ремнем.

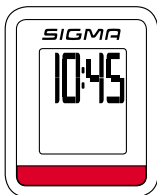


Слегка приподнимите ремень спереди. Смочите ребристые участки (электроды) с обратной стороны датчика слюной или водой.

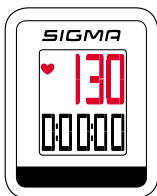
## 2.2 Индикация частоты ритма сердца



iD.GO находится в состоянии покоя.  
Нагрудный ремень надет.

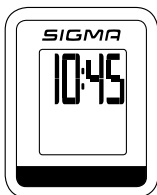


Для активации режима тренировки  
кратковременно нажмите функциональную  
кнопку.



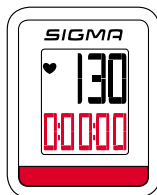
На дисплее появится текущая частота ритма  
сердца.

## 2.3 Время тренировки (запуск, остановка, сброс)

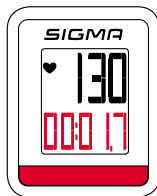


iD.GO находится в состоянии покоя.  
Нагрудный ремень надет.

## 2.3 Время тренировки (запуск, остановка, сброс)



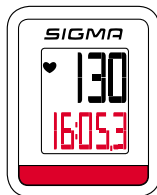
Для активации iD.GO одновременно нажмите  
функциональную кнопку.



В начале тренировки: Включите секундомер  
путем кратковременного нажатия функциональной  
кнопки.

**Секундомер начинает работать.**

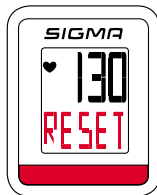
Точность измерения времени секундомером -  
от часа до одной десятой секунды. Если  
тренировка длится более часа, время тренировки  
отображается в формате ч:мин:сек.



В конце тренировки: Выключите секундомер  
путем кратковременного нажатия функциональной  
кнопки.

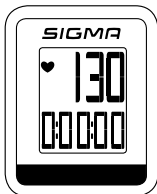
**Секундомер останавливается.**

При повторном нажатии функциональной кнопки  
секундомер включается снова.



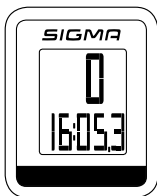
Обнулить данные секундомера можно при  
нажатии и удержании функциональной кнопки до  
тех пор, пока на дисплее не появится надпись  
"hold", "RESET", и после этого - 0:00:00.

## 2.3 Время тренировки (запуск, остановка, сброс)

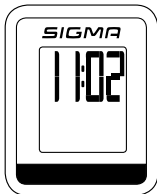


Секундомер обратно установлен на ноль.

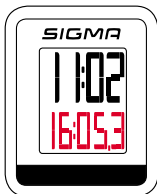
## 2.4 Завершение тренировки



Снятие нагрудного ремня, остановка секундомера.  
Только таким образом iD.GO вскоре автоматически переходит в режим покоя.



iD.GO находится в состоянии покоя.



Время последней тренировки можно установить при помощи кратковременного нажатия функциональной кнопки.

Стирание времени последней тренировки (см. п. 2.3).

## 3 Уведомление

### 3.1 Важное предупреждение

Если на дисплее отсутствует показатель частоты ритма сердца, причиной может быть следующее:

- Ремень с приемником импульсов одет неправильно.
- Датчики (электроды) приемника импульсов загрязнены или пересохли.
- Влияние помех через электрический источник помех (высоковольтные, железнодорожные линии и т.д.).
- Села батарея передатчика (CR 2032) (арт. № 00342).

Перед началом тренировок проконсультируйтесь со своим лечащим врачом - особенно, если у Вас имеются сердечно-сосудистые заболевания.

## 3.2 Часто задаваемые вопросы и обслуживание

### Что случится, если во время тренировки я сниму нагрудный ремень?

Прибор больше не получает сигнала частоты ритма сердца, в верхней строке появляется "0" - вскоре "0" меняется на текущее время суток. В случае, если сигнал частоты ритма сердца появляется снова, он автоматически отображается на дисплее.

### Отключается ли пульсометр SIGMA полностью?

Нет. В режиме покоя отображается только время суток, таким образом, Вы можете использовать пульсометр как обычные наручные часы. В этом режиме iD.GO потребляет очень незначительное количество энергии.

### Могу ли я пользоваться нагрудным ремнем на беговой дорожке?

Да - сигналы могут поступать и отображаться почти от всех соответствующих кардиоприборов.

### Является ли пульсометр SIGMA водонепроницаемым, и можно ли его использовать во время плавания?

Да - iD.GO водонепроницаем и выдерживает давление до 3 атм. (соответствует испытательному давлению 3 бар). iD.GO подходит для занятий плаванием. Обратите внимание: нельзя нажимать кнопки под водой, поскольку вода может проникнуть в корпус прибора. Следует избегать использования прибора в морской воде, поскольку это может привести к нарушению его функционирования.

### Что является причиной замедления появления сообщений на дисплее или почернения экрана?

Возможно, причиной является чрезмерное повышение или снижение рабочей температуры. Ваш пульсометр рассчитан на диапазон температур от 1 °C до 55 °C.

### Что делать при слабой индикации дисплея?

Причиной слабой индикации дисплея может быть слабая зарядка батареи. Вам необходимо как можно быстрее произвести ее замену - тип батареи CR2032 (арт. № 00342).

## 3.2 Часто задаваемые вопросы и обслуживание

### Замена батареи

В пульсометре и нагрудном ремне используются батареи CR2032 (арт. № 00342).

Пульсометр SIGMA представляет собой высокотехнический измерительный инструмент. Для обеспечения функционирования и водонепроницаемости замену батарей необходимо проводить в авторизованных точках продаж. Неквалифицированная замена батарей может привести к повреждению пульсометра; вследствие чего претензии по гарантии будут являться недействительными.

**После замены батареи показания часов необходимо ввести заново.**

### 3.3 Гарантийные обязательства

Гарантия на продукцию SIGMA SPORT действует в течение 24 месяцев с момента выставления счета-фактуры и распространяется на механические и технические проблемы (дефекты дисплея, проблемы с переносом данных, держатель, оптические дефекты). Гарантия действует в полном объеме только при использовании продукции SIGMA SPORT с входящими в комплект поставки или рекомендованными SIGMA SPORT компонентами принадлежности.

Гарантия не относится к батареям, аккумуляторам и подверженным износу деталям (браслетам, резиновым деталям, нагрудным ремням и т. д.), а также к случаям преднамеренного нанесения повреждений и дефектам, вызванным ненадлежащим использованием.

#### **SIGMA-ELEKTRO GmbH**

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße (Германия)

Тел. сервисного центра: +49 (0) 6321/9120-118  
e-mail: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Гарантийные обязательства

Батареи запрещается утилизировать вместе с бытовыми отходами (Европейская директива по утилизации батарей)! Сдайте батареи в уполномоченный пункт утилизации.



Li=Lithium

Декларацию о соответствии нормам ЕС Вы можете найти по адресу:  
[ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

**Tartalom**

<b>1</b>	<b>Ismerkedés az órával</b>	
1.1	Előszó és a csomag tartalma	31
1.2	Az óra, a szimbólumok és a kijelző felépítésének áttekintése	32
1.3	A pontos idő beállítása	33
<b>2</b>	<b>Edzés</b>	
2.1	A mellheveder felhelyezése	34
2.2	A pulzusszám kijelzése	36
2.3	Edzésidő (indítása, leállítása, nullázása)	36
2.4	Az edzés befejezése	38
<b>3</b>	<b>Információk</b>	
3.1	Fontos tudnivalók	39
3.2	Gyakran feltett kérdések és szerviz	40
3.3	Jótállás	42

**1.1 Előszó és a csomag tartalma**

Köszönjük, hogy a SIGMA SPORT® pulzusmérő órájának megvásárlása mellett döntött.

