

SK :: POKYNY

1. Nastavenie hmotnosti:
Na spustenie stlaťte na 10 sekúnd „RESET/ON“ a počítačová hodnota zobrazí 50 kg (alebo 130 lb), stlačte „SET“ a kolónka W (hmotnosť) začne blikať. Pre nastavenie stláčajte „UP“ alebo „DOWN“, až kým nebude uvedená vaša hmotnosť (minimum: 20 kg (alebo 40 lb), maximum: 110 kg (alebo 250 lb) a potom stlačte „SET“, čím dokončíte zadanie. V tejto chvíli začne blikať kolónka T (čas). Ak sa čas nevyžaduje, stlačte „SET“, v opačnom prípade prejdite na Nastavenie signalizácie cvičenia. Poznámka: hodnota hmotnosti musí byť zadaná pred použitím.

2. Nastavenie signalizácie cvičenia:
Pre nastavení hmotnosti by mala kolónka T (čas) teraz blikať. Pre nastavenie stláčajte „UP“ alebo „DOWN“, až kým nebude uvedený požadovaný čas (minimum: 1 minúta, maximum 60 minút) a potom stlačte „SET“, čím dokončíte zadanie. Mali by ste vidieť nastavený čas. Keď čas vyprší, budete počuť „PĽANIE“ a všetky počítaďá (L-kolo, T-čas, C-kalórie) sa automaticky zastavia.

Začnite:
Keď začnete skákať, počítaďlo sa spustí automaticky. Počítadlo cyklov začne tiež počítať a na LCD zobrazí „6“ po 6 skokoch za se-bou, aby sa vyhol nepodstatným činnostiam pred cvičením. 2 – 3 sekundy po skončení skákania sa zobrazí hodnota spotrebovaných kalórií. Pre opätovné začatie stlačte „RESET/ON“ a musíte znovu zadať vašu váhu a signalizáciu cvičenia. Toto skákacie lano sa vypne automaticky, ak nebude aktivované do 8 minút. Pre opätovné použitie stlačte „RESET/ON“ a bude fungovať správne.

Výmena batérií:
Na otvorenie krytu batérie na zadnej strane rukoväte použite skrutkovač. Vyberte vybitú batériu a vymeňte ju za novú CR-2032 (1x).



DIAGRAM

- LCD: LCD displej
- NASTAVENIE: Nastavenie hmotnosti a nastavenie signalizácie
- RESET / ON : Vynuluje všetky údaje
- UP a DOWN : Upravenie váhy i signalizácie
- Dvierka batérie: Výmena batérií

ŠPECIFIKÁCIA

- Zdroj napájania: 1 x CR-2032

SL :: NAVODILA

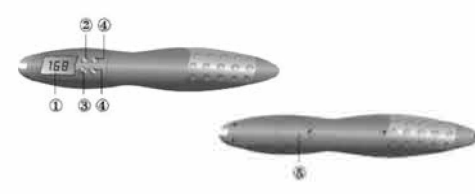
1. Nastavíte teže:
Za zagon za 10 sekundi pritisnite „RESET/ON“, prikaže se začetna vrednost 50 kg (ali 130 lbs), pritisnite „SET“ in stolpec W (težina) prične utripati. Sedaj pritisnite „GOR“ ali „DOL“ za nastavitev vaše teže, kot je navedeno (najmanj: 20 kg (ali 40 lbs), največ: 110 kg (ali 250 lbs), nato pritisnite „SET“ za dokončanje vnosa. Stolpec T (čas) prične utripati. Če nastavitev časa ni potrebna, pritisnite tipko „SET“, drugače nadaljujte z nastavitvijo alarma vadbe. Opomba: vrednost teže morate vnesti pred uporabo.

2. Nastavitev alarma vadbe:
Po nastavitvi teže prične utripati stolpec T (čas). Pritisnite „GOR“ ali „DOL“ za nastavitev želeneга časa, kot je navedeno (najmanj: 1 minuto, največ 60 minut), nato pritisnite „SET“ za dokončanje vnosa. Prikazan bo nastavljeni čas. Ko čas poteče, se oglasi zvočni signal „BIP“ in vsa šteja (L- ponovitve, T-čas, C-kalorije) se samodejno prekinjejo.

Kako začeti:

Štetje se samodejno prične, ko pričnete skakati. Tudi števec ponovitev prične šteti in LCD prikaže „6“ po opravljenih 6 zaporednih skokih, da se izogne dvouminim dejanjem pred vadbo. 2 – 3 sekun-de po prenehanju skakanja se prikaže število porabljenih kalorij. Za ponoven start pritisnite „RESET/ON“, pri tem morate ponovno vnesti vašo težo in alarm vadbe. Ta skalalna vrv se samodejno izklopi, če je ne aktivirate v roku 8 minut. Za nadaljevanje uporabe enkrat pritisnite „RESET/ON“, da bo delovala pravilno.

Zamenjava baterije:
Z izvijačem odprite pokrov za baterijo na zadnji strani ročaja. Od-stranite prazno baterijo in vstavite novo celico CR-2032 (1x).



SHEMA

- LCD: LCD zaslon
- SET: Nastavitev teže in nastavitev časa
- RESET / ON: Postavi vse vrednosti na nič
- GOR in DOL: Nastavitev teže in alarma
- Pokrov baterije: Zamenjava baterije

ZAHTEVE

- Napajanje: 1 x CR-2032

UK :: ІНСТРУКЦІЯ

1. Налаштування навантаження:
Натисніть кнопку «RESET/ON» і утримуйте протягом 10 секунд для запуску, покатковезначення відобразитиме 50 кг (або 130 фунтів), натисніть кнопку «SET» і колонка W (вага) почне блимати. Тепер натисніть «UP» або «DOWN» для регулювання, доки не відобразитиметься необхідний час (мінімум: 1 хвилина, максимум 60 хвилин), а потім натисніть кнопку «SET», щоб завершити введення даних. Колонка T (час) почне блимати. Якщо налаштування часу не потрібне, натисніть кнопку «SET», в іншому випадку переходьте до налаштування сповіщень тренування. Примітка: перед використанням необхідно ввести показник ваги.

