

Introductie

Dankuwel voor het kopen van de CAT EYE CC-HR200DW. CC-HR200DW bevat zowel draadloze snelheid als hartslag in één computer.

Deze producten zijn ontworpen om storing van geluid van buitenaf tot een minimum te beperken, wat resulteert in een soepel, constant gebruik.

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig en begrijp de functies.

Belangrijk

- Volg altijd de beschrijvingen op die worden aangegeven met "  Waarschuwing!!!".
- Geen onderdeel van deze gebruiksaanwijzing mag worden herdrukt of doorgegeven aan een derde partij zonder schriftelijke toestemming van Cat Eye.
- De inhoud en illustraties in deze gebruiksaanwijzing zijn onderhevig aan veranderingen zonder mededeling
- Als u vragen heeft over deze gebruiksaanwijzing, neem dan contact op met Cat Eye op www.cateye.com.

Introduktion

Tak fordi du har købt CAT EYE CC-HR200DW. CC-HR200DW tilbyder både trådløs hastighed- og hjerterytmemåler. Disse produkter er designet til at minimere forstyrrelsen fra ekstern støj, hvilket resulterer i en jævn og konstant ydelse.

Læs denne brugervejledning grundigt igennem og forstå funktionerne af denne computer inden du bruger den.

Vigtigt

- Følg altid sektioner der er markeret med "  ADVARSEL!!!".
- Intet fra denne manual må reproducere eller transmitteres uden foregående skriftlig tilladelse fra Cat Eye Co., Ltd.
- Indholdet og illustrationerne i denne manual kan ændres uden varsel.
- Hvis du har nogen spørgsmål eller bekymringer omkring denne manual, kontakt venligst Cat Eye på www.cateye.com

Over de gebruiksaanwijzingen

Basis-installatie en werking

Zie pagina 8 - 19

Kijk hier voor de installatie van de computer op de fiets, en voor de basis-werking van de computer.

Complete beschrijving van de computerfuncties

Zie pagina 20 - 24

Kijk onder deze sectie om te leren hoe de computerfuncties werken.

Het veranderen en leren kennen van de instellingen

Zie pagina 25 - 31

Kijk hier om de instellingen op uw computer te veranderen en te leren kennen.

Het veranderen en leren kennen van de instellingen

- Het afzonderlijk verzamelen van data voor specifieke intervallen tijdens meting Tweede meting (Zie pagina 18.)
- Een afzonderlijke meting maken per ronde of interval Ronde-functie (Zie pagina 24.)
- Train uzelf op het constant houden van de hartslag Hartslag-zone (Zie pagina 23.)

De betekenis van de symbolen in deze gebruiksaanwijzing:

⚠ Waarschuwing!!! Secties die gemarkeerd zijn met deze symbolen zijn zeer belangrijk voor het veilig gebruiken van dit apparaat. Wees er zeker van dat u de instructies opvolgt.

VOORZICHTIG! Belangrijke waarschuwingen over het gebruik van uw HR200DW.

VERWIJZING Handige tips zijn altijd op deze manier aangegeven.

Om vejledningerne

Basal installation og brug

Se side 8 - 19

Gå venligst hertil for at læse om installation af computeren på cyklen og basal brug af computeren.

Komplet beskrivelse af computerens funktioner

Se side 20 - 24

Gå venligst hertil for at lære omkring operation af computeren.

Hvordan man ændrer og personaliserer indstillinger

Se side 25 - 31

Gå venligst hertil for at ændre og personaliserer indstillingerne på din computer.

Hvordan man ændrer og personaliserer indstillinger

- Indsamling af data separat for specifikke intervaller under målingen Sekundær måling (Se side 18.)
- Lave en separat måling pr omgang eller interval Omgangsfunktion (Se side 24.)
- Træn dig selv ved at holde hjerterytmen konstant Hjerterytmezone (Se side 23.)

Betydelsen af ikoner i denne manual:

⚠ Advarsel!!! Sektioner markeret med disse ikoner er kritiske for sikker brug af enheden. Vær sikker på at følge disse instruktioner.

Forsigtig! Vigtige advarende noter omkring brugen og operationen af HR200DW.

Bemærk Nyttige tips er markeret på denne måde.

Inhoudsopgave

Introductie	1	Functies van het hoofdonderdeel	23
Over de gebruiksaanwijzingen	2	Hartslagzone	23
Het correct gebruik van de Cat Eye HR200DW	4	Automatische-stand (auto-start / stop)	23
Namen van de verschillende functies en onderdelen	5	Tempofuncties	23
Schermmweergaves	6	Ronde-functie	24
Installatie van het onderdeel op uw fiets ..	8	Instellen van het hoofdonderdeel	25
Instellen van het hoofdonderdeel	10	Hartslagzone	25 / 26
1. Verwijderen van het isolatiepapier.	10	Auto-stand	25 / 28
2. Formatteren / herstartprocedures	10	Geluid	25 / 28
3. Kiezen van de snelheidseenheid	11	Instellen van de dagtijd ...	25 / 29
4. De bandomtrek lengte invoeren	12	Verdere uitleg over de instellingen van de afstandsbediening-knoppen	25 / 29
5. Werkzaamheidstest	13	Snelheidseenheden	25 / 30
Het gebruiken van de Hartslagfunctie	14	Handmatige invoer van de totaalafstand	25 / 30
Het dragen van de hartslagsensor	14	Invoeren van de bandomtrek lengte	25 / 31
Testen van de hartslagsensor	15	Veranderen van wielselectie	25 / 31
Basis gebruik	16	Hartslagtraining	32
Functie van de hoofdmeting	16	Probleemoplossing	34
Starten /stoppen van de tweede meting	17	Vervangen van de batterij	36
Ronde	17	Hoofdonderdeel	36
Schermmverlichting	17	Snelheidssensor	36
Tweede meting	18	Hartslagsensor	37
Veranderen van de instellingen	19	Onderhoud	37
Energiebesparende stand	19	Reserve onderdelen	38
Wisselen tussen meetschermen / onderdelen van gemeten data	20	Specificaties	39
Scher-1	20	Beperkte Garantie	40
Scher-2	20	Bandomtrek lengte referentie-tabel	40
Scher-3	21		
Ronde-scher-	22		

Indhold

Introduktion	1	Display-3	21
Om vejledningerne	2	Omgangsvisioning	22
Den korrekte brug af Cat Eye HR200DW	4	Hovedenhedens funktioner	23
De forskellige sektioner og deles navne ...	5	Hjerterytmzone	23
Skærmvisninger	6	Auto (auto-start / stop)	23
Installation af enheden på din cykel	8	Pilefunktioner	23
Indstil hovedenheden	10	Omgang funktion	24
1.Træk isoleringsarket ud.	10	Konfiguration af hovedenheden/ ..	25
2. Formatage/re-lance des opérations	10	Hjerterytmzone	25 / 26
3.Valg af måleenhed for hastighed	11	Auto-indstilling	25 / 28
4.Indtastning af dækkets omkreds	12	Lyd	25 / 28
5.Brugstest	13	Indstilling af uret	25 / 29
Brug af hjerterytmefunktionen	14	Angivelse af fjernknappindstillingerne	25 / 29
Bæring af hjerterytmesensoren	14	Hastighedsenhed	25 / 30
Test af hjerterytmesensoren ...	15	Indtast tilbagelagt distance manuelt	25 / 30
Basale operationer	16	Indtastning af dækkens omkreds	25 / 31
Hovedmålingens funktion	16	Skift det valgte hjul	25 / 31
Start /stop hovedmålingen	17	Hjerterytmtræning	32
Omgang	17	Fejlfinding	34
Baggrundslys	17	Udsiftning af batteriet	36
Sekundær måling	18	Hovedenhed	36
Genstart operationen	19	Hastighedssensor	36
Strømbesparende funktion	19	Hjerterytmesensor	37
Skift af målingsvisninger / målte data-emner	20	Vedligeholdelse	37
Display-1	20	Tilbehør	38
Display-2	20	Specifikationer	39
		Garanti	40
		Dækomkreds reference tabel	40

Het correct gebruik van de Cat Eye HR200DW

Lees de volgende instructies zorgvuldig voor veilig gebruik

Waarschuwing!!!

- Gebruikers van pacemakers moeten dit apparaat niet gebruiken.
- Concentreer u niet op de data tijdens het fietsen. Zorg er voor dat u altijd veilig fietst.
- Houdt batterijen uit de buurt van kinderen en gooi ze op de juiste manier weg. Als een kind de batterij doorslikt, waarschuw dan meteen een arts.

VOORZICHTIG!

- Laat het hoofdonderdeel / de draadloze sensor nooit voor lange tijd in direct, warm zonlicht liggen.
- Demonteer nooit het hoofdonderdeel of de sensor.
- Controleer regelmatig de positie van de magneet en de sensor; controleer ook of ze goed vast zitten.
- Gebruik geen thinner of alcoholhoudende stoffen om het apparaat schoon te maken.

Hartslagsensor/snelheidssensor

VERWIJZING

Zowel de hartslagsensor als de snelheidssensor is ontworpen om signalen te ontvangen binnen een gelimiteerde afstand, dit om signaalstoring te voorkomen. Daarnaast kan een grote afstand tussen een sensor en het hoofdonderdeel geen goede ontvangst garanderen. Daarnaast maakt een te korte afstand, 20cm of minder, signalen te sterk voor een goede ontvangst. Wees er zeker van dat de afstanden tussen het hoofdonderdeel en de sensoren binnen de volgende limiet blijven: (Onthoud dat het om een geschat ontvangstbereik gaat.)

Snelheidssensor: 20 - 70 cm

Hartslagsensor: 20 - 80 cm



VOORZICHTIG!

- De volgende voorwerpen en plaatsen veroorzaken een sterke elektromagnetische straling en storing, die voor onjuiste metingen zorgt:
 1. TV, computers, radio's, motors, of als de fiets in een auto of trein is.
 2. Spoorweginfrastructuur en nabijgelegen sporen, televisiezenders en radarbases.
- Plaats niet meer dan één ontvanger binnen 1.5 meter van het hoofdonderdeel. Gebruik het hoofdonderdeel niet met andere draadloze apparaten. Dit kan voor onjuiste metingen zorgen.
- Laat het hoofdonderdeel, de snelheidssensor, de hartslagsensor en de andere onderdelen niet vallen en ga er zorgvuldig mee om. Voorkom hevige schokken.
- Stop met het gebruiken van de riem of het electrodevelletje als dit voor huiduitslag zorgt.
- Zet geen kracht bij het draaien van of duwen tegen de hartslagsensor.
- De hartslagsensor kan van slag raken na veelvuldig gebruik, resulterend in meetfouten. Als meetfouten vaak gaan voorkomen, vervang dan de hartslagsensor voor een nieuwe.

Den korrekte brug af Cat Eye HR200DW

Følg de følgende instruktioner for sikker brug.

Advarsel!!!

- Pace maker brugere burde aldrig anvende denne enhed.
- Koncentrer dig ikke om dataene mens du cykler. Vær sikker på altid at cykle sikkert.
- Efterlad aldrig et batteri indenfor børns rækkevidde, og skil dig korrekt af med det. Hvis et barn sluger batteriet, søg straks lægehjælp.

Forsigtig!

- Undlad at efterlade hovedenheden / den trådløse sensor i direkte varmt sollys i længere perioder.
- Koncentrer dig ikke om dataene mens du cykler. Vær sikker på altid at cykle sikkert.
- Tjek jævnligt magnet og sensors positioner, tjek også om de er monteret ordentligt.
- Anvend ikke fortynder eller alkohol til at rense enheden.

Hjerterytmesensor/hastighedssensor

Bemærk

Både hjerterytmesensoren og hastighedssensoren er designet til at modtage signaler med en begrænset rækkevidde, for at forhindre signalforstyrrelse. For stor overdreven afstand mellem sensoren og hovedenheden medføre utilstrækkelig modtagelse. Mindre end 20 cm afstand gør ligeledes signalet for kraftigt til ordentlig modtagelse. Sikr dig at afstandene imellem hovedenheden og de to sensorer overholder følgende grænser: (Bemærk at modtageafstanden er omtrentlig.)

Hastighedssensor: 20 - 70 cm

Hjerterytmesensor: 20 - 80 cm

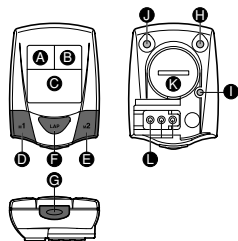
Forsigtig!

- De følgende objekter genererer stærke elektromagnetiske bølger og forstyrrelse, som forårsager ukorrekt måling.
 1. TV, PC, radioer, motorer eller i biler og tog.
 2. Nær jernbaneoverskæringer og spor, nær TV sendestationer og radar baser.
- Placer ikke mere end en sender indenfor 1.5 meter af hovedenheden. Brug ikke hovedenheden sammen med andre trådløse enheder. Hvis du gør kan det resultere i unøjagtig modtagelse.
- Tab ikke enheden og håndtør ikke hovedenheden, hastighedssensoren eller hjerterytmemåleren og andre komponenter skadesløst; beskyt dem mod stærke stød.
- Stop anvendelsen af bælteholderen eller elektrodepuden hvis udslæt viser sig på huden.
- Brug ikke magt til at vrid eller trække i hjerterytmesensoren.
- Hjerterytmesensoren kan forringes efter intensiv brug, hvilket giver udslag i målingsfej. Hvis målingsfej forekommer ofte, erstæt hjerterytmesensoren med en ny.

NL

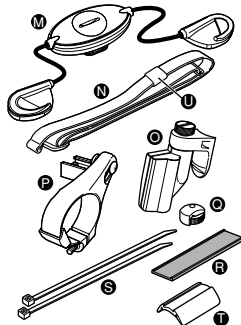
DK

Namen van de verschillende functies en onderdelen



Hoofdonderdeel

- A** Scherm-1
- B** Scherm-2
- C** Scherm-3
- D** Stand-1 knop (MODE-1)
- E** Stand-2 knop (MODE-2)
- F** Ronde knop (LAP)
- G** START / STOP / ENTER knop (START / ENTER)
- H** MENU knop (MENU)
- I** Herstel knop (RESTART)
- J** Licht knop (LIGHT)
- K** Batterijklepje
- L** Afstandsbediening knop (optioneel) plug



Accessoires

- M** Hartslagsensor (Zender)
- N** Riem
- O** Snelheidssensor (Zender)
- P** Clip
- Q** Magneet
- R** Rubberen clip
- S** Nylon verbindstukken (2)
- T** Snelheidssensor rubbertje
- U** Kledingplug

De forskellige sektioner og deles navne

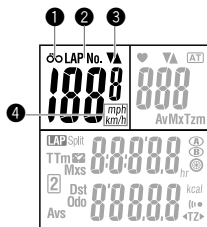
Hovedenhed

- A** Display-1
- B** Display-2
- C** Display-3
- D** Indstilling-1 knap (MODE-1)
- E** Indstilling-2 knap (MODE-2)
- F** Omgang knap (LAP)
- G** START / STOP / ENTER knap (START / ENTER)
- H** MENU knap (MENU)
- I** Genstart knap (RESTART)
- J** Lys knap (LIGHT)
- K** Batteri låg
- L** Referring to L (valgfri) kontakt

Tilbehør

- M** Hjerterytmesensor (Sender)
- N** Bælteholder
- O** Hastighedssensor (Sender)
- P** Holder
- Q** Magneet
- R** Gummimåtte til holder
- S** Nylon fæstnere (2)
- T** Gummimåtte til hastighedssensor
- U** Stofløgke

Scherm-1 (Display-1)



Scherm-1

1 Snelheids-symbool

Knippert synchroom met het snelheidssignaal.