Új iD.GO pulzusmérő órája hosszú éveken át hűséges társa lesz sportolás közben és szabadidejében. A iD.GO egy technológiailag kifinomult mérőeszköz. Kérjük, gondosan olvassa végig a jelen használati utasítást, hogy megismerje és alkalmazni tudja új pulzusmérő órájának változatos funkcióit.

A SIGMA SPORT® kellemes kikapcsolódást kíván Önnek a iD.GO használata során!



iD.GO pulzusmérő óra

→ EKG pontosságú



Rugalmas öv

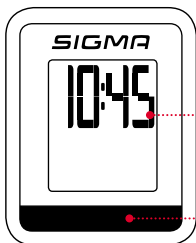


Pulzusszámláló adóval

Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission power: < 11,37 dBm



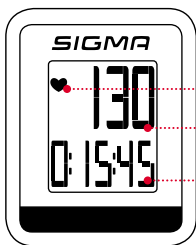
## 1.2 Az óra, a szimbólumok és a kijelző felépítésének áttekintése



### Készenléti üzemmód

Időpont

Funkciógomb

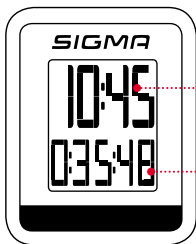


### Edzés üzemmód pulzusszám-kijelzéssel

A pulzusszám vételét jelző szimbólum

Tényleges pulzus

Stopperóra [edzésidő]



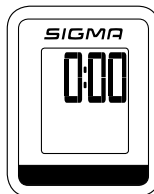
### Edzés-üzemmód pulzusszám-kijelzés nélkül

Időpont

Stopperóra

Utolsó edzésidő

## 1.3 A pontos idő beállítása



A iD.GO készenléti üzemmódban található.  
(A kijelzőn csak a pontos idő látható)

### Tudnivaló:

Végezze el a beállításokat egymás után.

A iD.GO óra automatikus átvált a következő beállítandó pontra.

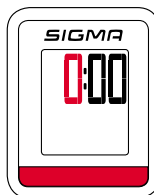


Nyomja be és tartsa benyomva a funkciógombot addig, amíg a „hold” jelzés nem lesz látható és a pontos idő formátuma [24 vagy 12 órás kijelzési formátum] villogni nem kezd.



Válasszon a 24 és a 12 órás kijelzés között a funkciógomb segítségével.

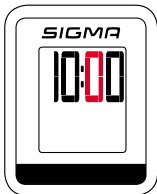
Várjon - A kijelző átvált a következő beállítási lehetőségre.



Állítsa be a pontos idő óra-értékét a funkciógomb ismételt megnyomásával.

Várjon - A kijelző átvált a következő beállítási lehetőségre.

## 1.3 A pontos idő beállítása



Állítsa be a perc-érték első karakterét a funkciógomb ismételt megnyomásával.

Várjon - A kijelző átvált a következő beállítási lehetőségre.



Állítsa be a perc-érték második karakterét a funkciógomb ismételt megnyomásával.

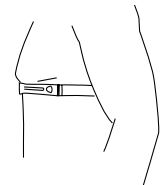
Várjon - A iD.GO beállítja a pontos időt.

## 2.1 A mellheveder felhelyezése



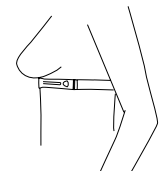
Az öv hossza a rögzítő mechanizmus segítségével személyre szabható.

Az öv hosszát úgy állítsa be, hogy az öv stabilan illeszkedjen, de ne legyen túl szoros.



Férfiaknál a jeladót a mellizmok alá kell felhelyezni.

**A SIGMA emblémának olvashatónak kell lennie és előrefelé kell mutatnia.**

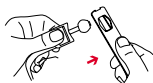


Nőknél a jeladót a mellek alá kell felhelyezni.

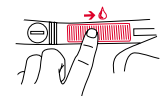
**A SIGMA emblémának olvashatónak kell lennie és előrefelé kell mutatnia.**

## 2 Edzés

### 2.1 A mellheveder felhelyezése

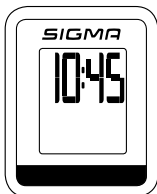


Kapcsolja össze a jeladót és a rugalmas övet.

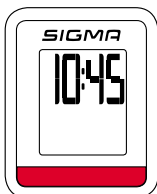


Emelje fel kissé az övet a mellkasáról. Nedvesítse be a jeladó hátoldalán található bordázott területet (az elektródákat) nyállal vagy vízzel.

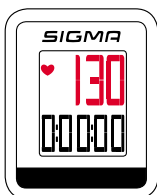
## 2.2 A pulzusszám kijelzése



A ID.GO készenléti üzemmódban található.  
A mellheveder felhelyezésre került.

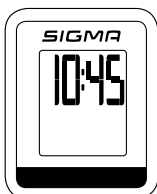


Az edzés üzemmód aktiválásához nyomja meg röviden a funkciógombot.



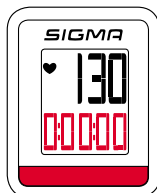
A kijelzőn megjelenik az aktuális pulzusszám.

## 2.3 Edzésidő (indítása, leállítása, nullázása)

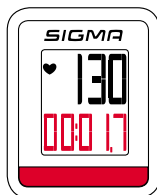


A ID.GO készenléti üzemmódban található.  
A mellheveder felhelyezésre került.

## 2.3 Edzésidő (indítása, leállítása, nullázása)



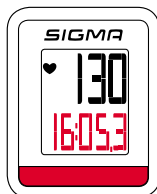
A ID.GO pulzuserő óra aktiválásához nyomja meg röviden a funkciógombot.



Az edzés megkezdésekor: A funkciógombot röviden megnyomva indítsa el a stopperórát.

**A stopperóra ekkor számlálni kezd.**

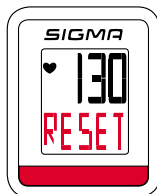
A stopperóra egy óránál rövidebb időket tízedmásodperc pontossággal mér. Ha az edzés időtartama egy óránál hosszabb, az edzésidő egy óra után ó:pp:mm formátumra vált.



Az edzés befejezésekor: A funkciógombot röviden megnyomva állítsa le a stopperórát.

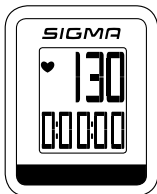
**A stopperóra áll.**

A funkciógomb ismételt megnyomására a stopperóra újraindul.



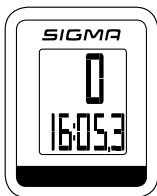
A stopperóra nullázásához tartsa addig megnyomva a funkciógombot, amíg a „hold”, majd a „RESET” kijelzés nem lesz látható, és végül a 0:00:00 érték meg nem jelenik a kijelzőn.

## 2.3 Edzésidő (indítása, leállítása, nullázása)

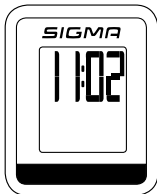


A stopperóra visszaállt nulla értékre.

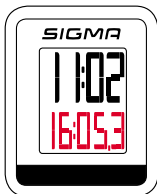
## 2.4 Az edzés befejezése



Vegye le a mellhevedert, és állítsa le a stopperórát.  
A ID.GO csak így áll vissza rövid idő múlva automatikusan készenléti állapotba.



