

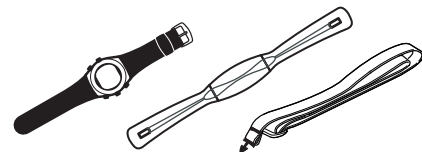


I cardiofrequenzimetri MSC-HR10 e MSC-HR20 sono intesi per l'uso esclusivamente per scopi sportivi e non per sostituire qualsiasi consiglio medico.

Questo manuale contiene importanti informazioni di sicurezza e cura, e fornisce istruzioni passo-passo per utilizzare questo prodotto. Leggere il manuale attentamente e tenerlo in un luogo sicuro per poterlo consultare in futuro.

CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

- Orologio
- Sensore della frequenza cardiaca
- Cintura
- 2 batterie al litio CR2032 (installate)



INDICE

1.0 Orologio da polso	3.2 Impostazione di un profilo exercise	5.1 Indice di fitness
2.0 Funzionamento basilare	3.3 Come usare i profili di allenamento	6.0 Batterie
2.1 Modifica delle impostazioni	3.4 Funzioni della memoria	7.0 Istruzioni per la cura
2.2 Impostazione dell'orologio	3.5 Allarme	7.1 Attività acquatiche e all'esterno
2.3 Modo cronometro	3.6 Retroilluminazione	8.0 Specifiche tecniche
2.4 Contagiri (HR20)	4.0 Come indossare il sensore della frequenza cardiaca	9.0 Flusso schermo
3.0 Modo profilo	5.0 Score attività	10.0 Garanzia limitata
3.1 Impostazione del profilo utente		11.0 Parti di ricambio

Uso corretto di CatEye MSC-HR10/20



AVVERTENZA:

- Si sconsiglia categoricamente l'uso dell'apparecchiatura ai portatori di Pace Maker.
- Tenere le batterie, usate o no, assolutamente al di fuori della portata dei bambini e, una volta scariche, disfarsene secondo le correnti norme di sicurezza.

Nel caso di ingerimento accidentale di batterie da parte di un bambino, consultare il medico immediatamente.



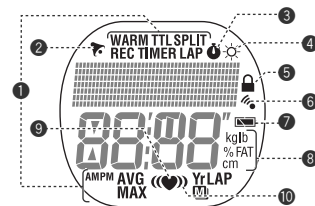
IMPORTANTE:

- I seguenti luoghi e oggetti generano forti interferenze e onde magnetiche che potrebbero causare un'errata misurazione:
 1. TV, PC, radio, motori di autoveicoli o treni.
 2. Passaggi a livello, in prossimità di binari ferroviari, stazioni televisive e basi radar.
- Non posizionare più di un trasmettitore a 1.5 m dall'unità principale. Non usare l'unità principale insieme ad altre apparecchiature cordless pena una misurazione incorretta.
- Maneggiare con cura ed evitare la caduta dell'unità principale, del sensore velocità, cardio-sensore ed altri componenti; proteggere dai forti urti.
- Interrompere l'uso della cintura o del cuscinetto a elettrodi se appaiono esantemi sull'epidermide.
- Non torcere o tirare con forza il cardio-sensore.
- L'uso prolungato può logorare il cardio-sensore e causare errori di misurazione.

In presenza frequente di errori di misurazione, sostituire il cardio-sensore.

1.0

OROLOGIO DA POLSO



- 1 **Icone Misura**
- 2 **Icona Allarme**
- 3 **Icona Cronometro**
 - Lampeggia nel Modo Clock se il cronometro è attivo
- 4 **Icona Luce automatica**
- 5 **Icona Chiusura tasti**
- 6 **Icona Suono**
- 7 **Icona Batteria**
- 8 **Unità di misura**
- 9 **Icona Frequenza Cardiaca (♥)**
 - Si accende quando l'MSC-HR10/20 è pronto a ricevere il segnale della frequenza cardiaca.
 - Lampeggia quando riceve il segnale della frequenza cardiaca.
- 10 **Icona Allarme Zona (◀ ▶)**
 - Lampeggia quando la frequenza cardiaca si trova all'esterno della Zona Frequenza Cardiaca obiettivo.

HR10: MEMORIA (MEM/-)

HR20: MEMORIA/GIRI (MEM/LAP/-)

- conta un giro (HR20)
- richiama Cronometro o Memoria allenamento
- riduce un valore impostato

MODO (MODE)

- premere per ciclare soltanto attraverso i modi

AVVIO/ARRESTO (ST/SP/+)

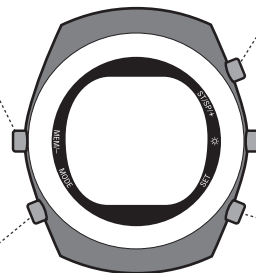
- avvio e arresto del timer
- aumenta un valore impostato

LUCE (☼)

- accende la retroilluminazione
- tenere premuto per attivare/disattivare la chiusura dei tasti

SELEZIONA/IMPOSTA (SET)

- immette una modalità di impostazione
- conferma un'impostazione
- accende una modalità di funzione secondaria



