

Nederlandse Beschrijving van het computergedeelte van de Proteus PEC 2200 / PEC 3200

Trainingsmonitor Instructiehandleiding BC-8139II-01

Korte handleiding:

MODE	1. Selecteert de functie om deze te programmeren Time-Calorie-Pulse-Distance 2. Selecteert de functie en het display op het scherm gedurende de training Scan-Time-Speed-Calorie-Pulse-RPM-Distance
UP	Verhoogt de waarde van de volgende functies: Time-Calorie-Pulse-Distance
DOWN	Verlaagt de waarde van de volgende functies: Time-Calorie-Pulse-Distance
RESET	1. Houd deze 2 seconden ingedrukt om alle waarden te resetten naar nul. 2. Gedurende het instellen kunt u deze indrukken om de in te stellen waarden te resetten naar nul. 3. Wanneer de training is gestopt, kunt u deze indrukken om alle waarden weer te resetten naar nul.
ENTER	1. Druk deze knop in om alles in te stellen. 2. Druk deze knop in om de gekozen waarde te bevestigen.

Het vervangen van de batterij

Plaats 2 AA of UM-3 batterijen in het batterijvakje in de achterzijde van de monitor. Zorg ervoor dat de batterijen goed passen. Ze dienen goed geplaatst te worden en zorg ervoor dat het veertje goed in contact staat met de batterij. Wanneer het display blank wordt of het maar deels zichtbaar is, verwijder dan de batterijen en wacht 15 seconden, en plaats de batterijen dan weer terug. Wanneer de batterijen worden verwijderd, gaan alle functiewaarden automatisch weer naar nul.

Functies en werkingen

AUTO ON/OFF

De monitor zal automatisch aangaan wanneer u de fiets gebruikt. Wanneer u 4 minuten stopt met trappen, zal de monitor automatisch uitgaan en daarmee alle waarden weer naar nul gaan.

KPH: De snelheid en afstand gemeten in kilometers

MPH: De snelheid en afstand gemeten in mijlen

SCAN

Druk deze knop in totdat SCAN verschijnt op uw scherm. De monitor zal dan elke functie 6 seconden lang op het scherm weergeven: Scan-Time-Speed-Calorie-Pulse-Distance

TIME

Druk deze knop in totdat TIME verschijnt op het scherm. De monitor zal dan de tijd functie weergeven op het scherm.

Count-up:

Zonder de tijd in te stellen, zal de tijd gaan lopen van 00:00 tot 99:59

Count-down:

U kunt de tijd instellen van 1:00 tot 99:00 minuten, de monitor zal dan gaan aftellen tot de ingestelde tijd. Wanneer de tijd om is, zal de alarm afgaan.

SPEED

Druk deze knop in totdat SPEED verschijnt op uw scherm. De monitor zal de snelheid weergeven op het scherm.

CALORIE

Druk deze knop in totdat CAL verschijnt op het scherm. De monitor zal de verbrande calorieën weergeven.

DISTANCE

Druk deze knop in totdat DIST verschijnt op het scherm. De monitor zal de afstand weergeven op het scherm.

Count-up:

Zonder de afstand ingesteld te hebben, zal de monitor gaan tellen van 0.1 tot 999.9 km/mijlen

Count-down:

Als u de afstand heeft ingesteld, zal deze af gaan tellen tot de ingestelde waarde. Wanneer de ingestelde afstand wordt bereikt, zal de alarm afgaan.

PULSE:

Druk deze knop in totdat een hartje verschijnt op het scherm. De monitor zal uw huidige hartslag per minuut weergeven op het scherm.

Pulse limit:

U kunt de hartslag instellen van 90 tot 220, de monitor zal uw huidige hartslag meten. Wanneer u de ingestelde hartslag bereikt, zal de alarm om de 6 seconden 2 keer afgaan totdat de hartslag is bereikt dat onder de ingestelde waarde ligt. Plaats de beide palmen van uw handen op de beide contactplaatjes; de monitor zal dan uw huidige hartslag per minuut weergeven (BPM) op het scherm.