A ID.GO készenléti üzemmódban található.



A funkciógombot röviden megnyomva behívható az utolsó edzésidő.

Az utolsó edzésidő törlése (lásd 2.3 rész).

## 3 Információk

### 3.1 Fontos tudnivalók

Ha a kijelzőn nem látható a pulzusszám, annak okai a következők lehetnek:

- Az öv és a pulzusmérő heveder nincs megfelelően felhelyezve.
- A pulzusmérő heveder érzékelői (elektródái) elszennyeződtek vagy nem nedvesek.
- Az adatátvitelt más elektromos jelek (nagyfeszültségű vezetékek, vasúti felsővezetékek stb.) zavarják.
- A pulzusmérő heveder eleme (CR 2032) lemerült [cikkszám: 00342].

Arra kérjük, hogy mielőtt edzeni kezd, konzultáljon orvosával, különösen akkor, ha valamilyen szív- és érrendszeri alapbetegségben szenved.

### **Mi történik, ha edzés közben leveszem a mellhevedert?**

Az óra nem kap pulzusszám-jelet, a felső sorban „0” jel lesz látható, majd rövid idő elteltével a „0” helyett a pontos idő jelenik meg. Ha az óra ismét érzékeli a pulzusszám-jelet, a pulzusszám automatikusan megjelenik a kijelzőn.

### **A SIGMA pulzusmérő óra nem kapcsol ki teljesen?**

Nem. Készenléti állapotban a pontos idő látható, így a pulzusmérő óra hagyományos karóráként is használható. A iD.GO óra ebben az állapotban rendkívül kevés energiát fogyaszt.

### **Használhatom a mellhevedert futópadon?**

Igen – a mellheveder jeleit a legtöbb kardiogép érzékeli és kijelzi.

### **Vizállók a SIGMA pulzusmérő óra? Használhatom az órát úszáshoz?**

Igen - a iD.GO típus 3 ATM nyomásig vízállók (ez 3 bar tesztnyomásnak felel meg). A iD.GO óra használható úszáshoz. Kérjük, ügyeljen a következőkre: ne működtesse a gombokat víz alatt, különben a víz bejuthat az óra tokozásába. Ne használja az órát tengervízben. Ellenkező esetben működési hiba jelentkezhethet.

### **Mi az oka annak, hogy a kijelző lassan reagál vagy fekete színű lesz?**

Az üzemi hőmérséklet valószínűleg túl magas vagy túl alacsony. A pulzusmérő órát 1 °C és 55 °C közötti hőmérsékleten történő használatra tervezték.

### **Mi a teendő, ha a kijelző elhalványul?**

A halvány kijelző azt jelezheti, hogy az elem gyenge. Cseréltesse ki az elemet minél előbb. Az elem típusa: CR 2032 [cikkszám: 00342].

### **Cserélje ki az elemeket**

A pulzusmérő órában és a mellhevederben CR 2032 [cikkszám: 00342] típusú elem található.

A SIGMA pulzusmérő óra egy bonyolult működésű mérőkészülék. A megfelelő működés és a vízzárás érdekében az elemcserét erre jogosult szakkereskedőnek kell elvégeznie. Ha az elemcserét szakszerűtlenül végzik, a pulzusmérő óra károsodhat. Ilyen esetben a gyártó mindenféle garanciális igényt elutasít.

**Elemcsere után újra be kell állítani a pontos időt.**

### 3.3 Jótállás

A SIGMA SPORT termékekre vállalt garancia a számla keltétől számított 24 hónapig érvényes, és mechanikai vagy műszaki problémákra [kijelzőhibák, adatátviteli problémák, felfogató konzol hibái, esztétikai hibák] vonatkozik. A garancia körébe tartozó szolgáltatások továbbá csak akkor vehetők igénybe, ha a SIGMA SPORT termékeit csak a SIGMA SPORT által hozzájuk mellékelt vagy ajánlott tartozékokkal együtt használják. A garancia nem terjed ki azonban az elemekre, akkumulátorokra és kopó-fogyó alkatrészekre (karpántok, gumipántok, mellkashevederek stb.), valamint a szándékos rongálásra és a helytelen használat okozta hibákra.

#### SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße  
Németország

Szervíz tel.: +49 (0) 6321/9120-118  
E-mail: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Jótállás

Ne dobja az elemeket háztartási hulladék közé (hanem a vonatkozó törvényi rendelkezések szerint ártalmatlanítsa őket)! Kérjük, az elemeket egy erre kijelölt hulladékgyűjtő helyen adja le.



LI=Lithium

A CE megfelelőségi tanúsítvány a [ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

## Kazalo

## 1 Seznamitev

1.1 Uvod in vsebina 45

1.2 Pregled ure, simbolov in zgradbe zaslona 46

1.3 Nastavitev ure 47

## 2 Trening

2.1 Namestitvev prsnega pasu 48

2.2 Prikaz srčne frekvenca 50

2.3 Čas treninga (zagon, ustavitev, brisanje) 50

2.4 Zaključek treninga 52

## 3 Informacije

3.1 Pomembna navodila 53

3.2 Pogosto zastavljena vprašanja in servis 54

3.3 Garancija 56

## 1

## Seznamitev

## 1.1 Uvod in vsebina

Zahvaljujemo sem vam, da ste se odločili za uro za merjenje srčnega utripa proizvajalca SIGMA SPORT®.

Vaša nova ura iD.GO vas bo mnogo let spremljala pri športu in v prostem času. Ura iD.GO je tehnično dodelan merilni instrument. Prosimo, da skrbno preberete navodila za uporabo, da boste lahko spoznali in uporabljali številne funkcije vaše nove ure za merjenje srčnega utripa.

SIGMA SPORT® vam želi veliko zabave pri uporabi vaše ure iD.GO.



Računalnik za merjenje pulza iD.GO

→ natančen kot EKG



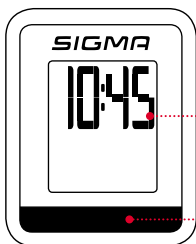
Elastični pas



Menilec pulza z oddajnikom

Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission power: < 11,37 dBm

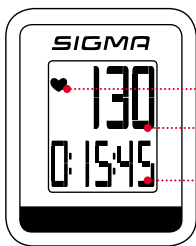
## 1.2 Pregled ure, simbolov in gradbe zaslona



### Mirovalni način

ura

funkcijska tipka

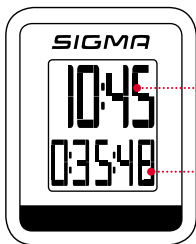


### Vadbeni način s srčno frekvenco

simbol za izmerjeno srčno frekvenco

trenutni pulz

štoparica (čas treninga)

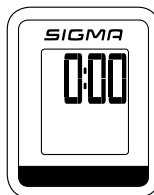


### Vadbeni način brez srčne frekvence

ura

štoparica  
zadnji čas treninga

## 1.3 Nastavitev ure



iD.GO je v mirovalnem načinu. (Na zaslonu se prikazuje samo ura.)

**Opozorilo:**  
Nastavitev opravite hitro!  
iD.GO samodejno preide na naslednje mesto za nastavitev.

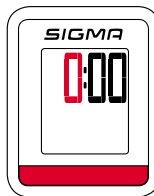


Držite pritisnjeno funkcijsko tipko, dokler se ne prikaže „hold“ in utripajoč format prikaza ure (24-urni ali 12-urni prikaz).