2 Getoonde data-symbool

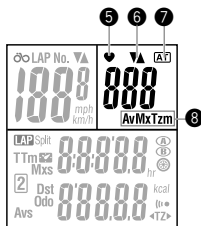
3 Tempo-indicators

De tempo-indicators geven aan of de fietstrip sneller of langzamer is dan de gemiddelde snelheid.

4 Snelheidseenheid

Knippert tijdens de meting.

Scherm-2 (Display-2)



Scherm-2

5 Hartslag-symbool

Knippert synchroom met hartslagsignalen.

6 Hartslagritme-pijl

Laat zien of de huidige hartslag boven of onder de gemiddelde hartslag zit.

7 Automatische stand-symbool

Wordt getoond wanneer de automatische stand-functie aan staat.

8 Hartslag-stand symbool

Geeft verschillende data, weergegeven op Scherm-2, aan.

Skærmvisninger

Display-1

1 Hastighedsikon

Blinker synkront med hastighedssignalet.

2 Vist data ikon

3 Hastighedsindikatorpil

Hastighedsiktorpilen viser om den nuværende hastighed er hurtigere eller langsommere end gennemsnitshastigheden.

4 Hastighedsenhed

Blinker mens måling er undervejs.

Display-2

5 Hjerterytmeikon

Blinker synkront med hjerteryttesignalerne.

6 Hjerterytme-pil

Viser om den nuværende hjerterytme er over eller under gennemsnitshjerterytmen.

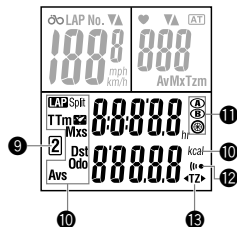
7 Auto ikon

Lyser op når auto-indstillingen er slået til.

8 Hjerterytmeindstillingsikon

Viser hvilken type data er vist i Display-2.

Scherm-3 (Display-3)

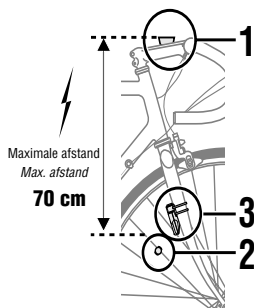


Scherm-3

- 9 **Tweede metingsymbool**
Geeft data aan terwijl de tweede metingswaarde wordt weergegeven.
- 10 **Stand (Mode) symbol**
Geeft de verschillende data, getoond op scherm-3, aan.
- 11 **Bandlengte-symbool**
Geeft de gekozen bandlengte aan.
- 12 **Geluids-symbool**
Licht op als het hartslagzone-alarm aan staat.
- 13 **Doel-symbool**
Licht op als de alarmfunctie aan staat in de hartslagzone.

Display-3

- 9 **Sekundær måling ikon**
Viser data når den sekundært målte værdi er vist.
- 10 **Indstilling ikon**
Viser typen af data vist på Display-3.
- 11 **Hjul valg ikon**
Viser hvilket hjul er valgt.
- 12 **Lydikon**
Lyser op når hjerterytmezone alarmen er slået til.
- 13 **Målikon**
Lyser op når alarmfunktionen er aktiveret i hjerterytmezonen.



* Onthoud dat het om een geschat ontvangstbereik gaat.

* Bemærk at modtageafstanden er omtrentlig.

Installatie van het onderdeel op uw fiets

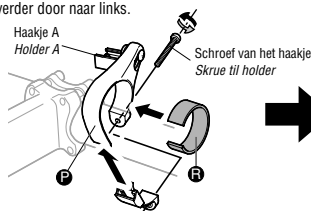
1. Zet de clip vast.

Maak het Rubbertje voor haakje **R** aan het haakje **P** vast en bevestig het haakje vervolgens aan het handvat. Pas de hoek van zowel het hoofdhaakje als haakje A zodanig vast dat het hoofdonderdeel gemakkelijk gezien kan worden als het onderdeel geïnstalleerd is. Draai dan iedere schroef goed vast.

VOORZICHTIG!

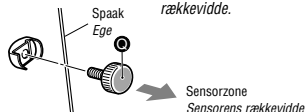
Controleer regelmatig of haakje A nog goed werkt. Als de schroef van het haakje los komt te zitten, kan het gebeuren dat het haakje van de machine afvalt tijdens gebruik.

Verdraai het hoofdonderdeel (naar de linkerkant van haakje A) totdat u een "klik" hoort. Om het onderdeel geheel los te maken, draait u het verder door naar links.



2. Vastmaken van de magneet.

Maak de magneet **C** stevig vast aan een spaak van het voorwiel, in een positie waardoor het oppervlak van de magneet in contact staat met de sensorzone.



Installation af enheden på din cykel

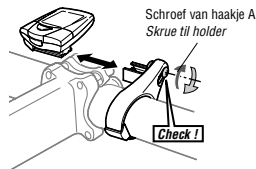
1. Monter holderen.

Fastgør gummiunderlaget **R** til holderen **P** og fastgør dernæst holderen på styret. Juster vinklen for den primære holder samt holder A således, at den primære enhed nemt ses, når enheden er monteret. Skru skrue helt i.

Forsigtig: Kontroller med mellemrum om holder A bliver løs.

Hvis armens skrue løsner sig, kan armen bevæge sig væk fra computeren under brug.

Før den primære enhed tilbage (til venstre side af holder A) indtil du hører et "klik". Fjern enheden ved at skubbe den til venstre.



2. Fastgør magneten.

Fastgør sikkert magneten **C** på en af forhjulets eger, i en position der tillader forsiden af magneten at møde sensorens rækkevidde.

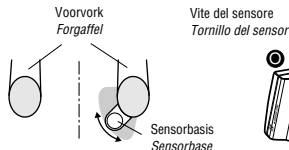
NL

DK

3. Vastmaken van de sensor.

Maak de sensorbasis, met het rubberen sensorhaakje ① eraan vast, stevig aan de binnenkant van de voorvork vast met een nylon verbindstuk ⑤.

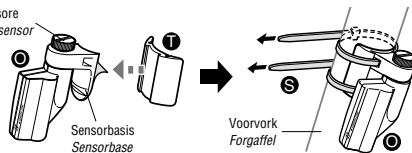
VOORZICHTIG!: Wees er zeker van dat het binnen 70 cm van het hoofdonderdeel zit, dit om zeker te zijn van correcte ontvangst van sensersignalen.



3. Fastgør magneten.

Using a nylon tie ⑤, securely fix the sensor base, with the sensor rubber pad ① attached on it, on the inner part of the front fork.

Forsigtig: Vær sikker på at den er indenfor 70 cm af hoved enheden for at sikre dig præcis modtagelse af sensersignalerne.



4. Het gat tussen de sensor en de magneet aanpassen.

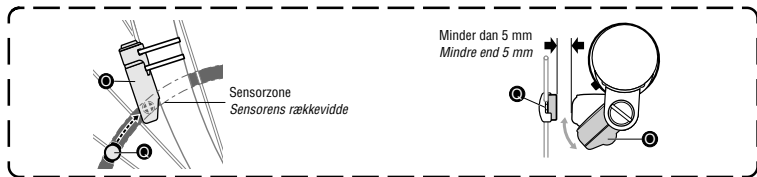
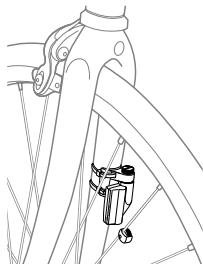
Maak de sensor vast in zo'n positie dat het oppervlak van de magneet ② voor de sensorzone langs gaat.

Pas het gat tussen de sensor en de magneet ② aan to 5 mm door de sensor te draaien, maak vervolgens de schroef stevig vast.

4. Justering af afstandene imellem sensoren og magneten.

Fastgør sensoren i en position der gør at forsiden af magneten ② passerer foran sensorens rækkevidde.

Juster afstanden imellem sensoren og magneten ② til 5 mm eller mindre ved at rotere sensoren, og stram da sensorskruen fast.

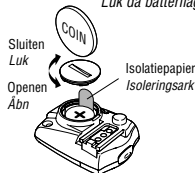


Instellen van het hoofdonderdeel

Om het hoofdonderdeel te gebruiken moet u de volgende stappen uitvoeren om de initiële instellingen vast te leggen.

1. Verwijderen van het isolatiepapier.

Maak het batterijklepje van het hoofdonderdeel open en trek het isolatiepapier eruit. Maak vervolgens het batterijklepje dicht.



Indstil hovedenheden

For at anvende hovedenheden, må du følge de nedenstående skridt for at definere indstillingerne.

1. Træk isoleringsarket ud.

Åbn batterilåget på hovedenheden og træk isoleringsarket ud. Luk da batterilåget.

2. Formatteren / herstartprocedures

Deze computer heeft twee verschillende wis-opties; formatteren en herstarten.

Formatteren is nodig tijdens de allereerste instelling van de computer en als alle data-onderdelen op nul gezet worden (inclusief totaal tijd, totaal afstand en instellingen).

Formatteringsprocedure Formateringsoperationen



Druk de MENU en de RESTART knop tegelijkertijd in
Tryk på MENU og RESTART knappen samtidigt



Alle onderdelen worden weergegeven
Alle emner vises

2. Formatage/reliance des opérations

Denne computer har to forskellige muligheder for nulstilling, formatering og genstart.

Formatering er påkrævet når du indstiller computeren for første gang, og når alle dataemner skal nulstilles (inklusive total tid, distance tilbagelagt, og indstillinger).

Nadat u er zeker van bent dat alle onderdelen zijn weergegeven, laat u de MENU knop los.

Na 5 seconden springt het scherm over op het ÅgKiezen van de snelheidseenheid Åh-scherm, beschreven in de volgende alinea.

Slip MENU knappen efter du har sikret dig, at alle emner er blevet vist. Efter 5 sekunder skifter billedet til "Valg af måleenhed for hastighed", som er beskrevet i næste sektion.

Herstarten is nodig wanneer de batterij is herplaatst of als de computer niet goed functioneert. De volgende data worden niet opnieuw ingesteld bij een herstart: bandomtrek lengte, totaalafstand, totaalrijd.

Herstartprocedure *Genstart operationen*



RESTART ▶

Druk op de RESTART knop
Tryk på RESTART knappen

Genstart er påkrævet når et batteri udskiftes, eller når computeren ikke fungerer korrekt. De følgende data vil ikke nulstilles når du genstarter: dækmkreds indstilling; distance tilbagelagt; total tid.



Alle onderdelen worden weergegeven (voor 1 sec.)
Alle emner vises (i 1 sek.)

Tijdens de formatteringen worden eerst alle onderdelen weergegeven, waarna het scherm overspringt op het ÅgKiezen van de snelheidseenheidÅh-scherm, beschreven in de volgende alinea. Tijdens de herstartprocedures wordt de instelling afgerond, waarbij het scherm overspringt op het meetscherm. Stel hierna de dagtijd in. (Zie pagina 25.)

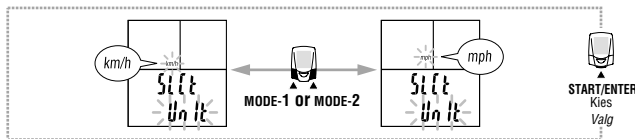
Under en formatering vises alle emnerne først, og så skifter billedet til "Valg af måleenhed for hastighed", denne indstilling er beskrevet i næste sektion. Under en genstart færdiggøres opsætningen, og så skifter billedet til målebilledet. Efter dette er færdiggjort indstilles uret. (Se side 25.)

3. Kiezen van de snelheidseenheid

Door de Mode-1 (Stand-1) of Mode-2 (Stand-2) knop in te drukken, kunt u kiezen tussen kilometer per uur (km/h) of mijl per uur (mph). Druk op de START/ENTER knop om de eenheid te kiezen. Dit wordt gevolgd door het bandomtrek lengte-scherm.

3. Valg af måleenhed for hastighed

Ved at trykke på MODE-1 eller MODE-2 knappen, kan du vælge imellem måleenheder, enten km/t eller mph (miles per hour). Tryk på START/ENTER knappen for at vælge enheden. Dette er efterfulgt af dækmkreds billedet.



4. De bandomtrek lengte invoeren

Voer de bandomtrek lengte van uw fiets in millimeters in. 2096 mm is de standaard ingevoerde waarde van deze lengte. Druk op de START/ENTER knop, en de bandomtrek lengte wordt geselecteerd, waarna het scherm omspringt naar het meetscherm en de initiële instelling wordt afgerond.

Aan te passen afstand: 0100 tot 3999 mm

VERWIJZING:

- U kunt de bandomtrek lengte makkelijk vinden door deze op te zoeken in de "Bandomtrek lengte referentie-tabel" op pagina 40.
- Als u een waarde invoert die buiten het bereik ligt, verschijnt er een foutmelding op het scherm. U kunt deze waarde dan niet kiezen.

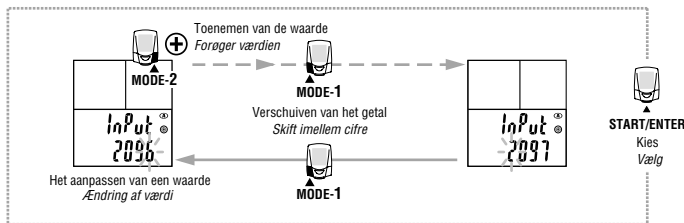
4. Indtastning af dækkets omkreds

Indtast omkredsen af dækket på din cykel i mm. 2096 mm. er indstillet som standardværdien. For at ændre indstillingen, brug MODE-2 knappen til at forøge værdien, og brug MODE-1 knappen til at skifte imellem det valgte ciffer. Tryk på START/ENTER knappen, og dækomkredsen bliver valgt, billedet skifter til målingen og den indledende indstilling er færdig.

Justerbar rækkevidde er: 0100 til 3999 mm

Bemærk:

- Du kan finde let finde dit dæks omkreds i "Dækomkreds reference tabel" på side 40.
- Når du indtaster en værdi udenfor den justerbare rækkevidde, kommer en fejl-indikator op på skærmen, og du kan ikke vælge værdien.



5. Werkzaamheidstest

Het testen van de werkzaamheid van de snelheidssensor. Til het voorwiel op en draai aan de band om er zeker van te zijn dat Scherm-1 de snelheid aangeeft, waarbij het snelheidssymbool knippert.

VERWIJZING:

Als het symbool niet knippert, kan de relatieve afstand tussen de snelheidssensor en de magneet onjuist zijn. Volg de instructies "Installatie van het onderdeel op uw fiets" op pagina 8.