2.0 FUNZIONAMENTO BASILARE

FUNZIONAMENTO PER LA PRIMA VOLTA

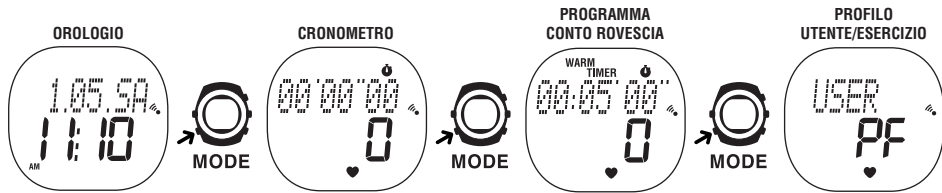
Premere qualsiasi tasto per 2 secondi per attivare il display a cristalli liquidi (LCD).

Navigazione

Ciascun tasto funziona se premuto una volta o tenuto premuto per 2 secondi.

Funzionamento basilare

Premendo il tasto Modo, è possibile navigare attraverso i quattro modi principali.



Reset Tutto

Premere i 4 tasti principali per 2 secondi per resettare il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20

Quando si verificano dei guasti, effettuare il Reset Tutto e ripetere le modifiche del Profilo



Senza effettuare qualsiasi programmazione, è possibile montare la cinghietta da polso, premere il tasto Modo fino a quando si è nel Modo Cronometro e iniziare ad usare il cardiofrequenzimetro MSC con le semplici funzioni di timer e frequenza cardiaca.

2.1 MODIFICA DELLE IMPOSTAZIONI

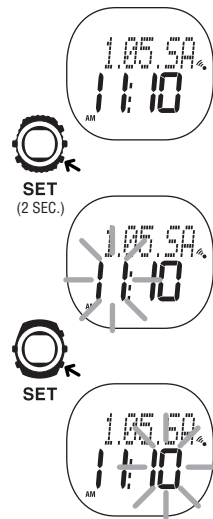
- Quando lampeggia, una cifra può essere modificata.
- Premere ST/SP/+ per aumentare la cifra.
- Premere MEM/- per ridurre la cifra.
- Premere e tenere premuto ST/SP/+ o MEM/- per aumentare o ridurre rapidamente le cifre.
- Premere SET per confermare o per passare al valore successivo.

NOTA:
Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 ritorna al Modo Clock se lasciato fermo per 30 secondi o se si preme il tasto MODE.

2.2 IMPOSTAZIONE DELL'OROLOGIO

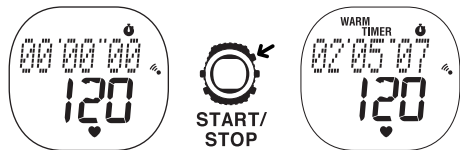
- Nel Modo Clock, premere e tenere premuto SET per due secondi.
- Ora lampeggiano le ore. Usare ST/SP/+ o MEM/- per regolare e premere SET per continuare.
- Ora lampeggiano i minuti. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggiano i dati dell'anno. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia il mese. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia il giorno. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia l'impostazione dell'orologio con quadrante a 12 o 24 ore. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia l'ordine di visualizzazione del giorno/mese. Regolare e premere SET.
- Ora l'orologio è impostato.

NOTA: L'orologio è programmato con un calendario automatico di 50 anni.



MODO CRONOMETRO

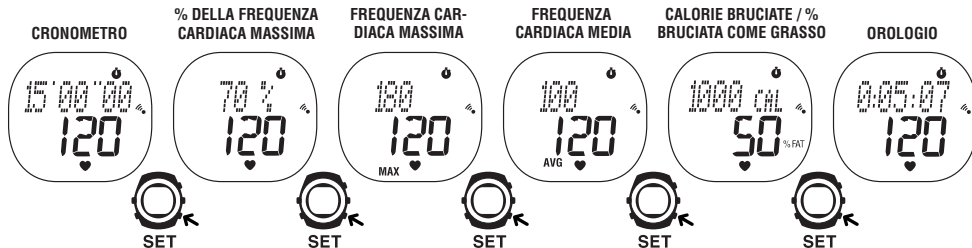
- Usare ST/SP/+ per avviare e arrestare la funzione del timer nel MODO Stopwatch.



NOTA:

Il cronometro inizia la misurazione in min:sec:1/100 sec. Dopo 59 minuti, il display cambia a hrs:min:sec.

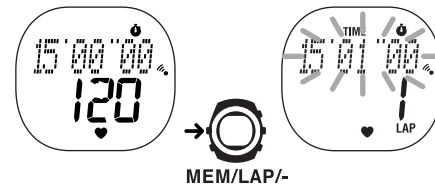
- Usare SET per navigare fra le diverse schermate disponibili nel MODO Stopwatch.
Il tasto Set naviga fra le seguenti schermate con la frequenza cardiaca nella parte inferiore dello schermo.



- Se il Cronometro è fermo e in assenza di un segnale della frequenza cardiaca per 30 secondi, l'orologio ritorna al Modo Clock.
- Per resettare i dati del Cronometro, con il timer fermo, premere e tenere premuto SET per due secondi.