2. Workout Alarm Set (налаштування сповіщень тренування):
Після налаштування показників ваги колонка T (час) повинна блимати. Натисніть «UP» або «DOWN» для регулювання, доки не відобразитиметься необхідний час (мінімум: 1 хвилина, максимум 60 хвилин), а потім натисніть кнопку «SET», щоб завершити введення даних. Ви повинні бачити установлений час. Після закінчення встановленого часу пролунає «ЗВУКОВИЙ» сигнал, відлік усіх показників (L-krug, T-час, C-калорії) автоматично зупиниться.

Початок використання:
Колі ви починаєте стрибати, лічильник запускається автоматично. Лічильник циклу почне зворотний відлік і покаже цифру «6» на РК-дисплеї після 6 стрибків поспіль, щоб уникнути зайвих дій перед тренуванням. Через 2 – 3 секунди після припинення стрибків відобразитиметься показник споживання калорій. Щоб почати спочатку, натисніть кнопку «RESET/ON» знову і введіть показники вашої ваги і сповіщень тренування.

Оскільки вимірюється автоматично, якщо не буде активована протягом 8 хвилин. Для відновлення роботи натисніть «RESET/ON» один раз, і априбачено працювати належним чином.

Заміна батареї:
За допомогою викрутки відкрийте кришку відсіку на задній стороні рукоятки. Витягніть порожню батарею і замініть на нову CR-2032 (1x).



СХЕМА
1. LCD: РК-дисплей
2. SET: Налаштування показників ваги і сповіщень
3. RESET / ON: Очистить всі показники до нуля
4. UP & DOWN: Регулювання показників ваги і сповіщень
5. Дверцята відсіку для батареї: Заміна батареї

СПЕЦИФИКАЦІЯ

- Джерело живлення: 1 x CR-2032

HR :: UPUTE

1. Postavka težine:
Pritisnite „RESET/ON“ na 10 sekundi za početak, početna vrijednost će pokazati 50 kg, pritisnite „SET“ i stupac W (težina) će početi treperiti. Sada pritisnite „UP“ ili „DOWN“ za prilagodbu sve dok se ne prikaže vaša tjelesna težina (minimalno: 20 kg, maksimalno: 110 kg i pritisnite „SET“ za završetak unosa. Tada počinje treperiti stupac T (vrijeme). Ako nije potrebno postaviti vrijeme, pritisnite „SET“, u protivnom nastaviti sa Postavka alarma za vježbu. Napomena: vrijednost težine mora se uneseti pre upotrebe.

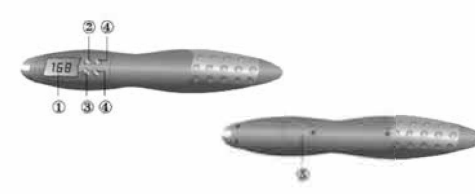
2. Postavka alarma za vježbu:
Nakon postavljanja težine, sada bi trebao treperiti stupac T (vrijeme). Pritisnite „UP“ ili „DOWN“ za prilagodbu sve dok se ne prikaže željeno vrijeme (minimalno: 1 minuta, maksimalno 60 minuta) i pritisnite „SET“ za završetak unosa. Trebalo bi da se prikaže podešeno vreme. Zvučni signal ogласiće se kada vrijeme istekne, i brojanje svih vrijednosti (L-petlja, T-vrijeme, C-kalorije) automatski će prestati.

Početak:

Brojač će se automatski pokrenuti kada počnete skakati. Brojač petlje također će početi i prikazuje „6“ na LCD ekranu nakon 6 uzastopnih skokova kako bi se izbjegle besmislene radnje prije vježbanja. 2 – 3 sekunde nakon završetka skakanja, prikazat će se vrijednost potrošnje kalorija. Za ponovni početak pritisnite tipku „RESET/ON“, nakon čega ponovno trebate unijeti težinu i alarm za vježbanje.

Uže za preskakanje automatski će se ugasiti ako se ne aktivira u roku od 8 minuta. Za nastavak korištenja, pritisnite tipku „RESET/ON“ jednom, nakon čega se nastavlja rad.

Zamjena baterije:
Pomoću odvijača otvorite poklopac baterije na stražnjoj strani drške. Izvadite praznu bateriju i zamijenite je novom baterijom CR-2032 (1x).



DIJAGRAM

- LCD: LCD zaslon
- SET: Postavka težine i alarma vježbanja
- RESET / ON: Resetiranje svih vrijednosti na nulu
- UP i DOWN: Podešavanje težine i alarma
- Pretnač baterije: Zamjena baterije

SPECIFIKACIJE

- Napajanje: 1 x CR-2032

BS :: UPUTSTVA

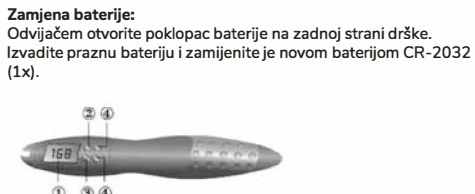
1. Podešavanje težine:
Pritisnite „RESET/ON“ i držite 10 sekundi da biste uključili; početna vrijednost će biti 50 kg, pritisnite „SET“ i stubac W (težina) počede treperiti. Zatim pritisnite „UP“ ili „DOWN“ sve dok se ne prikaže vaša težina (minimalno: 20 kg, maksimalno: 110 kg i zatim pritisnite „SET“ da biste završili sa unosom. Počede treperiti stubac T (vrijeme). Ako nije potrebno podesiti vrijeme, pritisnite „SET“, u protivnom predite na stavku Podešavanje alarma za vježbu. Napomena: vrijednost težine mora se unijeti prije upotrebe.

2. Podešavanje alarma za vježbu:
Nakon podešavanja težine, sada bi trebao treperiti stubac T (vrijeme). Zatim pritisnite „UP“ ili „DOWN“ sve dok se ne prikaže željeno vrijeme (minimalno: 1 minuta, maksimalno 60 minuta) i zatim pritisnite „SET“ da biste završili sa unosom. Trebalo bi se prikazati podešeno vrijeme. Zvučni signal će se ogласiti kada vrijeme istekne i brojanje svih vrijednosti (L-krug, T-vrijeme, C-kalorije) automatski će prestati.