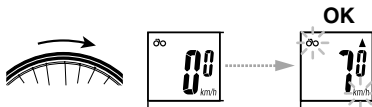
5. Brugtest

Test hastighedssensorens operation.

Løft forhjulet og drej hjulet rundt, for at sikre dig at Display-1 viser hastigheden og at hastighedsikonet blinker.

Bemærk:

Når ikonet ikke blinker, kan placeringen af hastighedssensoren i forhold til magneten være inkorrekt. Følg instruktionerne i "Installation af enheden på din cykel" på side 8.



Afronden van de initiële instellingen

Stel na de afronding van het benoemen van de initiële instellingen de dagtijd in, zoals beschreven in "Instellen van het hoofdonderdeel" (pagina 25).

Færdiggørelse af de indledende indstillinger.

Efter den indledende indstilling er færdig, indstil uret som beskrevet i sektionen "Konfiguration af hovedenheden" (side 25).

Het gebruiken van de Hartslagfunctie

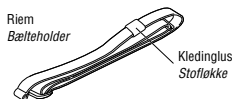
Hartslag wordt gemeten als de hartslagsensor op de borst wordt gedragen.

⚠ Waarschuwing!!!:

Dit product moet niet gebruikt worden door mensen met een pacemaker.

Voordat u de hartslagsensor draagt

- Draag de hartslagsensor op het midden van de borst. Het rubberen gedeelte van het electrodeuiltje moet in direct contact met de huid staan.
- Om meetfouten te voorkomen, is het aan te raden om water of electrocardiografische electrolytische crème op het electrodeuiltje te doen voordat u deze op uw lichaam aanbrengt.
- Als uw huid extreem gevoelig is, kunt u het electrodeuiltje nat maken met water en op een dun ondershirt dragen.
- Borsthaar kan voor storing van de meting zorgen.
- Het gebruik van de hartslagsensor in combinatie met andere draadloze apparaten kan voor storing van de datatransmissie zorgen.



Het dragen van de hartslagsensor

De hartslagsensor kan worden gedragen door de riem vast te maken; het nekbandje, een optioneel accessoire, kan worden gebruikt als de hartslagsensor direct op een sportbeha wordt gedragen.

VERWIJZING:

- Wees er zeker van dat het rubberen gedeelte van het electrodeuiltje dichtbij of in direct contact met het lichaam staat.
- Op sommige sportbeha's kan de hartslagsensor niet gedragen worden.
- Als u de hartslagsensor bovenop uw ondershirt draagt, kunnen er meetfouten optreden. Meetfouten kunnen ook voorkomen als de huid extreem droog is, vooral in de winter. Maak het rubberen gedeelte van het electrodeuiltje nat om fouten te voorkomen.

Brug af hjerterytmeffunktionen

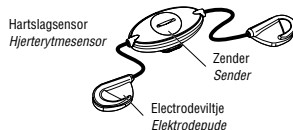
Hjerterytmen måles når hjerterytmesensoren bæres på brystet.

⚠ Advarsel!!!!:

Dette produkt må IKKE bruges af folk der har pacemaker.

Før du bærer hjerterytmesensoren

- Bær hjerterytmesensoren centralt på brystet. Gummidelen af elektrodepuden skal være i direkte kontakt med huden.
- For at undgå målefejl anbefales det at påføre elektrodepuden vand eller elektrocardiografisk elektrolytisk creme inden du tager den på.
- Hvis din hud er ultra-følsomt, kan elektrodepuden gøres våd med vand og bæres udenpå en tynd undertrøje.
- Hår på brystet kan forstyrre målingen.
- Brug af hjerterytmesensoren sammen med andre trådløse enheder kan forårsage forstyrrelser i datatransmissionen.



Bæring af hjerterytmesensoren

Hjerterytmesensoren kan bæres ved at bruge den medfølgende bælteholder; halsstroppen, et valgfrit stykke tilbehør, kan bruges til at bære hjerterytmesensoren direkte på en sports bh.

- Bemærk:**
- Sikr dig at elektrodepuden er i tæt/direkte kontakt med kroppen.
 - Visse typer af sportsbh'er forhindrer brugen af hjerterytmesensoren.
 - Hvis du bærer hjerterytmesensoren udenpå din undertrøje kan det forårsage målefejl. Målefejl kan også opstå hvis din hud er exceptionelt tør (specielt om vinteren). Fugt gummidelen af elektrodepuden for at undgå fejl.

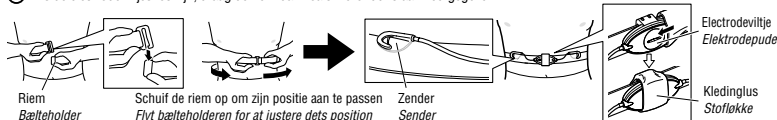
Het gebruiken van de riem

1. Pas de lengte van de riem aan aan uw borstomtrek. Het te strak vastmaken van de riem kan voor ongemak zorgen.
2. Maak de haak van de zender aan de riem vast, op het midden van uw borst.

VERWIJZING: Zet de zender vast met de kledinglus.

3. Breng de electrodevitjes aan (een aan de linkerkant en een aan de rechterkant) tussen de riem het en lichaam, en maak het electrodevitje vast aan de riem door de haak te gebruiken.

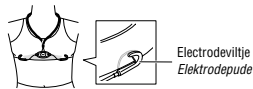
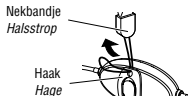
❶ Als de electrodevitjes los zijn, draag de riem dan zoals hieronder staat weergegeven.



He gebruiken van de riem bij het dragen van een sportbeha

VERWIJZING: Als u de hartslagsensor op een sportbeha draagt, heeft u het nekbandje nodig.

1. Maak het riempje aan de zender vast door het riempje door het gat in de zenderhaak te halen, zoals weergegeven op de tekening hieronder.
2. Pas de lengte van het nekriempje aan door het om te doen, om zo de zender op de juiste hoogte te brengen.
3. Maak de electrodevitjes aan de sportbeha vast met het haakje van het vitje, controleer of het vitje zelf in direct contact met het lichaam staat.



Testen van de hartslagsensor

Plaats de computer naast de zender (op uw borst); als het hartslagsymbool knippert en de hartslag op Scherm-2 op het hoofdonderdeel aangeeft, werkt de hartslagsensor.

VERWIJZING: Als het hartslagsymbool niet knippert, schuif dan het electrodevitje beetje bij beetje op, om zo een positie te vinden waar u de hartslag kunt meten. Droogte kan meting lastig maken. Door het electrodevitje nat te maken, wordt meten gemakkelijker.

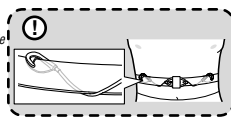
Brug af bælteholderen

1. Juster længden af bælteholderen til din bryststørrelse. Hvis du fæstner bæltet for stramt kan det medføre gener.
2. Fastgør transmitterens hage til bælteholderen midt på dit bryst.

Bemærk: Fastgør senderens med stofløkken.

3. Indsæt elektrodepuderne (en til venstre og en til højre) imellem bælteholderen og kroppen, og fastgør sikkert elektrodepuden til bælteholderen ved at brug af hagen.

❶ Hvis elektrodepuderne sidder løst, skal man bære bryststroppen som vist nedenfor.



Brug af bælteholderen sammen med en sports bh

Bemærk: At bære hjerterytmesensoren på en sports bh kræver den valgfrie halsstrop.

1. Fastgør remmen på senderen som vist på billedet herunder, og før remmen gennem hullet i senderens krog.
2. Mens du har remmen om halsen, justeres længden således, at senderen hænger i den ønskede højde.
3. Vedhæft elektrodepuderne til sports bh'en ved brug af hagen på puden. Sikr dig at puden selv er i direkte kontakt med kroppen.

Test af hjerterytmesensoren

Placer computeren ved siden af senderen (på dit bryst); når hjerteslagsikonet blinker og en hjerterytmes vises på Display-2 af hovedenheden, virker hjerterytmesensoren normalt.

Bemærk: Hvis hjerteslagsikonet ikke blinker, flyt elektrodepuden lidt efter lidt, for at finde en placering hvor du kan måle hjerterytmen. Tørhed kan gøre måling vanskelig. Fugtning af elektrodepuden gør måling lettere.

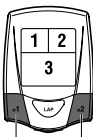
Basis gebruik

Functie van de hoofdmeting

De hoofdmeting toont verschillende onderdelen van de gemeten data op drie delen van het scherm. Door de Mode-1 (Stand-1) en Mode-2 (Stand-2) knop in te drukken, veranderen de weergegeven data-onderdelen, zoals te zien in de illustratie. De getoonde onderdelen zijn als volgt:

- Scherm-1 Geeft de huidige snelheid aan.
- Scherm-2 Geeft hartslagdata weer. (Door de Mode-1 (Stand-1) knop te gebruiken, kunt u weergegeven data-onderdelen wijzigen.)
- Scherm-3 Geeft andere data aan. (Met de Stand/Mode-2 button kunt u door deze data 'bladeren'.)

VERWIJZING: Voor meer informatie over de weergegeven data-onderdelen, zie "Wisselen tussen meet-schermen / onderdelen van gemeten data" op pagina 20.



MODE-1 knop MODE-2 knop
MODE-1 knop MODE-2 knop

Basale operationer

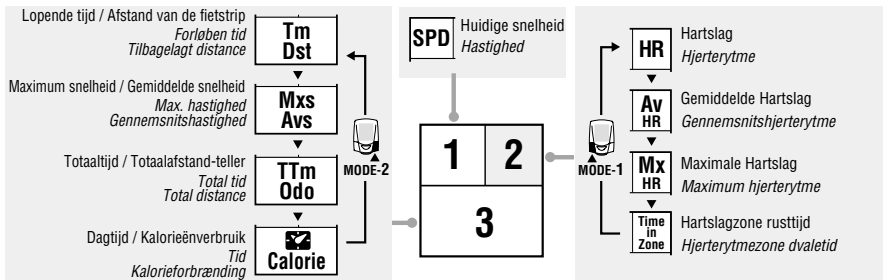
Hovedmålingens funktion

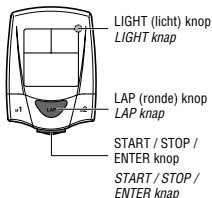
Hovedmålingen viser forskellige emner af målt data på de 3 displays. Trykkes på MODE-1 og MODE-2 knapperne skiftes de viste emner som vist på illustrationen.

De viste data er som følger:

- Display-1 Viser den nuværende hastighed.
- Display-2 Viser hjerterytmedata. (Ved at bruge Mode-1 knappen kan du ændre hvilke data der vises.)
- Display-3 Viser yderligere data. (Tryk på MODE-2 knappen for at skifte imellem de forskellige.)

Bemærk: For yderligere informationer omkring de viste data-emner, se "Skift af målingsvisninger / målte data-emner" på side 20.





Starten /stoppen van de hoofdmeting

Snelheids- en afstandsmeting start en stopt automatisch, afhankelijk van het bewegen van de fiets. Als u begint te fietsen, begint de tijd te lopen en het snelheidsonderdeel gaat knipperen. Totaalafstand, maximale snelheid en maximale hartslag wordt opgenomen, onafhankelijk van het handmatig starten of stoppen van de computer.

VERWIJZING:

- Voor het handmatig starten en stoppen van de meting door de START/ENTER knop te gebruiken, zie "Automatische Stand" op pagina 28 voor instructies over hoe deze functie aan of uit te zetten.
- Als "SLEEP" op het beeldscherm van het hoofdonderdeel wordt weergegeven, kunt u een willekeurige knop een seconde lang indrukken om terug te keren naar het Meet-scherm. Voor verdere informatie, zie de "Energiebesparende stand" op pagina 19.

Ronde

De rondelfunctie kan tot 50 rondes opnemen tijdens een meting, hierbij alle standaard meetdata en het rondenummer opnemend.

Opgenomen rondedata kunnen ten alle tijden bekeken worden.

Schermverlichting

Door de LIGHT (licht) knop in te drukken, licht het scherm ongeveer drie seconden op.

Start/stop af hovedmålingen

Hastighed- og afstandsmålingen starter og stopper automatisk i henhold til cyklens bevægelse. Når du begynder at cykle, starter den forløbne tid og hastighedsenheden blinker. Tilbagelagt distance, topfart og maksimum hjerterytme bliver registreret uanset om du starter eller stopper computeren manuelt.

Bemærk: • For manuelt at starte målingen med START/ENTER knappen, se "Auto-indstillingen" på side 28 for instruktioner om hvordan man slår auto-indstillinger til eller fra.

- Hvis "SLEEP" vises på displayet i den primære enhed, skal du trykke på en tilfældig knap i et sekund for at vende tilbage til måleskærmen. Du kan få flere oplysninger ved at læse om den "Strømbesparende funktion" på side 19.

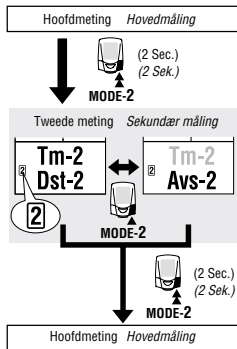
Omgang

Omgangsfunktionen kan registrere op til 50 omgange mens målingen foregår, den registrerer alle de normalt målte data og omgangsnummeret.

Registreret omgangsdata kan genkaldes på hvilket som helst tidspunkt.

Baggrundslys

Et tryk på LIGHT knappen oplyser displayet i omkring tre sekunder.



De tweede meting starten/stoppen
Start/stop af den sekundære måling



Tweede meting

In de tweede meting worden de gereden tijd, de gemiddelde snelheid en de fietstripafstand onafhankelijk van de hoofdmeting opgenomen.

- Druk de MODE-2 (Stand-2) knop 2 seconden in om het tweede meting-symbool in Scherm-3 te laten oplichten, waarbij het tweede meting-scherm verschijnt. Door de MODE-2 (Stand-2) knop twee seconden in te drukken, keert het systeem naar de hoofdmeting terug.

Sekundær måling

Den sekundære måling registrerer forløben tid, gennemsnits-hastighed og tilbagelagt distance uafhængigt af hovedmålingen.

- Tryk på MODE-2 knappen i 2 sekunder for at vise den sekundære måling og oplyse sekundær måling ikonet på Display-3.

Et tryk på MODE-2 knappen skifter visningen imellem Tilbagelagt distance 2 (Dst-2) og Gennemsnitshastighed 2 (Avs2).

Tryk på MODE-2 i to sekunder for at vende tilbage til hovedmålingen.

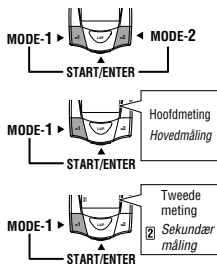
- De tweede meting starten /stoppen
Als het tweede meting-symbool in beeld is, drukt u op de START/ENTER knop om de meting te starten of stoppen.

- Start / Stop af den sekundære måling
Mens sekundær måling ikonet lyser op, tryk på START/ENTER og den sekundære måling starter / stopper.

