

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

vielen Dank für den Kauf dieses praktischen Schrittzählers. Sein intelligenter 3D-Sensor unterscheidet, ob Sie gemütlich gehen, joggen oder Treppen steigen – jeder Schritt wird gezählt.

Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung und befolgen Sie die aufgeführten Hinweise und Tipps, damit Sie Ihren neuen Schrittzähler optimal einsetzen können.

Lieferumfang

- Schrittzähler inkl. Trageschlaufe
- 1x Knopfzelle Typ CR1130
- Bedienungsanleitung

Technische Daten

Stromversorgung	Knopfzelle Typ CR1130 (3 V)
Gemessene Schrittzahl	0-999999
Speicher	7 Tage
Länge Trageschlaufe	ca. 40 cm
Maße	85 x 56 x 5 mm
Gewicht	31 g

Vorbereitung

Berechnen Sie zunächst Ihre Schrittlänge in Zentimeter beim Gehen und Joggen. (zurückgelegte Strecke geteilt durch Schrittzahl = Schrittlänge)

Gehen: Gehen Sie 10 Schritte, messen Sie die zurückgelegte Strecke in Zentimeter und teilen Sie das Ergebnis durch zehn.

Joggen: Joggen Sie 50 Schritte, messen Sie die zurückgelegte Strecke in Zentimeter und teilen Sie das Ergebnis durch fünfzig.

Inbetriebnahme

Ziehen Sie den Plastik-Schutzstreifen aus dem Batteriefach an der linken Seite. Eine Knopfzelle ist bereits eingelegt. Das Display wird nun aktiviert.

Die folgenden Grundeinstellungen sind nur einmal vorzunehmen:

Falls Sie länger als 7 Sekunden keine Eingabe vornehmen, springt die Anzeige zurück in den Uhrzeit-Modus. Wenn dies der Fall ist, bevor Sie alle 10 Eingabeschritte durchlaufen haben, beginnen Sie wieder mit Schritt 1.

1. Drücken Sie mehrfach die **[Mode]**-Taste und wechseln Sie damit in den Schritt-Modus (**Step**). Der Modus wird oben im

Display als kleiner Textbalken angezeigt. Mit jedem Druck der **[Mode]**-Taste wechseln Sie in den nächsten Modus.

2. Halten Sie die **[Set]**-Taste mindestens 3 Sekunden lang gedrückt, um die Einstellungen aufzurufen.
3. Wählen Sie mit der **[Mode]**-Taste das gewünschte Uhrzeitformat aus (12 / 24 h) und drücken Sie die **[Set]**-Taste.
4. Die Stundenanzeige im Display blinkt. Drücken Sie die **[Reset]**-Taste, um die Stundenzahl zu erhöhen und die **[Mode]**-Taste, um sie zu verringern.
5. Drücken Sie lange die **[Set]**-Taste, um zur Minuteneinstellung zu wechseln.
6. Stellen Sie mit den Tasten **[Reset]** und **[Mode]** die gewünschte Minutenzahl ein und drücken Sie die **[Set]**-Taste.
7. Im Display blinkt "cm", drücken Sie die **[Set]**-Taste.
8. Geben Sie mit den Tasten **[Reset]** und **[Mode]** Ihre Schrittlänge in cm ein und drücken Sie die **[Set]**-Taste.
9. Geben Sie mit den Tasten **[Reset]** und **[Mode]** Ihr Körpergewicht ein und drücken Sie die **[Set]**-Taste.
10. Geben Sie mit den Tasten **[Reset]** und **[Mode]** Ihr Tagesschrittziel ein und drücken Sie die **[Set]**-Taste.



HINWEIS:

Um fit und gesund zu bleiben sollten Sie ein Tagesziel zwischen 3000 und 10000 Schritten wählen. Zur Gewichtsabnahme empfiehlt sich ein Tagesziel zwischen 12000 und 15000 Schritten.

11. Der Schrittzähler ist nun einsatzbereit.

Die Anzahl der Schritte wird erst ab dem zehnten Schritt auf dem Display angezeigt. Ab dann wird jeder Schritt nicht nur direkt weiter gezählt, sondern auch sofort angezeigt. Bei längerer Inaktivität schaltet sich das Display ab, um die Batterie zu schonen.

Modus-Wechsel

Der Schrittzähler verfügt über 6 unterschiedliche Modi. Drücken Sie die **[Mode]**- oder **[Set]**-Taste, um jeweils in den nächsten Modus zu wechseln.

Schritt-Modus (Step)

Anzeige der Schrittzahl

- Halten Sie die **[Reset]**-Taste drei Sekunden lang gedrückt, um die Schrittzahl auf Null zurückzusetzen.

