

Sporttester BION ULTIMOTION BN – 30

Sporttester je nejlepším fitness výrobkem, do kterého investujete. Tento drobný pomocník Vás bude věrně provázet při dosažení požadované tělesné kondice a zdravého životního stylu.

Co je to „sporttester“?

Sporttester je Vaším osobním trenérem, který sleduje každou Vaši spálenou kalorií a tepovou frekvenci srdce (TF). Sporttester bude každou sekundu analyzovat Vaši tělesnou aktivitu a poskytne Vám o ní co nejpřesnější výsledky. Jednoduše zadáte vlastní osobní údaje (např. hmotnost, výšku, věk, pohlaví a stupeň intenzity tělesné aktivity a režim aktivity). Sporttester měří a monitoruje každou sekundu Vaši fyzickou aktivitu. Je to ta nejlepší motivace pro další zvyšování kondice.

Kdo může sporttester používat?

Sporttester je ideální pro všechny věkové kategorie neboť disponuje přesnými výpočty pro všechny věkové kategorie a fyzické typy. Je ideální pro sledování více typů sportovních činností od mírné chůze, pěší turistiky, pomalý běh, sportovní běh, aerobik až po jízdu na kole. Nezapomeňte – sporttester je Vaším osobním trenérem!

Vlastnosti

- 5 programovatelných tepových pásem s akustickou signalizací
- 6 režimů aktivity
- Průměrná tepová frekvence
- Maximální tepová frekvence
- Přesné stanovení spálených kalorií
- Úseky
- Denní čas
- Kalendář (datum a den)
- Odpočítávání času
- Stopky
- Indikátor stavu nabití baterie
- Vodotěsnost pro všechny sportovní činnosti
- Velký přehledný displej
- Tlačítko akustické signalizace
- Stylový design

Technické údaje

Přijímač

Rozsah měření TF:	30 – 240 tepů/min
Přesnost měření TF:	± 1 tep/min
Provozní teplota:	0°C – 50°C
Skladovací teplota:	-14°C – 70°C
Baterie:	Lithiová, 3V, typ 2032
Hmotnost:	30,6g

Vysílač a hrudní pás

Pracovní kmitočet:	5kHz ± 10%
Baterie:	Lithiová, 3V, typ 2032
Hmotnost:	112g
Nastavitelná délka hrudního pásu	



Přípevnění přijímače

Přijímač (hodinky) si nasadíte podle zvyku na pravou nebo levou ruku. Čidlo v hrudním pásu převádí tepovou srdece na elektrický signál, který je vysílán do přijímače připevněného na zápěstí ruky. Nejvhodnější vzdálenost přijímače od vysílače (hrudního pásu) je méně než 1 metr.



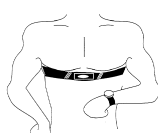
Poznámka: Všechny měřiče založené na principu přenosu elektromagnetických vln jsou vystaveny rušení v blízkosti silných elektromagnetických polí generovaných např. elektromotory, TV přijímači, vysokonapěťovými kabely a počítači. Přijem může být rušen a naměřené hodnoty nemusí být správné.

Přípevnění hrudního pásu

Vysílač připevněte k elastickému hrudnímu pásu (A). Pás si ovíňte okolo hrudníku a nastavte si jeho délku tak, aby jeho nošení bylo pohodlné a bezpečné, ale současně aby pás příliš nesvíral a nebránil v dýchání. Pokud pás není spolehlivě upnutý, elektrody mohou ztratit kontakt, případně pás se může uvolnit a sklouznout. Vysílač musí být umístěn těsně pod prsními svaly, ve středu hrudníku. Vysílač by měl směřovat ven a kryt baterie směrem k tělu.



Vysílač je automaticky aktivován, jestliže je připevněn na tělo. Jakmile jej z těla sejmete, automaticky se vypne. Obě elektrody, které jsou umístěny uvnitř vysílače, je nutné udržovat během tělesného cvičení vlhké. Jen tak zajistíte přesné měření tepové frekvence.