S funkcijsko tipko izbirate med 24- in 12-urnim formatom.

Počakajte – zaslon bo preklopil na naslednjo nastavitev.

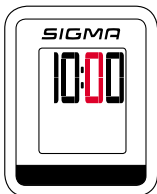


S pritiskanjem funkcijske tipke nastavite uro.

Počakajte – zaslon bo preklopil na naslednjo nastavitev.



### 1.3 Nastavitev ure



S pritiskanjem funkcijske tipke nastavite prvo cifro za nastavitev minut.

Počakajte – zaslon bo preklopil na naslednjo nastavitev.



S pritiskanjem funkcijske tipke nastavite drugo cifro za nastavitev minut.

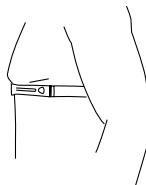
Počakajte – ura iD.GO je nastavljena.

### 2.1 Namestitev prsnega pasu



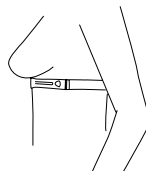
S pomočjo fiksnega mehanizma lahko dolžino individualno prilagodite.

Dolžina pasu mora biti nastavljena tako, da se pas dobro prilega, vendar ni pretesen.



Moški si oddajnik namestijo neposredno pod prsno mišico.

**Logotip SIGMA mora biti obrnjen naprej, tako da je čitljiv.**

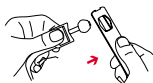


Ženske si oddajnik namestijo neposredno pod prsi.

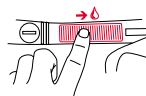
**Logotip SIGMA mora biti obrnjen naprej, tako da je čitljiv.**

## 2 Trening

### 2.1 Namestitev prsnega pasu

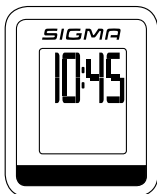


Povežite oddajnik z elastičnim pasom.

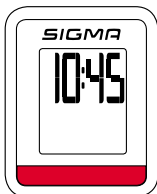


Pas spredaj nekoliko dvignite od kože. Rebraste dele (elektrode) na hrbtni strani oddajnika navlažite s slino ali z vodo.

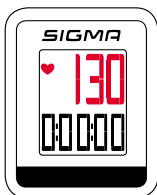
## 2.2 Prikaz srčne frekvence



iD.GO je v mirovalnem načinu.  
Prsni pas je nameščen.

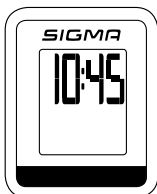


S kratkim pritiskom na funkcijsko tipko vklopite  
vadbeni način.



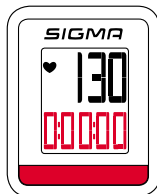
Na zaslonu se prikaže trenutna srčna frekvenca.

## 2.3 Čas treninga (zagon, ustavitev, brisanje)

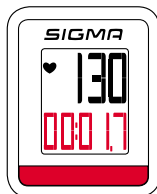


iD.GO je v mirovalnem načinu.  
Prsni pas je nameščen.

## 2.3 Čas treninga (zagon, ustavitev, brisanje)



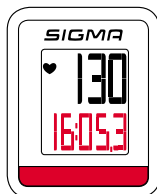
S kratkim pritiskom na funkcijsko tipko vklopite  
iD.GO.



Ob začetku treninga: s kratkim pritiskom na  
funkcijsko tipko vklopite štoparico.

**Štoparica začne teči.**

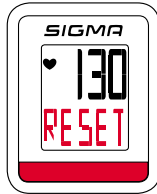
Štoparica meri čas do ene ure z natančnostjo  
desetinke sekunde. Če traja trening več kot eno  
uro, se čas treninga prikazuje v formatu h:mm:ss.



Ob zaključku treninga: s kratkim pritiskom na  
funkcijsko tipko ustavite štoparico.

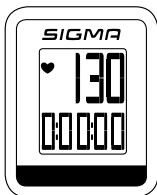
**Štoparica se ustavi.**

S ponovnim pritiskom na funkcijsko tipko štoparica  
ponovno začne teči.



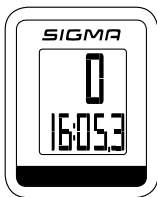
Štoparico ponastavite tako, da držite pritisnjeno  
funkcijsko tipko, dokler se na zaslonu ne prikaže  
"hold", "RESET" in nato 0:00:00.

## 2.3 Čas treninga (zagon, ustavitev, brisanje)

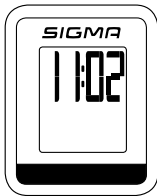


Štoparica je ponastavljena na ničlo.

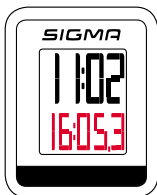
## 2.4 Zaključek treninga



Snemite prsni pas in ustavite štoparico. Le tako iD.GO po kratkem času samodejno preide v mirovalni način.



iD.GO je v mirovalnem načinu.



S kratkim pritiskom na funkcijsko tipko lahko priključete zadnji čas treninga.

Brisanje zadnjega časa treninga (glejte 2.3).

## 3 Informacije

### 3.1 Pomembna navodila

Razlogi, da na zaslonu ni prikazane srčne frekvence, so lahko:

- Pas z merilcem pulza ni pravilno nameščen.
- Senzorji (elektrode) merilca pulza so umazane ali pa niso vlažne.
- Prihaja do motenj zaradi prisotnosti virov motenj (visokonapetostni vodi, železniške linije itn.).
- Baterija oddajnika (CR 2032) je prazna (št. art. 00342).

Pred začetkom treninga se posvetujte z zdravnikom – še zlasti, če imate kardiovaskularne bolezni.

### 3.2 Pogosto zastavljena vprašanja in servis

#### **Kaj se zgodi, če med treningom odstranimo prsni pas?**

Ura ne sprejema signala srčne frekvence, v zgornji vrstici se prikaže "0", čez nekaj časa pa se namesto "0" prikaže trenutna ura. Če ura spet sprejme signal srčne frekvence, se ta samodejno prikaže na zaslonu.

#### **Se računalnik za merjenje pulza SIGMA popolnoma izklopi?**

Ne. V mirovalnem načinu se prikazuje samo ura, tako da lahko vaš računalnik za merjenje pulza uporabljate tudi kot običajno ročno uro. V tem načinu vaš iD.GO porablja le malo energije.

#### **Lahko uporabljam prsni pas na tekalnem traku?**

Da, signal lahko sprejemajo in prikazujejo skoraj vse ustrezne kardiološke naprave.

#### **So računalniki za merjenje pulza SIGMA vodotesni in jih lahko uporabljamo pri plavanju?**

Da, iD.GO je vodotesen do 3 ATM (ustreza preizkusnemu tlaku 3 barov). iD.GO se lahko uporablja pri plavanju. Prosimo, upoštevajte: pod vodo ne pritiskajte tipk, ker lahko sicer voda pronica v ohišje. V morski vodi naprave ne uporabljajte, ker se lahko pojavijo motnje delovanja.

#### **Kaj je vzrok, če se prikaz na zaslonu počasi odziva ali pa je črn?**

Vzrok je lahko prekoračitev ali nedoseganje delovne temperature. Računalnik za merjenje pulza je zasnovan za delovanje pri temperaturi od 1 °C do 55 °C.

#### **Kaj je treba storiti, če je prikaz na zaslonu šibak?**

Šibak prikaz na zaslonu je lahko posledica prešibke baterije. Čimprej jo zamenjajte – tip baterije CR 2032 (št. art. 00342).

