

HEART RATE MONITOR SIGMA

GUIDA DI AVVIAMENTO RAPIDO

HEART RATE

Transmission Frequency: 5.4 kHz
Transmission Power: < 11.37 dBm

PC 15.11

ITALIANO DEUTSCH ESPAÑOL
ENGLISH ENGLISH
FRANÇAIS FRANÇAIS
ITALIANO ITALIANO
POLSKI POLSKO
ČESKY ČESKY

MORE INFORMATION: WWW.SIGMA-GR.COM

1 Attivazione PC 15.11

Prima di poter utilizzare il vostro nuovo PC 15.11 è necessario attivarlo. Per questa operazione premere START/STOP tenendo il tasto premuto per 5 secondi.

2 Avviare il PC 15.11

Per richiamare il PC 15.11 dalla modalità di standby premere qualsiasi tasto e tenerlo premuto per 2 secondi.

Il PC 15.11 è quindi ora nella modalità allenamento. Appena compare il battito il nome della funzione viene visualizzato capovolto.

Per avviare l'allenamento, premere il tasto Start/ Stop il nome della funzione appare ora normale.

3 Panoramica Display

Riga superiore: Qui potete vedere accanto all'icona della frequenza cardiaca le vostre pulsazioni correnti. Inoltre una freccia indica se vi trovate sopra o sotto la vostra zona di frequenza cardiaca impostata.

Riga centrale: Qui, viene indicato il tempo di allenamento, così come il numero di giri.

Riga inferiore: Nella linea di fondo vengono visualizzati il nome della funzione e i valori della funzione. Per modificarli, premere Toggle + o Toggle -.

HEART RATE MONITOR SIGMA

INSTRUCCIONES DE INICIO RÁPIDO

HEART RATE

Transmission Frequency: 5.4 kHz
Transmission Power: < 11.37 dBm

PC 15.11

ESPAÑOL DEUTSCH ESPAÑOL
ENGLISH ENGLISH
FRANÇAIS FRANÇAIS
ITALIANO ITALIANO
POLSKI POLSKO
ČESKY ČESKY

MORE INFORMATION: WWW.SIGMA-GR.COM

1 Activar PC 15.11

Antes de poder utilizar su nuevo PC 15.11 debe activarlo. Para esto presione la tecla de INICIO/PARADA y manténgala presionada durante 5 segundos.

2 Iniciar el PC 15.11

Para despertar el PC 15.11 del modo de espera presione cualquier tecla y manténgala presionada durante 2 segundos.

Su PC 15.11 ahora se encuentra en el modo de entrenamiento. Tan pronto como aparezca la frecuencia cardiaca se muestra el nombre de la función invertida.

Para iniciar el entrenamiento presione la tecla Inicio/Parada. Ahora se muestra el nombre de la función de manera normal.

3 Resumen de pantalla

Región superior: Aquí puede leer su frecuencia cardiaca actual al lado del símbolo de frecuencia cardiaca. Además con la flecha se le indicará si se encuentra por encima o por debajo de su zona de frecuencia cardiaca ajustada.

Región media: Aquí se muestra el tiempo de entrenamiento y la cantidad de vueltas.

Región inferior: En el renglón inferior se muestran los nombres de las funciones y los valores de las funciones. Para cambiar éstas presione Toggle + o Toggle -.

4 Assegnazione dei tasti

Il cardiofrequenzimetro si utilizza da una parte con una pressione breve del tasto dall'altra con una pressione prolungata (tenere premuto per 2 secondi).

Lap:

- Breve pressione del tasto:** Nella modalità training: Prende i tempi giro. Nella modalità di visualizzazione LapView: Stoglia indietro i giri. Nella modalità regolazione: Nessuna funzione.
- Pressione prolungata del tasto:** Nella modalità training: Apre LapView. Nella modalità di visualizzazione LapView: Chiude LapView. Nella modalità regolazione: Nessuna funzione.

Start/ Stop:

- Breve pressione del tasto:** Nella modalità training: Avvio e arresto del training. Nella modalità di visualizzazione LapView: Stoglia i giri. Nella modalità regolazione: Sceglie e conferma.
- Pressione prolungata del tasto:** Nella modalità training: Azzerà i dati del training. Nella modalità di visualizzazione LapView: Nessuna funzione. Nella modalità regolazione: Nessuna funzione.