Poznámka: Pokud máte potíže se přesným snímáním tepové frekvence, zkontrolujte upevnění hrudního pásu a umístění elektrod. Pás musí být náležitě dotažen, případně je nutné jej posunout nebo elektrody navlhčit. Pacienti, kteří provádí rehabilitaci, musí elektrody posunout více doleva a nepatrně nahoru nebo dolů.

Režim č.1: Datum/Čas (Date/Time)

Zadání data a času

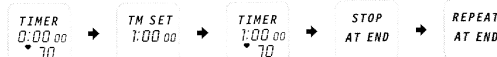
- Stiskem tlačítka **SET** nastavte datum, začne blikat (Den).
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte den. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání měsíce.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte měsíc. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání data.
- Stiskněte **ST/SP** a zadejte datum. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání formátu zobrazení času (24hr/12hr).
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte formát zobrazení času (24hr/12hr). Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou volbu. Přepněte na zadání hodiny.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte hodiny. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání minut.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte minuty. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu minut. Přepněte na zadání sekund.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte sekundy. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu.
- Stiskněte **SET**, režim nastavení se ukončí a provede se návrat do normálního režimu (**NORMAL MODE**). Nastavení data a času je dokončeno.



Režim 2: Odpočítávání času (TIMER) - časovač

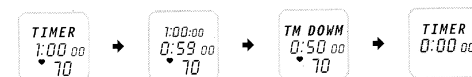
NASTAVENÍ – tento režim Vám umožní nastavit požadovaný čas pro odpočítávání směrem dolů.

- Pro přepnutí do režimu odpočítávání času (TIMER) stiskněte tlačítko **MODE**. Na displeji se zobrazí hodnota času pro odpočítávání.
- Stiskem **SET** proveďte nastavení. Nyní bude svítit **TM SET** (Nastavení času).
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte hodiny. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání minut.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte minuty. Potom stiskněte **MODE** a zadejte požadovanou hodnotu. Přepněte na zadání sekund.
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte sekundy. Potom stiskněte **MODE** a přepněte do režimu odečítání času (Timer down).
- Stiskněte **ST/SP** a nastavte režim odečítání času (dolů) (TIMER DOWN MODE): **STOP AT THE END** (Zastavit na konci) nebo **REPEAT AT END** (Na konci opakovat). Nastavení dokončete stiskem tlačítka **SET**.



SPUŠTĚNÍ – zahájení odpočítávání od nastavené hodnoty.

- Odpočítávání spusťte stiskem tlačítka **ST/SP**. Začne blikat volba **TIMER**. V horní části displeje se zobrazí nastavená hodnota, od které bude zahájeno odpočítávání.
- Stiskem **ST/SP** se odpočítávání pozdrží.
- Po stisku **ST/SP** bude na displeji po dobu 2 sekund zobrazena nastavená hodnota pro odpočítávání času (časovače).
- Nastavená hodnota časovače bude vymazána stiskem tlačítka **LIGHT** po dobu 5 sekund.



Režim 3: Měření (MEASURE)

REŽIM NASTAVENÍ

Tento režim Vám umožní nastavit osobní údaje, které jsou nutné ke stanovení tepové frekvence.

- Režim měření (MEASURE) aktivujete stiskem tlačítka **MODE** (na displeji se zobrazí MEASURE).
- Stiskem **SET** zvolte aktivní režim (ACTIVE). Stiskněte **ST/SP**.
- Stiskněte **SET** a vyberte aktivní režim: **WALKING** (mírná chůze), **HIKING** (pěší turistika), **JOGGING** (pomalý běh), **RUNNING** (běh), **AEROBIC** (aerobik) a **CYCLING** (jízda na kole).



1. případ: Tepové pásmo - "Vypnuto"

- Stiskněte **MODE** a stiskem **ST/SP** nastavte **AUTO TZ** (Automatické nastavení tepového pásma) na **OFF** (Vypnuto) a stiskněte **MODE**. Zobrazí se **MANUAL** (Ruční).
- Rozbliká se ↑ (Horní limit tepového pásma). Stiskněte **ST/SP** a zadejte horní limit tepového pásma. Potom stiskněte **MODE**.