### 3.2 Pogosto zastavljena vprašanja in servis

#### **Menjava baterije**

V računalniku za merjenje pulza in prsnem pasu se uporablja baterija CR 2032 (št. art. 00342).

Računalnik za merjenje pulza SIGMA je tehnično dodelan merilni instrument. Za zagotovitev delovanja in vodotesnosti mora menjavo baterije opraviti pooblaščen prodajalec. Z nestrokovno menjavo baterije se lahko računalnik za merjenje pulza pokvari; v tem primeru pravica do garancije preneha veljati.

**Po menjavi baterije je treba ponovno nastaviti uro.**

### 3.3 Garancija

Garancija za izdelke SIGMA SPORT velja 24 mesecev od datuma računa in se nanaša na mehanske ali tehnične težave (okvare zaslona, težave s prenosom podatkov, držalo, vizualne pomanjkljivosti). Garancija v polnem obsegu velja le, če se izdelki SIGMA SPORT tudi uporabljajo izključno s komponentami opreme, ki jih je dovolila ali priporočila SIGMA SPORT.

Garancija pa se ne nanaša na baterije, polnilne baterije in obrabne dele (zapestne pasove, elastike, prsne pasove itn.) ter namerne poškodbe in okvare, povzročene z napačno uporabo.

#### SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße  
Nemčija

Tel. za servis +49 (0) 6321/9120-118  
E-pošta: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Garancija

Baterij ne smete odstranjevati skupaj z gospodinjstvi odpadki (Evropski zakon o baterijah)! Prosimo, da baterije oddate na zbiralno mesto za odstranjevanje.



LI=Lithium

Izjavo CE najdete na [ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

## Obsah

<b>1</b>	<b>Zoznámenie</b>	
1.1	Predslov a obsah balenia	59
1.2	Prehľad o hodinách, symboloch a zobrazeniach na displeji	60
1.3	Nastavenie času	61
<b>2</b>	<b>Tréning</b>	
2.1	Nasadenie hrudného pásu	62
2.2	Zobrazenie frekvencie srdca	64
2.3	Doba tréningu (spustenie, zastavenie, reset)	64
2.4	Ukončenie tréningu	66
<b>3</b>	<b>Informácie</b>	
3.1	Dôležité pokyny	67
3.2	Často kladené otázky a servis	68
3.3	Záruka	70

## 1 Zoznámenie

## 1.1 Predslov a obsah balenia

Veľmi pekne ďakujeme, že ste sa rozhodli pre pulzometer značky SIGMA SPORT®.

Váš nový pulzometer iD.GO vám bude celé roky slúžiť ako verný sprievodca pri športe a vo voľnom čase. Pulzometer iD.GO je technicky náročný merací prístroj. Prečítajte si, prosím, pozorne tento návod na obsluhu, aby ste sa oboznámili s rozmanitými funkciami svojho nového pulzometra a aby ste ich vedeli použiť.

SIGMA SPORT® vám praje veľa zábavy pri používaní vášho pulzometra iD.GO.



Počítač Pulz iD.GO

→ presné EKG



Elastický pás

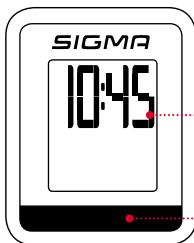


Snímač pulzu s vysielačom

Transmission frequency: 5.4 kHz  
Transmission power: < 11,37 dBm

## 1.2 Prehľad o hodinách, symboloch a zobrazeniach na displeji

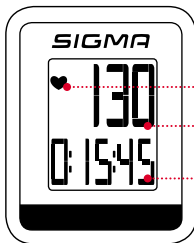
### Pokojný režim



Čas

Funkčné tlačidlo

### Tréningový režim s frekvenciou srdca

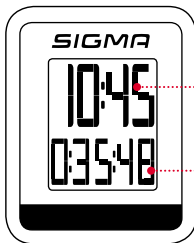


Symbol pre prijímanú frekvenciu srdca

Aktuálny pulz

Stopky (tréningový čas)

### Tréningový režim bez frekvencie srdca

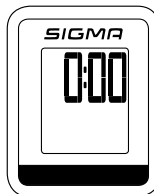


Čas

Stopky

Posledný tréningový čas

## 1.3 Nastavenie času



iD.GO sa nachádza v pokojnom stave.  
(Na displeji sa zobrazuje len čas)

**Upozornenie:**  
Nastavenia vykonávajte opatrne! iD.GO sa automaticky prepne na nasledovný nastavovaný bod.

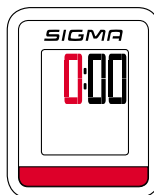


Držte stlačené funkčné tlačidlo, kým sa nezobrazí „hold“ a potom blikajúci formát hodín (24 hodinové alebo 12 hodinové zobrazenie).



Pomocou funkčného tlačidla zvolte 24 alebo 12 hodinový formát.

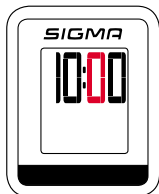
Počkajte – Displej sa prepne na nasledujúce nastavenie.



Aktuálny čas v hodinách nastavíte opakovaným stláčaním funkčného tlačidla.

Počkajte – Displej sa prepne na nasledujúce nastavenie.

### 1.3 Nastavenie času



Prvú číslicu v nastavení minút nastavíte opakovaným stláčaním funkčného tlačidla.

Počkajte – Displej sa prepne na nasledujúce nastavenie.



Druhú číslicu v nastavení minút nastavíte opakovaným stláčaním funkčného tlačidla.

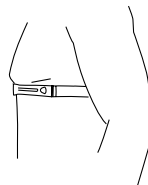
Počkajte - čas iD.GO je nastavený.

### 2.1 Nasadenie hrudného pásu



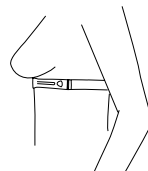
Dĺžku pásu je možné individuálne prispôsobiť pomocou nastavovacieho mechanizmu.

Dávajte pozor na to, aby ste dĺžku pásu nastavili tak, aby pás dobre dosadal, ale nebol veľmi stiahnutý.



Vysielač u pánov umiestnite pod svaly na hrudi.

**Firemné logo SIGMA musí byť orientované vždy dopredu.**

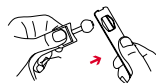


Vysielač u dám umiestnite pod prsia.

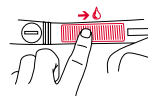
**Firemné logo SIGMA musí byť orientované vždy dopredu.**

## 2 Tréning

### 2.1 Nasadenie hrudného pásu



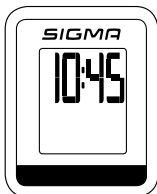
Vysielač spojte s elastickým pásom.



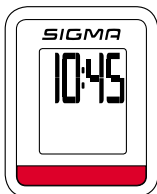
Pás vpredu zľahka nadvihnite od tela. Rebrovane zóny (elektrody) na zadnej strane vysielača navlhčite slinami alebo vodou.



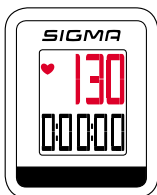
## 2.2 Zobrazenie frekvencie srdca



iD.GO sa nachádza v pokojnom stave.  
Hrudný pás je nasadený.

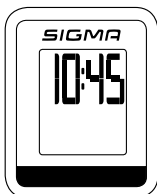


Krátkym stlačením funkčného tlačidla aktivujete režim Tréning.



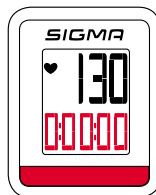
Na displeji sa zobrazí aktuálna verzia srdca.