Početak:
Brojač će se automatski pokrenuti kada počnete skakati. Brojač petlje također će se uključiti i prikazati „6“ na LCD ekranu nakon 6 uzastopnih skokova kako bi se izbjegle nepotrebne radnje prije vježbanja. 2 – 3 sekunde po završetku skakanja, prikazat će se vrijednost utrošenih kalorija. Da biste ponovno počeli, pritisnite „RESET/ON“, nakon čega ponovno trebate unijeti težinu i alarm za vježbanje.

Uže za preskakanje automatski će se ugasiti ako se ne aktivira u roku od 8 minuta. Da biste nastavili sa upotrebom, jednom pritisnite „RESET/ON“ nakon čega se nastavlja rad.

Zamjena baterije:
Odvijačem otvorite poklopac baterije na zadnoj strani drške. Izvadite praznu bateriju i zamijenite je novom baterijom CR-2032 (1x).



DIJAGRAM

- LCD: LCD ekran
- SET: Podešavanje težine i alarma vježbanja
- RESET / ON: Vraćanje svih vrijednosti na nulu
- UP & DOWN: Podešavanje težine i alarma
- Pregrada za bateriju: Zamjena baterije

SPECIFIKACIJE

- Napajanje: 1 x CR-2032

SR :: UPUTE

1. Postavka težine:
Pritisnite „RESET/ON“ i držite 10 sekundi da biste uključili; početna vrednost je 50 kg, pritisnite „SET“ i kolona W (težina) će početi da treperi. Sada pritisnite „UP“ ili „DOWN“ sve dok se ne prikaže vaša težina (minimalno: 20 kg, maksimalno: 110 kg i zatim pritisnite „SET“ da biste završili sa unosom vrednosti. Tada počinje da treperi kolona T (vreme). Ako nije potrebno da se podesi vreme, pritisnite „SET“, u protivnom predite na stavku Postavka alarma za vježbu. Napomena: vrednost težine mora da se unese pre upotrebe.

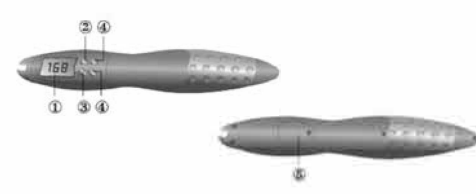
2. Postavka alarma za vježbu:
Nakon podešavanja težine, trebalo bi da treperi kolona T (vreme). Pritisnite „UP“ ili „DOWN“ sve dok se ne prikaže željeno vreme (minimalno: 1 minut, maksimalno 60 minuta) i zatim pritisnite „SET“ da biste završili sa unosom vrednosti. Trebalo bi da se prikaže podešeno vreme. Kada vreme istekne, ogласiće se zvučni signal i brojanje svih vrednosti (L-krug, T-vreme, C-kalorije) automatski će prestati.

Početak:

Brojač će automatski da se uključi kada počnete da skačete. I brojač petlje će se uključiti i prikazivaće „6“ na LCD ekranu nakon 6 uzastopnih skokova kako bi se izbegle nepotrebne radnje pre vežbanja. 2 – 3 sekunde nakon završetka skakanja, pojaviće se vrednost potrošnje kalorija. Da biste počeli ispočetka, pritisnite „RESET/ON“, nakon čega ponovo treba da unesete težinu i alarm za vežbanje.

Uže za preskakanje automatski će se ugasiti ako se ne aktivira u roku od 8 minuta. Da biste nastavili dalje, jednom pritisnite „RESET/ON“ nakon čega se nastavlja rad.

Zamena baterija:
Pomoću odvijača otvorite poklopac pregrade za baterije na zadnjoj strani ručke. Izvadite prazne baterije i zamenite ih novim baterijama CR-2032 (1x).



DIJAGRAM

- LCD: LCD ekran
- SET: Podešavanje težine i alarma
- RESET / ON: Vraćanje svih vrednosti na nulu
- UP & DOWN: Podešavanje težine i alarma
- Poklopac pregrade za baterije: Zamena baterija

SPECIFIKACIJE

- Napajanje: 1 x CR-2032

BG :: УКАЗАНИЯ

1. Задаване на темпо:
Натиснете и задръжте „RESET/ON“ в продължение на 10 секунди за стартиране. Началната стойност, която ще се появи е 50 кг (130lb). Натиснете „SET“, след което колоната, указваща темпото „W“ ще започне да потрепва. Натиснете „HAYOPE“ или „HAΔOΠY“ за регулиране стойността на темпото си. Минималната възможна стойност е 20 кг (40 lb), а максималната - 110 кг (250 lb). След това натиснете „SET“ за потвърждение на избора си. Колоната, указваща времето „T“ ще започне да потрепва. Ако задаването на времетраене не е необходимо, натиснете „SET“, в противен случай преминете към задаване на тренировъчна аларма. Забележка: темпото трябва да бъде въведено преди използване на уреда.

2. Задаване на тренировъчна аларма:
След като сте задали темпото, колоната, указваща времетраенето „T“ ще започне да потрепва. Натиснете „HAYOPE“ или „HAΔOΠY“ за регулиране на желаното времетраене (минималната стойност е 1 минута, максималната - 60 минути), след което натиснете „SET“ за потвърждение на избора си. Ви следващо вече да можете да видите зададеното времетраене. След изтичане на зададеното времетраене ще прозвучи еднократен звуков сигнал, а отброяването на всички стойности (L - обиколки, T - време, C - калории) ще бъде преустановено автоматично.

При стартиране:
Броячът ще стартира автоматично, когато започнете да скачате. Броячът на вързвания ще започне да отброява в същото време, като върху тенокристалния дисплей ще се изпише „6“ след 6 последователни скока, с цел избягване напразни действия преди стартиране на тренировката. Приблизително 2 – 3 секунди, след като престанете да скачате, ще бъде показана стойността на изразходените калории. За повторно стартиране натиснете „RESET/ON“, след което въведете темпото си и тренировъчната аларма.

Бъзачието за скачане ще се изключи автоматично, ако в рамките на 8 минути не бъдат предпрети никакви действия. За повторно включване натиснете еднократно „RESET/ON“.