Veranderen van de instellingen

Volg de hieronder gegeven instructies om de data terug op nul te zetten. De totale afstand, totaal gefietste tijd en de tijd worden niet gewist.

VERWIJZING: U kunt de herstartprocedure niet uitvoeren op het rondescherf.



1. Wissen van alle gemeten data

Door het tegelijkertijd indrukken van de START/ENTER en de MODE-1 (Stand-1) knop, kunt u alle wisbare data van de hoofd- en de tweede meting weer op nul zetten.

2. Wissen van de data van de hoofdmeting

Om alle wisbare data in het hoofdmeting-scherm terug op nul te zetten, drukt u de START/ENTER knop en de MODE-1 (Stand-1) knop tegelijkertijd in, terwijl u in het scherm van de hoofdmeting bent.

3. Wissen van de data van de tweede meting

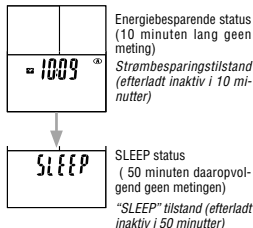
Om alle wisbare data in het tweede meting-scherm terug op nul te zetten, drukt u de START/ENTER knop en de MODE-1 (Stand-1) knop tegelijkertijd in, terwijl het symbool van de tweede meting te zien is.

Energiebesparende stand

Als de computer tien minuten lang geen nieuwe data heeft gekregen, schakelt het hoofdonderdeel over op de energiebesparende stand. Hierbij wordt alleen de tijd weergegeven, (zoals te zien is op de illustratie).

Als de computer een signaal van de sensor opvangt, of als u een van de knoppen een seconde indrukt, verschijnt het normale scherm weer. Als de computer in de vijftig minuten nadat de energiebesparende stand is ingegaan geen nieuwe data heeft gekregen, wordt de "SLEEP"-functie actief. Hierbij is alleen "SLEEP" te zien (zie illustratie).

De computer kan alleen weer aangezet worden door een van de knoppen een seconde lang in te drukken.



Genstart operationen

Følg de nedenstående instruktioner for at nulstille alle data. I hvert tilfælde vil Tilbagelagt distance (odo), Forløben tid (ttm) og uret ikke blive nulstillet.

Bemærk: Du kan ikke udføre en genstart fra omgangsvisningen.

1. Nulstilling af alle målte data

For at nulstille alle sletbare data i hoved- og sekundærmålingen skal du samtidigt trykke på START/ENTER, MODE-1 og MODE-2.

2. Nulstillingen af hovedmålingens data

For kun at slette alle sletbare data i hovedmålingen, tryk START/ENTER og MODE-1 ned samtidigt mens målingen vises.

3. Nulstillingen af den sekundære målings data

For kun at nulstille alle sletbare data i den sekundære måling, tryk START/ENTER og MODE-1 samtidigt, mens det sekundære målingsikon vises.

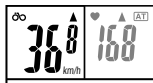
Strømbesparende funktion

Når computeren ikke har modtaget data i omkring 10 minutter, vil hovedenheden gå i strømbesparingstilstand, i hvilken kun tiden er vist på displayet (som vist i illustrationen).

Når computeren modtager signalet fra sensoren, eller en knap bliver trykket ned i et sekund, vender det normale billede tilbage. Når computeren ikke har modtaget nogen data i omkring 50 minutter efter at være gået i strømbesparingstilstand, går den i SLEEP mode, hvor kun 'SLEEP' vises (som på illustrationen).

Computeren kan kun tændes igen ved at trykke på en af knapperne i 1 sekund.

Scherm-1 (Display-1)



Scherm-2 (Display-2)



MODE-1



MODE-1



MODE-1



Wisselen tussen meetschermen / onderdelen van gemeten data

Huidige snelheid

Laat de huidige snelheid zien; past de snelheid iedere seconde aan.

Meetbereik: 0.0 (4.0) tot 105.9 km per uur
[0.0 (3.0) tot 65.9 mph (mijl per uur)]

HR Hartslag

Geef de hartslag aan in werkelijke tijd tijdens het dragen van de hartslagsensor; deze wordt iedere seconde bijgesteld.

Meetbereik: 0 (30) tot 299 slagen per minuut (spm)

Av HR Gemiddelde Hartslag

Geef de gemiddelde hartslag aan.

Meetbereik: 0 tot 299 spm

MX HR Maximale Hartslag

Geef de maximale hartslag aan; deze wordt onafhankelijk van het handmatig starten of stoppen van de meting bijgewerkt.

Meetbereik: 0 (30) tot 299 spm

Tzm Tijd in Hartslagzone

Geef de verstreken tijd in iedere hartslagzone aan.

Meetbereik: 0 tot 999 minuten

Skift af målingsvisninger / målte dataemner

Hastighed

Viser den nuværende hastighed; hastigheden opdateres hvert sekund.

Målbar rækkevidde: 0.0 (4.0) to 105.9 km/h
[0.0 (3.0) to 65.9 mph (mile/h)]

HR Hjerterytme

Viser hjerterytmen mens du bærer hjerterytmesensoren; denne opdateres en gang pr sekund.

Måleområde: 0 (30) til 299 bpm

Av HR Gennemsnitshjerterytme

Viser gennemsnitshjerterytmen.

Måleområde: 0 til 299 bpm

MX HR Maksimum hjerterytme

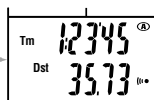
Viser maksimum hjerterytme; denne opdateres uanset om målingen startes eller stoppes manuelt.

Måleområde: 0 (30) til 299 bpm

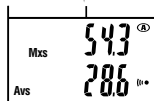
Tzm Tid i hjerterytmezonen

Viser tiden tilbragt i hver hjerterytmezone.

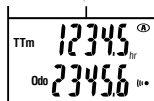
Måleområde: 0 til 999 minutter

Scherm-3**(Display-3)**

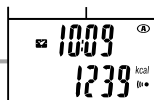
MODE-2



MODE-2



MODE-2

**Tm Lopende tijd**

Geeft de lopende tijd aan in uren, minuten en seconden van de start van de meting tot het tot dan toe bereikte punt.

Meetbereik: 0:00'00" tot 9:59'59"

Dst Afstand van de fietstrip

Geeft de afstand van de fietstrip aan

Meetbereik: 0.00 to 999.99 km [mijl]

Mxs Maximum snelheid

Geeft de maximaal behaalde snelheid aan; opgenomen zelfs wanneer de computer handmatig is gestopt.

Meetbereik: 0.0 (4.0) tot 105.9 km/uur [0.0 (3.0) to 65.9 mijl per uur]

Avs Gemiddelde snelheid

Geeft de gemiddelde snelheid aan van de start van de meting tot het tot dan toe bereikte punt. Als de afstand van de fietstrip over de 999.99 km gaat, of wanneer de gereden tijd over de 27 uur komt, verschijnt het symbool [E], om aan te geven dat verdere meting onmogelijk is.

Meetbereik: 0.0 to 105.9 km per uur [0.0 to 65.9 mijl per uur]

TTm Totaaltijd

De computer blijft de in totaal gereden tijd optellen; u kunt dit niet opnieuw instellen.

Meetbereik: 0.0 tot 9999.9 uur

Odo Totaalafstand-teller

De computer blijft de in totaal gereden afstand optellen. De komma verschijnt als de 10000 km [mijl] bereikt wordt. U kunt dit niet opnieuw instellen.

Meetbereik: 0.0 tot 9999.9, 10000 to 99999 km [mijl].

⌚ Dagtijd

Geeft de huidige tijd aan in een 24-of 12-uur systeem.

Meetbereik: 0:00 tot 23:59 [1:00 tot 12:59]

kcal Kalorieënverbruik

Geeft het geschatte kalorieënverbruik aan van de start van de meting tot heden, met het dragen van de hartslagsensor. Als de hartslag lager dan 90 spm is, wordt het kalorieënverbruik niet bijgewerkt.

Meetbereik: 0 to 99999 kcal

Tm Forløben tid

Viser den forløbne tid fra start af måling i timer, minutter og sekunder.

Målbar rækkevidde: 0:00'00" to 9:59'59"

Dst Tilbagelagt distance

Viser den tilbagelagte distance fra start til nuværende tidspunkt.

Målbar rækkevidde: 0.00 to 999.99 km [mile]

Mxs Max. hastighed

Viser den maksimale hastighed opnået; registrerers selv mens computeren er stoppet manuelt.

Målbar rækkevidde: 0.0 (4.0) to 105.9 km/t [0.0 (3.0) to 65.9 mph]

Avs Gennemsnitshastighed

Viser gennemsnitshastigheden fra start af måling til nuværende tidspunkt. Når den tilbagelagte hastighed når over 999.99 km, eller den forløbne tid overskrider 27 timer, vises symbolet [E] og forklarer at yderligere måling er umulig.

Målbar rækkevidde: 0.0 to 105.9 km/t [0.0 to 65.9 mph]

TTm Total tid

Computeren fortsætter med at opsummere den tilbagelagte tid; du kan ikke nulstille den.

Målbar rækkevidde: 0.0 to 9999.9 timer

Odo Total distance

Computeren fortsætter med at opsummere den totale distance. Decimalkommaet skifter ved visningen af 10000 km [mile] 1 plads til højre. Du kan ikke nulstille den totale distance.

Målbar rækkevidde: 0.0 to 9999.9, 10000 to 99999 km [mile].

⌚ Tid

Viser den nuværende tid, i enten 24- eller 12-timers systemet.

Målbar rækkevidde: 0:00 to 23:59 [1:00 to 12:59]

kcal Kalorieforbrænding

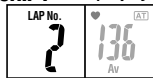
Viser den anslåede kalorieforbrænding fra målingen startede til det nuværende tidspunkt mens hjerterytmesensoren bæres. Når hjerterytmen er under 90 bpm, opdateres kalorieforbrændingen ikke.

Måleområde: 0 til 99999 kcal

NL

DK

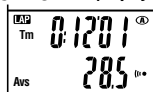
Scherm-1 (Display-1)



Scherm-2 (Display-2)



Scherm-3 (Display-3)



Wisselen tussen
dataschermen

Bevægelse imellem
datavisninger



Ronde-scherm

VERWIJZING: Voor verdere informatie over het rondeschermbild, zie "Ronde functies" op pagina 24.

LAP No. Rondenummer

Geeft het huidige rondenummer aan. Het rondenummer wordt altijd aangegeven als u een onderdeel van de rondedata bekijkt.

LAP Av Gemiddelde ronde-hartslag per ronde

Geeft de gemiddelde hartslag voor die ronde aan. Weergegeven wanneer u de rondedata bekijkt.

LAP Tm Rondetijd

Geeft de verstreken tijd aan door opeenvolgend op de rondeknop te drukken; is afwisselend met de tussentijd te zien. Verschijnt tijdens de ronde-opname (ongeveer vijf seconden) en tijdens het bekijken van de rondedata.

LAP Avs Gemiddelde ronde-snelheid

Geeft de gemiddelde ronde-snelheid aan; is afwisselend met de fietstripafstand tijdens een interval te zien. Verschijnt tijdens de ronderegistratie (voor ongeveer vijf seconden) en tijdens het bekijken van de rondedata.

LAP Split Tm Tussentijd

Geeft de totaal gefietste tijd aan van de start van de fietstrip; is afwisselend met de rondetijd te zien. Verschijnt tijdens de ronde-opname (voor ongeveer vijf seconden) en tijdens het bekijken van de rondedata.

LAP Split Dst Fietstrip-afstand in een ronde

Geeft de afgelegde afstand in de ronde aan; is afwisselend met de gemiddelde snelheid tijdens een interval te zien. Verschijnt tijdens de ronde (ongeveer vijf seconden) en tijdens het bekijken van de rondedata.

Omgangsvisning

Bemærk: For yderligere oplysninger om skærbilledet med mellemtid henvises til "Omgang funktion" på side 24.

LAP No. Omgang nummer

Viser det nuværende omgangsnummer. Omgangsnummeret vises altid når man gennemser en omgangs data.

LAP Av Gennemsnits hjerterytme pr omgang

Viser gennemsnitshjerterytmen for denne omgang. Viser når du ser omgangsdata.

LAP Tm Omgangstid

Viser den tid du har brugt imellem 2 sammenhængende tryk på "LAP" knappen; vises skiftende med den delte tid. Viser under omgangs optagelse (i omkring 5 sekunder) og visningen af omgangs data.

LAP Avs Omgangens gennemsnitshastighed

Viser din gennemsnitlige hastighed for omgangen; vises skiftende med den tilbagelagte distance i et interval. Viser under omgangs optagelse (i omkring 5 sekunder) og visningen af omgangs data.

LAP Split Tm Delt tid

Viser den totale tid fra start af træningen; vises skiftende med omgangstiden. Viser under omgangs optagelse (i omkring 5 sekunder) og visningen af omgangs data.

LAP Split Dst Omgangens Tilbagelagte distance

Viser afstanden tilbagelagt for den omgang; vises skiftende med gennemsnitshastigheden i et interval. Viser under omgangs optagelse (i omkring 5 sekunder) og visningen af omgangs data.

Funcities van het hoofdonderdeel

Hartslagzone

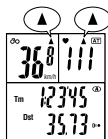
De hartslagzone is het gekozen hartslagbereik-doel, deze kan handmatig worden ingesteld. De tijd in deze zone wordt opgenomen. Wanneer u de Hartslagzone aanzet (ON), gaat de huidige Hartslag knipperen wanneer u buiten de ingestelde zone komt. Als het geluid aanstaat, zal er ook een alarm afgaan.

VERWIJZING: De tijd in de hartslagzone kan tijdens deze zone worden bekeken op Scherm-2, en in het "hartslagbereik" op het menu scherm. Voor de instellingsprocedure van de hartslagzone, zie "Hartslagzone" op pagina 26.



Automatische-stand (auto-start / stop)

De automatische-stand is een functie die aanspringt wanneer het wiel begint te draaien en die de meting automatisch stopt als het wiel niet meer draait, zonder de knop te gebruiken. Als deze functie aan staat, ver schijnt het auto-symbool op het scherm.



Tempofuncties

De snelheidstempo-pijl die op Scherm-1 verschijnt en de hartslagtempo-pijl die op Scherm-2 verschijnt, laten zien of de huidige fietstripsnelheid (hartslag) sneller of langzamer is dan de gemiddelde snelheid (gemiddelde hartslag).

- ▲ Verschijnt wanneer de fietstripsnelheid (hartslag) boven het gemiddelde komt.
- ▼ Verschijnt wanneer de fietstripsnelheid (hartslag) onder het gemiddelde komt.
- ▼▲ Verschijnt wanneer de fietstripsnelheid (hartslag) gelijk is aan het gemiddelde.

Licht niet op als de fietstripsnelheid nul is.

Hovedenhedens funktioner

Hjerterytmzone

Hjerterytmzonen er dit valgte målhjerterytm område, og kan indstilles manuelt. Tiden i denne zone bliver registreret. Din tid i denne zone registreres. Når Hjerterytmzonen er slået til vil Hjerterytm displayet blinke når du er udenfor zonen. En alarm lyder også hvis du har slået lyd til.