CONTAGIRI (HR20)

Nel MODO Stopwatch, premere MEM/LAP/- per contare un giro. La schermata si ferma sul tempo del giro e sul numero di giro attuali per due secondi. È possibile salvare fino a 44 giri. Dopo due secondi lo schermo ritorna al MODO Stopwatch.



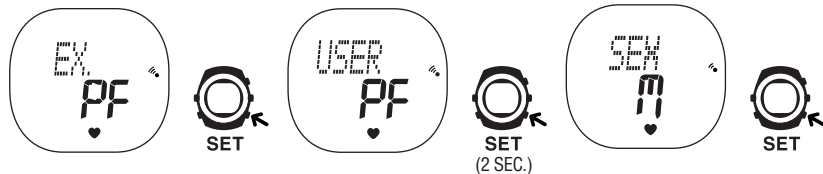
- Tutti i dati sul giro sono cancellati dopo che il cronometro è stato resettato e riavviato.

MODO PROFILO

Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 può essere programmato con informazioni specifiche, fra cui età, peso corporeo, ecc. per rendere i dati raccolti più precisi e utili. Questo è un Profilo Utente (USER PF). È necessario impostare il proprio Profilo Utente per ottenere un calcolo più preciso delle calorie bruciate e della percentuale bruciata come grasso. Ricordare che l'impostazione iniziale è leggermente diversa dal cambiamento del Profilo Utente, una volta che questo è stato impostato.

IMPOSTAZIONE DEL PROFILO UTENTE (USER PF)

- **PROFILO UTENTE** – Premere il tasto MODE fino a quando sullo schermo compare il Profilo Utente (User PF) o il Profilo Exercise (Ex PF). Premere e tenere premuto SET per due secondi per accedere al Profilo Utente e modificare o impostare i dati.



- Selezionare M per maschio o F per femmina. Premere SET.
- Ora lampeggia l'anno di nascita. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia il mese di nascita. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggia la data di nascita. Regolare e premere SET.



- Ora lampeggia Heart Rate (MHR), che è la frequenza cardiaca massima. Il valore preimpostato è 220 meno la propria età. Regolare, se necessario, e premere SET.
- Lampeggia "kg" per chilogrammi o "lb" per libbre. Selezionare l'unità di misura preferita e premere SET.
- Immettere il proprio peso e premere SET.
- Lampeggia "cm" o "piedi/pollici" per l'altezza. Selezionare l'unità di misura preferita e premere SET.
- Immettere la propria altezza e premere SET.
- Ora lampeggia ACT (Activity Score). Vedere i particolari nella sezione 5.0. Regolare e premere SET.
- Ora viene visualizzato il FIT (Fitness Index). Vedere i particolari nella sezione 5.1. L'indice di fitness cambia solo se si immettono nuovi dati personali, come peso, età, ecc. Premere il tasto MODE per ritornare alla schermata del Profilo Utente.
- In qualsiasi momento durante l'impostazione, si può premere il tasto MODE per uscire dalla Schermata Utente.
- Se non si preme un tasto per 30 secondi, il cardiofrequenzimetro ritorna al Modo Clock.



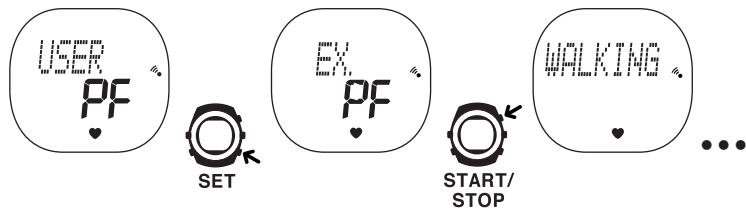
NOTA:

Una volta impostato il Profilo Utente, sono impostati automaticamente il limite inferiore e superiore della frequenza cardiaca. È tuttavia possibile modificare manualmente il limite inferiore e superiore della frequenza cardiaca, se l'impostazione automatica non è corretta per l'utente. Se si modifica l'Activity Score (ACT), sono automaticamente aggiornati la frequenza cardiaca massima superiore /inferiore.

IMPOSTAZIONE DI UN PROFILO EXERCISE (ESERCIZIO) (EX PF)

Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 può essere programmato con Profili di esercizio o workout. Nel Modello HR10 si può programmare 1 Profilo EXERCISE e nel Modello HR20 si possono programmare 3 Profili EXERCISE. In ciascun Profilo EXERCISE si possono programmare il timer con conto alla rovescia di riscaldamento, esercizio e recupero (solo Modello HR20).

PROFILO EXERCISE (EX PF) – Premere MODE fino a quando sullo schermo sono visualizzati USER PF o Ex PF. Se USER PF compare sullo schermo, premere SET per visualizzare Ex PF. Per il Modello HR20, premere SET per ciclare fra i tre Profili EXERCISE sullo schermo come EX1 PF, EX 2 PF e EX 3 PF. Premere e tenere premuto SET per due secondi per accedere al Profilo EXERCISE e modificare o impostare i dati.



