

Lees voor gebruik eerst deze verkorte handleiding om uzelf de basisprincipes van deze hartslagmeter eigen te maken.

\* De aanvangsinstellingen kunnen later veranderd worden ( zie de gebruikershandleiding)

**Deze handleiding beschrijft de volgende procedures:**

## 1 Installatie van de onderdelen

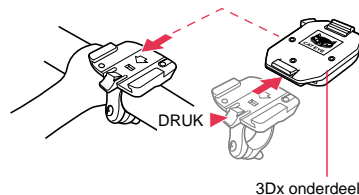
\* Als u al een Cat Eye model CC-CD100 fietscomputer hebt, dan kunt u dezelfde bracket en sensor gebruiken; u hoeft dan geen onderdelen te installeren. Bevestig alleen het 3Dx onderdeel op uw bracket.

## 2 Bevestiging van de hartslagmeter en borstband

## 3 Instellen van de hartslagmeter

## 4 Andere belangrijke opties

Meer details omtrent instelling en werking leest u in de gebruikershandleiding.



**CAT EYE CO., LTD.**

2-8-25, Kuwazu, Hihashi Sumiyoshi-ku, Osaka 546-0041 Japan  
TEL: 81-6-6719-7781 FAX: 81-6-6719-2362  
Attn.: CAT EYE Customer Service Section

# 1

## Installatie van de onderdelen

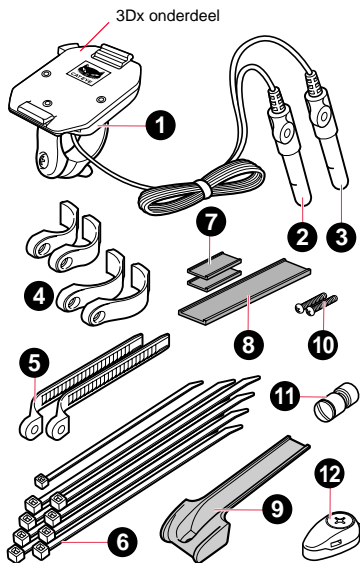
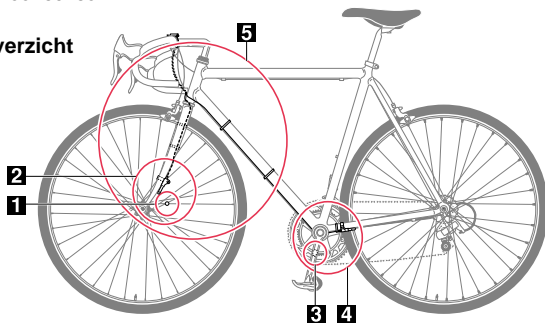
**Let goed op de positie van de sensoren en magneten.**

Namen van de onderdelen

Controleer of de volgende onderdelen in de verpakking aanwezig zijn:

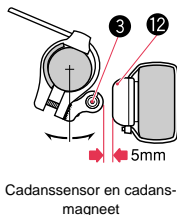
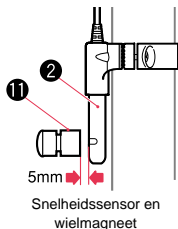
- ❶ bracket (inclusief 3Dx onderdeel)
- ❷ snelheidssensor (korte draad)
- ❸ cadanssensor (lange draad)
- ❹ sensorband A (L/S)
- ❺ sensorband B
- ❻ nylon tie raps
- ❼ rubberen reepjes voor sensor
- ❽ rubberen reepjes voor bracket met houder
- ❾ schroef
- ❿ wielmagneet
- ⓫ cadansmagneet

overzicht



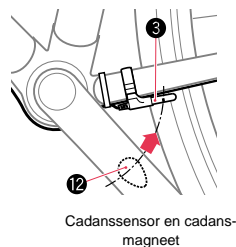
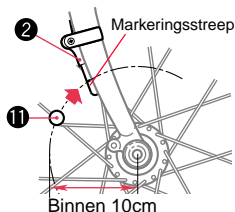
### Belangrijk

**A** De ruimte tussen de sensor ❷❸ en de wielmagneet ❿❿ moet ongeveer 5 mm zijn.



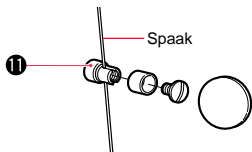
**B** Stel het midden van de magneet ❿❿ en de lijn van de sensor op één lijn terwijl u het wiel laat draaien.