Bemærk: Tiden tilbragt i hjerterytmzonen, mens du er i zonen, kan ses på Display-2 og i "hjerterytmzone" på menu skærmen. For hjerterytmzonens opsætningsprocedure, se "Hjerterytmzone" på side 26.

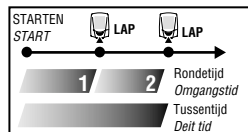
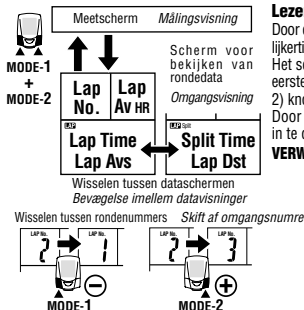
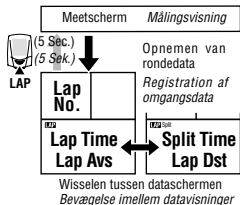
Auto (auto-start / stop)

Auto-indstillingen er en funktion der opfanger hjulets rotation, og starter eller stopper hovedmålingen automatisk, uden at bruge knappen. Når denne funktion er slået til vises Auto ikonet på displayet.

Pilefunktioner

Hastighedspilen vist på Display-1 og hjerterytmepilen vist på Display-2 viser om den nuværende hastighed (hjerterytm) er hurtigere eller langsommere end gennemsnitshastigheden (hjerterytm).

- ▲ Viser når hastigheden (hjerterytm) er over gennemsnittet.
 - ▼ Viser når hastigheden (hjerterytm) er under gennemsnittet.
 - ▼▲ Viser når hastigheden (hjerterytm) er lig gennemsnittet.
- Ikke oplyst når hastigheden er nul.



Ronde-functie

Opnemen van de ronde-data

Door de Ronde (LAP)-knop tijdens de meting in te drukken op het meetscherm, kunt u ronde-data opslaan. Direct na het opnemen verschijnt vijf seconden lang het rondenummer, tegelijkertijd met afwisselend de "Ronde-tijd" / "Gemiddelde snelheid tijdens een interval" en de "Tussentijd" / "Fietstripafstand tijdens een interval".

VERWIJZING:

- Tot 50 rondes kunnen worden opgeslagen.
- Door de ronde (LAP) knop in te drukken wordt niet meteen een nieuwe ronde opgenomen na de laatste opname en nadat de data (ongeveer vijf seconden) op het rondedata-scherm te zien zijn.
- De ronde-functie neemt geen ronde-intervals op van meer dan 27 uur of 999.99 km.

Lezen van de ronde-data

Door de MODE-1 en MODE-2 (Stand-1 en Stand-2) knoppen tegelijkertijd in te drukken kunt u de opgenomen ronde-data aflezen. Het scherm dat de rondes laat zien, geeft de laatste ronde als eerste aan. Gebruik de MODE-1 en MODE-2 (Stand-1 en Stand-2) knoppen om tussen de data-schermen te bladeren. Door MODE-1 en Mode-2 (Stand-1 en Stand-2) tegelijkertijd in te drukken, verlaat u het ronde-scherm.

VERWIJZING:

- Als er geen ronde is opgeslagen, verschijnt het afleesscherm niet.
- Als u het rondescherf een minuut lang bekijkt zonder verdere aanpassingen te maken, verschijnt het meetscherm weer automatisch.
- Door het scherm dat de rondes laat zien een minuut lang niet te gebruiken, verschijnt automatisch het meetscherm weer.

Rondetijd en Tussentijd

De rondetijd geeft de verstreken tijd aan tussen twee achtereenvolgende punten waarbij de LAP (Ronde) knop bij begin en eind werd ingedrukt.

De tussentijd geeft de total verstreken tijd aan vanaf de start tot het einde van de oefening.

Omgang funktion

Optagelse af omgangsdata

Et tryk på omgangsknappen (Lap) på målingsskærmen under måling tillader dig at gemme data for omgange. I omkring 5 sekunder umiddelbart efter optagelsen, vises omgangsnummeret sammen med Omgangstid/Gennemsnitshastighed i et interval vekslede med Delt tid/Tilbagelagt distance.

Bemærk:

- Op til 50 omgange kan gemmes.
- At trykke på LAP knappen resulterer ikke umiddelbart efter i optagelse af en ny omgang efter registration af omgangsdata (før omkring 5 sekunder), eller at omgangsvisningen gengiver dette.
- Omgangsfunktionen registrerer ikke omgangsintervaller længere end 27 timer eller 999.99 km.

Læsning af omgangsdata

Tryk på MODE-1 og MODE-2 knapperne samtidigt for at se optaget omgangsdata.

Omgangsvisningen viser de nyeste omgange først. Brug MODE-1 eller MODE-2 knapperne til at skifte imellem omgangene. Tryk på MODE-1 og MODE-2 samtidigt for at gå ud af omgangsvisningen.

Bemærk:

- Omgangsvisningen vises ikke, hvis der ikke er registreret nogen omgangsdata.
- Hvis du efterlader omgangsvisningen uden yderligere justeringer i 1 minut vil målings-skærmen automatisk vende tilbage.
- Efterlader du omgangsvisningen uden yderligere justeringer i et minut får målingen til at vises automatisk.

Omgangstid og Delt tid

Omgangstiden viser tiden imellem 2 sammenhængende tryk på "Lap" knappen.

Den delte tid viser den totale tid brugt fra start af træningen.

Instellen van het hoofdonderdeel

Als de MENU knop wordt ingedrukt terwijl het Meetscherm weergegeven wordt, verschijnt het menuscherm. Het menu bevat een totaal van 9 schermen, zoals op de tekening hieronder weergegeven: de instellingen van het hoofdonderdeel kunnen worden gecontroleerd of veranderd door deze schermen te gebruiken.

De basisinformatie over hoe het menuscherm te gebruiken is als volgt:

1. Druk, als het Menuscherm wordt weergegeven, op de MENU knop om de "Hartslagzone" op het menuscherm te krijgen.
2. Druk op de MODE-1 of MODE-2 knop om het gewenste menuscherm weergegeven te krijgen.
3. Druk op de START/ENTER knop om met het veranderen van de instellingen te starten.

VERWIJZING: Voor informatie over hoe u de verschillende instellingen kunt veranderen, met u naar de juiste pagina gaan, zoals hieronder is weergegeven.

4. Als het veranderen van de instellingen gedaan is, drukt u op de START/ENTER knop om de instelling te bevestigen en terug te gaan naar het menuscherm.

VERWIJZING: Wees er zeker van dat u de START/ENTER knop iedere keer nadat u een instelling heeft veranderd, indrukt. Als u eerst op de MENU knop drukt, wordt de instelling niet opgeslagen.

5. Druk op de MENU knop om terug te keren naar het Meetscherm.

VERWIJZING: Als het menuscherm een minuut lang niet wordt gebruikt, verschijnt het Meetscherm weer.

Konfiguratie af hovedenheden

Når knappen MENU er valgt og måleskærbilledet vises, bliver menuskærbilledet vist. Menuen indeholder 9 skærbilleder, som vist på figuren herunder: indstillingerne af hovedenheden kan kontrolleres eller ændres ved hjælp af disse skærbilleder.

Menuskærbilledet anvendes grundlæggende som følger:

1. Når måleskærbilledet vises, trykkes der på knappen MENU for at skifte til "hjerteslagsområde" på menuskærbilledet.
2. Tryk på knappen MODE-1 eller MODE-2 for at få vist det ønskede menuskærbillede.
3. Tryk på knappen START/ ENTER for at ændre indstillinger.

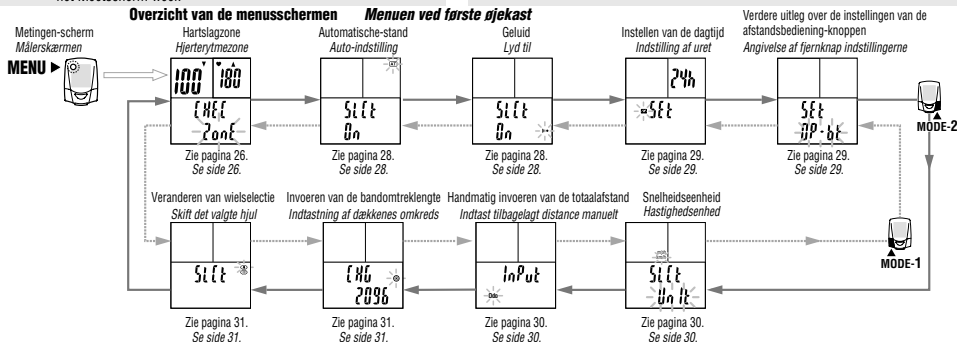
Bemærk: Der findes yderligere oplysninger om ændring af forskellige indstillinger på den relevante side vist herunder.

4. Når den ønskede indstilling er foretaget, trykkes der på knappen START/ ENTER for at bekræfte indstillingen og vende tilbage til måleskærbilledet.

Bemærk: Sørg for at trykke på knappen START/ ENTER hver gang indstillingen ændres. Trykkes der på knappen MENU forinden, annulleres indstillingen.

5. Tryk på knappen MENU for at vende tilbage til måleskærbilledet.

Bemærk: Hvis menuskærbilledet ikke berøres i et minut, vises måleskærbilledet igen.





For de beste basisinformation over hoe u het menu-scherm moet gebruiken: ga naar pagina 25.



På side 25 gives der yderligere oplysninger om brugen af menu-skærm-billedet.

Hartslagzone

Verwijst naar de volgende instructies over het gebruiken van de hartslag-zone.

• Controleren van de tijd in de doelzone

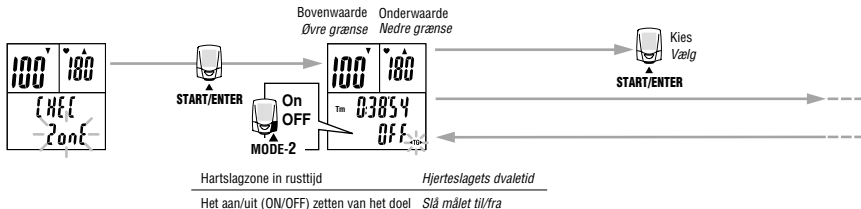
Door de START/ENTER knop in te drukken, wordt de tijd in de hartslagzone weer gegeven op de bovenste lijn van Scherm-3.

VERWIJZING: Door de hoofdmeting opnieuw in te stellen, wordt de tijd in de zone terug op nul gezet.

• Het doel aan/uit-zetten

De weergave op de onderste regel van Scherm-3 geeft aan of het doel (met de gekozen instelling aangegeven in het bovenstaande bereik) aan of uit (ON/OFF) is. Door de MODE-2 (Stand-2) knop met daarop het knipperende TZ symbool in te drukken zet u het doel aan of uit. Het doel staat in de oorspronkelijke instellingen op uit (ON).

VERWIJZING: U kunt de instellingen alleen veranderen als de fiets stil staat.



• Het veranderen van de hartslagzone

Scherm-1 geeft de onderwaarde van het bereik van de hartslagzone aan, terwijl Scherm-2 de bovenwaarde aangeeft. Door de MODE-1 (Stand-1) knop in te drukken verschijnt afwisselend het TZ symbool, de bovenwaarde-limiet en de onderwaarde-limiet, in die volgorde. Door de MODE-2 (Stand-2) knop in te drukken terwijl de bovenwaarde of de benedenwaarde knippert, gaat de waarde in deze plaats knipperen.

Hjerterytmzone

Hens til de følgende instruktioner om hvordan man bruger hjerterytmzonen.

• Check tiden i målzonen

Tryk på START/ENTER knappen får tiden i hjerterytmzonen til at vises på øverste linie af Display-3.

Bemærk: Nulstilling af hovedmålingen sætter tiden i zonen tilbage til nul.

• Slå målet til/fra

Det er vist på nederste linie af Display-3 om målet er slået fra eller til (med alarmen indstillet indenfor den ovenstående rækkevidde).

Tryk på MODE-2 knappen mens TZ ikonet blinker slår målet til eller fra. Målet er slået fra som standard.

Bemærk: Du kan kun ændre indstillinger mens cyklen ikke bevæger sig.

• Ændring af hjerterytmzonen

Display-1 viser hjerterytmzone den nedre grænseværdi, mens Display-2 viser den øvre grænseværdi. Tryk på MODE-1 knappen for at vælge TZ ikonet, den øvre grænseværdi og den nedre grænseværdi, i den rækkefølge. Tryk på MODE-2 knappen mens den nedre eller øvre grænseværdi blinker får værdien i enernes kolonne til at blinke.

Om een waarde te veranderen en een karakter op te schuiven, zie de illustraties hier beneden aangegeven. Druk nadat u de gewenste waarde heeft ingevoerd op de MODE-1 (Stand-1) knop om alle numerieke karakters te laten knippen, en druk op de START/ENTER knop om ze te selecteren. In de oorspronkelijke instelling is de benedenwaarde ingesteld op 100 en de bovenwaarde op 180.

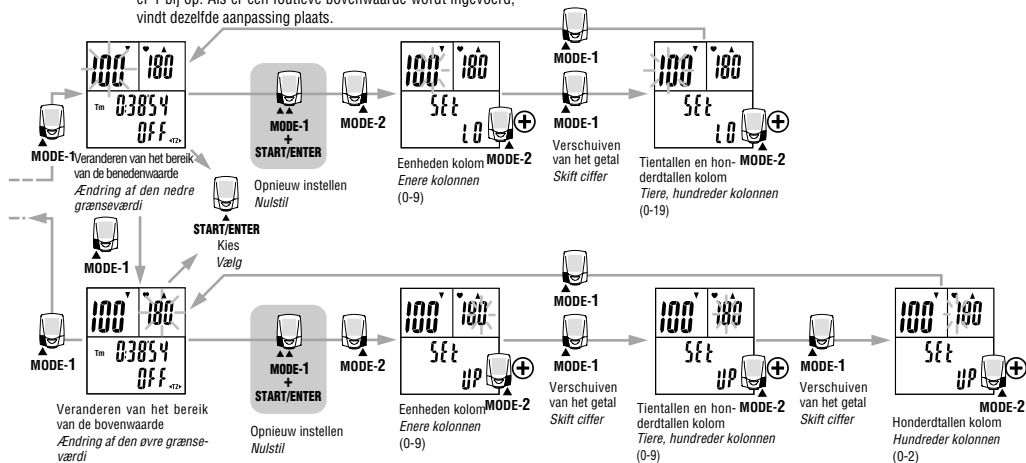
VERWIJZING: • Om de boven/onderwaarde-limiet te veranderen, is het noodzakelijk om de meting te stoppen en de hoofdmeting opnieuw in te stellen. Druk de MODE-1 (Stand-1) knop en de START/ENTER knop tegelijkertijd in om de hoofdmeting opnieuw in te stellen.