Strecken-Modus (km)

Anzeige der zurückgelegten Strecke

Kalorien-Modus (Kcal)

Anzeige der verbrannten Kalorien

Zeit-Modus (Min)

Anzeige der Aktivitätsdauer

Speicher-Modus (Days Record)

Anzeige der gespeicherten Daten der letzten 7 Tage

- Drücken Sie im Step-Modus die **[Reset]**-Taste, um den gewünschten Tag (1-7) aufzurufen und wechseln Sie mit der **[Set]**-Taste zwischen den Datenanzeigen (Schrittzahl / Strecke / Kalorien / Aktivitätsdauer) für diesen Tag.
- Falls Sie an einem der Tage nicht aktiv waren, werden die Tagesdaten mit Null (ZERO) angezeigt.

Gesamt-Modus (Total Step)

Anzeige der Gesamtdaten (der Zusatz **Total** wird eingeblendet).

- Drücken Sie die **[Set]**-Taste, um Ihre Gesamtdaten in der unterschiedlichen Modi aufzurufen.
- Drücken Sie die **[Mode]**-Taste erneut, um die Anzeige der Gesamtdaten zu verlassen (der Zusatz **Total** wird ausgeblendet).

- Ihre Gesamtdaten enthalten auch jene Daten, die vor einem Zurücksetzen gemessen wurden.

Tipps zur Verwendung

- Stecken Sie den Schrittzähler in Ihre Vordertasche (keine losen Taschen) oder hängen Sie ihn sich um den Hals (nicht beim Joggen).
- Bringen Sie den Schrittzähler so an, dass er senkrecht zum Boden zeigt.
- Tragen Sie festes Schuhwerk.
- Joggen oder gehen Sie in einem gleichmäßigen Tempo.
- Machen Sie keine extrem langsamen Schritte.
- Vibrationen und Hoch-Tief-Bewegungen können zu falschen Messdaten führen.

Batteriewechsel

- Öffnen Sie das Batteriefach an der linken Seite, indem Sie es herausziehen.
- Legen Sie eine neue Knopfzelle Typ CR1 130 in das herausgezogene Batteriefach ein. Der Pluspol zeigt zur Displayseite des Schrittzählers.
- Schieben Sie das Batteriefach wieder in den Schrittzähler, bis es einrastet.

Sicherheitshinweise

- Diese Bedienungsanleitung dient dazu, Sie mit der Funktionsweise dieses Produktes vertraut zu machen. Bewahren Sie diese Anleitung daher gut auf, damit Sie jederzeit darauf zugreifen können.
- Ein Umbauen oder Verändern des Produktes beeinträchtigt die Produktsicherheit. Achtung Verletzungsgefahr!
- Öffnen Sie das Produkt niemals eigenmächtig, außer zum Batteriewechsel. Führen Sie Reparaturen nie selbst aus!
- Behandeln Sie das Produkt sorgfältig. Es kann durch Stöße, Schläge oder Fall aus geringer Höhe beschädigt werden.
- Halten Sie das Produkt fern von Feuchtigkeit und extremer Hitze.
- Tauchen Sie das Produkt niemals in Wasser oder andere Flüssigkeiten.
- Technische Änderungen und Irrtümer vorbehalten.

Wichtige Hinweise zu Knopfzellen und deren Entsorgung

Knopfzellen gehören **NICHT** in den Hausmüll. Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte Knopfzellen zur fachgerechten Entsorgung zurückzugeben.

Sie können Ihre Knopfzellen bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde abgeben oder überall dort, wo Knopfzellen der gleichen Art verkauft werden.

- Achten Sie unbedingt auf die richtige Polarität der Knopfzellen. Falsch eingesetzte Knopfzellen können zur Zerstörung des Gerätes führen – Brandgefahr.
- Versuchen Sie nicht, Knopfzellen zu öffnen und werfen Sie sie nicht in Feuer.
- Knopfzellen, aus denen Flüssigkeit austritt, sind gefährlich. Berühren Sie diese nur mit geeigneten Handschuhen.
- Knopfzellen gehören nicht in die Hände von Kindern.
- Nehmen Sie die Knopfzellen aus dem Gerät, wenn Sie es für längere Zeit nicht benutzen.

Konformitätserklärung

Hiermit erklärt PEARL.GmbH, dass sich das Produkt NX-5117 in Übereinstimmung mit der RoHS-Richtlinie 2011/65/EU und der EMV-Richtlinie 2004/108/EG befindet.