Подмяна на батерията:
Свалете металото на батерията, разположено върху задната страна на дръжката с помощта на отвертка. Извадете изразходената батерия и я заменете с нова, тип CR-2032 (1x).



ИЛЮСТРАЦИИ
1. LCD: Тенокристален дисплей
2. ЗАДАВАНЕ (SET): Задаване на темпо и аларма
3. ИУЛТИРАНЕ/ВКЛЮЧВАНЕ (RESET/ON) Нулиране на всички стойности
4. HAYOPE и HAΔOΠY: Регулиране на темпото и алармата
5. Калчане на батерията: Подмяна на батерията

СПЕЦИФИКАЦИИ

- Захранване: 1 x CR-2032

RO :: INSTRUCȚIUNE

1. Setare greutate:
Apăsăți „RESET/ON“ (Resetare/Pornire) pentru 10 secunde pentru a porni dispozitivul, după care va fi afișată valoarea inițială de 50 kg (sau 130 livre), apăsați „SET“ (Setare), iar coloana W (greutate) se va aprinde intermitent. Acum apăsați „UP“ (În sus) sau „DOWN“ (În jos) pentru reglare, până când este indicată greutatea dvs. (minim: 20 kg (sau 40 livre), maxim: 110 kg (sau 250 livre) apoi apăsați „SET“ pentru a finaliza introducerea. Coloana T (timp) se va aprinde intermitent în acest moment. Dacă nu este necesară setarea timpului, apăsați „SET“, în caz contrar, continuați cu funcția Workout Alarm Set (Setare alarmă exercițiu). Notă: valoarea greutății trebuie introdusă înainte de utilizare.

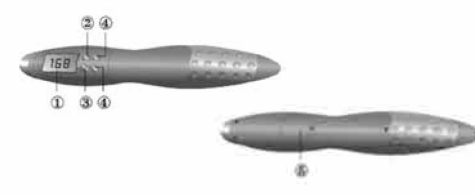
2. Setarea alarmei pentru exercițiu:
După setarea greutății, coloana T (timp) se va aprinde intermitent. Apăsăți „UP“ (În sus) sau „DOWN“ (În jos) pentru reglare, până când este indicată perioada dorită (minim: 1 minut, maxim 60 minute), apoi apăsați „SET“ pentru a finaliza introducerea. În acest moment ar trebui să vedeți timpul afișat. Veți auzi un BIP atunci când perioada de timp expiră și toate dispozitivele de măsurare (L-tură, T-timp, C-calorii) se vor opri automat.

Începeți:

Dispozitivul de măsurare a turelor va porni, de asemenea, și va afișa „6“ pe ecranul LCD după 6 sărituri consecutive, pentru a evita mișcările neintenționate dinainte de începerea exercițiului. La 2 – 3 secunde după oprirea săriturilor va fi afișată valoarea consumului de calorii. Pentru a începe din nou, apăsați „RESET/ON“, după care trebuie să reintroduceți alarmele pentru greutate și exercițiu. Această coardă de sărituri se va opri automat dacă nu este activată în 8 minute. Pentru a relua utilizarea, apăsați „RESET/ON“ o dată și aceasta va porni corespunzător.

Înlocuirea bateriei:

Utilizați o șurubelniță pentru a deschide capacul bateriei de pe partea posterioară a mânerului. Îndepărtați bateria goală și înlocuiți cu o baterie CR-2032 nouă cu o celulă.



DIAGRAMĂ

- LCD: Ecran LCD
- SET: Setare greutate și alarmă
- RESET / ON : Resetează toate cifrele la zero
- UP & DOWN : Reglează greutatea și alarma
- Capacul bateriei: Înlocuirea bateriei

SPECIFICAȚIE

- Sursă de alimentare: 1 x CR-2032

T :: TALİMATLAR

1. Kilo Ayarı:
Başlatmak için 10 saniye boyunca „SIFIRLAMA/AÇMA“ düğmesine basın; ilk değer olarak 50 kg (veya 130 lbs) gösterilecektir, „AYARLA“ düğmesine bastığınızda W (kilo) sütunu yanıp sönmeye başlayacaktır. Kendi kilonuza gelene kadar „YUKARI“ veya „AŞAĞI“ düğmelerine basın (minimum: 20 kg (veya 40 lbs), maksimum: 110 kg (veya 250 lbs), ardından girişi tamamlamak için „AYARLA“ düğmesine basın. Bu noktada sonra T (süre) sütunu yanıp sönmeye başlayacaktır. Süre ayan gerekiyorsa, „AYARLA“ düğmesine basın, aksi takdirde, Antrenman Alarmı Ayanına geçin. Not: kullanım öncesinde kilo değeri girilmiş olmalıdır.

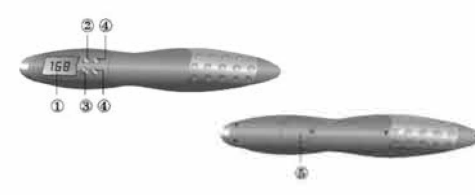
2. Antrenman Alarmı Ayarı:
Kiloyu ayarladıktan sonra T (süre) sütunu yanıp sönecektir. İstediğiniz süreye gelene kadar „YUKARI“ veya „AŞAĞI“ düğmelerine basın (minimum: 1 dakika, maksimum 60 dakika), ardından girişi tamamlamak için „AYARLA“ düğmesine basın. Süre ayarının yapıldığını göreceksiniz. Süre dolduğunda „BIP“ sesi çkar ve tüm sayımlar (L-Tur, T-Süre, C-Kalori) otomatik olarak durdurulur.

Başlayın:
Ziplama başlađığınızda, sayaç otomatik olarak başlatılacaktır. Ziplama sayacı da çalışmaya başlayacak ve egzersiz öncesinde gereksiz eylemlerden kaçınılabilecek için arka arkaya 6 kere zıplandıktan sonra LCD üzerinde „6“ sayısı gösterilecektir. Ziplamayı kestikten 2 – 3 saniye sonra harcanan kalori değeri gösterilecektir. Baştan başlamak için

„SIFIRLAMA/AÇMA“ düğmesine basın; kilo ve antrenman alarmını yeniden gireceksiniz. Bu atlama ipti, 8 dakika boyunca etkinleştirilmediğinde, otomatik olarak kapatılır. Kullanıma devam etmek için bir defa „SIFIRLAMA/AÇMA“ düğmesine basın; ürün düzgün şekilde çalışacaktır.

