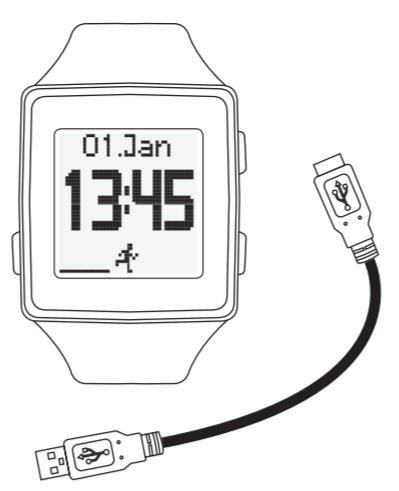


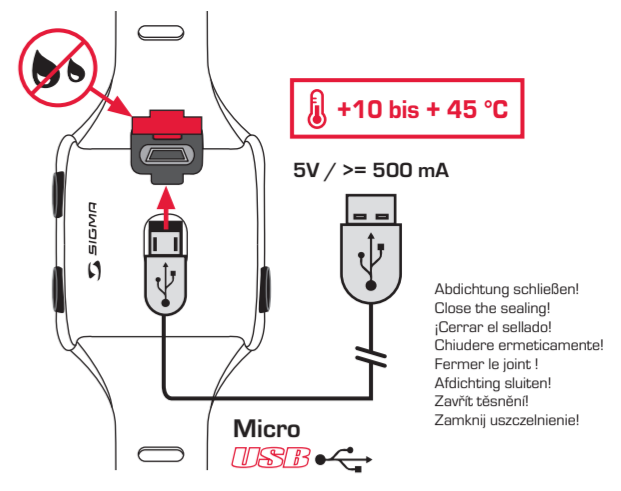
OPERATING VIDEO
INSTALLATION VIDEO
www.sigma-qr.com

264600/1



START
Engabe bestätigen
Confirm selection
Confirmar la introducción
Confermare l'immissione
Confirmer la saisie
Invoer bevestigen
Potvrzení zadání
Potwierdzenie wprowadzonych danych

-/+
Durch das Menü navigieren, Werte einstellen
Menu navigation
Navegar por el menú, configurar valores
Navigazione del menu, impostare i valori
Naviguer dans les menus, régler des valeurs
Navigeren door het menu, waarden instellen
Navigacja w menu, nastawienie hodnot
Nawigacja za pomocą menu, ustawienie wartości



Inbetriebnahme / Initial wake-up /
Puesta en funcionamiento /
Messa in funzione / Mise en service /
Inbedrijfstelling / Uvedení do provozu /
Uruchomienie

Hauptmenü / Main menu / Menü principal / Menu principale / Menu principal / Hoofdmenu / Hlavní menu / Menu główne

Activity Tracker / Activity Tracker / Detector de actividad / Activity Tracker / Traceurs d'activité / Activiteits-tracker / Záznam aktiviti / Monitor aktywności

Für 5s gedrückt halten
Press for 5s
Mantener presionada durante 5 s
Tenere premuto per 5s
Maintenir enfoncé pendant 5 sec.
Gedurende 5 s ingedrukt houden
Próciżnąć stiskniętą pod dobu 5 s
Naciśnij i przytrzymaj przez 5 s

Training
Entrenamiento
Allenamento
Entraînement
Training
Tréning
Trening

Statistic
Estadística
Statistica
Statistiques
Statistiek
Statistika
Statystyka

Settings
Configuraciones
Impostazioni
Réglages
Instellingen
Nastavení
Ustawienia

Zurück
Back
Atrás
Indietro
Retour
Terug
Zpět
Wstecz

Tagesziel
Daily goal
Meta diaria
Obiettivo del giorno
Objectif quotidien
Dagdoel
Denní cíl
Cel dzienny

Nächster Pokal
Next trophy
Trofeo próximo
Coppa successiva
Trophée suivant
Volgende beker
Dalszy puchar
Następny puchar

Schritte
Steps
Pasos
Passi
Pas
Stappen
Kroky
Kroki

Kilokalorien
Kilocalories
Kilocalorías
Kilocalories
Chilocalories
Calories
kilo-calorieën
kcal
Kilokalorie