Toggle:

- Breve pressione del tasto:** Nella modalità training: Stoglia la funzione indietro. Nella modalità di visualizzazione LapView: Stoglia indietro i valori di ogni giro. Nella modalità regolazione: Riduce il valore.
- Pressione prolungata del tasto:** Nella modalità training: Chiude la modalità training. Nella modalità di visualizzazione LapView: Nessuna funzione. Nella modalità regolazione: Riduce i valori rapidamente.

4 Funciones de las teclas

su monitor de ritmo cardiaco se opera tanto con una presión corta de teclas y con una presión larga de teclas (manteniendo presionado durante 2 segundos).

Lap:

- Pulsación corta:** En el modo de entrenamiento: Hacer entretiempos. En el modo de vista de vueltas: Hojear las vueltas hacia atrás. En el modo de ajuste: Sin función.
- Pulsación larga:** En el modo de entrenamiento: Abrir vista de vueltas. En el modo de vista de vueltas: Cerrar vista de vueltas. En el modo de ajuste: Sin función.

Start/ Stop:

- Pulsación corta:** En el modo de entrenamiento: Inicio y parada del entrenamiento. En el modo de vista de vueltas: Hojear las vueltas hacia adelante. En el modo de ajuste: Seleccionar y confirmar.
- Pulsación larga:** En el modo de entrenamiento: Reniciar los datos de entrenamiento. En el modo de vista de vueltas: Sin función. En el modo de ajuste: Sin función.

Toggle:

- Pulsación corta:** En el modo de entrenamiento: Hojear las funciones hacia adelante. En el modo de vista de vueltas: Hojear los valores por vuelta hacia adelante. En el modo de ajuste: Aumentar valores rápidamente/ Aumentar valores.
- Pulsación larga:** En el modo de entrenamiento: Abrir modo de ajuste. En el modo de vista de vueltas: Sin función. En el modo de ajuste: Cerrar el modo de ajuste/ Reducir valores.

5 Struttura di menu del PC 15.11

La dichiarazione CE è disponibile all'indirizzo: ce.sigasport.com/pc1511

| Modo standby | Modalità LapView | Modalità allenamento | Modalità regolazione |
|---------------------------------|---|--|---|
| Ora e data vengono visualizzate | Numero di giri Tempo giri Tempo dalla partenza FC media FC mass. Tempo nella zona Calorie | FC (act./B/mass.) Tempo nella zona (con % FCmax.) Tempo di allenamento in Zona training Cronometro Tempi intermedi Calorie Ora del giorno Barra di zona | Lingua Data Ora del giorno Sesso Data di nascita Peso FC mass. Zona training Tempo complessivo Calorie complessive Contrasto Toni dei tasti Allarme di zona |

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

Le batterie non devono essere trattate come rifiuti domestici (legge europea sulle batterie). Si prega di consegnare le batterie in un punto di raccolta designato per lo smaltimento.

5 Árbol de menú del PC 15.11

Puede encontrar la declaración de conformidad CE en: ce.sigasport.com/pc1511

| Modo de espera | Modo de vista de vueltas | Modo de entrenamiento | Modo de ajuste |
|-------------------------------|---|--|---|
| Se muestra la hora y la fecha | Cantidad de vueltas Tiempo de vueltas Tiempo desde el inicio FC media FC máx. Tiempo en zona Calorias | FC (act./B/máx.) Cantidad de vueltas Cronometro Entretiempos Calorias Hora Calorias Barras de zonas | Idioma Fecha Hora Sexo Fecha de nacimiento Peso FC máx. Zona de entrenamiento Tiempo total Calorías totales Contraste Tonos de teclas Alarma de zonas |

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

Las baterías no se deben desechar en la basura doméstica (Ley de baterías). Por favor entregue las baterías en un lugar de recogida mencionado para su posterior eliminación.

6 Altre informazioni

Le istruzioni dettagliate ed altre informazioni importanti sono reperibili su CD fornito in allegato o www.sigasport.com.

6 Otras informaciones

En el mini CD que se adjunta encontrará las instrucciones de uso y demás informaciones importantes como así también en www.sigasport.com.

4 Toetsentoeijzing

Uw hartslagmeter bedient u soms met een korte druk op de knop, soms door de knop langer (2 seconden) ingedrukt te houden.