- Rozbliká se ↓ (Dolní limit tepového pásma). Stiskněte **ST/SP** a zadejte dolní limit tepového pásma. Potom stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se symbol pro zadání pohlaví měřené osoby - panáček nebo panenka. Stiskněte **ST/SP** a zadejte pohlaví. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj volba váhových jednotek pro zadání hmotnosti „kg“ nebo Lb. Stiskněte **ST/SP** a zvolte váhové jednotky. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj pro zadání hmotnosti sledované osoby. Stiskněte **ST/SP** a zadejte hmotnost. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj o věku sledované osoby. Stiskněte **ST/SP** a zadejte věk. Stiskněte **SET**. Nyní je nastavení dokončeno.



2. případ: Tepové pásmo - "Zapnuto"

- Stiskněte **MODE** a stiskem **ST/SP** nastavte AUTO TZ (Automatické nastavení tepového pásma) na ON (Zapnuto) a stiskněte **MODE**. Zobrazí se aktuální nastavení zátěže.
- Stiskem **ST/SP** zvolte požadovanou zátěž: LIGHT (Lehká), FAT (Tuk), BASE (Základní), CARDIO (Srdce) a RED (Červená zóna). Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se symbol pro zadání pohlaví měřené osoby - panáček nebo panenka. Stiskněte **ST/SP** a zadejte pohlaví. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj volba váhových jednotek pro zadání hmotnosti „kg“ nebo Lb. Stiskněte **ST/SP** a zvolte váhové jednotky. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj pro zadání hmotnosti sledované osoby. Stiskněte **ST/SP** a zadejte hmotnost. Stiskněte **MODE**.
- Rozbliká se údaj o věku sledované osoby. Stiskněte **ST/SP** a zadejte věk. Stiskněte **SET**. Nyní je nastavení dokončeno.



REŽIM MĚŘENÍ

Displej zobrazuje: v horním řádku celkový čas, v prostředním řádku čas okruhu (úseku) a nižší řádek indikuje hodiny.



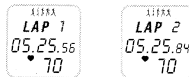
Stopky

- Stopky spustíte stiskem tlačítka **ST/SP**. Na displeji se začne pohybovat animovaná postavička běžce.
- Stopky se pozdrží stiskem tlačítka **ST/SP**. Pokud chcete údaj vynulovat, tlačítko **ST/SP** držte stisknuto po dobu 2 sekund.



Okruhy (LAP)

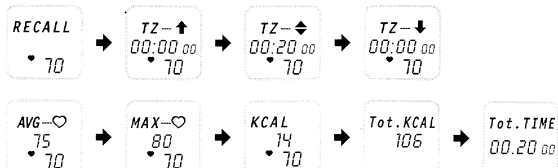
- Při spuštění stopkách stiskněte **LAP** a aktuální údaj se uloží pod okruh (LAP1). V horním řádku začne blikat LAP1. Tento údaj zde zůstane zobrazen po dobu 4 sekund. Dalším stiskem tlačítka **LAP** se uloží naměřené hodnoty pod další okruh.
- Při zastavených stopkách se stiskem **LAP** vyvolají uložené hodnoty. Zobrazí se RCL, číslo okruhu a čas. Lze uložit až 60 okruhů a vyvolat posledních 50 okruhů.



Režim 4: Vyvolání naměřených hodnot (RECALL)

Tento režim zobrazí spálené kalorie, čas strávený nad a pod tepovým pásmem a celkový čas strávený v tepovém pásmu.

- Stiskem **MODE** zvolte režim RECALL.
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí TZ-↑ (čas strávený nad tepovým pásmem).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí TZ-↕ (čas strávený tepovým pásmem).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí TZ-↓ (čas strávený pod tepovým pásmem).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí AVG - ♥ (průměrná tepová frekvence).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí MAX - ♥ (maximální tepová frekvence).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí KCAL (spálené kalorie).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí TOT. KCAL (celkové spálené kalorie).
- Po stisku **ST/SP** se zobrazí TOT.TIME (celkový čas sportovního výkonu).



Údržba

1.Hrudní pás

Povrch pásu můžete setřít čistou vodou nebo vyprat v mýdlovém roztoku. Nikdy pás neoškrabujte, neboť se může poškodit a bude nutné jej vyměnit.