**Waarschuwing:** Bevestig de sensor en magneet binnen 10 cm van de wielas.

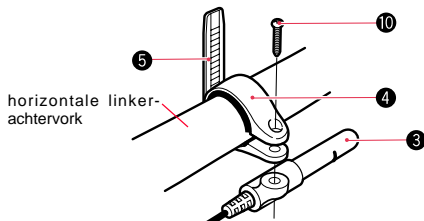


# magneet & snelheidssensor

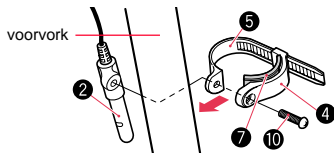
- 1** Gebruik een munstuk om de magneet **11** tijdelijk op een spaak aan de rechterkant van het voorwiel te bevestigen.  
**Waarschuwing:** Bevestig de sensor en magneet binnen 10 cm van de wielas.



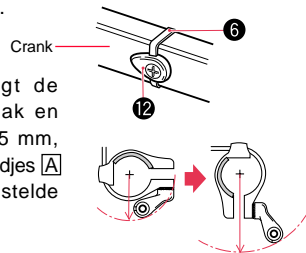
- 3** Bevestig de cadanssensor **3** niet al te vast aan de horizontale linkerachtervork.



- 2** Bevestig de snelheidssensor **2** niet al te vast aan de rechtervoorvork. Stel de sensor **2** en magneet **11** in zoals beschreven onder **A** en **B** op pagina 2. Zet na het afstellen de schroef **10** en magneet **11** goed vast.



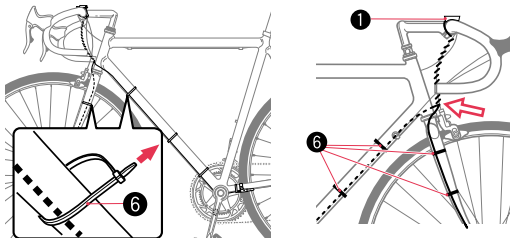
- 4** Bevestig de cadansmagneet **12** aan de crank. Stel de positie van de sensor en de magneet in zoals beschreven onder **A** en **B** op pagina 2. Zet na het afstellen de cadansmagneet **12** vast met de tape en de nylon bevestigingsstrip **6**.



**Controle:** Bedraagt de afstand tussen spaak en voorvork meer dan 5 mm, bevestig de sensorbandjes **A** en **B** dan in tegengestelde richting.

# snoer

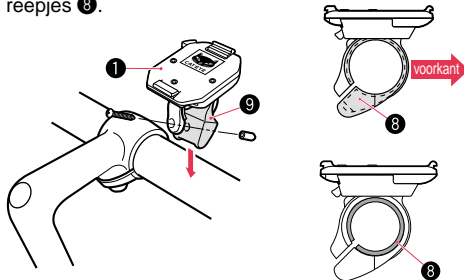
- 5** Zet de draad vast langs het frame met behulp van de nylon bevestigingsstrips **6** en wind hem rond de remkabel tot aan het stuur.  
**Waarschuwing:** Geef de draad voldoende speelruimte in het met  $\leftarrow$  aangegeven gebied.



# bracket

Bevestig de rubberen bracketbandjes met houder **8** op het bracket en bevestig deze weer op het stuur.