Pil Deđiřimi:

Tutacađın arkasındaki pil kapađını açmak için bir tornavida kullanın. Biten pili kırmın ve yeni CR-2032 (1x) pille deđiřtirin.



çizim

- LCD: LCD ekran
- AYARLA: Kilo ayan ve Alarm ayarı
- SIFIRLAMA/AÇMA: Tüm değerleri sıfırlar
- YUKARI VE AŞAĞI: Kilo ve alarmı ayarlar
- Pil Kapađı: Pil Deđiřimi

ÖZELLİK

- Güç kaynađı: 1 x CR-2032

AR ::

1. Setare greutate:
Apăsăți „RESET/ON“ (Resetare/Pornire) pentru 10 secunde pentru a porni dispozitivul, după care va fi afișată valoarea inițială de 50 kg (sau 130 livre), apăsați „SET“ (Setare), iar coloana W (greutate) se va aprinde intermitent. Acum apăsați „UP“ (În sus) sau „DOWN“ (În jos) pentru reglare, până când este indicată greutatea dvs. (minim: 20 kg (sau 40 livre), maxim: 110 kg (sau 250 livre) apoi apăsați „SET“ pentru a finaliza introducerea. Coloana T (timp) se va aprinde intermitent în acest moment. Dacă nu este necesară setarea timpului, apăsați „SET“, în caz contrar, continuați cu funcția Workout Alarm Set (Setare alarmă exercițiu). Notă: valoarea greutății trebuie introdusă înainte de utilizare.

2. Setarea alarmei pentru exercițiu:
După setarea greutății, coloana T (timp) se va aprinde intermitent. Apăsăți „UP“ (În sus) sau „DOWN“ (În jos) pentru reglare, până când este indicată perioada dorită (minim: 1 minut, maxim 60 minute), apoi apăsați „SET“ pentru a finaliza introducerea. În acest moment ar trebui să vedeți timpul afișat. Veți auzi un BIP atunci când perioada de timp expiră și toate dispozitivele de măsurare (L-tură, T-timp, C-calorii) se vor opri automat.

Începeți:

Dispozitivul de măsurare a turelor va porni, de asemenea, și va afișa „6“ pe ecranul LCD după 6 sărituri consecutive, pentru a evita mișcările neintenționate dinainte de începerea exercițiului. La 2 – 3 secunde după oprirea săriturilor va fi afișată valoarea consumului de calorii. Pentru a începe din nou, apăsați „RESET/ON“, după care trebuie să reintroduceți alarmele pentru greutate și exercițiu. Această coardă de sărituri se va opri automat dacă nu este activată în 8 minute. Pentru a relua utilizarea, apăsați „RESET/ON“ o dată și aceasta va porni corespunzător.

Înlocuirea bateriei:

Utilizați o șurubelniță pentru a deschide capacul bateriei de pe partea posterioară a mânerului. Îndepărtați bateria goală și înlocuiți cu o baterie CR-2032 nouă cu o celulă.



Console produced by / Ordinateur produit par:
FANG SHENG ELECTRONIC LTD., You Jiu Industrial, Eastate Wan Jiang, Dongguan City, Guangdong Province, China

Made in China/ Fabriqué en Chine



AR :: التعليمات

1. ضبط الوزن:
«RESET/ON» (إعادة الضبط/تشغيل) لمدة 10 ثوانٍ للبدء، ستعرض قيمة مبدئية قدرها **50 كجم** (أو **130 رطلاً**)، اضغط على **«SET»**، وسوف وسيبدأ العدود **W** (الوزن) في الوييش الآن اضغط على **«UP»** (أعلى) أو **«DOWN»** (أسفل) للتعديل حتى يتم الإشارة إلى ذلك (الحده الأدنى: **20 كجم** (أو **40 رطلاً**)، والحده الأقصى: **110 كجم** (أو **250 رطلاً**) ثم اضغط على **«SET»**، (ضبط) لإتمام الإدخال. سيبدأ العدود **T** (الوقت) في الوييش في هذا الوقت، إذا كان ضبط الوقت غير مطلوب، فانضغط على **«SET»** (ضبط)، ولا فتابع إلى ضبط تتييه التشريب. ملاحظة: يجب إدخال قيمة الوزن قبل الاستخدام.

2. ضبط تتييه التشريب
بعد ضبط الوزن، من المفترض أن يوميض العدود **T** (الوقت) الآن. اضغط على **«UP»** (أعلى) أو **«DOWN»** (أسفل) للتعديل حتى يتم الإشارة إلى الوقت المرجو (الحده الأدنى: دقيقة واحدة (1)، والحده الأقصى 60 دقيقة) ثم اضغط على **«SET»** (ضبط) لإتمام الإدخال. من المفترض أن ترى الوقت المضيوط. سيتم إصدار صوت «مفارقة» عندما يحين الوقت، وستتوقف جميع العدادات (L (الثقة)، C (السرعات الحاررية) و تلقائيًا.

بدء الاستعداد:
سيبدأ العداد تلقائيًا عندما تبدأ في الق

EN :: INSTRUCTION

1. Weight Set:

Press „RESET/ON” during 10 seconds to start, an initial value will show 50 kgs (or 130 lbs), press “SET” and the W (weight) column will start to flicker. Now press “UP” or “DOWN” for adjustment until your weight is indicated (minimum: 20 kgs (or 40 lbs), maximum: 110 kgs (or 250 lbs) then press “SET” to complete input. The T (time) column will begin flickering at this time. If time set is not required, then press “SET”, otherwise proceed to Workout Alarm Set. Note: the weight value must be entered before use.

2. Workout Alarm Set:

After setting the weight, the T (time) column should be flickering now. Press “UP” or “DOWN” for adjustment until your desired time is indicated (minimum: 1 minute, maximum 60 minutes), then press “SET” to complete input. You should see the time set. A “BEEP” will sound when time is up, and all counting (L – Lap, T – Time, C – Calorie) will stop automatically.

