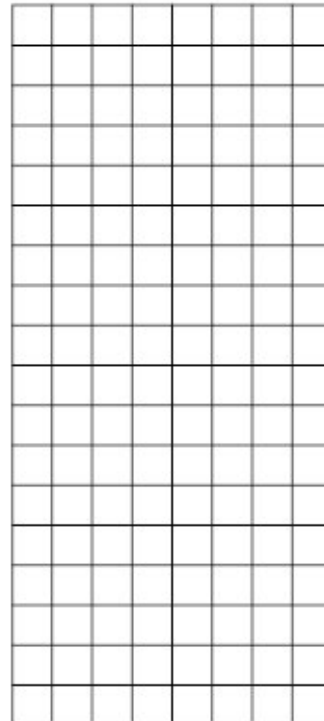
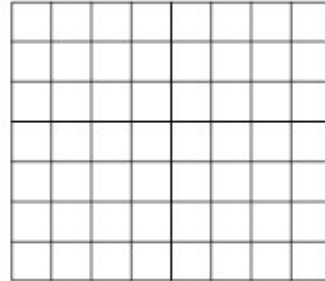


G E B R U I K S A A N W I J Z I N G



Bestnr. 86 03 25

Beurer
Polshartslagmeter
PM 25



Alle rechten, ook vertalingen, voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een automatische gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van CONRAD ELECTRONIC BENELUX B.V.
Nadruk, ook als uittreksel is niet toegestaan. Druk- en vertaalfouten voorbehouden. Deze gebruiksaanwijzing voldoet aan de technische eisen bij het in druk gaan. Wijzigingen in de techniek en uitvoering voorbehouden.
© Copyright 2012 by CONRAD ELECTRONIC BENELUX B.V.
Internet: www.conrad.nl of www.conrad.be

Belangrijk! Beslist lezen!

Deze gebruiksaanwijzing is een integraal onderdeel van dit product. Er staan belangrijke aanwijzingen in betreffende de ingebruikneming en het gebruik.

Lees deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig door! Bij schades, die ontstaan door het niet opvolgen van de handleiding, vervalt het recht op garantie. Voor volgschades, die hieruit ontstaan zijn wij niet aansprakelijk.

Bewaar deze gebruiksaanwijzing zorgvuldig!

Introductie

Geachte klant,

Hartelijk dank voor de aankoop van dit product.

Dit product is EMC-gekeurd en voldoet aan de eisen van de geldende Europese en nationale richtlijnen. De CE-conformiteit werd aangetoond en de desbetreffende verklaringen en documenten zijn gedeponneerd bij de fabrikant.

en optimaal en veilig gebruik van het apparaat te kunnen garanderen, dient u als gebruiker de voorschriften in deze gebruiksaanwijzing in acht te nemen.

Alle firmanamen en productaanduidingen in deze handleiding zijn handelsmerken van de desbetreffende eigenaren. Alle rechten voorbehouden.

Voor meer informatie kunt u kijken op www.conrad.nl of www.conrad.be.

INHOUDSOPGAVE

Omvang levering	4
Belangrijke aanwijzingen	5
Algemene informatie over trainingen	7
Functies van de polshartslagmeter	8
Signaaloverdracht en meetwijze	9
Ingebruikneming	9
Het omdoen van het polshorloge.	9
Het activeren van het polshorloge vanuit de stroomspaarmodus	9
De borstband omdoen	9
Algemene bediening van het polshorloge	11
Knoppen op het polshorloge	11
Display	12
Menu's	13
Basisinstellingen	15
Overzicht	15
Persoonlijke gegevens instellen	16
Trainingszone instellen	17
Klok instellingen	19
Overzicht	19
Tijd en datum instellen	19
Wekalarm instellen	20
Trainingsregistratie	21
Overzicht	21
Looptijden stoppen	22
Opnames terugzetten (reset)	22
Resultaten	23
Overzicht	23
Trainingsgegevens weergeven	23
Technische gegevens, batterijen en garantie	25
Lijst met afkortingen	27

Omvang levering

Hartslag polshorloge met armband	
Borstband	
Elastische spanband (verstelbaar)	

Bijkomend:

- Opbergtasje
- Gebruiksaanwijzing

BELANGRIJKE AANWIJZINGEN

Lees eerst de gebruikershandleiding aandachtig door, bewaar deze zorgvuldig en zorg ervoor dat deze toegankelijk is voor andere personen.