- Selezionare la Workout Activity (T.ACT): WALKING (camminare), CYCLING (andare in bicicletta) o RUNNING (corsa). Premere SET per avanzare.
- Lampeggia il limite Frequenza Cardiaca Superiore per la propria zona di allenamento. Regolare e premere SET.
- Lampeggia il limite Frequenza Cardiaca Superiore della propria zona di allenamento. Regolare e premere SET.

- L'allarme audio (Audio Alert) può essere acceso o spento. L'allarme suona ogni minuto se si scende sotto la propria Zona Frequenza Cardiaca obiettivo e due volte se si sale al di sopra di questa. Regolare e premere SET.
- Impostare le ore e i minuti del timer Exercise. Premere SET per avanzare.
- Impostare il timer Warm Up (0, 5, 10 o 15 minuti). Premere SET per avanzare.
- Per il Modello HR20, impostare il timer Recovery (0, 5, 10 o 15 minuti). Premere SET per avanzare.
- Dopo l'impostazione del Profilo EXERCISE, è possibile modificarlo rapidamente seguendo lo stesso metodo. Ricordare che una volta stabilito il Profilo EXERCISE, le schermate vengono riorganizzate, così che i dati che tendono ad essere modificati più spesso sono i primi, come Maximum Heart Rate and Weight (frequenza cardiaca massima e peso).

COME USARE I PROFILI DI ALLENAMENTO

Una volta impostato(i) il Profilo o i Profili EXERCISE, si può effettuare l'allenamento secondo le linee guida nel proprio profilo. Per il modello HR20, selezionare fra tre Profili Exercise nel modo Profile, premendo il tasto SET.

- Premere il MODO Profile premendo SET, fino a quando si accede al MODO Countdown.
- Premere ST/SP/+ per avviare o mettere in pausa il programma.
- Per passare dal timer Warm Up al timer Exercise, premere e tenere premuto ST/SP per due secondi.
- Per saltare il timer Exercise e avviare il Timer Recovery (solo Modello HR20), tenere premuto ST/SP per altri 2 secondi.
- Per il Modello HR20, se il Timer Recovery ha un valore diverso da zero, inizia il Timer Recovery.
- Per fermare prima il Timer Recovery, premere e tenere premuto ST/SP per due secondi per rivedere le funzioni di Memoria.



NOTA:

Non è possibile utilizzare il MODO Stopwatch mentre si utilizza il programma Countdown.

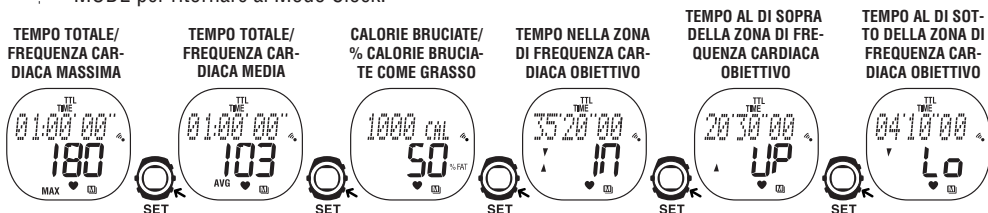
FUNZIONI DELLA MEMORIA

Le funzioni di Memoria sono due: una per il Programma Stopwatch (Cronometro) e per il Programma Countdown (Conto alla rovescia).

Premere il tasto MEM/- nel MODO Stopwatch.

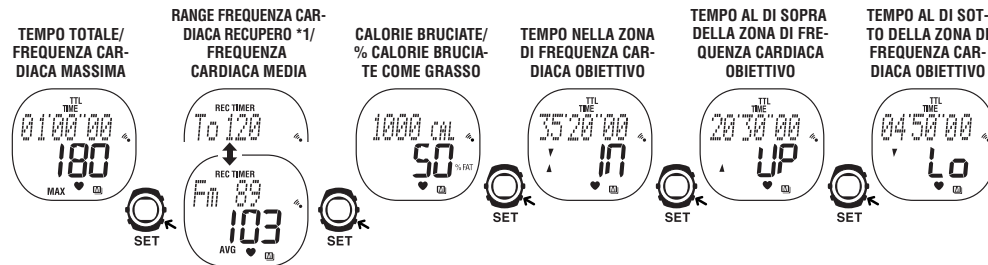
HR20 soltanto: • “ALL” è visualizzato inizialmente.

- Premere SET per vedere i dati di tutto il workout.
- Premere ST/SP/+ o MEM/Lap/- per scorrere e vedere i dati per i numeri di Giro richiesti. Premere SET per continuare.
- Sono visualizzati Total Time (Tempo totale) (workout) e Maximum Heart Rate (Frequenza Cardiaca Massima) (questo è il primo display per l'HR10). Premere SET.
- Sono visualizzati Total Time (Tempo Totale) (workout) e Average Heart Rate (Frequenza Cardiaca Media). Premere SET per visualizzare i dati successivi.
- Sono visualizzati Calories consumption (Consumo Calorie) e Percentage of Calories Burned as Fat (Percentuale di calorie bruciate come grasso). Premere SET per vedere i dati successivi.
- È visualizzato il tempo al di sopra della Heart Rate Zone (Zona Frequenza Cardiaca). Premere SET.
- È visualizzato il tempo sotto la Heart Rate Zone (Zona Frequenza Cardiaca).
- Premere SET per ritornare nella parte superiore della schermata Funzioni Memoria. Premere il tasto MODE per ritornare al Modo Clock.