Leiter Qualitätswesen
Dipl. Ing. (FH) Andreas Kurtasz
19.11.2015

Die ausführliche Konformitätserklärung finden Sie unter www.pearl.de/support. Geben Sie dort im Suchfeld die Artikelnummer NX-5117 ein.

Informationen und Antworten auf häufige Fragen (FAQs) zu vielen unserer Produkte sowie ggfs. aktualisierte Handbücher finden Sie auf der Internetseite: **www.newgen-medicals.de**
Geben Sie dort im Suchfeld die Artikelnummer oder den Artikelnamen ein.

Chère cliente, cher client,

Nous vous remercions d'avoir choisi ce podomètre pratique. Son capteur 3D distingue si vous marchez tranquillement, si vous joggez, ou si vous montez des marches. Chaque pas est comptabilisé. Afin d'utiliser au mieux votre nouveau produit, veuillez lire attentivement ce mode d'emploi et respecter les consignes et astuces suivantes.

Contenu

- Podomètre avec dragonne
- 1 pile bouton CR1130
- Mode d'emploi

Caractéristiques techniques

Alimentation	Pile bouton CR1130 (3 V)
Nombre de pas mesurés	0-999999
Mémoire	7 jours
Longueur dragonne	env. 40 cm
Dimensions	85 x 56 x 5 mm
Poids	31 g

Préparation

Calculez tout d'abord la longueur de vos pas en centimètres, lorsque vous marchez et lorsque vous courez.
(Distance parcourue divisée par le nombre de pas = longueur des pas)

Marche : Faites 10 pas en marchant, mesurez la distance parcourue en centimètres, et divisez le résultat par dix.

Course : Faites 50 pas en courant, mesurez la distance parcourue en centimètres, et divisez le résultat par cinquante.

Mise en marche

Retirez la bande de protection en plastique du compartiment à pile situé sur le côté gauche. Une pile bouton est déjà mise en place. L'écran s'allume.

Les réglages de base suivants doivent être effectués une fois seulement :

Si vous n'effectuez aucune saisie pendant plus de 7 secondes, l'affichage revient en mode Horloge. Si c'est le cas avant que vous ayez effectué les 10 étapes de saisie, recommencez à partir de l'étape 1.

1. Appuyez plusieurs fois sur le bouton **[Mode]** et basculez ainsi en mode Étapes (**Step**). Le mode est affiché en

haut de l'écran sous forme de petite barre de texte. Chaque pression sur le bouton **[Mode]** vous permet de passer au mode suivant.

2. Pour accéder aux réglages, maintenez le bouton **[Set]** pressé pendant environ 3 secondes.
3. À l'aide du bouton **[Mode]**, sélectionnez le format d'affichage de l'heure choisi (12/24 h) puis appuyez sur le bouton **[Set]**.
4. L'heure clignote sur l'écran. Appuyez sur le bouton **[Reset]** pour augmenter la valeur des heures, ou sur le bouton **[Mode]** pour la réduire.
5. Appuyez longuement sur le bouton **[Set]** pour passer au réglage des minutes.
6. Réglez la valeur des minutes à l'aide des boutons **[Reset]** et **[Mode]**, puis appuyez sur le bouton **[Set]**.
7. Sur l'écran, le message "cm" clignote ; appuyez sur le bouton **[Set]**.
8. À l'aide des boutons **[Reset]** et **[Mode]**, saisissez la longueur de vos pas puis appuyez sur le bouton **[Set]**.
9. À l'aide des boutons **[Reset]** et **[Mode]**, saisissez votre poids puis appuyez sur le bouton **[Set]**.
10. À l'aide des boutons **[Reset]** et **[Mode]**, saisissez votre objectif journalier puis appuyez sur le bouton **[Set]**.



NOTE :

Pour rester en forme et en bonne santé, vous devriez choisir un objectif journalier situé entre 3000 et 10000 pas. Pour perdre du poids, il est recommandé de choisir un objectif journalier entre 12000 et 15000 pas.

11. Le podomètre est maintenant prêt à l'emploi. Le nombre de pas s'affiche sur l'écran une fois que le dixième pas a été effectué. À partir de là, chaque pas est non seulement comptabilisé directement, mais également affiché immédiatement. Pour ménager la pile, l'écran s'éteint automatiquement au bout d'un long moment d'inactivité.

Changement de mode

Le podomètre dispose de 6 modes différents. Appuyez sur le bouton **[Mode]** ou **[Set]** pour passer à chaque fois au mode suivant.

Mode Pas (Step)

Affichage du nombre de pas

- Pour remettre à zéro le nombre de pas, maintenez le bouton **[Reset]** pressé pendant environ 3 secondes.