Get started:

The counter will start automatically when you begin jumping. The loop counter will begin counting too and shows “6” on the LCD after 6 jumps in a row to avoid meaningless actions before exercise. 2 – 3 seconds after stopping the jumping, the calorie consumption value will be displayed. To start over, press “RESET/ON”, and your weight and workout alarm must be entered again. This jumping rope will shut down automatically if not activated within 8 minutes. To resume use, press “RESET/ON” once and it will function properly.

Battery Replacement:

Use a screwdriver to open the battery lid on the back side of the handle. Remove empty battery and replace with new CR-2032 (1x) cell.



DIAGRAM

- LCD: LCD display
- SET: Weight set & Alarm set
- RESET / ON : Turn all figures to zero
- UP & DOWN : Adjust weight and alarm
- Battery Door: Battery Replacement

SPECIFICATION

- Power supply: 1 x CR-2032

FR :: INSTRUCTION

1. Réglage du poids :

Appuyez sur « RESET/ON » pendant 10 secondes pour démarrer, une valeur initiale de 50 kg s’affichera (ou 130 lbs), appuyez sur « SET » et la colonne W (poids) commencera à clignoter. Ensuite, appuyez sur «UP » ou « DOWN » pour régler votre poids (minimum : 20 kg (ou 40 lbs), maximum : 110 kg (ou 250 lbs) puis appuyez sur « SET » pour achever l’opération. La colonne T (temps) commencera à clignoter à ce moment. Si le réglage de l’heure n’est pas nécessaire, appuyez sur « SET », sinon passez au réglage de l’alarme de la séance d’entraînement (Workout Alarm). Remarque : la valeur de poids doit être entrée avant d’utiliser l’appareil.

2. Réglage de l’alarme de la séance d’entraînement (Workout Alarm) :

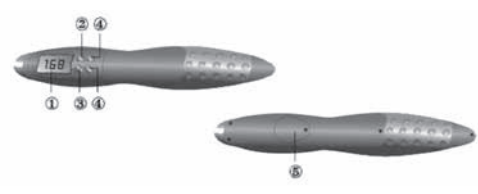
Après avoir réglé le poids, la colonne T (heure) devrait clignoter. Appuyez sur «UP » ou « DOWN » pour régler le temps qui vous convient (minimum : 1 minute, maximum 60 minutes), puis appuyez sur « SET » pour achever l’opération. Le temps devrait être réglé. Un « bip » retentit lorsque le temps est écoulé, et tous les comptes (L – Lap, T – Time, C – Calorie) s’arrêtent automatiquement.

Démarrer :

Le compteur démarre automatiquement lorsque vous commencez à sauter. Le compteur de boucle commencera à compter et affichera le chiffre « 6 » sur l’écran LCD après 6 sauts d’affilée pour éviter des actions sans signification avant l’exercice. La valeur de la consommation de calories s’affiche 2 à 3 secondes après l’arrêt du saut. Pour recommencer, appuyez sur « RESET/ON », et saisissez à nouveau votre poids et l’alarme de la séance d’entraînement. Cette corde à sauter se désactivera automatiquement si elle n’est pas activée dans les 8 minutes. Pour reprendre l’utilisation, appuyez sur « RESET/ON » une fois. Elle fonctionnera normalement.

Remplacement des piles :

Utilisez un tournevis pour ouvrir le couvercle de la pile sur le côté arrière de la poignée. Retirez la pile déchargée et remplacez-la par une nouvelle pile CR-2032 (1x).



SCHÉMA

- LCD: Affichage LCD
- RÉGLAGE : Réglage du poids et de l’alarme
- RESET/ON : Met tous les chiffres à zéro
- UP & DOWN : Réglage du poids et de l’alarme
- Couvercle de la pile : Remplacement des piles

CARACTÉRISTIQUES

- Alimentation : 1 x CR-2032

ES :: INSTRUCCIONES

1. Establecer peso:

Pulse “RESET/ON” (RESTABLECER/ENCENDIDO) durante 10 segundos para comenzar, aparecerá un valor inicial de 50 kgs (o 130 lbs), pulse “SET” (ESTABLECER) y la columna W (peso) comenzará a parpadear. Ahora pulse “UP” (ARRIBA) o “DOWN” (ABAJO) para el ajuste hasta que apareza su peso (mínimo: 20 kgs (o 40 lbs), máximo: 110 kgs (o 250 lbs) a continuación pulse “SET” (ESTABLECER) para completar la entrada. La columna T (tiempo) comenzará a parpadear en este momento. Si no es necesario establecer el tiempo, entonces pulse “SET” (ESTABLECER), de lo contrario proceder a Establecer alarma de entrenamiento. Nota: se debe introducir el valor del peso antes de usar.

2. Establecer alarma de entrenamiento:

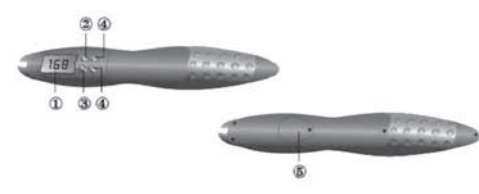
Después de ajustar el peso, debería parpadear la columna T (tiempo). Pulse “UP” (ARRIBA) o “DOWN” (ABAJO) para el ajuste hasta que aparezca el tiempo deseado (mínimo: 1 minuto, máximo 60 minutos) a continuación pulse “SET” (ESTABLECER) para completar la entrada. Debería ver el tiempo establecido. Sonará un “PITIDO” cuando se acabe el tiempo, y todo el recuento (L–Vuelta, T–Tiempo, C–Caloría) se detendrá automáticamente.

Inicio:

El contador se pondrá en marcha automáticamente cuando comience a saltar. El contador del ciclo empezará a contar también y aparecerá “6” en la pantalla LCD después de 6 saltos consecutivos para evitar acciones irrelevantes antes del ejercicio. 2 – 3 segundos después de dejar de saltar, aparecerá el valor de consumo de calorías. Para empezar de nuevo, pulse “RESET/ON” (RESTABLECER/ENCENDIDO), y debe introducir de nuevo su alarma de peso y entrenamiento. Esta cuerda de salto se apagará automáticamente si no se activa en un plazo de 8 minutos. Para reanudar el uso, pulse “RESET/ON” (RESTABLECER/ENCENDIDO) una vez y funcionará correctamente.