## 2.3 Doba tréningu (spustenie, zastavenie, vynulovanie)

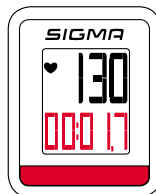


iD.GO sa nachádza v pokojnom stave.  
Hrudný pás je nasadený.

## 2.3 Doba tréningu (spustenie, zastavenie, vynulovanie)



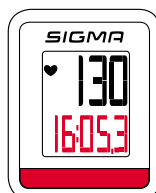
Krátkym stlačením funkčného tlačidla aktivujete iD.GO.



Na začiatku tréningu: Krátkym stlačením funkčného tlačidla spustíte stopky.

**Stopky sa spustia.**

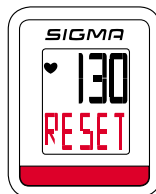
Stopky merajú čas až jednej hodiny s presnosťou na desatinu sekundy. Ak trénujete dlhšie ako jednu hodinu, zobrazí sa doba tréningu vo formáte h:mm:ss.



Na konci tréningu: Krátkym stlačením funkčného tlačidla stopky zastavíte.

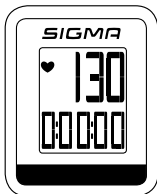
**Stopky sa zastavia.**

Opätovným stlačením funkčného tlačidla sa stopky znova spustia.



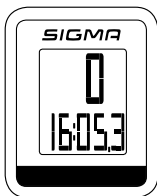
Vykonaajte reset stopiek na nulu stlačením funkčného tlačidla na dlhšiu dobu, kým sa na displeji nezobrazí „hold“, „RESET“ a potom 0:00:00.

## 2.3 Doba tréningu (spustenie, zastavenie, vynulovanie)

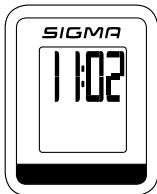


Stopy sú vynulované.

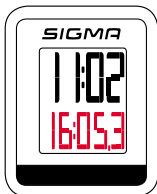
## 2.4 Ukončenie tréningu



Odložte hrudný pás, zastavte stopy.  
Len tak sa iD.GO automaticky po krátkej  
dobe vráti do pokojného stavu.



iD.GO sa nachádza v pokojnom stave.



Krátkym zatlačením funkčného tlačidla sa dá  
vyvolať posledná doba trvania tréningu.

Vymazanie poslednej doby tréningu (pozri 2.3).

## 3 Informácie

### 3.1 Dôležité pokyny

V prípade, že na displeji nie je možné odčítať žiadne zobrazenie frekvencie srdca, môže to mať nasledovné dôvody:

- Pás so snímačom pulzu nebol správne nasadený.
- Senzory (elektródy) snímača pulzov sú znečistené alebo nie sú vlhké.
- Z elektrických zdrojov rušenia pôsobia rušivé vplyvy [vysokonapäťové vedenie, železničné elektrické trate a pod.].
- Batéria vysielacia (CR 2032) je vybitá [výrobné číslo 00342].

Pred začatím tréningu sa poraďte s vaším lekárom – hlavne, ak máte kardiovaskulárne ochorenie.

## 3.2 Často kladené otázky a servis

### Čo sa stane, ak počas tréningu odložím hrudný pás?

Ak hodiny nedostávajú už žiadny signál frekvencie srdca, v hornom riadku sa zobrazí „0“ - po krátkom čase sa nahradí „0“ aktuálnym časom. V prípade opätovného prijímania signálu frekvencie srdca sa automaticky zobrazí na displeji.

### Počítač Pulz SIGMA sa kompletne vypne?

Nie. V pokojnom stave sa zobrazí len čas, takže je možné počítač Pulz používať aj ako normálne náramkové hodiny. V tomto stave spotrebováva iD.GO len veľmi malý prúd.

### Môžem používať hrudný pás na bežeckom páse?

Áno - je možné prijímať a zobrazovať signály zo skoro všetkých vhodných kardiopristrojov.

### Sú počítače Pulz SIGMA vodotesné a môžu sa používať pri plávaní?

Áno - iD.GO je vodotesný až do 3 ATM (zodpovedá kontrolnému tlaku 3 bar). iD.GO je vhodný na plávanie. Dôležité upozornenie: tlačidlá pod vodou nestláčajte, lebo by do telesa mohla vniknúť voda. Mali by ste sa vyhnúť používaniu v morskej vode, lebo by mohlo dôjsť k poruchám funkcie.

### Čo je dôvodom toho, že zobrazenie na displeji reaguje pomaly alebo sčernie?

Mohlo dôjsť k tomu, že bola prekročená alebo nedosiahla sa prevádzková teplota. Váš počítač Pulz je určený pre teplotu od 1°C do 55°C.

### Čo je nutné urobiť v prípade, že je zobrazenie na displeji slabé?

Slabé zobrazenie na displeji môže byť dôsledok slabej batérie. Mali by ste ju čo najskôr vymeniť - typ batérie CR 2032 [výrobné číslo 00342].

## 3.2 Často kladené otázky a servis

### Výmena batérie

V počítači Pulz a v hrudnom páse sa používa batéria CR 2032 [výrobné číslo 00342].

Počítač Pulz SIGMA je vysoko technický merací prístroj. Aby sa zaistila jeho funkcia a vodotesnosť, mal by výmenu batérie vykonať odborný predajca s oprávnením. V dôsledku nesprávnej výmeny batérie sa môže počítač Pulz poškodiť. Tým sa zruší nárok na záruku.

**Po výmene batérie je nutné opäť nastaviť hodiny.**

### 3.3 Záruka

Záručná doba na výrobky SIGMA SPORT je 24 mesiacov od dátumu uvedeného na účtovnom doklade a vzťahuje sa na mechanické alebo technické chyby (poruchy displeja, poruchy prenosu údajov, chyby držiadla, optické chyby). Záruka platí v plnom rozsahu len vtedy, ak sú výrobky SIGMA SPORT používané len so súčasťami, ktoré boli dodané, resp. odporúčené spoločnosťou SIGMA SPORT.

Záruka sa ale nevzťahuje na batérie, akumulátory a opotrebované diely (náramky, gumené pásy atď.) rovnako, ako na úmyselné poškodenie a poruchy spôsobené nesprávnym používaním.

#### **SIGMA-ELEKTRO GmbH**

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße  
Nemecko

Servisný tel. +49 (0) 6321/ 9120-118  
Email: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Záruka

Batérie sa nesmú likvidovať s domovým odpadom (zákon o batériách)! Odovzdajte, prosím, batérie na príslušnom zbernom mieste na likvidáciu odpadu.



Li=Lithium

ES vyhlásenie nájdete na adrese: [ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

**Obsah**

<b>1</b>	<b>Seznámení</b>	
1.1	Předmluva a obsah balení	73
1.2	Přehled času, symbolů a údajů na displeji	74
1.3	Nastavení času	75
<b>2</b>	<b>Trénink</b>	
2.1	Přiložení hrudního pásu	76
2.2	Zobrazení srdeční frekvence	78
2.3	Tréninkový čas (spuštění, zastavení, vynulování)	78
2.4	Ukončení tréninku	80
<b>3</b>	<b>Informace</b>	
3.1	Důležitá upozornění	81
3.2	Často kladené otázky a servis	82
3.3	Záruka	84

**1.1 Předmluva a obsah balení**

Mockrát děkujeme, že jste se rozhodli pro sportovní hodinky značky SIGMA SPORT®.