**Controle:** Past dit niet goed, gebruik dan de rubberen reepjes **8**.

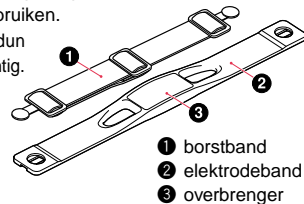


# Borstband hartslagsensor

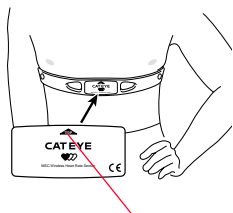
Voordat u de borstband met hartslagsensor draagt

**WAARSCHUWING!!!!** Gebruik deze hartslag sensor nooit als u een pacemaker hebt.

**LET OP:** Zorg dat de hartslag sensor in het midden van uw borst zit. De band met de elektrode moet contact maken met uw huid. Als u de borstband met hartslagsensor draagt, dient het pijltje op de signaaloverbrenger naar boven te wijzen. Wijst het pijltje naar beneden, dan wordt de overbrengafstand van het signaal korter. Voor het beste resultaat dient u voor het dragen de elektrode en omgeving vochtig te maken of speciale crème voor elektrografische delen te gebruiken. Als huidirritatie optreedt, kunt u de band met hartslag sensor ook over dun ondergoed dragen; maak in dat geval altijd de elektroden en omgeving vochtig. Borsthaar kan de nauwkeurigheid van de metingen beïnvloeden.



Hoe draagt u de borstband met hartslagsensor?



pijltje naar boven

1. Bepaal de juiste maat van de band door deze onder uw borst aan te sluiten.

**Let op:** Controleer goed of de band vast en prettig zit.

Zit de borstband te strak, dan krijgt u pijn tijdens het sporten.

2. Klik de band aan de voorkant van uw borst vast. De elektroden dienen nu strak tegen uw huid te zitten.

**Control:** Draagt u de band over ondergoed heen, maak dan voor het beste resultaat de elektroden en omgeving vochtig. Ook als u in de winter een droge huid heeft, voorkomt het vochtig maken van de elektroden en omgeving fouten in de hartslagmeting.

3. Zorg dat de overbrenger in het midden van uw borst (onder het borstbeen) zit. Draag de borstband met hartslagsensor op de juiste wijze (met het pijltje op de signaaloverbrenger naar boven wijzend).

## computer

### Bevestiging:

1. Haak eerst de bovenkant en druk daarna de onderkant van de computer in de houder terwijl u het hendeltje ingedrukt houdt. Laat het hendeltje los en de computer zit vast.

**Let op:** Zorg ervoor dat u het hendeltje altijd ingedrukt houdt als u de computer bevestigt. Druk nooit zomaar de computer in de houder.

2. Wickel de polsband om de stuurpen.

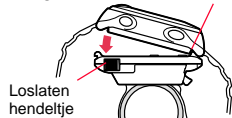
**Let op:** Raak tijdens het rijden het hendeltje niet aan; hierdoor zou de computer namelijk los kunnen raken.

### Verwijderen:

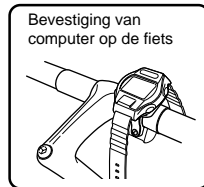
Druk op het hendeltje en wikkel de polsband af om de computer te verwijderen.

DRUKKEN

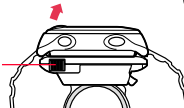
Haak



Loslaten hendeltje

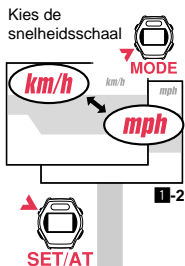
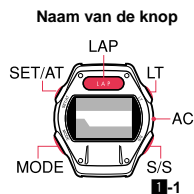


Loslaten hendeltje

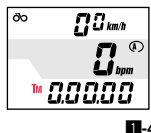
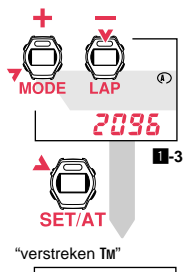


# 3 Instellen van de computer

Voer de wielomtrek van uw wiel in in de computer. Wat de wielomtrek is, ziet u in onderstaande tabel. Kunt u de juiste maat niet vinden, gebruik dan tijdelijk de fictieve maat '2096'.



Instellen van de wielomtrek



tabel met instelwaarden

De maat van de band staat op de zijkant van de band.