Sustitución de la batería:

Use un destornillador para abrir la tapa de la batería en el lado posterior del mango. Retire la batería gastada y sustitúyala por una nueva pila CR-2032.



DIAGRAMA

- LCD: Pantalla LCD
- AJUSTE: Ajuste de peso y alarma
- RESET / ON (RESETTEN/AAN) : Poner a cero todos los números
- UP & DOWN (ARRIBA Y ABAJO): Ajuste de peso y alarma
- Puerta de la batería: Sustitución de la batería

ESPECIFICACIONES

- Fuente de alimentación: 1 x CR-2032

NL :: INSTRUCTIES

1. Gewicht instellen:

Druk gedurende 10 seconden op “RESET/ON” om te starten, een beginwaarde zal 50 kg (of 130 lbs) tonen, druk op “SET” en de kolom W (gewicht) zal beginnen te knipperen. Druk nu op “UP” of “Down” om aan te passen totdat uw gewicht wordt aangeduid (minimum: 20 kg (of 40 lbs), maximum: 110 kg (of 250 lbs), druk dan op “SET” om de invoer te voltooiën. De kolom T (tijd) zal op dit moment beginnen te knipperen. Als de tijd niet ingesteld hoeft te worden, druk dan op “SET”, ga anders naar Workout Alarm Set (instellen van alarm voor workout). Opmerking: de gewichtswaarde moet ingevoerd worden vóór het gebruik.

2. Instellen van alarm voor workout:

Na het instellen van het gewicht, zou nu de kolom T (tijd) moeten knipperen. Druk op “UP” of “Down” om aan te passen totdat u gewenste tijd wordt aangeduid (minimum: 1 minuut, maximum 60 minuten), druk dan op “SET” om de invoer te voltooiën. U zou de ingestelde tijd moeten zien. Er zal een “PIEP” klinken wanneer de tijd om is en het tellen (L-ronde, T-tijd, C-calorieën) zal automatisch stoppen.

Aan de slag:

De teller zal automatisch starten wanneer u begint te springen. De springenteller zal ook beginnen tellen en toont “6” op het scherm na 6 opeenvolgende sprongen om betekenisloze handelingen voor het sporten te vermijden. 2 ~ 3 seconden na het stoppen met springen zal de waarde van het caloriegebruik weergegeven worden. Druk om opnieuw te beginnen op “RESET/ON” en uw gewicht en workoutalarm moeten opnieuw ingevoerd worden. Het springtouw zal automatisch uitgeschakeld worden als het niet opnieuw geactiveerd wordt binnen 8 minuten. Om het gebruik te hervatten, druk één keer op “RESET/ON” en het zal opnieuw beginnen te werken.

Batterijvervanging:

Gebruik een schroevendraaier om het batterijvak op de achterkant van het handvat te openen. Verwijder de lege batterij en vervang deze met een nieuwe CR-2032-batterij (1x).



DIAGRAM

- LCD: LCD-scherm
- SET (INSTELLEN): Instelling van gewicht en alarm
- RESET / ON (RESETTEN/AAN) : Zet alle cijfers nul
- UP & DOWN (NAAR BOVEN EN NAAR BENEDEN): Past het gewicht en alarm aan
- Batterijklepje: Batterijvervanging:

SPECIFICATIE

- Voeding: 1 x CR-2032

DA :: INSTRUKTION

1. Vægtindstilling:

Tryk på “RESET / ON” i 10 sekunder til at start. Når startværdien vil vise 50 kg (eller 130 lbs), tryk på “SET”, og W (vægt)-kolonnen vil begynde at flimre. Tryk nu på “UP” eller “DOWN” for justering, indtil din vægt vises (minimum: 20 kg (eller 40 lbs), maksimal: 110 kg (eller 250 lbs), og tryk på “SET” for at fuldføre input. T (tid)-kolonnen vil nu begynde at flimre. Hvis tidsindstilling ikke er påkrævet, tryk på “SET”, ellers fortsæt til Indstilling for træningsalarm. Bemærk: vægten skal indtastes før brug.

2. Indstilling for træningsalarm:

Efter indstilling af vægt, bør T (tid)-kolonnen flimre nu. Tryk på “UP” eller “DOWN” for justering, indtil den ønskede tid vises (minimum: 1 minut, maksimum 60 minutter), og tryk på “SET” for at fuldføre input. Du skulle se indstillet tid. Et bip vil lyde, når tiden er gået, og alle optællinger (L-omgang, T-tid, C-kalorie) stopper automatisk.

Kom i gang:

Tælleren starter automatisk, når du begynder at hoppe. Omgangstælleren vil også begynde at tælle og viser “6” på LCD efter 6 spring i træk for at undgå meningsløse handlinger før træningen. 2 – 3 sekunder efter standstill, vil kalorierforbrænding blive vist. For at starte forfra, skal du trykke på “RESET / ON”, og din vægt og træningsalarm skal indtastes igen.

Sjippetovet vil slukke automatisk, hvis det ikke aktiveres inden for 8 minutter. For at genoptage brug, tryk er gang på “RESET / ON”, og sjippetovet vil fungere korrekt.

Udskiftning af batteri:

Brug en skrutrækker til at åbne batterilåget på bagsiden af håndtaget. Fjern tomme batteri og udskift dem med nye CR-2032 (1x).