Váš nový sportovní hodinky iD.GO vám bude po celá léta sloužit jako věrný průvodce při sportu a ve volném čase. Sportovní hodinky iD.GO je technicky náročný měřicí přístroj. Přečtěte si prosím pečlivě tento návod k obsluze, abyste se seznámili s rozmanitými funkcemi svého nového pulsmetru a abyste je uměli použít.

SIGMA SPORT® vám přeje mnoho zábavy při používání vašeho sportovní hodinky iD.GO.



Sportovní hodinky iD.GO

→ Přesnost EKG



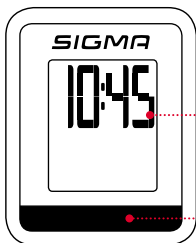
Elastický pás



Snímač pulsu s vysílačem

 Transmission frequency: 5.4 kHz  
 Transmission power: < 11,37 dBm

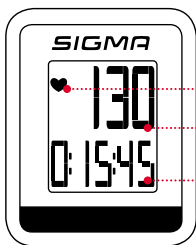
## 1.2 Přehled času, symbolů a údajů na displeji



### Klídový režim

Čas

Funkční tlačítko

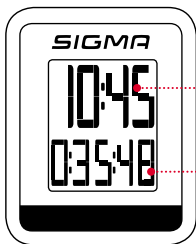


### Tréninkový režim se srdeční frekvencí

Symbol pro snímanou srdeční frekvenci

Aktuální puls

Stopky (tréninkový čas)

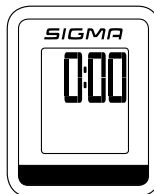


### Tréninkový režim bez srdeční frekvence

Čas

Stopky  
Poslední tréninkový čas

## 1.3 Nastavení času



Sportovní hodinky iD.GO se nachází v klidovém režimu. (Na displeji se zobrazuje pouze čas.)

**Upozornění:**  
Nastavení provádějte plynule!  
iD.GO automaticky přechází vždy na další bod, který je třeba nastavit.

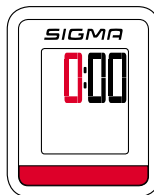


Přidrže stisknuté funkční tlačítko, dokud se nezobrazí „hold“ a potom blikající formát času (24hodinové nebo 12hodinové zobrazení).



Pomocí funkčního tlačítka vyberte mezi 24 a 12 hodinovým formátem.

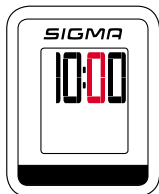
Počkejte – displej přechází k dalšímu nastavení.



Aktuální čas v hodinách nastavte opakovaným stisknutím funkčního tlačítka.

Počkejte – displej přechází k dalšímu nastavení.

### 1.3 Nastavení času



První číslici v nastavení minut nastavte opakovaným stisknutím funkčního tlačítka.

Počkejte – displej přechází k dalšímu nastavení.



Druhou číslici v nastavení minut nastavte opakovaným stisknutím funkčního tlačítka.

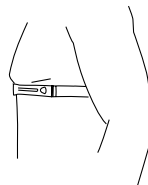
Počkejte – čas pro iD.GO je nastaven.

### 2.1 Přiložení hrudního pásu



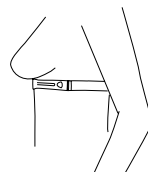
Pomocí zajišťovacího mechanismu je možné individuálně upravit délku pásu.

Dávejte pozor na to, abyste délku pásu nastavili tak, aby pás přiléhá dobře, ale ne příliš těsně.



Vysílač umístěte u mužů pod úpony prsních svalů.

Logo SIGMA musí být čitelné zepředu.

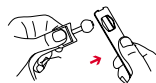


Vysílač umístěte u žen pod úpony prsou.

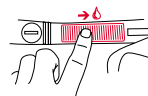
Logo SIGMA musí být čitelné zepředu.

## 2 Trénink

### 2.1 Přiložení hrudního pásu

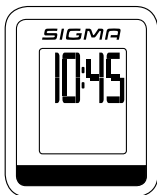


Připojte vysílač k elastickému pásu.

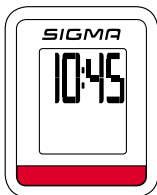


Pás zepředu mírně nadzvedněte od těla. Žebrované zóny (elektrody) na zadní straně vysílače navlhčete slinou nebo vodou.

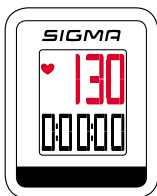
## 2.2 Zobrazení srdeční frekvence



Sportovní hodinky iD.GO se nachází v klidovém režimu. Hruďní pás je přiložený.

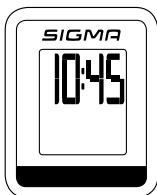


Krátce stiskněte funkční tlačítko, abyste aktivovali tréninkový režim.



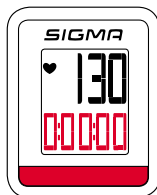
Na displeji se zobrazí aktuální srdeční frekvence.

## 2.3 Tréninkový čas (spuštění, zastavení, vynulování)

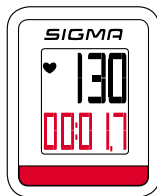


Sportovní hodinky iD.GO se nachází v klidovém režimu. Hruďní pás je přiložený.

## 2.3 Tréninkový čas (spuštění, zastavení, vynulování)



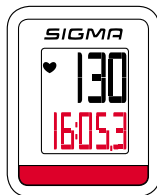
Krátce stiskněte funkční tlačítko, abyste aktivovali iD.GO.



Na začátku tréninku: Spusťte stopky krátkým stisknutím funkčního tlačítka.

### Stopky se rozběhnou.

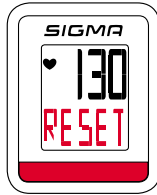
Stopky měří čas do jedné hodiny, s přesností na desetinu sekundy. Pokud trénink trvá déle než jednu hodinu, zobrazí se tréninkový čas ve formátu h:mm:ss.



Na konci tréninku: Zastavte stopky krátkým stisknutím funkčního tlačítka.

### Stopky se zastaví.

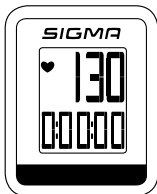
Opětovným stisknutím funkčního tlačítka se stopky znovu spustí.



Stopky vynulujete dlouhým přidržením stisknutého funkčního tlačítka, dokud se na displeji nezobrazí „hold“, „RESET“ a poté 0:00:00.

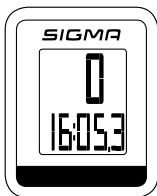


## 2.3 Tréninkový čas (spuštění, zastavení, vynulování)

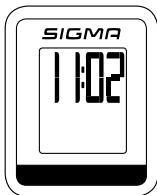


Stopy jsou vynulované.

## 2.4 Ukončení tréninku



Sejměte hrudní pás, zastavte stopy.  
Pouze tímto způsobem se iD.GO po krátké chvíli automaticky vrátí do klidového režimu.



Sportovní hodinky iD.GO se nachází v klidovém režimu.



Krátkým stisknutím funkčního tlačítka je možné vyvolat poslední tréninkový čas.  
Smazání posledního tréninkového času (viz 2.3).

## 3 Informace

### 3.1 Důležité pokyny

Pokud se na displeji nezobrazuje srdeční frekvence, mohou k tomu být následující důvody:

- Pás se snímačem pulsu nebyl správně přiložen.
- Senzory (elektrody) snímače pulsu jsou znečištěné nebo nejsou navlhčené.
- Snímání je rušeno elektrickými zdroji rušení [vysokonapěťová vedení, železniční tratě atd.].
- Baterie vysílače (CR 2032) je vybitá (výr. č. 00342).