Wielomtrek=L	
Bandmaat	mm
24 x 1	1753
24 x 3/4 Tubular	1785
24 x 1-1/8 Tubular	1795
24 x 1-1/4	1905
24 x 1.75	1890
24 x 2.00	1925
24 x 2.125	1965
26 x 1 (559mm)	1913
26 x 1 (650C)	1952
26 x 1.25	1953
26 x 1-1/8 Tubular	1970
26 x 1-3/8	2068
26 x 1-1/2	2100
26 x 1.40	2005
26 x 1.50	1985
26 x 1.75	2023
26 x 1.95	2050
26 x 2.00	2055
26 x 2.10	2068
26 x 2.125	2070
26 x 2.35	2083
27 x 1	2145
27 x 1-1/8	2155
27 x 1-1/4	2161
27 x 1-3/8	2169
650 x 35A	2090
650 x 38A	2125
650 x 38B	2105
700 x 18C	2070
700 x 19C	2090
700 x 20C	2086
700 x 23C	2096
700 x 25C	2105
700 x 28C	2136
700 x 30C	2170
700 x 32C	2155
700C Tubular	2130
700 x 35C	2168
700 x 38C	2180
700 x 44C	2224

## (1) Instellen van de vaste waarden

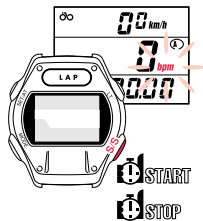
De computer heeft zes knoppen: SET/AT knop, MODE knop, LAP knop, LT knop, S/S knop en AC knop. (1-1) Volg onderstaande instructie voor het instellen van de vaste waarden.

1. Druk op de AC knop. Het gehele scherm licht op en u hoort een piep. Snelheidsschaal 'km/h' licht op. Druk op de MODE knop om te switchen tussen 'km/h' en 'mph' (mijl per uur). (1-2)
2. Druk op de SET/AT knop om de gewenste snelheidsschaal vast te leggen. Nu verschijnt het wielomtreksymbool (A) en het fictieve getal 2096 knippert. (1-3)
3. Voer de wielomtrek in. Druk op de MODE knop om het getal te verhogen; op de LAP knop om het te verlagen. (houd de knop ingedrukt om snel te verhogen/verlagen).

**Let op:** Dit is slechts een tijdelijke instelling van de wielomtrek.

Voor precieze meting dient u de juiste wielomtrekmaat in te voeren. Wilt u de wielomtrek later veranderen, lees dan onder '**Veranderen van de wielomtrek**' op pagina 13 in de gebruikershandleiding.

4. Druk op de SET/AT knop om de wielomtrek vast te leggen. Nu verschijnt 'actuele snelheid 00' bovenin het scherm, 'hartslag ♥' in het midden en 'verstreken tijd TM' onderin. (1-4) De basisinstelling is klaar.