- Wanneer een maximale benedenwaarde wordt ingevoerd die hoger is dan de maximale bovenwaarde, past de bovenwaarde zich automatisch aan de grootte van de benedenwaarde aan, en telt er 1 bij op. Als er een foutieve bovenwaarde wordt ingevoerd, vindt dezelfde aanpassing plaats.

For at skifte en værdi og skifte cifre, se nedenstående illustrationer. Efter du har indtastet den ønskede værdi tryk på **MODE-1** knappen for at få alle de numeriske cifre til at blinke, og tryk da **START/ENTER** knappen for at vælge dem. Som standard er den nedre grænse sat til 100 og den øvre til 180.

Bemærk: • For at skifte den øvre/nedre grænseværdi, er det nødvendigt at stoppe målingen og nulstille hovedmålingen. Tryk på MODE-1 knappen og START/ENTER knappen samtidigt for at nulstille målingen.

- Når den nedre grænseværdi er højere end den øvre grænseværdi indtastet bliver den øvre grænseværdi automatisk justeret til den nedre grænseværdi plus en. Når en forkert øvre grænseværdi bliver indtastet bliver samme justering udført.





Voor de beste basisinformatie over hoe u het menuscherm moet gebruiken: ga naar pagina 25.

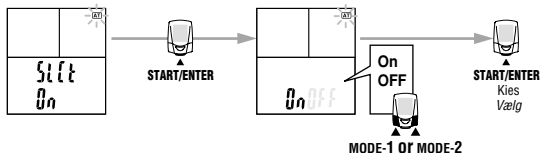


På side 25 gives der yderligere oplysninger om brugen af menuskærbilledet.

Auto-stand

Doord dit scherm te gebruiken, kunt u de automatische-stand (auto-mode) aan/uit zetten. (Voor de auto-stand, zie pagina 23.)

In de oorspronkelijke instelling staat de automatische-stand aan (ON).



Auto-indstilling

Ved at bruge denne menu kan du slå Auto-indstillingen til/fra. (For auto-indstillingen, se side 23.)

Som standard er auto-indstillingen slået til (ON).

Geluid

1. Instellen van het geluidsalarm

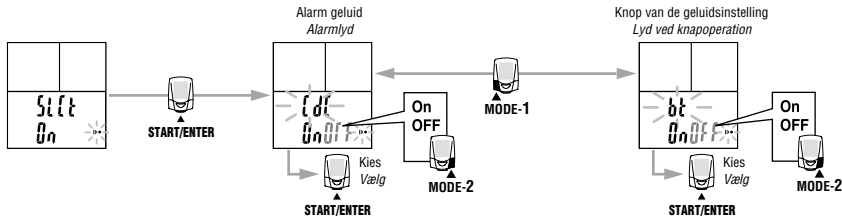
Een alarm gaat af als het hartslagzone-doel aan staat, en het geluidssymbool licht op.

VERWIJZING: De aan ("On") of uit ("OFF") weergave in het menuscherm verwijst naar het geluidsalarm.

2. Instellen van het geluidsalarm

Door deze instelling te gebruiken, kunt u de knop van de geluidsinstelling aan/uit zetten.

In de oorspronkelijke instelling staan zowel het geluidsalarm als de alarmknop aan (ON).



Lyd

1. Alarmlyd opsætning

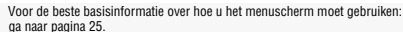
En alarm advarer dig når hjerterytmezonens mål er slået til, og lydikonet lyser.

Bemærk: "On" eller "OFF" indikatoren på menuskærmen refererer til alarmlydens indstilling.

2. Opsætning af lyd ved knapoperation

Ved at bruge denne opsætning, kan du slå lyd ved knapoperation til/fra.

Som standard er både alarmlyden og lyd ved knapoperation slået til.



På side 25 gives der yderligere oplysninger om brugen af menuskærm-billedet.

Met deze functie stelt u de dagtijd in en kiest u tussen een 12- of 24- uurs klok. U kunt geen instellingen veranderen terwijl de meting loopt.

VERWIJZING: • Wisselen tussen 12- en 24-uur kan onafhankelijk van het snelheids-onderdeel uitgevoerd worden.

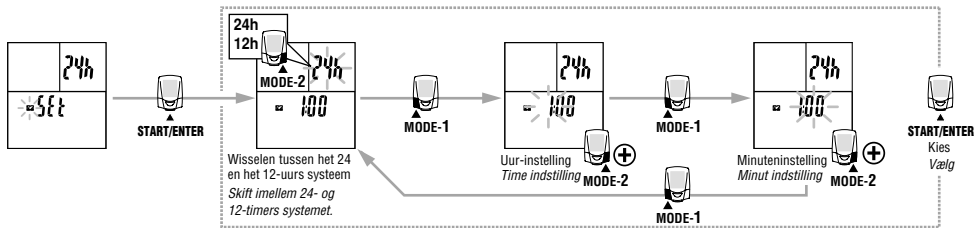
- Houdt de MODE-2 (Stand-2) knop ingedrukt om de opeenvolging van nummers te versnellen.

Indstilling af uret

Denne funktion bruges til at indstille uret og vælge imellem 12- og 24-timers urene. Du kan ikke ændre indstillingerne mens der måles.

Bemærk: • Skiftet imellem 24- og 12-timers urene kan laves uanset hvilken hastighedsenhed der er valgt.

- Tryk på **MODE-2** og hold den nede for at tælle hurtigere opad.



Verdere uitleg over de instellingen van de afstandsbediening-knoppen

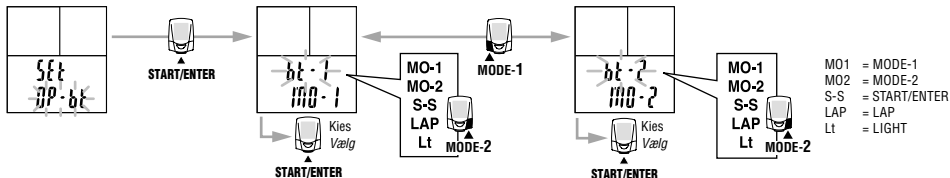
Als u de afstand-knop (optioneel) gebruikt, kunt u de instellingen van deze knop onderverdelen onder de knoppen 1 en 2.

In de oorspronkelijke instelling is knop 1 aangegeven als MODE-1 (Stand-1) en knop 2 als MODE-2 (Stand-2).

Angivelse af fjernknapindstillingerne

Når du bruger fjernknappen (valgfri), kan du indstille funktionaliteten der tildeles knapperne 1 og 2.

Som standard er knap 1 sat til MODE-1 og knap 2 til MODE-2.





Voor de beste basisinformatie over hoe u het menuscherm moet gebruiken: ga naar pagina 25.

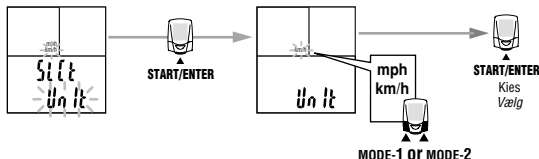


På side 25 gives der yderligere oplysninger om brugen af menuskærm-billedet.

Snelheidseenheden

U kunt wisselen tussen de snelheidseenheden km per uur (km/h) en mijl per uur (mph). Na het wisselen wordt de tot dan toe in totaal afgelegde afstand automatisch omgezet in de andere eenheid.

VERWIJZING: Voordat u de snelheidseenheden verandert, moet u de meting stoppen en alle gemeten data opnieuw instellen.



Hastighedsenhed

Du kan skifte imellem hastighedsenhederne km/t og mph.

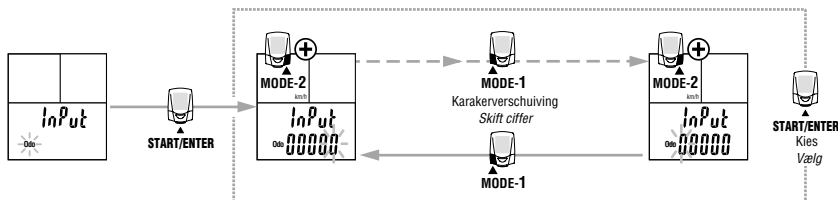
Efter du skifter bliver den totale distance målt indtil nu automatisk konverteret til den nye enhed.

Bemærk: Før du ændrer hastighedsenhederne, er du nødt til at stoppe målingen og nulstille alle målte data.

Handmatige invoer van de totaalafstand

U kunt elke numerieke waarde invoeren als "Totale waarde van de gemeten afstand". Op deze manier kunt u oude data, zelfs wanneer deze gewist is door een formattering, of bij aanschaf van een nieuwe meter, blijven gebruiken.

U kunt tijdens metingen geen waarde invoeren.



Indtast tilbagelagt distance manuelt

Du kan indtaste enhver numerisk værdi som "tilbagelagt distance Odo".

Dette tillader dig at fortsætte med brugen af tidligere data, selv hvis det er blevet slettet ved en formatering eller du har købt en ny måler.

Du kan ikke indtaste en værdi mens der måles.



Voor de beste basisinformatie over hoe u het menuscherm moet gebruiken: ga naar pagina 25.



På side 25 gives der yderligere oplysninger om brugen af menuskærm-billedet.

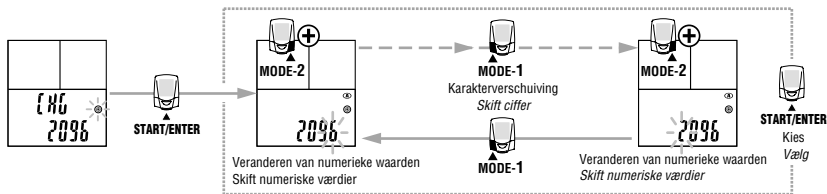
Invoeren van de bandomtreklengte

Dit scherm verandert slechts 1 bandomtreklengte per keer. Om de tweede bandomtreklengte te veranderen, volgt u de hieronder weergegeven wielselectie-aanwijzingen.

Als de fiets in beweging is, kan de waarde van de bandlengte bekeken, maar niet gecontroleerd worden.

Aan te passen afstand: 0100 to 3999 mm

VERWIJZING: Specificeren van een numerieke waarde buiten de mogelijke waarden geeft een foutmelding op het scherm ("Error"), een keuze is dan niet mogelijk.

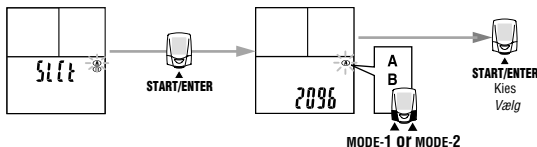


Veranderen van wielselectie

U kunt kiezen tussen twee wielen, A en B.

De initiële waarde voor de omtrekgrootte B is ingesteld op 2050 mm.

U kunt geen waarden veranderen terwijl de fiets in beweging is.



Skift det valgte hjul

Du kan vælge imellem 2 hjul, A og B.

Standardindstillingen for dækstørrelsen (omkredsen) på dæk B er 2050 mm.

Du kan ikke skifte længder mens cyklen bevæger sig.

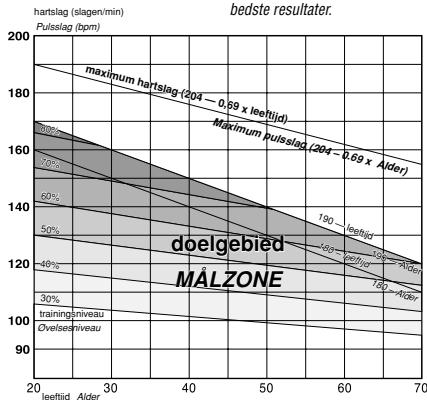
Hartslagtraining

Dit onderdeel is een algemeen overzicht over trainen met hartslagdata. Voor specifiekere informatie zijn er verschillende boeken en websites waar u meer diepgaande informatie kunt vinden. In het algemeen loopt de hartslag op tijdens de oefening en wordt hoger naarmate de intensiteit van de oefening toeneemt. Het opnemen van uw hartslag is een goede graadmeter voor de intensiteit van de oefening. Door hartslagzone-doelen in te stellen en u aan vooraf geplande oefeningen te houden, kunt u efficiënter trainen. Bezoek, voordat u aan een trainingsprogramma begint, een medisch specialist of sporttrainer.

1. Verbeteren van uw algehele conditie

Fietsen is een van de beste activiteiten om uw algehele conditie te verbeteren. Om uw algehele conditie te verbeteren door te fietsen, moet u een hartslagzone-doel instellen tussen 30% en 70% van uw maximale hartslag, afhankelijk van uw fysieke gesteldheid. Oefen voor de beste resultaten volgens een vast patroon in de gekozen zone, voor periodes van minstens 20-30-minuten, minstens 3 keer per week.

Zie de onderstaande tabel om uw zone-doel te bepalen. Deze geeft het verband tussen hartslag en trainingsniveau aan. Beginners worden aangeraden om met een niveau van 30% van uw maximale hartslag te starten. Vanaf dit punt kunt u het niveau geleidelijk laten oplopen, afhankelijk van uw conditie en ervaring. Trainingen op een niveau boven 70% van uw maximale hartslag zullen meer gericht zijn op anaerobische oefeningen, en minder op aerobische oefeningen. Gewichtsverlies treedt normaalgesproken op tijdens langere ritten (langer dan 1 uur) op lagere hartslagniveaus.



Hjerterytmetræning

Denne sektion er blot en generel oversigt over træning med hjerterytme dataene. For mere fuldstændige informationer findes der adskillige bøger og websites med mere dybdegående informationer.

Generelt stiger hjerterytmen under træning, og bliver højere i forbindelse med træningens intensitet. En god indikator for intensiteten af din træning er at måle rytmen af dit hjerteslag. Ved at indstille mål-HR (hjerterytme), og holde dig til forudindstillede øvelser, vil du kunne træne mere effektivt. Before beginning a training program, be sure to first consult a medical specialist or sports trainer.

1. Generel formforbedring

Cykling er en af de bedste aktiviteter til at forbedre din generelle form. indstil et hjerterytmezone mål imellem 30 og 70% af din maximum HR, afhængig af din fysiske styrke, for at forbedre din form igennem cykling. Træn konsekvent i denne zone i perioder af mindst 20-30 minutter, 3 gange eller mere om ugen, for at opnå de bedste resultater.

Se nedenstående tabel, som viser det gensidige forhold imellem hjerterytme og træningsniveau, for at finde din målzone. For begyndere er det anbefalet at starte med et niveau på 30% af dit maksimum. Forøg gradvist niveauet fra dette punkt og frem i henhold med din form og erfaring. Træning ved niveauer over 70% af din maksimum HR vil fokusere mere på anaerobisk træning, og mindre på aerobisk træning. Vægttab sker typisk igennem længere ture (over 1 time) ved lavere HR niveauer.