2.Vysílač

Nikdy neoškrabujte pryžový povrch elektrod. První značkou opotřebený vysílač je chaotické odečítání TF a nesmyslné údaje. Životnost elektrod prodloužíte, pokud pás nebudete ohýbat.

3.Přijímač

Pokud displej mění kontrast nebo jsou údaje nezfetelné, je nutné vyměnit baterii. Je dobré vyměnit baterii jak v přijímači, tak i ve vysílači.

Poznámka: sporttester nevystavujte extrémním teplotám (např. na slunci za oknem automobilu).

4.Baterie a jejich výměna

Vysílač: odšroubujte kryt baterie, který je umístěn na jeho zadní straně. Vyměňte starou baterii a nahraďte ji novou (model CR2032) tak, aby (+) pól směřoval nahoru. Vraťte zpět kryt a zašroubujte jej.

Přijímač: Ze zadní strany kovového pouzdra odšroubujte čtyři šroubky. Víčko pouzdra sejměte a pečlivě si prohlédněte baterii. Z krytu baterie odšroubujte dva šroubky. Jemně baterii vyjměte a nahraďte ji novou (model CR2032) tak, aby (+) pól směřoval nahoru.

Poznámka: nejprve přišroubujte dvěma šroubky kryt baterie a potom přišroubujte čtyřmi šroubky zadní víčko pouzdra.

Vyhledání závad

1.Tepová frekvence se nezobrazuje

Zkontrolujte dobrý kontakt mezi kůží a elektrodami v hrudním pásu. Elektrody navlhčete. Zkontrolujte, zdali je hrudní pás bezpečně uchycen a správně umístěn ve středu hrudníku. Další příčinou může být vybitá baterie ve vysílači (hrudním pásu). Zkontrolujte, zda je baterie správně nainstalována (+ pól musí směřovat nahoru).

2.Displej je velmi tmavý nebo velmi světlý

Baterie může být vybitá. Zkuste vložit novou baterii a znovu zkontrolujte, zda je správně nainstalována.

3.Displej ztmavne nebo zčerná

Přístroj je umístěn na příliš teplém místě. Po návratu do prostředí s pokojovou teplotou bude displej opět normálně fungovat.

4.Přístroj reaguje příliš rychle nebo pomalu

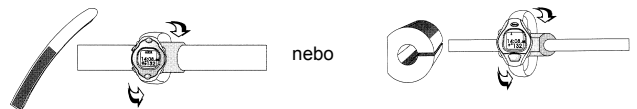
Přístroj je provozován za příliš nízké teploty. Po návratu do prostředí s pokojovou teplotou bude opět fungovat zcela normálně.

5.Tepová frekvence značně kolísá

Zkontrolujte správné usazení a umístění pásu ve středu hrudníku (viz část Připevnění hrudního pásu). Zkontrolujte, zda se nenacházíte v prostředí s rušivými vlivy elektromagnetického záření.

Adaptér na řídítka

Přiložený adaptér umožňuje snadnou montáž přijímače na řídítka kola nebo jiného sportovního zařízení.



Záruční podmínky

Na tento výrobek se od data zakoupení vztahuje **jednoletá** záruka na materiál a řemeslnou zručnost.

- Záruka se nevztahuje na: baterie, poškození vzniklé vlivem nesprávného používání nebo údržby, hrubé zacházení včetně nehod, prasklého krytu nebo komerčního využití.
- Záruka se nevztahuje na poškození vzniklé vlivem zásahu neodborného servisního technika.
- Záruka zde uvedená se poskytuje místo jakékoliv jiné záruky poskytované prodejcem. Výrobce neodpovídá za náhodné nebo přímé, následné nebo zvláštní škody, které vznikly v důsledku používání tohoto návodu k obsluze nebo zde popsání výrobku.
- Během záruční doby bude výrobek buď opraven nebo zdarma vyměněn.

Náš TIP:

Níže uvedenou tabulku si několikrát okopírujte a vytvořte si tréninkový kalendář.

Tréninkový kalendář				Týden č.	
	Zotavovací tep	Čas strávený v tepovém pásmu	Celková doba tréninku	Aktivita	Poznámka
PO					
ÚT					
ST					
ČT					
PÁ					

SO					
NE					