

**Návod k obsluze digitálních hodinek**

**SPEEDO série HR1, HR2**

**Vodotěsnost:** déšť, vlhkost, sprchování, plavání, potápění bez dýchacího přístroje  
**!!! ve vodě i pod vodou nepoužívejte tlačítka !!!**

**Výchozí pozice - mód času: název dne, datum, vteřiny, minuty, hodiny**

**Nastavení času a datumu:**

- „S3“ - bliká údaj druhého čas. pásma,
- „S2“ - posun (počet hodin posunu času),
- „S1“ - opakovaně bliká postupně údaj hodin, minut, roku, měsíce, datumu, vteřiny od celé minuty v okamžiku „S2“ po datumu
- „S1“ - změna hodnoty vybraného údaje (přidržením tlačítka rychloposun)
- „S2“ kdykoli je možno přepnout mezi 12/24h zobrazením času
- přidrží „S2“ zapnutí/vypnutí zvukového signálu na tlačítka a hodinového pípnutí

**Nastavení a používání budíku (ALARM): kroky 2) a 3) jen u modelu HR2**

- „S1“ do režimu AL
- přidrží „S1“ - pohyb mezi jednotlivými alarmy (8x = Mo až Su a All) nebo vypnutí (off)
- „S2“ - opakovaně: výběr údaje na den nebo všechny (all) nebo vypnout (off) buzení
- přidrží „S3“ - nastavení času buzení ne konkrétní den - bliká údaj hodin buzení
- „S2“ - změna hodnoty zvoleného údaje; „S1“ bliká údaj minut a „S2“ změna hodnoty
- „S1“ - konec nastavování

**Timer - odečítací minutka (CDT) nastavení a použití:**

- Základní údaje na displeji: dolní řádek aktuální čas, horní nastavený čas timeru
- přidrží „S3“ - bliká údaj hodin; „S2“ - změna hodnoty zvoleného údaje
- „S1“ - opakovaně: dále výběr údaje minut, vteřin
- „S2“ - změna hodnoty vybraného údaje (přidržením tlačítka rychloposun)
- „S1“ - konec nastavování
- „S2“ - zapnutí / vypnutí odečítání; přidržením „S2“ vrátí timer do výchozí podoby
- po uplynutí zvoleného intervalu zní krátký signál 3x pípnutí

**Stopky (STP):** krok 2) jen u modelu HR2

„S2“ 1x = start a mezičas (horní údaj čistý čas kola, dolní údaj pořadí mezičasu a po 5s se objeví načítaný od počátku měření)

- „S2“ 2x za sebou = stop (horní údaj poslední mezičas, dolní konečný celkový čas)
- přidrží „S1“ = vyvolání - mezičasů v paměti v pořadí: problikává průměrný (AVG), kde vlevo před pomlčkou je počet mezičasů (posledních 16 je v paměti) a vpravo průměrný mezičas a celkový čas měření (MAX); „S1“ dále pak všechny mezičasy („Lapy“) od posledního k prvnímu (horní údaj čistý čas kola, dolní údaj pořadí mezičasu a pak naměřená TF i v % max po daném mezičasu)
- přidrží „S2“ - nulování (pokud stopky jsou zastaveny)

**Nastavení tréninkové zóny, měření, použití údajů TEPOVÉ Frekvence (TF)**

Nastavení trén. zóny: v režimu STP přidrží „S3“ - nastav „S2“ horní mez zóny (max TF muži 220, ženy 226 minus věk); „S1“ nastav spodní mez zóny TF (přidržením tlačítka rychloposun)

**Použití:** v jakémkoli režimu, prakticky kdykoli; **Hodinky musí být na zápěstí a prsty druhé ruky na vrchní straně pouzdra** (palec na tlačítku S4, které stiskem aktivuje snímání impulsů a ukázováček na protilehlé kovové ploše pouzdra nad horním displejem)

**Měření TF:** po několika vteřinách aktuální TF a vpravo % z max.TF formou elektrokardioimpulsů (měření neprobíhá tlakovým senzorem)