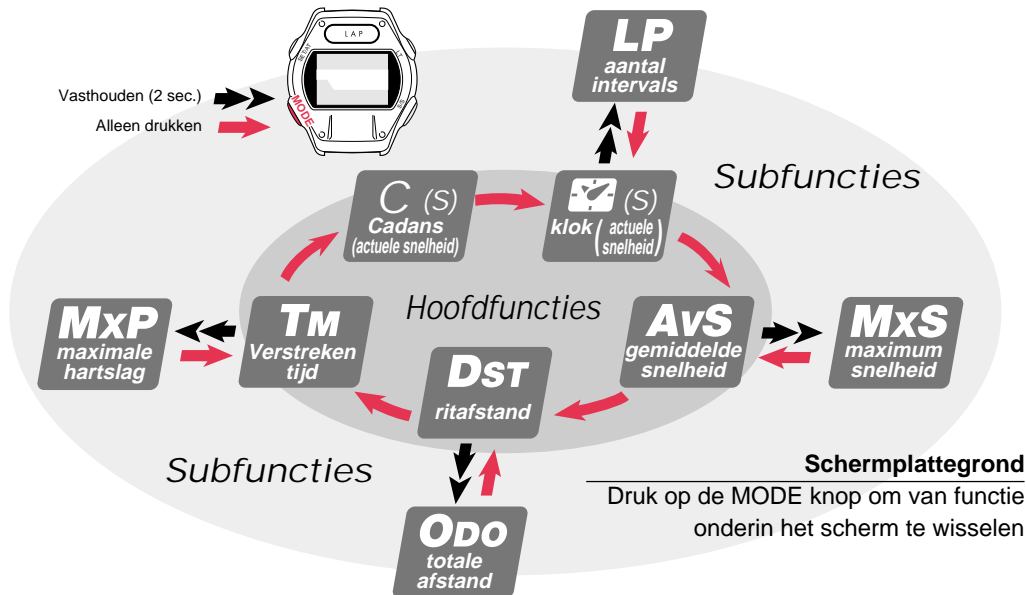
## (2) Basisbediening

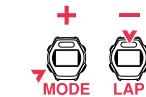
### Start en stop meting

Druk op de S/S-knop en de computer begint de 'verstreken tijd **TM**' te meten. Tegelijkertijd start de meting van 'ritafsafstand **DST**' en 'gemiddelde snelheid **AVS**'. Het symbool voor **bpm** knippert op de middelste regel. Druk nu weer op de S/S-knop en de meting en berekening zal stoppen. 'Actuele snelheid **ODO**', 'Hartslag **♥**', 'Cadans **♣**', 'Totale afstand **ODO**', 'Maximale hartslag **MxP**' en 'Topsnelheid **MxS**' blijven echter gewoon gemeten worden, onafhankelijk van het indrukken van de S/S-knop.

### Switchen tussen functies

Op de bovenste regel ziet u altijd 'Actuele snelheid **ODO**'; in de middelste regel altijd 'Hartslag **♥**'. In de onderste regel staat de geselecteerde functie. Door op de MODE-knop te drukken kunt u switchen tussen de functies die zijn weergegeven in de onderste regel. Zoals hieronder aangegeven, verspringt de onderste regel in **TM** (Verstreken tijd) → **Cadans C** → **Klok** → **AvS** (Gemiddelde snelheid) → **DST** (Ritafstand). Deze 5 functies heten hoofdfuncties, die allemaal weer een subfunctie hebben (alleen Cadans heeft geen subfunctie). Om te switchen van een hoofdfunctie naar de bijbehorende subfunctie houdt u de MODE knop ingedrukt. Om terug te keren naar de hoofdfunctie drukt u de MODE-knop weer in. U kunt niet switchen tussen de verschillende subfuncties.





### (3) Instellen van de tijd

Kiest u voor 'km/h' dan is er een 24-uurs klok; bij 'mph' is dit een 12-uurs klok.

1. Ga na of het bpm (slagen.min.) symbool niet knippert in de middelste regel. Knippert dit wel, druk dan de S/S knop in.
2. Druk op de MODE knop totdat u onderin het scherm het "" symbool ziet verschijnen. (3-1)
3. Druk op de SET/AT knop en de uren knipperen. Druk op de MODE knop en de uren gaan 'lopen'. Elke keer als u de MODE knop indrukt wordt het een uur later. Door de MODE knop ingedrukt te houden versnelt u de telling. (3-2)  
Druk op de S/S knop en de minuten knipperen. Instellen verloopt hetzelfde als bij de uren. (3-3)
4. Druk op de SET/AT knop om de tijd vast te leggen.

### (4) Controleren van de sensoren

#### Snelheidssensor

- Til het voorwiel op, draai het wiel rond en controleer op de computer of het snelheidsymbool oplicht. Blijft de snelheid op 0 staan, dan zijn snelheidssensor en magneet niet juist geïnstalleerd. Bepaal de plaats van sensor en magneet zoals beschreven onder 'bracket/sensor instelling'.

#### Cadanssensor

Druk op de MODE-knop en selecteer Cadans in de onderste regel. Draai de crank in tegengestelde richting en controleer of Cadans begint te tellen.