Mode Distance (km)

Affichage de la distance parcourue

Mode Calories (kcal)

Affichage du nombre de calories brûlées

Mode Temps (min)

Affichage de la durée de l'activité

Mode Enregistrement (Days Record)

Affichage des données enregistrées pendant les 7 derniers jours

- En mode Step, appuyez sur le bouton **[Reset]** pour accéder au jour souhaité (1-7), puis avec le bouton **[Set]**, basculez entre les différents affichages concernant ce jour (nombre de pas, distance, calories, durée de l'activité).
- Si vous n'avez pas été actif pendant l'une de ces journées, les données journalières sont représentées par un le message zéro (ZERO).

Mode Total (Total Step)

Affichage de toutes les données (le message **Total** apparaît).

- Appuyez le bouton **[Set]** pour afficher les données globales dans les différents modes.

- Appuyez à nouveau sur le bouton **[Mode]** pour fermer l'affichage de toutes les données (le message **Total** disparaît).
- Vos données globales contiennent également les données mesurées avant une remise à zéro.

Conseils d'utilisation

- Placez le podomètre dans votre poche avant (pas de poche trop ample, plutôt serrée) ou bien suspendez-le autour de votre cou (sauf pour le jogging).
- Placez le podomètre de façon à ce qu'il soit dirigé verticalement vers le sol.
- Portez de bonnes chaussures.
- Courez ou marchez à un rythme régulier.
- Ne faites pas de pas extrêmement lents.
- Les vibrations ou des mouvements haut/bas peuvent conduire à des mesures erronées.

Remplacement de la pile

- Ouvrez le compartiment à pile situé sur le côté gauche, en tirant pour le sortir.
- Placez une nouvelle pile bouton (type CR1130) dans le compartiment à pile ainsi sorti. Le pôle positif est dirigé vers le côté du podomètre contenant l'écran.

- Poussez le compartiment de la pile dans le podomètre, jusqu'à ce qu'il s'enclenche.

Consignes de sécurité

- Ce mode d'emploi vous permet de vous familiariser avec le fonctionnement du produit. Conservez-le précieusement afin de pouvoir le consulter en cas de besoin.
- Pour connaître les conditions de garantie, veuillez contacter votre revendeur. Veuillez également tenir compte des conditions générales de vente !
- Veillez à utiliser le produit uniquement comme indiqué dans la notice. Une mauvaise utilisation peut endommager le produit ou son environnement.
- Le démontage ou la modification du produit affecte sa sécurité. Attention, risque de blessure !
- N'ouvrez jamais le produit, sauf pour remplacer les piles. Ne tentez jamais de réparer vous-même le produit !
- Manipulez le produit avec précaution. Un coup, un choc, ou une chute, même de faible hauteur, peut l'endommager.
- N'exposez pas le produit à l'humidité ni à une chaleur extrême.

- Ne plongez jamais l'appareil dans l'eau ni dans aucun autre liquide.
- Surveillez les enfants pour vous assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil.
- Aucune garantie ne pourra être appliquée en cas de mauvaise utilisation.
- Le fabricant décline toute responsabilité en cas de dégâts matériels ou dommages (physiques ou moraux) dus à une mauvaise utilisation et/ou au non-respect des consignes de sécurité.
- Sous réserve de modification et d'erreur !

Consignes importantes sur les piles bouton et leur recyclage

Les piles bouton ne doivent **PAS** être jetées dans la poubelle classique. Chaque consommateur est aujourd'hui obligé de jeter les piles bouton usagées dans les poubelles spécialement prévues à cet effet.

Vous pouvez déposer vos piles bouton dans les déchetteries municipales et dans les lieux où elles sont vendues.

- Respectez la polarité des piles bouton. Un mauvais sens d'insertion des piles bouton peut endommager l'appareil – Risque d'incendie.

- N'ouvrez pas les piles boutons, ne les jetez pas au feu.
- Les piles bouton dont s'échappe du liquide sont dangereuses. Ne les manipulez pas sans gants adaptés.
- Maintenez les piles bouton hors de portée des enfants.
- Retirez les piles bouton de l'appareil si vous ne comptez pas l'utiliser pendant une période prolongée.

Déclaration de conformité

La société PEARL.GmbH déclare ce produit NX-5117 conforme aux directives actuelles suivantes du Parlement Européen : 2004/108/CE, concernant la compatibilité électromagnétique, et 2011/65/UE, relative à la limitation de l'utilisation de certaines substances dangereuses dans les équipements électriques et électroniques.



Directeur Service Qualité
Dipl. Ing. (FH) Andreas Kurtasz
19.11.2015