Premere il tasto MEM/- nel MODO Countdown Program.

- Si visualizzano prima Total Time (Tempo Totale) (workout) e Average Heart Rate (Frequenza Cardiaca Media). Premere SET per continuare.
- Sono visualizzati Recovery Start (Inizio Recupero) e End Heart Rate (Frequenza Cardiaca Finale) ad intervalli di 1 secondo (HR20 soltanto*1) e Average Heart Rate (Frequenza Cardiaca Media).
- Sono visualizzati Calories consumption (Consumo Calorie) e Percentage of Calories Burned as Fat (Percentuale di calorie bruciate come grasso). Premere SET per vedere i dati successivi.
- Si visualizza la Heart Rate Zone (Zona Frequenza Cardiaca). Premere SET.
- Si visualizza il tempo al di sopra della Heart Rate Zone (Zona Frequenza Cardiaca). Premere SET.
- Si visualizza il tempo sotto la Heart Rate Zone (Zona Frequenza Cardiaca). Premere SET per ritornare alla parte superiore della schermata Memory Functions. Premere il tasto MODE per ritornare al Modo Clock.



IMPORTANTE:

Affinché i dati della memoria siano accurati, aggiornare il Profilo Utente.

ALLARME

Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 è anche dotato di allarme. Seguire questo procedimento per regolarlo.

- Nel Modo Clock premere SET.
- Viene visualizzato il tempo Allarme attuale. Premere ST/SP o MEM per accendere o spegnere l'allarme.
- Premere SET per due secondi.
- Ora lampeggiano le ore. Regolare e premere SET.
- Ora lampeggiano i minuti. Regolare e premere SET.
- Premere il tasto MODE per uscire dall'impostazione.

RETROILLUMINAZIONE

Quando la luce automatica è spenta (OFF):

- Premere il tasto LIGHT per accendere la retroilluminazione per 3 secondi. Premere qualsiasi altro tasto mentre la luce è accesa. Questo estenderà il tempo di illuminazione per altri 3 secondi.

Quando la luce automatica è accesa (ON):

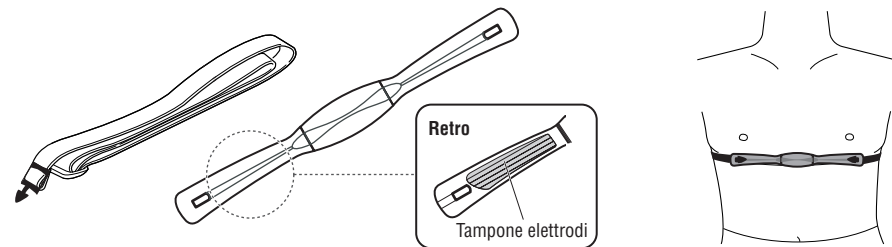
- Premere qualsiasi tasto per accendere o estendere la retroilluminazione per 3 secondi.
Per risparmiare energia, la luce automatica si spegne automaticamente (OFF) dopo 2 ore.



NOTA:

La retroilluminazione non funziona quando è visualizzata l'icona della batteria parzialmente scarica. Ritorna al normale dopo la sostituzione delle batterie.

COME INDOSSARE IL SENSORE DELLA FREQUENZA CARDIACA



Il Sensore di Frequenza Cardiaca viene utilizzato per misurare la frequenza cardiaca e trasmettere i dati al cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20.

Per indossare il Sensore di Frequenza Cardiaca:

1. Bagnare i tamponi conduttori sul lato inferiore del Sensore di Frequenza Cardiaca con qualche goccia d'acqua o un gel conduttore per assicurare il corretto contatto.
2. Indossare il Sensore di Frequenza Cardiaca sul torace. Per ottenere un segnale accurato della frequenza cardiaca, regolare la fascia toracica fino al quando la cintura è poggiata saldamente sui muscoli pettorali.



NOTA:

- La posizione del Sensore di Frequenza Cardiaca influisce sulla sua prestazione. Spostarlo lungo la fascia toracica in modo tale che sia disposto sul cuore.
- Evitare aree del torace ricoperte da intensa peluria.
- In climi secchi e freddi, prima di funzionare, il Sensore di Frequenza Cardiaca può richiedere qualche minuto. Questo è normale e dovrebbe migliorare dopo diversi minuti di esercizio o bagnando i contatti del sensore.
- Se il cardiofrequenzimetro non è utilizzato e non riceve un segnale della frequenza cardiaca per 5 minuti, la Frequenza Cardiaca si spegne e l'unità ritorna al Modo Clock.