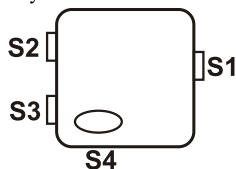
**Nastavení, měření a použití údajů o spotřebě Kcal** - jen u modelu HR2

- nastavení osobních údajů přidrží „S3“ - bliká údaj M=muž F=žena,
- „S1“ postupně váha(Kg), věk(Age), cíl spotřeby Kcal (TC Target Calories), zvolená max TF pro daný trénink (EM Estimated Max ) a konec nastavování
- „S2“ - změna hodnoty vybraného údaje (přidržením tlačítka rychloposun)

**Měření Kcal a spálené tukové tkáně:** po spuštění stopek změřte počáteční TF, během sportovní aktivity si pravidelně mějte mezičasy i TF, jak se zvyšuje TF a běží čas, hodinky spočítají spotřebu Kcal. Kdykoliv (i během měření) je možno se do režimu Kcal vrátit a aktuální spotřebu si prohlédnout

**Z režimu Kcal přidržením „S1“** přechod do režimu **spalování tuků** (KG vlevo a 0,00 vpravo). Pokud jsou stopky spuštěny a probíhá pravidelné měření TF, v tomto režimu se na horním řádku zobrazují postupně spálené kg tuku a na dolním řádku je vždy aktuální čas zpět do režimu Kcal se opět dostanete přidržením tlačítka „S1“  
**!!! VŠECHNY TRÉNINKOVÉ UKAZATELE** mezičasy, Kcal a tuky se smažou zároveň se smazáním vynulováním stopek!!!

**Světlo:** „S3“ se 4s trváním (elektroluminiscenční dioda - minimální spotřeba baterie)



**Prodloužená záruka 24 měsíců**

se vztahuje na hodinky (respektive na jejich výrobní vadu) při dodržení pokynů v návodu k obsluze

**Záruka se uplatňuje** v místě prodeje nebo u dovozce - výrobce (pouze v případě, že prodejna již neexistuje, dlouhodobě je mimo provoz nebo pro opravy po záruce) **se řádně vyplněným záručním listem.**

**Doporučení:** Výměnu baterie světe hodináři. Nevhazujte staré baterie do ohně a nesazte se je dobít! Vybité baterie odevzdejte hodináři, naše firma realizuje ekologický sběr a následnou likvidaci baterií. Nenechávejte volně baterie v dosahu dětí. Hodinky používejte jen pro ten účel, pro který byly navrženy a vyrobeny tzn. sportovní, společenské, atd. Podle intenzity nošení a používání a dle agresivity potu zvolte adekvátní finanční investici (nejlevnější není vždy nejlepší, ale i nejdražší není vždy nejpraktičtější ...)

**Záruka se nevztahuje na opotřebení a poškození vzniklá nevhodným používáním:**

- skla, baterie
- pouzdra (včetně jeho povrchové úpravy) a jeho součástí (korunky, tlačítek)
- řemínku nebo náramku (tahu)
- hodinkového strojku při nedodržení pokynů pro vodotěsnost

**Záruka zaniká** byla - li závada uplatněna nebo odstraněna mimo místa k tomu určená.

**Pozáruční servis** na adrese: Olympia spol. s r.o.  
 Fibichova 513  
 Beroun 3 - Závodí  
 266 01

model č.: HR1 .....  
 HR2 .....

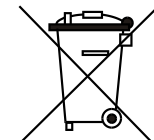
datum prodeje: .....

razítko a podpis prodejce: .....

**Záznam o záručních opravách** (uplatňují se dle obchodního a občanského zákoníku)

1. ....
2. ....
3. ....

Hodinky jsou předmětem, který až doslouží patří do ekologického sběru odpadů, nehazujte je do smíšeného odpadu - vraťte je prodejci (dovozci).



*Děkujeme Vám za nákup a důvěru v sortiment Speedo hodinek*



**SILIKON, OSOBITÝ DESIGN, SPOLEHLIVOST**