Distanz
Distance
Distancia
Distancia
Distance
Afstand
Vzdálenost
Dystans

Aktuelle Herzfrequenz
Current Heart Rate
Frecuencia cardíaca actual
Frecuencia cardíaca actual
Fréquence cardiaque actuelle
Actuele hartslag
Aktualni tepová frekvence
Bieżąca tętno

Einstellungen / Settings / Configuraciones / Impostazioni / Réglages / Instellingen / Nastavení / Ustawienia

Sprache
Language
Idioma
Lingua
Langue
Taal
Jazyk
Język

Geschwindigkeit
Speed
Velocidad
Velocità
Vitesse
Snelheid
Rychlost
Prędkość

Datum
Date
Fecha
Data
Date
Datum
Datum
Data

Uhrzeit
Clock
Hora
Ora
Heure
Tijd
Cas
Godzina

Geschlecht
Gender
Sexo
Sexe
Sexe
Geslacht
Pohlaví
Płeć

Geburtsdatum
Birthday
Fecha de nacimiento
Data de nascita
Date de naissance
Geboortedatum
Den narození
Data urodzenia

Gewicht
Weight
Peso
Peso
Poids
Gewicht
Hmotnost
Masa

Maximale Herzfrequenz
Maximum Heart Rate
Frecuencia cardíaca máxima
Frecuencia cardíaca massima
Fréquence cardiaque maximale
Max. hartslag
Maximální tepová frekvence
Maksymalne tętno

Sperre
Key Lock
Bloqueo
Blocco
Verrouillage
Blokering
Blokování
Blokada

Activity Tracker
Activity Tracker
Detector de actividad
Activity Tracker
Traceurs d'activité
Activiteits-tracker
Záznam aktiviti
Monitor aktywności

Werkzeinstellung
Factory Reset
Configuraciones de fábrica
Impostazioni di fabbrica
Paramètres d'usine
Fabrieksinstelling
Tovární nastavení
Ustawienie fabryczne

Zurück
Back
Atrás
Indietro
Retour
Terug
Zpět
Wstecz

Trainieren / Train / Entrenar / Allenarsi / Entraînement / Trainen / Trénování / Training

Hauptmenü öffnen
Enter main menu
Entrar al menú principal
Entrare nel menu principale
Accéder au menu principal
Hoofdmenu ingaan
Vstup do hlavního menu
Przejdź do menu głównego

Trainingsmenü öffnen
Enter trainings menu
Entrar al menú de entrenamiento
Entrare nel menu di allenamento
Accéder au menu d'entraînement
Trainingsmenu ingaan
Vstup do tréninkového menu
Przejdź do menu treningu

Zone wählen
Choose zone
Seleccionar zona
Selezionare la zona
Sélectionner une zone
Zone selecteren
Výběr zóny
Wybierz strefę

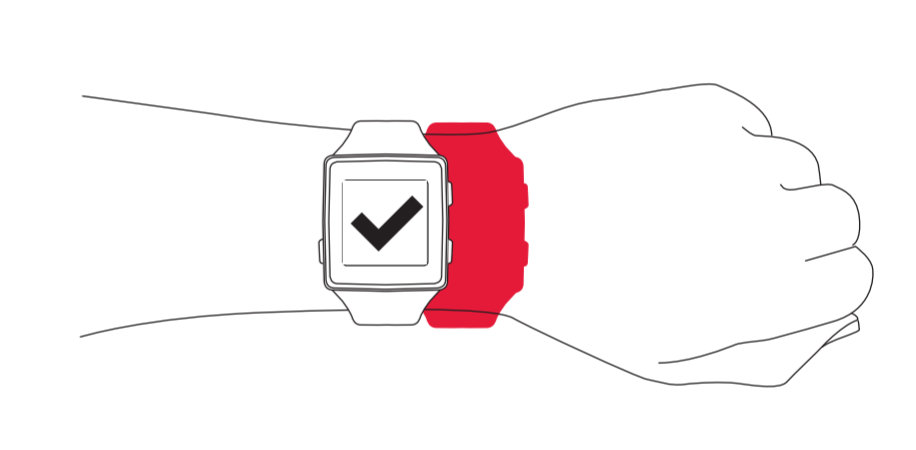
Zone bestätigen
Confirm zone
Confirmar zona
Confermare la zona
Confirmer une zone
Zone bevestigen
Potvrzení zóny
Potwierdź strefę