Lap:

- Kort indrukken:** In trainingsmodus: Tussertijden opnemen. In LapView-modus: Terugbladeren van de ronden. In instelmodus: Geen functie.
- Langer indrukken:** In trainingsmodus: LapView openen. In LapView-modus: LapView sluiten. In instelmodus: Geen functie.

Start/ Stop:

- Kort indrukken:** In trainingsmodus: De training starten en stoppen. In LapView-modus: Voortbladeren van de ronden. In instelmodus: Selecteren en Opslaan.
- Langer indrukken:** In trainingsmodus: Trainingsgegevens terugstellen. In LapView-modus: Zelfverl. van de ronden. In instelmodus: Geen functie.

Toggle:

- Kort indrukken:** In trainingsmodus: Terugbladeren van de functie. In LapView-modus: Terugbladeren van de waarden per ronde. In instelmodus: Waarde verlagen.
- Langer indrukken:** In trainingsmodus: Trainingsmodus sluiten. In LapView-modus: Geen functie. In instelmodus: Waarde snel verhogen/Instelmodus sluiten.

4 Obsazení tlačítek

Svíj pulzometr ovládáte jednak krátkým stisknutím, jednak dlouhým stisknutím tlačítka (2 sekundy přidržití).

Lap:

- Krátké stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: snímání mezčasí. V režimu LapView: listování vpřed v kolech. V režimu nastavení: žádná funkce.
- Dlouhé stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: otevření LapView. V režimu LapView: zavření LapView. V režimu nastavení: žádná funkce.

Start/Stop:

- Krátké stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: spuštění a zastavení tréninku. V režimu LapView: zobrazení vprůd v kolech. V režimu nastavení: výběr a potvrzení.
- Dlouhé stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: resetování tréninkových údajů. V režimu LapView: žádná funkce. V režimu nastavení: žádná funkce.

Toggle:

- Krátké stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: listování zpět ve funkci. V režimu LapView: listování vprůd v hodnotách podle kol. V režimu nastavení: zvýšení hodnoty.
- Dlouhé stisknutí tlačítka:** V tréninkovém režimu: otevření režimu nastavení. V režimu LapView: listování vprůd v hodnotách podle kol. V režimu nastavení: rychlé zvýšení hodnot/zavření režimu nastavení.

5 De menustructuur van de PC 15.11

U kunt de CE-certificering vinden op: ce.sigasport.com/pc1511

| Slaapmodus | LapView-modus | Trainingsmodus | Instelmodus |
|----------------------------------|---|--|---|
| Tijd en datum worden weergegeven | Aantal ronden Rondetijd Tijd sinds start Gem. HF Max. HF Tijd in zone Calorieën | Hartslag (huid./B/máx.) Aantal ronden Stopwatch Tussentijden Calorieën Kloktijd Zonebalken | Taal Datum Kloktijd Geslacht Geboortedatum Gewicht HF max. Trainingszone Totaaltijd Totaal calorieën Contrast Toetsgeluiden Zonaalarm |

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

Batterie mogen niet bij het huishoudelijk afval (Europese richtlijn batterijen) of bij een daarvoor bestemde inzamelingsplaats.

5 Strom menu PC 15.11

ES prohlašuje najdeja na adrese: ce.sigasport.com/pc1511

| Clavový režim | Režim LapView | Tréninkový režim | Režim nastavení |
|------------------------|---|--|--|
| Zobrazí se čas a datum | Počet kol Čas okruhu Čas od startu Prům. TF Max. TF Doba v zóně Kalorie | Tempová frekvence (akt./B/máx.) Počet kol Stopy Mezčasy Kalorie Čas Ukazatel zón | Jazyk Tréninková zóna Datum Celková doba Čas Celkové kalorie Pohlaví Den narození Hmotnost Alarm zón Max. TF |

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

Baterie se nesmí likvidovat v domovním odpadu (zákon o bateriích). Odevzdávejte prosím baterie na příslušném sběrném místě k likvidaci odpadu.

6 Weitere informatie

De uitvoering gebruiksaanwijzing en andere belangrijke informatie vindt u op de meegeleverde mini-cd of op www.sigasport.com.

6 Další informace

Podrobný návod k obsluze stejně tak jako i další důležité informace najdete na přiloženém mini CD nebo na internetové adrese www.sigasport.com.