Training

- Dit is geen medisch product. Het is een trainingsinstrument dat ontwikkeld is voor het meten en weergeven van de menselijke hartslag.
- Houd er bij risicovolle sporten rekening mee dat het dragen van de polshorloge tot een extra risico op letsel kan leiden.
- Raadpleeg bij twijfel of bij ziektes uw behandelende arts over uw eigen waarden met betrekking tot de bovenste en onderste trainingshartslag, alsook hoe lang en hoe vaak u traint. Op deze manier realiseert u optimale trainingsresultaten.
- LET OP: Personen met hart- en vaatziekten of dragers van een pacemaker mogen deze polshartslagmeter alleen gebruiken na overleg met hun arts.



Gebruiksdoel

- Het apparaat is alleen bestemd voor persoonlijk gebruik.
- Dit apparaat mag uitsluitend worden gebruikt voor het doel waarvoor het is ontwikkeld en uitsluitend op de in deze gebruikershandleiding aangegeven wijze. Elk onjuist gebruik kan gevaarlijk zijn. De fabrikant is niet aansprakelijk voor schade die is veroorzaakt door onjuist of verkeerd gebruik.
- Deze polshartslagmeter is waterdicht (zie hoofdstuk "Technische gegevens").
- Er kunnen elektromagnetische interferenties optreden (zie hoofdstuk "Technische gegevens").



Reiniging en verzorging

- Reinig de borstband, elastische band en het polshorloge regelmatig zorgvuldig met een zeepoplossing. Spoel daarna alle delen af met schoon water. Droog alles zorgvuldig met een zachte doek. De elastische borstband kan in de wasmachine op 30 °C, zonder wasverzachter, gewassen worden. De band mag niet in de droger!
- Bewaar de borstband op een schone, droge plaats. Vuil kan de elasticiteit en het functioneren van de zender beïnvloeden. Zweet en vocht kunnen er voor zorgen dat de elektroden vochtig blijven, waardoor de zender actief blijft. Dit verkort de levensduur van de batterij.



Reparatie, toebehoren en verwijdering

- Vóór gebruik moet gecontroleerd worden of het apparaat en de accessoires niet zichtbaar beschadigd zijn. Gebruik het niet bij twijfel, neem contact op met uw leverancier of met het opgegeven serviceadres
- Reparaties mogen alleen door een servicedienst of geautoriseerde handelaars worden uitgevoerd. Probeer in geen geval het apparaat zelf te repareren!
- Gebruik het apparaat alleen met de bijgeleverde onderdelen.
- Vermijd het contact met zonnebrandmiddelen of soortgelijke producten, omdat deze de opdruk of de kunststof- onderdelen kunnen beschadigen.
- Verwijder het apparaat conform richtlijn 2002/96/EG betreffende afgedankte elektrische en elektronische apparatuur - WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment). Als u vragen hebt, neemt u contact op met de verantwoordelijke instanties voor afvalverwijdering in uw gemeente.

ALGEMENE INFORMATIE OVER TRAININGEN

Deze polshartslagmeter dient ter registratie van de hartslag bij de mens. Door de verschillende instelmogelijkheden kunt u uw individuele trainingsprogramma ondersteunen en uw hartslag controleren. U dient uw hartslag tijdens de training te controleren, omdat u uw hart op deze manier kunt beschermen tegen een mogelijke overbelasting en tegelijkertijd een optimaal trainingseffect kunt behalen. De tabel bevat informatie over de trainingszone die bij u past. Uw maximale hartfrequentie daalt naarmate u ouder wordt. De trainingshartslag is daarom altijd afhankelijk van de maximale hartfrequentie. Voor de bepaling van de maximale hartfrequentie geldt de volgende vuistregel:

220 - leeftijd = maximale hartslag Voor een veertigjarige geldt dan: $220 - 40 = 180$

	Gezondheidszone	Vetverbrandingszone	Fitnesszone	Duurtraining	Anaerobe training
Aandeel max. hartfrequentie	50-60%	65-70%	70-80%	80-90%	90-100%
Effect	Versterking van het hart- en vaatstelsel	Het lichaam verbrandt procentueel de meeste calorieën uit vet. Traint hart- en vaatstelsel, verbetert de conditie	Verbeterd ademhaling en bloedsomloop. Optimaal voor verbetering van basisconditie	Zorgt ervoor dat u uw tempo langer vast kunt houden en verhoogt uw basissnelheid.	Zorgt voor een gerichte overbelasting van de spieren. Hoog letselrisico voor recreatieve sporters, bij ziekte: gevaarlijk voor het hart.
Voor wie geschikt?	Ideaal voor beginners	Gewichtscontrole, -verlies	Recreatieve sporters	Ambitieuze recreatieve sporters, wedstrijdsters	Alleen wedstrijdsters
Training	Regeneratieve training		Fitnesstraining	Duurtraining	Basisconditietraining

Hoe u uw individuele trainingszone instelt, leest u in hoofdstuk "Basisinstellingen", paragraaf "Trainingszone instellen".

FUNCTIES VAN DE POLSHARTSLAGMETER

Hartslagfuncties

- ECG-nauwkeurige hartslagmeting
- Overdracht: analoog
- Individuele trainingszone instelbaar
- Akoestisch en visueel alarm wanneer u buiten de trainingszone komt
- Gemiddelde hartslag (Average)
- Maximale hartslag tijdens training
- Calorieënverbruik in Kcal (basis joggen)
- Vetverbranding in gr/oz

Instellingen

- Geslacht
- Gewicht
- Eenheid voor gewicht kg / lb
- Lichaamslengte
- Eenheid voor lengte cm / inch

Tijdfuncties

- Tijd
- Kalender (tot 2020) en weekdag
- Datum
- Alarm / wekker
- Stopwatch

SIGNAALOVERDRACHT EN MEETWIJZE

Ontvangsbereik van de polshartslagmeter

Uw polshartslagmeter ontvangt signalen van de zender in de borstband binnen een straal van 70 cm.

Sensoren in de borstband

De gehele borstband bestaat uit twee delen: de eigenlijke borstband en een elastische spanband. Aan de binnenkant van de borstband, die uw lichaam raakt, bevinden zich twee geribbelde sensoren. Beide sensoren meten uw hartslag ECG- nauwkeurig en zenden deze naar uw polshartslagmeter.

INGEBRUIKNEMING

Het omdoen van de polshartslagmeter

U kunt deze polshartslagmeter gewoon dragen als een gewoon polshorloge.

Het activeren van de polshartslagmeter vanuit de energiespaarmodus

U kunt de polshartslagmeter met een willekeurige knop activeren. Als de polshartslagmeter ongeveer 5 minuten geen signaal ontvangt, schakelt deze in de energiespaarmodus. Er wordt dan alleen de gewone kloktijd weergegeven. Druk op een willekeurige knop om het horloge te activeren.

De borstband omdoen

- Bevestig de borstband op de elastische spanband. Pas de lengte van de band aan zodat deze goed past, niet te los of te strak. Doe de band om uw borstkas met het logo aan de buitenzijde en direct op uw borstbeen. Bij mannen moet de borstband direct onder de borstspieren gedragen worden. Bij vrouwen is dit direct onder de aanzet van de borsten .