Training ist gestoppt
Training stopped
El entrenamiento está parado
L'allenamento è interrotto
L'entraînement est arrêté
Training is gestoppt
Tréning je zastaven
Trening został zatrzymany

Training läuft
Training started
El entrenamiento está activo
L'allenamento è in corso
L'entraînement est en cours
Training loopt
Tréning probíhá
Trening w toku

START-Taste zum Beenden gedrückt halten
Hold START button for reset
Tenere premuta la pulsante START per terminare
Maintenir la touche START enfoncée pour quitter
Startknop ingedrukt houden om af te sluiten
Pro ukončení přidržit tlačítko START stisknuté
Naciśnij i przytrzymaj przycisk START, żeby zakończyć

Pulsmessung am Handgelenk / Wrist-Based Heart Rate / Medición del pulso en la muñeca /
Misurazione frequenza cardiaca sul polso / Mesure de la fréquence cardiaque au poignet /
Hartslagmeting op pols / Měření tepu na zápěstí / Pomiar tętna na nadgarstku



Training stoppen und starten / Stop and start training / Iniciar y parar el entrenamiento /
Interrompere e avviare l'allenamento / Début et fin de l'entraînement / Training stoppen en starten /
Zastavení a spuštění tréninku / Zatrzymanie i rozpoczęcie treningu

Statistik / Statistics / Estadística / Statistiche / Statistiques / Statistiek / Statistika / Statystyka

Training gestoppt (schwarze Anzeige)
Training stopped (black display)
Entrenamiento parado (pantalla negra)
Allenamento interrotto (visualizzazione in nero)
Entraînement arrêté (affichage noir)
Training gestoppt (zwarte indicatie)
Tréning zastaven (černé zobrazení)
Trening zatrzymany (czarne wskazanie)

Training gestartet (weiße Anzeige)
Training started (white display)
Entrenamiento iniciado (pantalla blanca)
Allenamento avviato (visualizzazione in bianco)
Entraînement démarré (affichage blanc)
Training gestart (witte indicatie)
Tréning spuštěn (bílé zobrazení)
Trening rozpoczęty (białe wskazanie)

Trainingswerte wechseln
Change training value
Cambiar los valores del entrenamiento
Selezionare i valori di allenamento
Changer les valeurs d'entraînement
Trainingswaarden wisselen
Změna tréninkových hodnot
Zmieni wartości treningowe

Monate wechseln
Change month
Cambiar los meses
Selezionare i mesi
Changer de mois
Maanden wisselen
Změna měsíce
Zmieni miesiące

Nicht zu eng!
Not too tight!
¡No demasiado estrecho!
Non troppo stretto!
Bien ajusté!
Goed aansluitend!
Musli dobre doléhat!
Dobrze przylega

Gut anliegend
Fitting fine
Bien ajustado
Ben aderente
Bien ajusté!
Goed aansluitend!
Musli dobre doléhat!
Dobrze przylega

Nicht zu locker!
Not too loose!
¡No demasiado flojo!
Non troppo lento!
Pas trop lâche!
Niet te los!
Nie příliš volně!
Nie za luźno!

Trainingsansicht / Training view / Vista de entrenamientos / Vista allenamento / Aperçu des entraînements / Trainingsweergave / Náhled tréninku / Widok treningu

Alternative Doppel-TAP-Funktion / Alternative double-tap-function / Función TAP doble alternativa /
Funzione doppio TAP alternativa / Fonction « double tapotement » alternative / Alternatieve dubbele TIK-functie /
Alternativní funkce dvojitého poklepání / Alternatywna funkcja podwójnego stuknięcia

Mit Zielzone
With target zone
Con zona meta
Con zona target
Avec zone cible
Met doelzone
S cilovú zónou
Ze strefą docelową

Ohne Zielzone
Without target zone
Sin zona meta
Senza zona target
Sans zone cible
Zonder doelzone
Bez cilové zóny
Bez strefy docelowej