2. Competitietraining

Meet uw hartslag in rust net nadat u 's ochtends wakker wordt en uw maximale hartslag (bijvoorbeeld tijdens competitie). Stel daarna uw zone-doel in, afhankelijk van uw streefdoel:

A) Voor herstel, duurttraining en gewichtsverlies:

60% - 70% (aerobische oefening)

B) Voor kwaliteits-uthoudingsvermogen en tempotraining:

70% - 80% (aerobische oefening)

C) Voor het opvoeren van de tempotraining, racevermogen en maximale V02:

85% + (anaerobische oefening)

D) Voor anaerobische inhoud en sprinten:

92.5% + (anaerobische oefening)

$$\bullet \text{ Trainingsniveau (\%)} = \frac{(\text{Hartslag-doel}) - (\text{hartslag in rust})}{(\text{Maximale hartslag}) - (\text{hartslag in rust})} \times 100$$

$$\bullet \text{ Hartslag-doel} = (\text{Maximale hartslag} - \text{hartslag in rust}) \times \frac{\text{Trainingsniveau (\%)}}{100} + \text{Hartslag in rust}$$

• Hartslag in rust

Uw hartslag in rust is meestal het laagst als u hem 's ochtends, net nadat u wakker wordt, opneemt.

• Maximale hartslag

De volgende berekeningen worden meestal gebruikt: $(220 - \text{leeftijd})$ of $(204 - 0.69 \times \text{leeftijd})$.

Voor een specifiekere berekening kunt u een trainingsspecialist raadplegen.

2. Træning til konkurrence

Mål dit hertes hvilerhythme lige efter du vågner om morgenen, og din maximum hjerterhythme (måske under konkurrence). Indstil da din målzone i henhold til dit mål:

A) Genoptræning, uholdenhedstræning og vægttab:

60 - 70% (aerobisk træning)

B) Kvalitetsudholdenheds og tempotræning:

70 - 80% (aerobisk træning)

C) Forøgelse af TT og ræceevne, og V02 max:

85% + (anaerobic exercise)

D) Anaerobisk kapacitet og sprintning:

92.5% + (anaerobic exercise)

$$\bullet \text{ Træningsniveau (\%)} = \frac{(\text{Hjerterhythmemål}) - (\text{Hjertets hvilerhythme})}{(\text{Maksimum hjerterhythme}) - (\text{Hjertets hvilerhythme})} \times 100$$

$$\bullet \text{ Hjerterhythme mål} = (\text{Maksimum hjerterhythme} - \text{Hjertets hvilerhythme})$$

$$\times \frac{\text{Træningsniveau (\%)}}{100} + \text{Hjertets hvilerhythme}$$

• Hjertets hvilerhythme

Dit hertes hvilerhythme er normalvis lavest hvis optaget tidligt efter du er vågnet om morgenen.

• Maksimum hjerterhythme

De følgende beregninger bruges normalt: $(220 - \text{alder})$ eller $(204 - 0.69 \times \text{alder})$.

Konsulter en træningsspecialist for et mere præcist tal.

Probleemoplossing

Als er zich een probleem voordoet, controleer dan het volgende voordat u contact opneemt met Cat Eye of uw verkooppunt voor reparatie of hulp.

Probleem/ Controleren van onderdelen / Oplossing

Beweging op het scherm wordt langzamer.

Is de omgevingstemperatuur laag (beneden nul graden)?

Kan gebruik worden beneden 0 graden met een langzamere beeldreactie.

Alle numerieke karakters weergegeven op 2 regels op Scherm-3 knipperen.

De overgebleven capaciteit van de batterij van het hoofdonderdeel is erg laag. Vervang de batterij meteen door een nieuwe (CR2032). Vergeet niet om na de vervanging de herstartprocedure uit te voeren (pagina 10).

Geen schermweergave.

Is de batterij van het hoofdonderdeel leeg?

Vervang de batterij door een nieuwe (CR2032). Vergeet niet om na de vervanging de herstartprocedure uit te voeren (pagina 10).

Betekenisloos scherm zichtbaar.

Voer de herstartprocedure uit (pagina 10).

Abnormale meetwaarden verschijnen.

Zijn er objecten die electromagnetische straling uitzenden (zoals spoorwegen, tv-zendstations enz) in de buurt?

Houdt de machine uit de buurt van elk object dat storing kan veroorzaken en stel de data opnieuw in.

Het indrukken van de START/ENTER knop stopt de meting niet.

Controleer of de automatische-stand aanstaat (het  symbool licht dan op).

Als het  symbool oplicht, staat de auto-stand aan. U kunt de meting dan niet starten of stoppen door op de knop te drukken. Zet de automatische-stand uit. (Zie "Automatische-stand"/"Auto-mode" op Pagina 28.)

Er worden geen snelheidsgegevens weergegeven.

Controleer of de afstand tussen de snelheidssensor en de magneet te groot is.

Is de indicatielijn van de snelheidssensor buiten het midden van de magneet geraakt?

Pas de positie van de snelheidssensor en de magneet correct aan. (zie "Installatie van het onderdeel op uw fiets" op pagina 8.)

Wordt "SLEEP" weergegeven op uw scherm?

Breek deze ruststand af door op een knop te drukken.

Is de batterij van de snelheidssensor leeg?

Vervang hem door een nieuwe batterij (CR2032).

Is de batterij van het hoofdonderdeel leeg?

Wees er zeker van dat u na het verplaatsen de herstartprocedure uitvoert (pagina 10).

Fejlfinding

Hvis en funktionsfejl forekommer, tjek venligst det følgende inden du kontakter Cat Eye eller din forhandler for reparation eller service.

Problem / Tjekpunkter / Afhjælpning

Bevægelsen på displayet bliver langsommere.

Er temperaturen i omgivelserne lav (under 0 grader celsius)?

Kan bruges under 0° med langsommere skærmopdatering.

Alle numeriske cifre i de to linier på Display-3 blinker.

Den tilbageværende batterispænding i den trådløse sensor er lav.

Udskift det med et nyt batteri (CR2032) i god tid. Efter udskiftning, husk at udføre genstart operationen (side 10).

Intet kommer frem på displayet.

Er batteriet for hovedenheden brugt op?

Udskift det med et nyt batteri (CR2032) straks. Efter udskiftning, husk at udføre genstart operationen (side 10).

Meningsløs skærm vises.

Udfør genstart operationen (side 10).

Abnormale målte værdier vises.

Er der nogen objekter i nærheden som udsender elektromagnetiske bølger? (jernbanespor, TV sendemaster, osv.)

Hold enheden væk fra objekter der kan forårsage forstyrrelser og nulstil dataene.

Et tryk på START/ENTER knappen starter eller stopper ikke målingen.

Tjek om auto-indstillingen er slået til (med  ikonet oplyst).

Når  ikonet er oplyst er auto-indstillingen slået til; du kan ikke starte eller stoppe målingen ved at trykke på knappen. Slå auto-indstillingen fra. (Se "Auto-indstillingen" på side 28.)

Der vises ingen hastigheder.

Check om afstanden imellem hastighedssensoren og magneten er for stor.

Er indikatorlinjen på hastighedssensoren udfor midten af magneten?

Juster hastighedssensorens og magnetens position korrekt. (Se "Installation af enheden på din cykel" på side 8.)

Er "SLEEP" vist på skærmen?

Annuler sleep funktionen ved at trykke på en knap.

Er hastighedssensorens batteri opbrugt?

Erstat det med et nyt batteri (CR2032).

Er hovedenhedens batteri opbrugt?

Husk at gå igennem en genstart (Side 10).

Hartslagsignalen worden niet ontvangen.

Wordt SLEEP of alleen de tijd op het scherm weergegeven?

Beëindig de energiebesparende stand door op een knop te drukken.

Is het rubberen oppervlakte van het electrodevitje eraf gekomen?

Plaats het electrodevitje met het rubberen oppervlak zo dat het in nauw contact met het lichaam staat.

Droge huid (met name in de winter)?

Maak het electrodevitje van de hartslagsensor een beetje vochtig.

Is de batterij van de hartslagsensor leeg?

Vervang hem door een nieuwe (CR2032).

Is de batterij van het hoofdonderdeel leeg?

Vervang hem voor een nieuwe (CR2032). Wees er zeker van dat u na het vervangen de herstartprocedure uitvoert (pagina 10).

Is het electrodevitje erg versleten en beschadigd door veelvuldig gebruik?

Vervang hem door een nieuwe hartslagsensor.

Schommelingen in de hartslagindicator, bijvoorbeeld het terugspringen op nul waarna de hartslag weer gemeten wordt.

Wordt het electrodevitje correct gedragen?

Volg voor het correct dragen van het electrodevitje de instructies voor het dragen van de hartslagsensor (pagina 14).

Als u het hoofdonderdeel van uw lichaam weghaalt, wordt er geen hartslag meer gemeten.

De batterij voor de hartslagsensor van het hoofdonderdeel is leeg.

Vervang hem door een nieuwe. Wees er zeker van dat u de herstartprocedure uitvoert na de vervanging (pagina 10).

Ronde-data kunnen niet worden opgeslagen.

Heeft u al 50 ronden gereden?

Stel de data van de hoofdmeting opnieuw in om de ronde-opname te wissen.

Is de ronde- interval langer dan 27 uur (Of is de fietstrip-afstand tijdens een interval meer dan 999.99 km)?

Als u over deze waarden heengaait, kan de ronde niet worden weergegeven.

Wordt het ronde-scherm aangegeven?

Als het rondescherm aan is – bijvoorbeeld, meteen na de ronde-opname of wanneer u in het rondedata-scherm bent – kan er geen ronde worden opgenomen.

Door op de LIGHT (Licht) knop te drukken dimt het scherm.

De resterende capaciteit van de batterij is erg laag.

Vervang de batterij zo snel mogelijk door een nieuwe (CR2032). Vergeet niet om na de vervanging de herstartprocedure uit te voeren (pagina 10).

In menustand, kunnen instellingen niet veranderd worden.

Is de computer bezig met opnemen van tijd en/of snelheid?

Bepaalde instellingen kunnen niet worden veranderd tijdens een meting.

Wees er zeker van dat de timer en/of de snelheidsmeting stilgezet worden (bepaalde instellingen kunnen niet ingevoerd worden zonder eerst het hoofdonderdeel opnieuw in te stellen).

Hjerterytmesignaler bliver ikke modtaget.

Er SLEEP eller kun tiden vist på skærmen?

Gå ud af strømbesparingsstilstand ved at trykke på en knap.

Er gummioverfladen på elektrodepuden gået af?

Juster elektrodepuden så gummioverfladen er i tæt kontakt med kroppen.

Tør hud (specielt om vinteren)?

Gør hjerterytmesensorens elektrodepude fugtig.

Er hjerterytmesensorens batteri opbrugt?

Erstat det med et nyt (CR2032).

Er hovedenhedens batteri brugt op?

Erstat det med et nyt (CR2032). Husk at gennemføre en genstart (side 10) efter skift
Er elektrodepuden alt for slidt og skadet efter lang tids brug?

Erstat den med en ny hjerterytmesensor.

Svingninger i hjerterytmeindikatoren, for eksempel returnerer den til nul og så måler den hjerterytmen igen.

Bliver elektrodepuden båret korrekt?

For at bære elektrodepuden korrekt, følg instruktionerne for at bære hjerterytmesensoren (side 14).

At flytte hovedenheden væk fra din krop vil forhindre måling af hjerterytmen.

Batteriet i hjerterytmesensoren eller hovedenheden er opbrugt.

Erstat det med et nyt. Husk at gennemføre en genstart (Side 10) efter skiftet.

Omgangsdata kan ikke gemmes.

Har du allerede kørt 50 omgange?

Nulstil hovedmålingen for at slette omgangsmålingen.

Er omgængens interval over 27 timer (Eller er den tilbagelagte distance over 999.99 km?)

Med disse værdier overskridt, kan omgængens ikke måles.

Er omgængensvisningen vist på displayet?

Når omgangsdata er vist - f.eks. umiddelbart efter omgangsregistrering eller mens du er i omgangsvisningen - kan en omgang ikke optages.

At trykke på LIGHT knappen gør displayet mørkere.

The remaining battery capacity for the main unit is very weak.

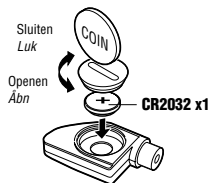
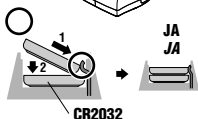
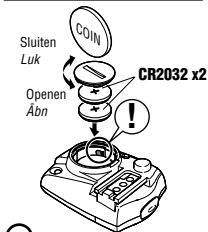
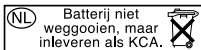
Den tilbageværende spænding på batteriet er meget svag. Efter udskiftning, husk at udføre genstart operationen (side 10).

Kan ikke ændre indstillinger i menuen.

Registrerer computeren tid og eller hastighed korrekt ?

Nogle indstillinger kan ikke ændres mens målingen foregår.

Sikr dig at timeren og hastighedsmålingen er stoppet (nogle indstillinger kan ikke laves uden først at nulstille hovedmålingen).



Vervangen van de batterij

⚠ Waarschuwing!!!

Gooi oude batterijen op de juiste manier weg. Houdt de vervangen batterij uit de buurt van kinderen. Als een kind de batterij per ongeluk doorslikt, waarschuw dan meteen een arts. Als een batterij versleten raakt, vervang deze dan door een nieuwe door de volgende instructies op te volgen:

VERWIJZING:

- Het battery-alarm, dat op het knipperende scherm wordt weergegeven, dient slechts als een richtlijn, de paciteit van de batterijen weer.
- Wij raden u aan om als een van de batterijen van het hoofdonderdeel, de snelheidssensor of de hartslagsensor bijna leeg is, alle batterijen te vervangen.

Hoofdonderdeel

Levensduur van de batterij: ongeveer 6 maanden (bij dagelijks gebruik van 1 uur)

* De levensduur die in deze gebruiksaanwijzing staat aangegeven is niet definitief en is afhankelijk van de omstandigheden waarin de batterij gebruikt wordt.

Vervang de oude batterijen door nieuwe lithium batterijen (CR2032). Plaats twee nieuwe batterijen met het + teken naar boven, zoals te zien is in de illustratie, en sluit het batterijklepje stevig.

VERWIJZING: Na vervanging moet u de herstartprocedure uitvoeren (pagina 10).

* Vergeet niet om de dagtijd in te stellen door het menuscherm te gebruiken.

Snelheidssensor

Levensduur van de batterij: ongeveer 1 jaar (bij dagelijks gebruik van 1 uur)

Gebruik een munt of gelijkwaardig voorwerp, draai en verwijder het batterijklepje van het sensoroppervlak. Vervang de oude batterijen door nieuwe lithium batterijen (CR2032). Plaats twee batterijen met het + teken naar boven zoals weergegeven in de illustratie, en sluit het batterijklepje stevig.

Udsiftning af batteriet

⚠ Advarsel!!!

Skil dig sikkert af med gamle batterier. Placer dem ikke indenfor børns rækkevidde. Hvis et batteri ved et uheld bliver slugt, søg strake lægehjælp.

Når et batteri er opbrugt, udskift det med et nyt ifølge instruktionerne:

Bemærk:

- Batterialarmen givet ved at displayet blinker er kun vejledende, og indikerer ikke batteriernes faktiske livsstatus.