**SEGNALE DI TRASMISSIONE:**

Il range di trasmissione massimo del Sensore di Frequenza Cardiaca è di circa 80 cm.

**IMPORTANTE:**

Nel caso in cui il segnale sia debole o sia disturbato da interferenze ambientali, seguire le istruzioni fornite di seguito per identificare e risolvere il problema.

Se il segnale è debole - Il monitor della frequenza cardiaca indica solo “Ø”:

- Accorciare la distanza fra il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 e il Sensore di Frequenza Cardiaca.
- Regolare nuovamente la posizione del Sensore di Frequenza Cardiaca.
- Controllare che i tamponi conduttori siano sufficientemente umidi per garantire il corretto contatto.
- Controllare le batterie. Se sono parzialmente o totalmente scariche, il campo d'azione può diventare più breve.

**AVVERTENZA:**

L'interferenza del segnale nell'ambiente può essere dovuta a disturbi elettromagnetici, che possono verificarsi vicino a fili ad alta tensione, semafori, cavi aerei di ferrovie elettriche, cavi di autobus o tram, televisori, motori di autovetture, computer di motocicli, alcune apparecchiature per l'esercizio fisico azionate a motore, telefoni cellulari o quando si attraversano cancelli elettrici di sicurezza.

5.0**SCORE ATTIVITÀ**

Lo score di attività è basato sulla propria autovalutazione della quantità di esercizio che si svolge regolarmente.

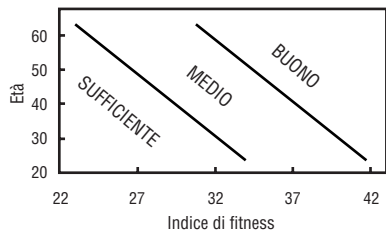
SCORE ATTIVITA	DESCRIZIONE
1 Ora alla settimana	Basso – Nessuna partecipazione in genere ad attività programmate ricreative, sportive o di esercizio.
2 Ore alla settimana	Medio – Si svolgono alcuni tipi di attività fisica (come golf, equitazione, ping pong, ginnastica callistenica, bowling, sollevamento pesi o ginnastica) 2-3 volte/settimana, per un totale di 2 ore/settimana.
Più di 2 ore/settimana	Alto – Partecipazione attiva e regolare ad attività fisiche pesanti (come corsa, jogging, nuoto, bicicletta o qualsiasi esercizio di condizionamento) o esercizi aerobici vigorosi (come tennis, basket o pallamano).

INDICE DI FITNESS

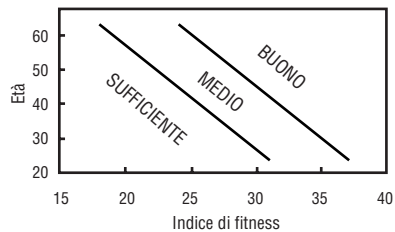
Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 genera un indice di fitness basato sul proprio fitness aerobico. Questo indice dipende ed è limitato dall'abilità di apporto di ossigeno da parte del corpo nei muscoli che lavorano durante l'esercizio fisico. L'indice viene spesso misurato con il consumo massimo di ossigeno (VO2 max), definito come la massima quantità di ossigeno che può essere utilizzata durante l'esercizio fisico ad un livello sempre più alto. I polmoni, il cuore, il sangue, il sistema circolatorio e i muscoli che lavorano sono tutti fattori nel VO2 max determinato. L'unità di VO2 max è ml/kg min.

Più è alto l'indice, maggiore il livello di fitness. Vedere le tabelle sotto che contengono una guida generale sul significato dell'indice di fitness. L'indice di fitness è un riferimento e può essere modificato cambiando i propri dati personali.

INDICE FITNESS PER GLI UOMINI



INDICE FITNESS PER LE DONNE



BATTERIE

In genere le batterie durano un anno se utilizzate per una media di 30 minuti al giorno. Per sostituire le batterie, rivolgersi al rivenditore o al nostro reparto Assistenza Clienti.

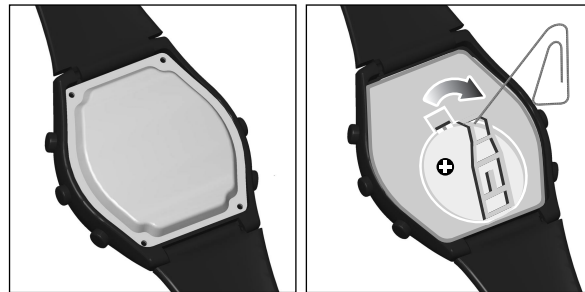
Per sostituire la batteria nel cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20:

1. Capovolgere cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 in modo tale da guardare la piastra posteriore.
2. Con un piccolo cacciavite rimuovere le quattro viti che tengono la piastra posteriore in posizione.
3. Rimuovere la piastra posteriore e metterla da parte.
4. Con uno strumento sottile ottuso (come una graffetta), agganciare la chiusura e sollevare il fermaglio.
5. Con il dito, rimuovere la vecchia batteria.
6. Spostare la nuova batteria nel vano portabatteria con il lato positivo (+) verso l'alto.
7. Rimontare il fermaglio della batteria.
8. Rimontare la piastra posteriore e le viti.