Poradte se prosím před zahájením tréninku se svým lékařem - obzvláště tehdy, když trpíte kardiovaskulárním onemocněním.

## 3.2 Často kladené otázky a servis

### Co se stane, když během tréninku odložím hrudní pás?

Hodinky přestanou přijímat signál srdeční frekvence, na horním řádku se zobrazí „0“ – po chvíli se místo „0“ zobrazí aktuální přesný čas. Pokud se znovu začne přijímat signál srdeční frekvence, automaticky se zobrazí na displeji.

### Vypínají se sportovní hodinky SIGMA úplně?

Ne. V klidovém režimu se zobrazuje pouze přesný čas, takže je možné nosit sportovní hodinky také jako normální náramkové hodinky. V tomto režimu spotřebovává iD.GO jen velmi málo energie.

### Mohu používat hrudní pás na běžeckém trenažéru?

Ano, signály mohou přijímat a zobrazovat téměř všechny odpovídající kardo trenažéry.

### Jsou sportovní hodinky SIGMA vodotěsné a mohu je používat při plavání?

Ano, iD.GO je vodotěsný do 3 ATM (to odpovídá zkušebnímu tlaku 3 bary). iD.GO je vhodný na plavání. Pamatujte prosím: pod vodou nepoužívejte tlačítka, jinak by do pouzdra hodiněk mohla vniknout voda. Měli byste se vyvarovat používání sportovní hodinky v mořské vodě, protože by mohla být narušena jeho funkčnost.

### Co je příčinou pomalého zobrazování nebo zčernání displeje?

Je možné, že provozní teplota je příliš vysoká nebo nízká. Váš sportovní hodinky je dimenzován pro teploty od 1 do 55 °C.

### Co je třeba udělat, je-li zobrazení na displeji slabě viditelné?

Slabě viditelné zobrazení na displeji může být důsledkem slabé baterie. Vyměňte co nejdříve baterii – typ baterie CR 2032 (výř. č. 00342).

## 3.2 Často kladené otázky a servis

### Výměna baterie

V pulsmetru a hrudním pásu se používá baterie CR 2032 (výř. č. 00342). Sportovní hodinky SIGMA je vysoce technický měřicí přístroj. Aby byla zaručena funkčnost a vodotěsnost, výměnu baterie by měl provést oprávněný odborník. Neodbornou výměnou baterie se může sportovní hodinky poškodit, čímž zaniká nárok na záruční plnění.

**Po výměně baterie je nutné hodinky znovu nastavit.**

### 3.3 Záruka

Záruční lhůta na výrobky SIGMA SPORT platí po dobu 24 měsíců od data uvedeního na úctence a vztahuje se na mechanické nebo technické závady (vady displeje, poruchy přenosu dat, vady držáku, optické vady). Záruka platí v plném rozsahu pouze za předpokladu, že výrobky SIGMA SPORT jsou používány pouze s komponenty dodávanými, popř. doporučenými společností SIGMA SPORT. Záruka se však nevztahuje na baterie, akumulátory a opotřebitelné díly (náramky, gumy, hrudní pásy atd.) a dále na úmyslné poškození nebo vady vzniklé nesprávným použitím.

#### SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße

Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118  
E-mail: [service@sigmasport.com](mailto:service@sigmasport.com)

### 3.3 Záruka

Baterie se nesmí likvidovat s domovním odpadem (evropský zákon o bateriích)!  
Odevzdejte prosím baterie na příslušném sběrném místě k likvidaci odpadu.



LI=Lithium

ES prohlášení najdete na adrese: [ce.sigmasport.com/idgo](https://ce.sigmasport.com/idgo)

## FCC Addendum

### Federal Communication Commission Interference Statement

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules.

These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one of the following measures:

Reorient or relocate the receiving antenna. Increase the separation between the equipment and receiver. Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected. Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

### FCC Caution:

Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate this equipment. This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

### Radiation Exposure Statement:

The product comply with the FCC portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

## Industry Canada statement

This device complies with ISED's licence-exempt RSSs. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) le dispositif ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
- (2) ce dispositif doit accepter tout brouillage reçu, y compris un brouillage susceptible de provoquer un fonctionnement indésirable.

Do not disassemble, modify or repair this product, as this may cause a fire, electric shock or product damage. Any modification will void the warranty of this product.

Ne pas démonter, modifier ni réparer ce produit, car cela pourrait provoquer un feu, un choc électrique ou un dommage produit. Toute modification annulera la garantie de ce produit.

This Class B digital apparatus complies with Canadian CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B).

Cet appareil digital de classe B est homologué CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B) pour le Canada.

### Radiation Exposure Statement:

The product comply with the Canada portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

### Déclaration d'exposition aux radiations:

Le produit est conforme aux limites d'exposition pour les appareils portables RF pour les États-Unis et le Canada établies pour un environnement non contrôlé. Le produit est sûr pour un fonctionnement tel que décrit dans ce manuel. La réduction aux expositions RF peut être augmentée si l'appareil peut être conservé aussi loin que possible du corps de l'utilisateur ou que le dispositif est réglé sur la puissance de sortie la plus faible si une telle fonction est disponible.

## IC Statement

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause interference, and
- (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

- (1) il ne doit pas produire de brouillage et
- (2) l'utilisateur du dispositif doit être prêt à accepter tout brouillage radioélectrique reçu, même si ce brouillage est susceptible de compromettre le fonctionnement du dispositif. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

The device meets the exemption from the routine evaluation limits in section 2.5 of RSS 102 and compliance with RSS-102 RF exposure, users can obtain Canadian information on RF exposure and compliance. Le dispositif rencontre l'exemption des limites courantes d'évaluation dans la section 2.5 de RSS 102 et la conformité à l'exposition de RSS-102 rf, utilisateurs peut obtenir l'information canadienne sur l'exposition et la conformité de rf.

This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter. This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20 millimeters between the radiator and your body. Cet émetteur ne doit pas être Co-placé ou ne fonctionnant en même temps qu'aucune autre antenne ou émetteur. Cet équipement devrait être installé et actionné avec une distance minimum de 20 millimètres entre le radiateur et votre corps.

## EU-Declaration of Conformity

### EU-Konformitätserklärung

Wir, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr.-Julius-Leber-Str. 15, D-67433 Neustadt/Weinstraße erklären, dass das Produkt iD GO und der Sender Analogue Chestbelt bei bestimmungsgemäßer Verwendung den grundlegenden Anforderungen gemäß RED Directive 2014/53/EU und der RoHS Directive 2011/65/EU entspricht.

Sie finden die Konformitäts-Erklärung unter folgendem Link:  
[ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

### EU-Declaration of Conformity

We, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr.-Julius-Leber-Str. 15, D-67433 Neustadt/Weinstraße declare under our responsibility that the product iD GO and the transmitter analogue chestbelt are compliant with the essential requirements and other relevant requirements of the RED Directive 2014/53/EU and the RoHS Directive 2011/65/EU.

The declaration of conformity can be found at: [ce.sigmasport.com/idgo](http://ce.sigmasport.com/idgo)

**SIGMA-ELEKTRO GmbH**

Dr.-Julius-Leber-Straße 15  
D-67433 Neustadt/Weinstraße

**SIGMA SPORT USA**

1860B Dean St.  
St. Charles, IL 60174, U.S.A.

**SIGMA-ELEKTRO (Hong Kong) Ltd**

Room 2010, 20/F, No.1 Hung To Road,  
Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong