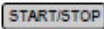
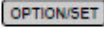
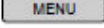
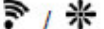


- Omdat het contact tussen de huid en de sensoren nooit meteen optimaal is, duurt het enige tijd voordat de hartslag wordt gemeten en weergegeven. Indien nodig kunt u de positie van de zender iets aanpassen om het contact te verbeteren. Zweet onder de borstband zorgt er meestal voor, dat het contact vanzelf verbetert. Maar u kunt ook de contactpunten aan de binnenzijde van de borstband vochtig maken. Daarvoor moet u de band iets optillen van de huid en de sensoren vochtig maken met water, speeksel of ECG-gel (te verkrijgen bij de apotheek). Het contact tussen de huid en de band mag ook bij grotere bewegingen van de borstkas, zoals bij diep ademen, niet onderbroken worden. Een zwaar behaarde borstkas kan het contact verstoren of zelfs helemaal onmogelijk maken.
- Leg de borstband een aantal minuten voordat u gaat trainen al om, zodat de zender op lichaamstemperatuur kan komen en er een optimaal contact ontstaat.

BEDIENING VAN DE POLSHARTSLAGMETER

Knoppen op de polshartslagmeter



- | | | |
|---|---|--|
| 1 |  | Start/stopt functies, stelt waarden in. Ingedrukt houden versnelt de invoer. |
| 2 |  | Wisselt tussen de functies binnen een menu en bevestigt de instelling. |
| 3 |  | Wisselt tussen de verschillende menu's |
| 4 |  | Kort indrukken verlicht het display voor 5 seconden

Langer indrukken activeert/deactiveert het akoestisch alarm na het verlaten van de trainingszone. |

Display








1 Bovenste regel

2 Regel in het midden

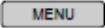
3 Onderste regel

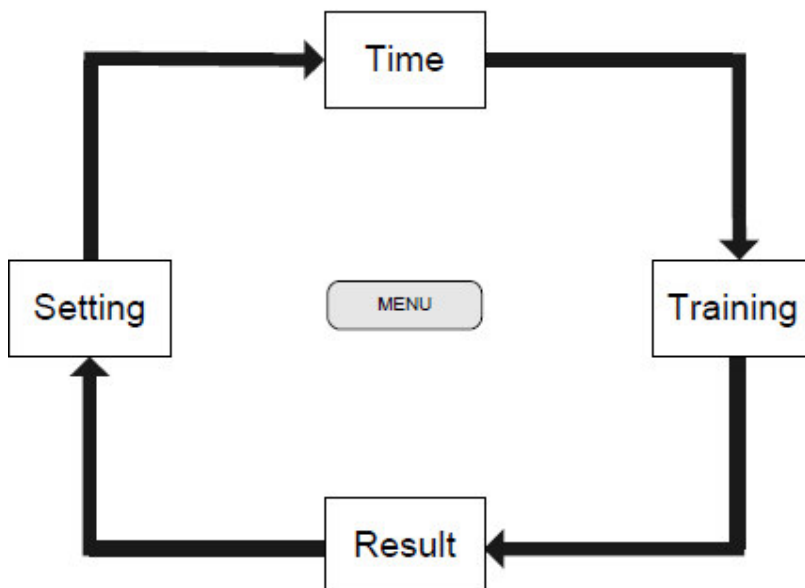
4 Symbolen

-  Wekalarm is geactiveerd
-  Hartfrequentie wordt ontvangen
-  Boven de ingestelde trainingzone
-  Onder de ingestelde trainingszone
-  Akoestische alarm bij het verlaten van de trainingszone is geactiveerd

U vindt een gedetailleerde toelichting van de displayafkortingen in de lijst met afkortingen aan het einde van de gebruikershandleiding.

Menu's

Voor het wisselen tussen de menu's gebruikt u de knop  .



Energiebesparende modus

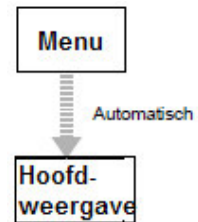
Als uw polshartslagmeter ca. 5 minuten geen signaal ontvangt, schakelt deze in de energiebesparende modus. Er wordt dan alleen de actuele tijd weergegeven. Druk op een willekeurige knop om de polshartslagmeter opnieuw te activeren.



Hoofdweergave

Bij elke wisseling van een menu wordt eerst de naam van het menu weergegeven, daarna gaat het horloge automatisch in de hoofdweergave van het actieve menu.

Van daaruit moet u of eerst een submenu selecteren of u kunt de functie direct starten.


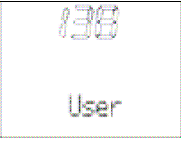


Overzicht van de menu's


Menu	Betekenis	Omschrijving zie hoofdstuk...
Time	Tijd	"Klokinstellingen"
Training	Training	"Trainingsregistratie"
Result	Resultaten	"Resultaten"
Setting	Instellingen	"Basisinstellingen"

BASISINSTELLINGEN

Overzicht

<p>In het menu <i>Setting</i> kunt u:</p> <ul style="list-style-type: none">- Uw persoonlijke gegevens (user) invoeren. Uw polshorloge berekend uit deze gegevens uw calorieënverbruik en uw vetverbranding tijdens de training.- Uw trainingszone (limiet) instellen. Verklaringen voor de instelling van de trainingszone vindt u in hoofdstuk "Algemeen voor het training". Uw polshorloge geeft tijdens de training een akoestische en visuele alarm als u de trainingszone verlaat.- De maateenheden (units) voor de lichaamslengte en het gewicht veranderen.	 <p>The image shows a smartwatch display with the number '138' at the top and the word 'Settings' below it, indicating the settings menu.</p>
<p>Zodra u in het menu <i>Settings</i> bent, wisselt het polshorloge automatisch in de hoofdweergave. Daar wordt de User getoond.</p>	 <p>The image shows a smartwatch display with the number '138' at the top and the word 'User' below it, indicating the user selection screen.</p>

Persoonlijke gegevens invoeren

MENU	Wissel naar het menu <i>Setting</i>	138 User
START/STOP	<i>Gender</i> wordt weergegeven. START/STOP Selecteer M, als u een man bent en selecteer F, als u een vrouw bent.	 Gender
OPTION/SET	<i>Weight</i> wordt weergegeven. START/STOP Stel uw gewicht in (20-227 kg of 44-499 pond)	20 49 Weight
OPTION/SET	<i>Height</i> wordt weergegeven START/STOP Stel uw lichaamslengte in (80-227 cm of 2'66"-7'6" feet)	120 cm Height
OPTION/SET	Terug naar de weergave <i>User</i> .	

Trainingszone instellen

U kunt uw individuele boven- en ondergrens van uw hartslag als volgt instellen:



MENU	Wissel naar het menu Setting	138 User
OPTION/SET	Limits wordt weergegeven.	
START/STOP	Lo limit wordt weergegeven START/STOP Stel uw ondergrens in (40-238)	70 Lo limit
OPTION/SET	Hi limit wordt weergegeven START/STOP Stel uw bovenste grens in (41-239)	150 Hi limit
OPTION/SET	Terug naar de weergave Limits.	

Eenheden instellen







MENU	Wissel naar het menu Setting	138 User
OPTION/SET	Limits wordt weergegeven.	
OPTION/SET	Units wordt weergegeven	
START/STOP	kg /lb wordt weergegeven. De gewichtseenheid knippert. START/STOP Kies de gewenste eenheid.	kg/lb
OPTION/SET	cm /inch wordt weergegeven. De lengte- eenheid knippert. START/STOP Kies de gewenste eenheid.	cm/inch
OPTION/SET	Terug naar de weergave Units.	

KLOKINSTELLINGEN

Overzicht





<p>In het menu Time kunt u:</p> <ul style="list-style-type: none"> - De tijd en de datum instellen. - Het wekalarm instellen 	
<p>Zodra u in het menu Time bent, wisselt uw polshorloge automatisch naar de hoofdweergave. Deze toont de weekday en de datum. Op de afbeelding: Fri 12.04 (vrijdag, 12 april)</p>	

Tijd en datum instellen

<p>MENU</p>	<p>Wissel naar het menu Time</p>	
<p>START/STOP 5 seconden</p>	<p>Set Time wordt kort aangeduid. Hour wordt weergegeven. De uurinstelling knippert. START/STOP Stel het uur in (0-24)..</p>	
<p>OPTION/SET</p>	<p>Minute wordt weergegeven. De minuteninstelling knippert. START/STOP Stel de minuten in (0-59).</p>	
<p>OPTION/SET</p>	<p>Year wordt weergegeven. De jaarinstantelling knippert. START/STOP Stel het jaar in. De kalender loopt tot 2020).</p>	
<p>OPTION/SET</p>	<p>Month wordt weergegeven. De maandinstelling knippert. START/STOP Stel de maand in (1-12).</p>	
<p>OPTION/SET</p>	<p>Day wordt weergegeven. De daginstelling knippert. START/STOP Stel de dag (1-31) in.</p>	
<p>OPTION/SET</p>	<p>Terug naar de hoofdweergave.</p>	

Wekalarm instellen

Het wekalarm kunt u door het drukken van een willekeurige knop uitschakelen. De volgende dag wordt u op hetzelfde tijdstip gewekt.

MENU	Wissel naar het menu Time	
OPTION/SET	Alarm wordt weergegeven.	
START/STOP 5seconden	Set Alarm wordt kort weergegeven. On Alarm wordt weergegeven.. START/STOP Schakelt het alarm aan (On) of uit (Off).	
OPTION/SET	Hour wordt weergegeven. De uurinstelling knippert. START/STOP Stel het uur in.	
OPTION/SET	Minute wordt weergegeven. De minuteninstelling knippert. START/STOP Stel de minuten in.	
OPTION/SET	Terug naar de hoofdweergave.	

TRAININGSREGISTRATIE

Overzicht

In het menu <i>Training</i> kunt u: - Uw looptijden stoppen en daarmee uw training registreren. - Opnames op 0 zetten (reset).	
Zodra u in het menu <i>Training</i> bent, wisselt uw polshorloge automatisch naar de hoofdweergave. Deze toont op de middelste regel de reeds geregistreeerde trainingstijd (na een reset: 00:00:00) en op de onderste regel <i>Start</i> .	

Wetenswaardigheden over het opnemen

- Zodra u de opname start, begint de polshartslagmeter met het registreren van uw trainingsgegevens. U kunt uw trainingsgegevens bekijken in het menu *Result*.
- De polshartslagmeter neemt uw trainingsgegevens continu op, totdat u een reset uitvoert. Dat geldt ook, indien u pas de volgende dag met een nieuwe training begint. De doorlopende tijd maakt het mogelijk uw training op elk ogenblik te pauzeren.
- Ga elke keer een reset uitvoeren als u een nieuwe opname wilt starten. Het geheugen van uw polshorloge kan in totaal 100 uur opnemen.

Looptijden stoppen

<p>MENU</p>	<p>Wissel naar het menu Training. Als u al een looptijd gestopt heeft, staat op de middelste regel de opgenomen trainingstijd.</p>	 <p>138 0000.00 Start</p>
<p>START/STOP</p>	<p>Start een opname. Run wordt weergegeven. Ook als u tijdens een opname in een ander menu wisselt, loopt te tijd op de achtergrond verder.</p>	 <p>138 0000.01 Run</p>
<p>START/STOP</p>	<p>Stop de opname. Stop wordt weergegeven. U kunt een opname steeds met de knop START/STOP pauzeren of hervatten.</p>	 <p>138 0000.03 Stop</p>

Opnames terugzetten (reset)

	<p>U bevinst zich in het menu Training en er wordt momenteel geen training opgenomen. Stop wordt weergegeven.</p>	 <p>138 0000.03 Stop</p>
<p>START/STOP 5 sec</p>	<p>Zet de opname terug (reset). Hold Reset wordt weergegeven</p>	 <p>Hold Reset</p>
	<p>Het display gaat automatisch terug naar de hoofdwergave.</p>	 <p>138 0000.00 Start</p>





RESULTATEN

Overzicht

<p>In het menu Result kunt u:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Uw trainingsgegevens weergeven: gemiddelde en maximale hartslag, Tijden binnen en buiten de trainingszone, alsook calorieënverbruik en vetverbranding. 	<p>138 Result</p>
<p>Zodra u in het menu Result bent, wisselt uw polshorloge automatisch naar de hoofdweergave. Deze toont bPM AVG.</p>	<p>120 bPM AVG</p>

Trainingsgegevens weergeven

<p>MENU</p>	<p>Wissel naar het menu Result. BPM AVG (gemiddelde trainingshartfrequentie) wordt weergegeven.</p>	<p>120 bPM AVG</p>
<p>OPTION/SET</p>	<p>HRmax (maximale trainingshartfrequentie) wordt weergegeven.</p>	<p>180 bPM HRmax</p>
<p>OPTION/SET</p>	<p>In [min] (tijd binnen de trainingszone) wordt weergegeven.</p>	<p>17 t 15 (min)</p>

OPTION/SET	Lo [min] (tijd onder de trainingszone) wordt weergegeven.	
OPTION/SET	Hi [min] (tijd boven de trainingszone) wordt weergegeven.	
OPTION/SET	<p>[kcal] (de totale calorieënverbruik tijdens uw trainingsopname) wordt weergegeven. Basis voor de weergave van het calorieënverbruik en de vetverbranding zijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Persoonlijke gegevens (basisinstellingen) ■ De tijdens de training gemeten tijd en hartfrequentie. <p>De berekening gebeurt op basis van gemiddeld joggen.</p>	
OPTION/SET	Fat[g] (vetverbranding tijdens de totale trainingsopname) wordt weergegeven.	
OPTION/SET	Terug naar de hoofdweergave.	

TECHNISCHE GEGEVENS, BATTERIJEN EN GARANTIE

Polshorloge	waterdicht tot 30 m (kan bij regen gebruikt worden)
Borstband	waterdicht (geschikt om mee te zwemmen)
Batterij polshorloge	3V lithium- batterij, type CR2032, levensduur ca. 15 maanden (dagelijks gebruik ca. 1 uur)
Batterij borstband	3V lithium- batterij, type CR2032, levensduur ca. 28 maanden (dagelijks gebruik ca. 1 uur)

Batterijen vervangen

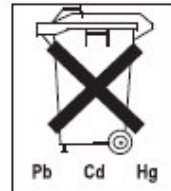
De batterij van de polshartslagmeter mag alleen vervangen worden door een specialist (horlogemaker of juwelier) of een opgegeven servicedienst. Anders vervalt de garantie.

De batterij van de borstband kunt u zelf vervangen. Het batterijvakje bevindt zich aan de binnenkant van de borstband. Om het batterijvakje te openen, kunt u een munt of de nieuwe batterij gebruiken. De pluspool moet naar boven gericht zijn. Sluit het batterijvak vervolgens weer zorgvuldig.

Lege batterijen horen niet bij het gewone huishoudelijke afval. U kunt lege batterijen bij KCA-depots inleveren. Batterijen kunt u tevens inleveren in inzamelbakken in winkels e.d. U bent hiertoe wettelijk verplicht.

Aanwijzing: Deze tekens kunt u aantreffen op batterijen met schadelijke stoffen:

Pb = batterij bevat lood, Cd = batterij bevat cadmium, Hg = batterij bevat kwik



Storingen en interferenties

De polshartslagmeter is een ontvanger om de signalen op te vangen die uitgezonden worden door de zender in de borstband. Tijdens het gebruik kan het voorkomen dat de polshartslagmeter ook andere signalen ontvangt dan die van de borstband.

Hoe kunt u een storing herkennen?

Storingen kan men herkennen aan de niet realistische waarden die weergegeven worden. Als uw normale hartslag gewoonlijk rond de 130 bpm zit en er wordt ineens 200 bpm aangegeven, dan is er sprake van een korte storing. Wanneer u uit de buurt van de storingsbron bent, zullen de gegevens weer kloppen. Houdt er rekening mee dat verstoorde waarden uw gemeten trainingsresultaten en uw gemiddelde waarden lichtelijk kunnen beïnvloeden.

Welke storingsorzaken zijn er?

In sommige situaties kunnen door in de buurt zijnde elektromagnetische interferenties storingen ontstaan. Om deze te vermijden, adviseren wij uit de buurt te blijven van de volgende storingsbronnen.

- In de buurt van hoogspanningsmasten
- Bij het passeren van veiligheidspoorten op bijvoorbeeld vliegvelden
- In de buurt van bovenleidingen (trams)
- In de buurt van verkeerslichten, tv's, fietscomputers of motoren van auto's
- In de buurt van fitnessapparatuur
- In de buurt van mobiele telefoons

Storingen door andere hartslagmeters

De polshartslagmeter kan uitgezonden signalen, bijvoorbeeld van andere hartslagmeters, binnen een straal van één meter reageren. In het bijzonder wanneer er getraind wordt in een groep kan dit leiden tot foutieve metingen. Als u bijvoorbeeld naast elkaar hardloopt, kan het al helpen wanneer u de polshartslagmeter aan uw andere pols draagt of meer afstand houdt tussen u en uw trainingspartner.

Garantie

Op dit product verlenen wij twee jaar garantie vanaf de aankoopdatum op materiaal- en fabricagefouten.

Buiten garantie vallen:

- In het geval van beschadiging door onvakkundige bediening
- Slijtage- onderdelen, zoals batterijen of het armband
- Mankementen die de koper reeds bij aankoop bekend waren
- Bij eigen schuld door de klant.

De wettelijke garantieverlening blijft onaangetast door deze garantie. Bij een garantieclaim dient de koper een aankoopbewijs voor te leggen. Bij een garantieclaim binnen de periode van 2 jaar vanaf de aankoopdatum neemt u contact op met uw leverancier of u meldt een garantiegeval bij de firma Beurer GmbH, D-89077 Ulm. De klant heeft in het geval van garantie recht op reparatie van het product bij een fabriekseigen of een door de fabrikant aangewezen servicedienst.

LIJST MET AFKORTINGEN

Afkortingen die op het display worden weergegeven, in alfabetisch volgorde:

Afkorting	Engels	Nederlands
AVG	Average	Gemiddelde trainingshartslag
BPM	Beats per minute	Hartslag per minuut
bPM AVG	Average Heart Rate in Beat per minute	Gemiddelde trainingshartslag per minuut
bPM Hrmax	Maximal Heart Rate in Beat per minute	Maximale hartslag per minuut
cm/inch		Centimeter / inch
Day		Dag
f	female	vrouwelijk
Fat(g)		Vet in gram
Fri	Friday	Vrijdag
Gender		Geslacht
Height		Lichaamslengte
Hi	High	Tijd boven de trainingszone
Hi limit	High Limit	bovenste trainingsgrens
Hour		Uur
Hr	Heart Rate	Hartfrequentie
Hrmax		max. Trainingshartfrequentie
In	In Zone	Tijd binnen de trainingszone
[Kcal]		Calorieënverbruik in Kcal
kg		Kilogram
kg/lb		Kilogram/ pond
Limits		Trainingsgrenzen
Lo	Low	Tijd onder de trainingszone
Lo limit	Low limit	Onderste trainingszone
m	male	mannelijk
Minute		Minuut
[min]	Minute	Minuut
Mon	Monday	Maandag
Month		Maand
Reset		Terugzetten op nul
Result		Resultaten
Run		Looptijd wordt gemeten
Sat	Saturday	Zaterdag
Setting		Instelling
Set		Instelling
Start		Start
Stop		Stop
Sun	Sunday	Zondag
Time		Tijd (menu)
Thu	Tuesday	Dinsdag
Units		Eenheden
User		Gebruiker
Wed	Wednesday	Woensdag
Weight		Gewicht
Year		Jaar

beurer heart rate monitor herzfrequenz pulsuhr



Beurer GmbH, Söflinger Str. 218, 89077 Ulm, Germany
www.beurer.de, Tel: (0049) 0731-3989144, Fax: (0049) 0731-3989255, kd@beurer.de