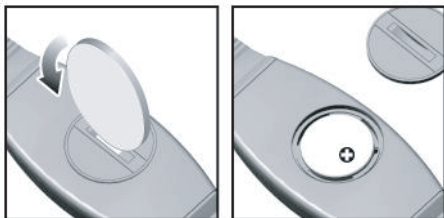
IMPORTANTE:

Dopo la sostituzione delle batterie, è necessario entrare nuovamente nel Profilo Utente.



Sostituzione della batteria del Sensore di Frequenza Cardiaca:

1. Trovare il vano portabatteria nella parte posteriore del Sensore di Frequenza Cardiaca.
2. Con una moneta, come illustrato, girare il coperchio in senso antiorario fino a quando viene rimosso.
3. Con il dito, rimuovere la vecchia batteria e metterla da parte.
4. Inserire la nuova batteria con il lato positivo (+) verso l'alto.
5. Rimettere in posizione il coperchio del vano portabatteria girandolo in senso orario fino a quando è saldamente in posizione.



IMPORTANTE:

- Smaltire correttamente le batterie non ricaricabili e ricaricabili, in conformità con i regolamenti locali vigenti.
- Le batterie sono estremamente pericolose se ingerite. Tenere le batterie e il cardiofrequenzimetro lontano dalla portata dei bambini. In caso di ingestione di una batteria, rivolgersi immediatamente ad un medico.
- Non ricaricare le batterie fornite. Non riattivare le batterie con qualsiasi altro mezzo, non smontarle, non metterle nel fuoco né in cortocircuito.

ISTRUZIONI PER LA CURA

Per accertarsi di ricevere il massimo beneficio dall'utilizzo di questo prodotto, osservare le seguenti linee guida:

- Pulire l'MSC-HR10/20 e il Sensore di Frequenza Cardiaca completamente dopo ciascuna sessione di allenamento. Non conservare mai i prodotti se sono bagnati.
- Utilizzare un panno morbido leggermente umido. Non utilizzare agenti detergenti abrasivi o corrosivi perché possono danneggiare il prodotto.
- Evitare di premere i tasti con le mani bagnate, nell'acqua o sotto la pioggia pesante, per evitare l'ingresso d'acqua nella circuiteria elettrica.
- Non piegare né allungare la parte del trasmettitore del Sensore di Frequenza Cardiaca.
- Non sottoporre il prodotto a forza eccessiva, colpi, polvere, cambiamenti di temperatura o umidità. Non esporre mai il prodotto alla luce solare diretta per lunghi periodi di tempo per evitarne il malfunzionamento.
- Non manomettere i componenti interni. L'eventuale manomissione termina la garanzia del prodotto e può danneggiarlo. L'unità principale non contiene parti riparabili dall'utente.
- Non graffiare il display a cristalli liquidi con oggetti duri.
- Rimuovere le batterie prima di conservare il prodotto per un periodo di tempo lungo.
- Sostituire le batterie soltanto con batterie nuove.

7.1 ATTIVITÀ ACQUATICHE E ALL'ESTERNO

Il cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 è impermeabile fino alla profondità di 30 metri. Il Sensore di Frequenza Cardiaca è a prova di spruzzo e non va utilizzato per attività sottacqua. Vedere la tabella contenente le istruzioni per utilizzare il prodotto correttamente.

	 PIOGGIA, SPRUZZI, ECC.	 DOCCIA (SOLO ACQUA CALDA/ FREDDA)	 NUOTO LEGGE- RO / ACQUA POCO PROFON- DA	 DIVING IN ACQUA POCO PROFONDA / SURFING / SPORT ACQUA- TICI	 SNORKELING / DIVING IN AC- QUA PROFON- DA
30 m	OK	OK	OK	NO	NO

- Prendersi cura del cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 in modo che continui ad essere impermeabile! Evitare il contatto con sostanze chimiche e solventi (benzina, cloro, profumi, alcool, lacca per i capelli, ecc.).
- Lavarlo e asciugarlo dopo l'uso.
- Ridurre l'esposizione al calore.

8.0 SPECIFICHE TECNICHE

OROLOGIO

Formato ora: 12 ore/24 ore
Formato data: GG/MM o MM/GG
Formato anno: 2001-2050 (calendario automatico)
Allarme: Un allarme

CRONOMETRO

Cronometro: 99:59:59:99 (HH:MM:SS)
Risoluzione: 1/100 sec.
*Contagiri: 99:59:59:99 (HH:MM:SS) con memoria di 44 giri

PROFILO DI ALLENAMENTO

Timer riscaldamento: 5, 10, 15 o 0 minuti
Timer allenamento: 99:59:59:99 (HH:MM:SS)
*Timer recupero: 5, 10, 15 o 0 minuti