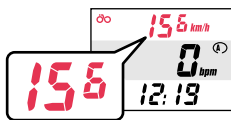
Wanneer de snelheid en de cadans op nul blijven staan zijn de sensor en de magneet niet goed op elkaar afgesteld. Pas de posities aan volgens de aanwijzingen onder en bij "Installatie bracket en sensor", op pagina 2.

#### Hartslagsensor

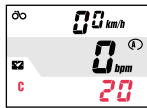
1. Doe de borstband met sensor om.
2. Ga naast uw fiets staan. Als het hartslagsymbool "" niet knippert op het scherm, bepaal dan opnieuw de plaats van de hartslagsensor zoals hiervoor beschreven.

**Maak een proefritje nadat u de sensoren hebt gecontroleerd, en kijk hoe alles werkt.**

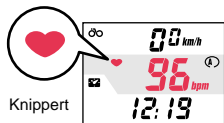
Laat actuele snelheid zien



Laat cadans zien

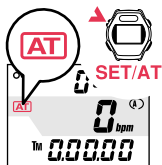


Laat hartslag zien



# 4

## Andere belangrijke functies



De volgende functies en handelingen zijn belangrijk tijdens gebruik van de MSC-3Dx.

### Automatische tijdmeting

Staat deze functie aan, dan verschijnt het "AT" symbool. De computer scant de wielomtrek en start/stopt automatisch met de tijdmeting. Bij fictieve wielomtrekwaarde staat deze functie uit. Als onderin het scherm 'verstreken tijd **TM**', 'gemiddelde snelheid **AVS**' of 'ritafstand **DST**' staat, dan kunt u de tijdmeting functie aan/uit zetten met de SET/AT knop.

**Let op:** Als deze functie aan staat, kunt u de meting niet starten door op een knop te drukken. Daardoor is deze functie alleen te gebruiken tijdens het fietsen. Gebruikt u de computer als hartslagmeter om uw pols, zet dan de automatische tijdmeting uit.



### Bovenste regel wijzigen

De bovenste regel toont standaard altijd de Actuele snelheid. Deze instelling kunt u echter wijzigen in Klok of Cadans, door tegelijkertijd op de SET/AT-knop en de S/S-knop te drukken. Als in de bovenste regel de Klok wordt weergegeven, verschijnt de Actuele snelheid in de onderste regel op dezelfde manier als de andere hoofdfuncties. Als Cadans bovenin komt te staan zal Actuele snelheid evenzo naar beneden verdwijnen.

\* Wanneer Auto functie aan staat hoeft u alleen de S/S-knop in te drukken om in de bovenste regel Actuele snelheid te vervangen door Klok of Cadans.



### Reset functie

Om de gegevens van 'verstreken tijd **TM**', 'gemiddelde snelheid **AVS**', maximum snelheid **MxS**', 'maximale hartslag **MXP**' en 'ritafstand **DST**' te resetten, drukt u tegelijkertijd de S/S knop en de MODE knop in.

### Tempo pijltje

Gebruikt u de computer tijdens het fietsen, dan verschijnt het tempo pijltje aan de rechterkant onderin het scherm. Het tempo symbool in de onderste regel geeft met een pijltje naar boven of naar beneden aan of de actuele snelheid hoger of lager is dan de gemiddelde snelheid. Geen pijltje: de gemiddelde snelheid is 0.

### Energiebesparende functie

Wanneer de computer geen signalen ontvangt, of wanneer er 15 minuten geen knoppen ingedrukt worden, wordt automatisch de stroom uitgeschakeld en staat de computer in de 'slaap'-stand (alleen de klok is zichtbaar op het scherm). Als een snelheidssignaal wordt ontvangen, of als een willekeurige knop (behalve de LT knop) wordt ingedrukt, schakelt de stroom weer in en verschijnt het normale scherm.



### LT knop

Drukt u deze knop in, dan wordt het scherm ongeveer drie seconden verlicht.

De MSC-2Dx heeft nog meer functies, zoals de 'automatisch geheugen functie' en de 'hartslagwaarden functie'. Lees voor meer details de gebruikershandleiding.