- Når det ene af batterierne i hovedenheden, hastighedssensoren og/eller hjerterytme-sensoren når enden af sin brugstid anbefales det at du skifter alle batterierne.

Hovedenheden

Batterilevetid: ca. 6 måneder (hvis brugt i 1 time om dagen)

* Batterilevetiden vist i denne manual er ikke definitiv og kan variere afhængig af brugsmiljøet.

Udskift de gamle batterier med nye lithium batterier (CR2032).

Placer to batterier med + symbolet opad, som vist i illustrationen, og luk batterilåget sikkert.

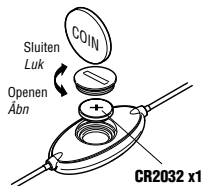
Bemærk: Husk at udføre genstart operationen efter udskiftning (side 10).

* Glem ikke at indstille uret ved at bruge menuen.

Hastighedssensor

Batterilevetid: ca. 1 år (hvis brugt i 1 time om dagen)

Fjern batterilåget på sensorens overflade, ved brug af en mønt eller et lignende objekt. Skift de gamle batterier ud med nye lithium batterier (CR2032). Placer to batterier med + tegnet opad, som vist på illustrationen, og luk batterilåget sikkert.



Hartslagsensor

Duurzaamheid van de batterij: ongeveer 1 jaar, als hij 1 uur per dag wordt gedragen.

Gebruik een munt of gelijkwaardig voorwerp, draai en verwijder het batterijklepje van het hartslagsensor-zender. Vervang de oude batterij door nieuwe lithium batterij (CR2032). Plaats de batterij met het + teken naar boven zoals weergegeven in de illustratie, en sluit het batterijklepje stevig.

- VERWIJZING:**
- De hartslagsensor verbruikt energie als hij gedragen wordt. Verwijder de hartslagsensor telkens wanneer meting niet gewenst is.
 - Om de batterij waterdicht te houden, is het correct sluiten van het batterijklepje uiterst belangrijk. Controleer of het klepje goed afsluit.

Hjerterytmesensor

Batterilevetid: ca. 1 år under 1 times brug om dagen.

Brug en mønt eller et lignende objekt til at fjerne batterilåget på overfladen af senderen. Skift det brugte batteri ud med et nyt lithium batteri (CR2032). Placer batteriet med + tegnet opad, som vist på illustrationen, og luk batterilåget sikkert.

- Bemærk:**
- Hjerterytmesensoren bruger strøm når den bæres. Fjern hjerterytmesensoren når måling ikke er påkrævet.
 - For at holde batteriet vandtæt, er batterilågets pakning vitalt. Tjek om pakningen sidder korrekt.

Onderhoud

Dagelijks onderhoud van de HR200DW

- Als het hoofdonderdeel, de hartslagsensor, of de snelheidssensor vlekken vertoont of smerig is, maak het dan met een zachte, natte doek met een neutraal schoonmaakmiddel schoon. Wrijf het daarna met een droge doek droog. Gebruik geen organische oplosmiddelen zoals verfthinner of alcohol, omdat dit tot oppervlaktebeschadiging kan leiden.
- De riem neemt gemakkelijk zweet op, en dit niet schoonmaken is onhygiënisch. Was met een neutraal schoonmaakmiddel.
- Controleer regelmatig of de snelheidssensor en de magneet nog op de goede plaats zitten en of ze nog stevig vast zitten.

Vedligeholdelse

Daglig pleje af HR200DW

- Når hovedenheden, hjerterytmesensoren eller hastighedssensoren bliver beskidt, bør den rengøres eller tørres af med et et blødt vådt stykke stof, med et neutralt rensmiddel.
- Brug ikke opløsningsmidler som fortynder eller rensealkohol, det kan forårsage skader på overfladen.
- Bælteholderen absorberer let sved, og at efterlade den sådan er uhygiejnisk. Vask den med et neutralt rengøringsmiddel.
- Tjek jævnligt at hastighedssensoren og magneten er placeret korrekt og fastgjort sikkert.

Standaard accessoire *Standard tilbehør*

169-9250



169-6677



169-9270



169-9273



169-9236



169-9691



166-5150



Reserve onderdelen

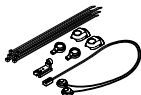
- 169-9250 Onderdelenset
- 169-6677 Snelheidssensor-set
- 169-9270 Hartslagsensor-set
- 169-9273 Riem
- 169-9236 Clipset
- 169-9691 Wielmagneet
- 166-5150 Lithium batterij (CR2032)

Tilbehør

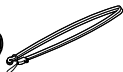
- 169-9250 Løsdele
- 169-6677 Hastighedssensor sæt
- 169-9270 Hjerterytmesensor sæt
- 169-9273 Bælteholder
- 169-9236 Holder sæt
- 169-9691 Hjul magnet
- 166-5150 Litium Batteri (CR3032)

Optioneel *Valgfrie dele*

169-9200



169-9276



169-9760



169-9690



- 169-9200 Afstandbediening-knoppen-set
- 169-9276 Nekbandje
- 169-9760 Magneet voor combinatiewiel
- 169-9690 Hi-Power wielmagneet

- 169-9200 Fjernknap kit
- 169-9276 Halsstrop
- 169-9760 Magnet for egefri hjul
- 169-9690 Hi-Power hjul magnet

Specificaties

Scherf-functies

Scherf-1	Huidige snelheid	0.0 (4.0) – 105.9 km per uur (Voor een bandlengte van 27 inch) [0.0 (3.0) – 65.9 mijl per uur]
	Ronde nummer	1 – 50
Scherf-2	Hartslag	0 (30) - 299 spm
	Gemiddelde hartslag	0 - 299 spm
	Maximale hartslag	0 (30) - 299 spm
	Hartslagzone rusttijd	0 - 999 minuten
	Gemiddelde ronde-hartslag	0 - 299 spm (Voor de ronde-indicatiestand)
Scherf-3	Afgelegde tijd	0:00'00" – 9:59'59"
	Maximumsnelheid	0.0 (4.0) – 105.9 km per uur [0.0 (3.0) – 65.9 mijl per uur]
	Gemiddelde snelheid*1	0.0 – 105.9 km per uur [0.0 (3.0) – 65.9 mijl per uur]
	Totaaltijd	0.0 – 9999.9
	Totaalafstand	0.0 – 99999 km [mijl]
	Kloktijd	0:00 – 23:59 [1:00 – 12:59]
	Kalorieënverbruik	0 tot 99999 kcal (Een op berekeningen gebaseerde schatting)

Controlesysteem: 8-bit 1-chip microcomputer, kristallen triller
 Schermstelsysteem: Vloeibare kristalscherm (Met wit-LED achtergrondlicht)
 Signaal-opvangstelsysteem: Noncontact magnetische sensor
 Sensor signaal-zending en ontvangst: Electromagnetische installatie radio-systeem (Dubbel puls-systeem)

Afstand voor signaalontvangst:
 Snelheidsensor: van 20 cm tot ongeveer 70 cm of minder
 Hartslagsensor: van 20 cm tot ongeveer 80 cm of minder
 (Onthoud dat het om een geschat ontvangstbereik gaat.)

Temperatuurbereik waarbij de machine werkt:
 0°C – 40°C [32°F – 104°F]

Temperatuurbereik waarin de machine kan worden bewaard:
 – 20°C – 50°C [– 4°F – 122°F]

Bereik van de wielomtrek lengte:
 0100 – 3999 mm

Energieverbruik/duurzaamheid van de batterij:
 Hoofdonderdeel: CR2032 x 2 / ongeveer 6 maanden (bij dagelijks gebruik van 1 uur)
 Hartslagsensor: CR2032 x 1 / Gemiddeld 1 jaar (bij 1 uur per dag dragen)
 Snelheidsensor: CR2032 x 1 / Gemiddeld 1 jaar (bij dagelijks gebruik van 1 uur)
 Dimensies/Gewicht: Hoofdonderdeel: 61 x 44 x 24.5 mm / 46 g
 Hartslagsensor: 270 x 33 x 20 mm / 32 g

*1 Als de fietstripafstand over de 999.99 km gaat, of als de verstreken tijd over 27 uur gaat, verschijnt het symbool 'E'.

*Ontwerpen en specificaties zijn onderhevig aan veranderingen zonder mededeling, afhankelijk van veranderingen of verbeteringen.

Specificationer

Display funktioner

Display-1	Nuværende hastighed	0.0 (4.0) - 105.9 km/t (For en dækstørrelse på 27 tommer) [0.0 (3.0) - 65.9 mph]
	Omgangsnummer	1 - 50
Display-2	Herterytme	0 (30) - 299 bpm
	Gennemsnitshjerterytme	0 - 299 bpm
	Maksimum hjerterytme	0 (30) - 299 bpm
	Hjerteslags dvaletid	0 - 999 minutter
	Gennemsnits omgangshjerterytme	0 - 299 bpm (For omgangsvisningen)
Display-3	Forløben tid	0:00'00" - 9:59'59"
	Tilbagelagt distance	0.00 - 999.99 km [mile]
	Max. hastighed	0.0 (4.0) - 105.9 km/t [0.0 (3.0) - 65.9 mph]
	Gennemsnitshastighed *1	0.0 - 105.9 km/t [0.0 - 65.9 mph]
	Total tid	0.0 - 9999.9
	Total distance	0.0 - 99999 km [mile]
	Urets tid	0:00 - 23:59 [1:00 - 12:59]
	Kalorieforbrænding	0 til 99999 kcal (Beregnings-baseret bedømmelse)

Kontrolsystem: 8-bit 1-chip microcomputer, crystal oscillator
 Display system: Skærm med flydende krystaller (Med hvidt LED baggrundslys)
 Signal opdagelsessystem: Kontaktfri magnetisk sensor
 Sensor signal udsendelse og modtagelse: Electromagnetisk induktionsradio system (Dobbelt puls system)

Rækkevidde for modtagelse af signal:
 Hastighedssensor: Fra 20 cm til ca. 70 cm eller mindre
 Hjerterytmesensor: Fra 20 cm til ca. 80 cm eller mindre
 (Bemærk at modtageafstanden er omtrentlig.)

Operationstemperatur rækkevidde:
 0°C – 40°C [32°F – 104°F]

Opmagasineringsstemperatur rækkevidde:
 – 20°C – 50°C [– 4°F – 122°F]

Hjulomkreds in dstillingsrækkevidde:
 0100 – 3999 mm

Strømforsyning/batterilevetid:
 Hovedenhed: CR2032 x 2 / ca. 6 måneder (hvis brugt i 1 time/dag)
 Hjerterytmesensor: CR2032 x 1 / ca. 1 år (båret ca. 1 time dagligt)
 Hastighedssensor: CR2032 x 1 / ca. 1 år (hvis brugt i 1 time/dag)
 Mål/Vægt: Hovedenhed: 61 x 44 x 24.5 mm / 46 g
 Hjerterytmesensor: 270 x 33 x 20 mm / 32 g

*1 Når den tilbagelegte distance overstiger 999.99 km, eller den forløbne tid overstiger 27 timer vises symbolet [E].

*Design og specificationer kan gøres til genstand for ændringer uden varsel, som følge af modifikationer eller forbedringer.

NL

DK

Beperkte Garantie

Geldt alleen voor: Hoofdonderdeel/Hartslagsensor/Snelheidssensor (Niet voor de batterijen)

Mocht het hoofdonderdeel of de draadloze sensor onder normale omstandigheden niet werken, dan repareren of vervangen we deze gratis. De garantieservice wordt door ons uitgevoerd.

Vul uw naam, adres en de aankoopdatum in op de garantiekaart, samen met het gebrek, en stuur het product naar ons op. Alhoewel we de verzendkosten voor het opsturen niet vergoeden, betalen we wel voor de retourkosten.

CAT EYE CO., LTD. 2-8-25 Kuwazu Higashi Sumiyoshi-ku, Osaka 546-0041
JapanT.a.v.: CAT EYE Customer Service Section
Service & Research-adres voor klanten in de Verenigde Staten
Klanten: CAT EYE Service & Research Center
1705 14th St. 115 Boulder, CO 80302
Telefoon: 303-443-4595 Bel: 800-5CATEYE
Fax: 303-473-0006 Internet: <http://www.cateye.com>

Garanti

Gælder kun: Hovedenhed/Hjerterytmesensor/Hastighedssensor (Ikke batterierne)

Skulle hovedenheden fejle under normale brugsforhold, vil vi reparere eller erstatte den gratis. Garantieservice vil blive udført direkte af os.

Udfyld venligst dit navn og adresse samt købsdato i garantikortet, sammen med en fejlbeskrivelse, og send den sammen med produktet til os. Selvom vi ikke godtgør dig fragtomkostningerne, betaler vi for returrer.

CAT EYE CO., LTD. 2-8-25, Kuwazu, Higashi Sumiyoshi-ku, Osaka 546-0041 Japan
Att.: CAT EYE Customer Service Section
Service & Research adressen i USA
Forbrugere : CAT EYE Service & Research Center
1705 14th St. 115 Boulder, CO 80302
Tlf.: 303-443-4595 Frikald: 800-5CATEYE
Fax: 303-473-0006 URL: <http://www.cateye.com>

Bandomtreklengte referentie-tabel

Bandlengte Dæk størrelse	L (mm)	Bandlengte Dæk størrelse	L (mm)	Bandlengte Dæk størrelse	L (mm)	Bandlengte Dæk størrelse	L (mm)	Bandlengte Dæk størrelse	L (mm)
12 x 1.75	935	24 x 1	1753	26 x 1-1/8	1970	26 x 3.00	2170	700 x 23C	2096
14 x 1.50	1020	24 x 3/4 Tubular	1785	26 x 1-3/8	2068	27 x 1	2145	700 x 25C	2105
14 x 1.75	1055	24 x 1-1/8	1795	26 x 1-1/2	2100	27 x 1-1/8	2155	700 x 28C	2136
16 x 1.50	1185	24 x 1-1/4	1905	26 x 1.40	2005	27 x 1-1/4	2161	700 x 30C	2170
16 x 1.75	1195	24 x 1.75	1890	26 x 1.50	2010	27 x 1-3/8	2169	700 x 32C	2155
18 x 1.50	1340	24 x 2.00	1925	26 x 1.75	2023	650 x 35A	2090	700C Tubular	2130
18 x 1.75	1350	24 x 2.125	1965	26 x 1.95	2050	650 x 38A	2125	700 x 35C	2168
20 x 1.75	1515	26 x 7/8	1920	26 x 2.00	2055	650 x 38B	2105	700 x 38C	2180
20 x 1-3/8	1615	26 x 1(59)	1913	26 x 2.10	2068	700 x 18C	2070	700 x 40C	2200
22 x 1-3/8	1770	26 x 1(65)	1952	26 x 2.125	2070	700 x 19C	2080		
22 x 1-1/2	1785	26 x 1.25	1953	26 x 2.35	2083	700 x 20C	2086		

* De bandlengte staat op twee kanten op de band aangegeven.

Dækomkreds reference tabel

* Dækkets størrelse er angivet på begge sider af dækket.

NL

DK