FUNZIONI DISPLAY

Allarme frequenza cardiaca (HR): acustico e visivo
Allarme frequenza cardiaca (HR): 30 – 240 bpm (battiti/minuto)
Range impostabile HR inferiore: 30 – 220 bpm (battiti/minuto)
Range impostabile HR superiore: 80 – 240 bpm (battiti/minuto)
Consumo calorie: 0-9,999 kcal
% bruciata come grasso: 0-99%

TRASMISSIONE

Range minimo: 62,5 cm
Range massimo: 80 cm – può essere ridotto con la batteria parzialmente scarica

RESISTENTE ALL'ACQUA

MSC-HR10/20: 30 m – senza attivazione deitasti
Sensore di Frequenza Cardiaca: a prova di spruzzo

BATTERIA

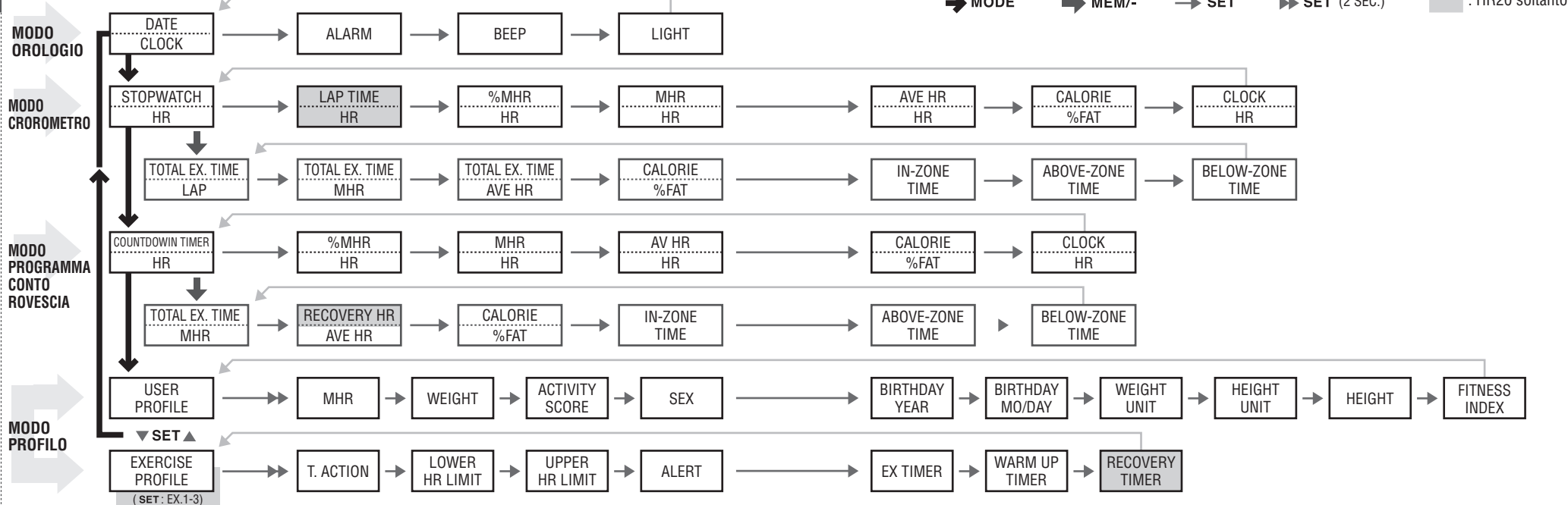
MSC-HR10/20: 1 batteria al litio 3 V CR2032
Sensore di Frequenza Cardiaca: 1 batteria al litio 3 V CR2032

AMBIENTE OPERATIVO

Temperatura di funzionamento: 5°C – 40°C
Temperatura di conservazione: -20°C – 70°C

* Soltanto modello HR20

FLUSSO SCHERMO



GARANZIA LIMITATA

Periodo di garanzia di due anni: applicato al cardiofrequenzimetro MSC-HR10/20 e al Sensore di Frequenza Cardiaca soltanto (batterie escluse).

Nel caso in cui l'MSC-HR10/20 o il Sensore di Frequenza Cardiaca non dovessero funzionare in condizioni di uso normale, la riparazione o sostituzione saranno effettuate gratuitamente. La manutenzione in garanzia sarà effettuata direttamente da CatEye. Restituire il prodotto attraverso il punto d'acquisto o direttamente a CatEye.

CATEYE CO.,LTD. 2-8-25 Kuwazu, Higashi Sumiyoshi-ku, Osaka 546-0041 Japan
Attn: CATEYE Customer Service Section

Service & Research Address for United States Consumers:

CATEYE Service & Research Center

1705 14 th St. 115 Boulder CO 80302

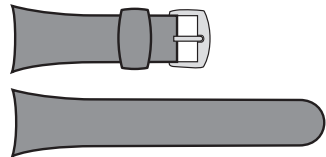
Phone: 303-443-4595 FAX: 303-473-0006

Toll Free: 800-5 CATEYE URL: <http://www.cateye.com>

PARTI DI RICAMBIO

249-9940

SENSORE FREQUENZA CARDIACA



249-9920

CINGHIETTE OROLOGIO



166-5150

BATTERIA (CR2032)