Kalorien
Calories
Calorías
Calorie
Calories
Calorieën
Kalorie
Kalorie

Ø Herzfrequenz
Avg. Heart rate
Frecuencia cardíaca media
Frecuencia cardíaca media
Fréquence cardiaque Ø
Gem. hartslag
Ø tepová frekvence
Sr. tętno

Distanz
Distance
Distancia
Distancia
Distance
Afstand
Vzdálenost
Dystans

Geschwindigkeit
Speed
Velocidad
Velocità
Vitesse
Snelheid
Rychlost
Prędkość

Uhrzeit
Clock
Hora
Ora
Heure
Tijd
Cas
Godzina

Durch leichten Doppel-TAP auf das Glas wird der nächste Trainingswert angezeigt.
Show the next training value by double-tapping slightly on the glass.
Con un leggero TAP DOBLE en el cristal se muestra el valor de entrenamiento siguiente.
Con un leggero doppio TAP sul vetro viene visualizzato il valore di allenamento successivo.
Deux tapotements légers sur la vitre permettent d'afficher l'unité d'entraînement suivante.
Door zacht tweemaal op het glas te tikken, wordt de volgende trainingwaarde weergegeven.
Dvojím poklepáním na sklo se zobrazí další tréninková hodnota.
Lekkie podwójne stuknięcia w ekran wywiedzą następną wartość treningową.

Zonenindikator / Zone indicator / Indicador de zona / Indicatore delle zone / Indicateur de zones / Zone-indicatie / Indikátor zón /
Wskaźnik strefy

Trainingsindikator / Training indicator / Indicador de entrenamiento / Indicatore di allenamento / Indicateur d'entraînement / Trainingsindicator /
Tréninkový indikátor /
Wskaźnik treningu

Hintergrundbeleuchtung / Backlight /
Retrouiluminación / Retroilluminazione /
Rétro-éclairage / Achtergrondverlichting /
Podsvícení / Podświetlenie wyświetlacza

Deutlich unterhalb
Significantly lower
Claramente por debajo
Ben al di sotto
Nettement en dessous
Duidelijk er onder
Wyraźnie poniżej

Knapp unterhalb
Just below
Justo por debajo
Appena al di sotto
Un peu en dessous
Tésné pod zónou
Niewiele poniżej

Innerhalb
Within
Dentro de
All'interno
Dans
Binnen
V zóně
W obrębie

Knapp oberhalb
Just above
Justo por encima
Appena al di sopra
Un peu au-dessus
Tésné nad zónou
Niewco powyżej

Deutlich oberhalb
Significantly above
Claramente por encima
Ben al di sopra
Nettement au-dessus
Duidelijk er boven
Wyraźnie powyżej

Stressabbau, Erholung
Stress reduction, recovery
Reducción del estrés, recuperación
Riduzione dello stress, recupero
Diminution du stress, récupération
Stress-afbouw, ontspanning
Relaxace, zotavení
Redukcja stresu, odpoczynek

Grundlagenausdauer verbessern, Fettsverbrennung
Improve basic endurance, burn fat
Mejorar la resistencia de base, quemar de grasas
Migliorare la resistenza di base, smaltimento dei grassi
Amélioration de l'endurance fondamentale, combustion des graisses
Basisconditie verbeteren, vetverbranding
Zlepšení základní vytrvalosti, spalování tuků
Poprawa wytrzymałości podstawowej, spalanie tkanki tłuszczowej

Aerobe Fitness verbessern
Improve aerobic fitness
Mejorar la condición aeróbica
Migliorare il fitness aerobico
Amélioration de l'aérobic
Aérobic fitheid verbeteren
Zlepšení aerobní kondice
Poprawa wydolności aerobowej

Maximale Leistung verbessern
Improve maximal performance
Mejorar el rendimiento máximo
Migliorare la prestazione massima
Amélioration de la puissance maximale
Maximaal vermogen verbeteren
Zlepšení maximální výkon
Poprawa maksymalnej wydajności

Schnelligkeit verbessern
Improve speed
Mejorar la velocidad
Migliorare la velocità
Amélioration de la vitesse
Snelheid verbeteren
Zlepšení rychlosti
Poprawa szybkości