DIAGRAM

- LCD: LCD-display
- INDST: Vægt- og alarmindstilling
- RESET / ON: Drej alle tal til nul
- OP og NED: Juster vægt og alarm
- Batterilåg: Udskiftning af batteri

SPECIFIKATION

- Strømforsyning: 1 x CR-2032

FI :: OHJE

1. Painon asetus:

Paina “RESET/ON”-painiketta 10 sekuntia käynnistääkseen toiminnon, jolloin alkuarvoa näkyy 50 kg (tai 130 lbs), paina “SET”-painiketta, jolloin W (paino-) -sarake alkaa välkyä. Paina nyt “UP” (ylöspäin) tai “DOWN” (alaspäin) -painiketta asettaaksesi omaa painoasi vastaavan lukeman (vähimmäispaino: 20 kg (tai 40 lbs), enimmäispaino: 110 kg (tai 250 lbs), ja paina seuraavaksi “SET”-painiketta suorittaaksesi painon asetuksen. Tällöin T (aika) -sarake alkaa välkyä. Jos ajan asetusta ei tarvita, paina “SET”-painiketta; muussa tapauksessa siirry asettamaan kohta Workout Alarm Set (harjoitushälytys). Huom: Painolukema on asetettava ennen käytön aloittamista.

2. Workout Alarm Set -harjoitushälytyksen asettaminen:

Asetettuasi painon, T (aika)-sarakkeen pitäisi välkyä. Paina “UP”- tai “DOWN”-painiketta säätääksesi asetettavaa aikaa (vähintään: 1 minuutti, enintään 60 minuuttia) ja paina seuraavaksi “SET” suorit- taaksesi ajan asetuksen. Tällöin asetettu aika tulisi tulla näkyviin. ”PIIP”-ääni ilmoittaa, kun aika on loppunut, ja kaikki laskenta (L-kierros, T-aika, C-kaloria) loppuu automaattisesti.

Aloita:

Laskuri käynnistyy automaattisesti, kun alat hyppiä. Silmukkalaskuri alkaa laskea myös ja se näyttää lukema ”6” lcd-näytöllä kuuden peräkkäisen hyppyn jälkeen ja ohittaa näin turhat liikkeet ennen itse harjoituksen alkamista. Kulutettujen kalorien määrä näkyy näytöllä 2 – 3 sekuntia hyppimisen päätyttyä. Aloittaaksesi uudeelleen alusta, paina ”RESET/ON”-painiketta ja syötä painosi ja harjoitushälytys uudeelleen.

Tämä hyppynaru kytketty pois päältä automaattisesti, jos sitä ei aktivoida 8 minuutin kuluessa. Jatkä käyttöä painamalla ”RESET/ ON”-painiketta kerran, jolloin laite kytketty taas päälle.

Pariston vaihtaminen:

Käytä ruuvimeisseliä avataksesi kädensijan takana sijaitsevan paristolokeron kannen. Poista tyhjä paristo ja korvaa se uudella CR-2032 (1x) -paristolla.



KAAVIOKUVA

- LCD: Lcd-näyttö
- SET (Aseta): Painon asetus ja hälytyksena asetus
- RESET / ON (Nollaa/Päällä): Nollaa kaikki lukemat
- UP & DOWN (Ylös- ja alaspäin): Säädä painoa ja hälytystä
- Battery Door (Paristolokeron kansli): Pariston vaihtaminen:

TEKNISTIEDOT:

- Tehonlähde: 1 x CR-2032

RU :: ИНСТРУКЦИЯ

1. Настраойка нагрузки:

Нажмите кнопку «RESET/ON» и удерживайте в течение 10 секунд для запуска, начальное значение будет отображать 50 кг (или 130 фунтов), нажмите кнопку «SET» и колонка W (вес) начнет мигать. Теперь нажмите «UP» или «DOWN» для регулировки, пока не будет отображаться ваш вес (минимум: 20 кг (или 40 фунтов), не более: 110 кг (или 250 фунтов), затем нажмите «SET», чтобы завершить ввод данных. Колонка T (время) начнет мигать. Если установка времени не требуется, нажмите кнопку «SET», в противном случае переходите к настройке оповещений тренировки. Примечание: перед использованием необходимо ввести показатель веса.

2. Workout Alarm Set (настройка оповещений тренировки):

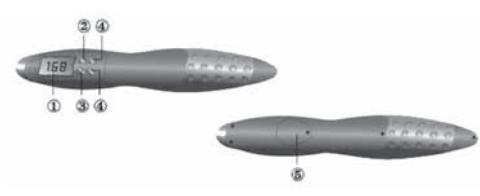
После установки показателей веса колонка T (время) должна мигать. Нажмите «UP» или «DOWN» для регулировки, пока не будет отображаться требуемое время (минимум: 1 минута, максимум 60 минут), а затем нажмите кнопку «SET», чтобы завершить ввод данных. Вы должны видеть установленное время. По истечении установленного времени прозвучит «ЗВУКОВОЙ» сигнал и отсчет всех показателей (L-круг, T-время, C-калории) автоматически остановится.

Начало использования:

Когда вы начинаете прыгать, счетчик запускается автоматически. Счетчик цикла начнет обратный отсчет и показывает цифру «6» на ЖК-дисплее после 6 прыжков подряд, чтобы избежать бессмысленных действий перед тренировкой. Через 2 – 3 секунды после прекращения прыжков, будет отображаться показатель потребления калорий. Чтобы начать сначала, нажмите кнопку «RESET/ON», и снова введите показатели вашего веса и оповещений тренировки. Скакалка выключится автоматически, если не будет активирована в течение 8 минут. Для возобновления работы нажмите «RESET/ON» один раз, и изделие начнет работать должным образом.

Замена батареи:

С помощью отвертки откройте крышку батарейного отсека на задней стороне рукоятки. Удалите пустую батарею и замените на новую CR-2032 (1x).



CXEMA

- LCD: ЖК-дисплей
- SET: Настройка показателей веса и оповещений
- RESET / ON: Сбросьте все показатели к нулю
- UP & DOWN: Регулировка показателей веса и оповещений
- Дверца отсека для батареи: Замена батареи

СПЕЦИФИКАЦИЯ

- Источник питания: 1 x CR-2032

PL :: INSTRUKCJA

1. Ustawienie wagi ciała:

Naciśnij na 10 sekund przycisk „RESET/ON”, aby rozpocząć ustawianie; początkowa wartość wynosić będzie 50 kg (lub 130 funtów), naciśnij przycisk „SET”; zacznie migotać kolumna W (ciężar). Następnie naciśnij przycisk „UP” lub „DOWN” do momentu wyświetlenia się Twojej wagi (minimalna: 20 kg (lub 40 funtów), maksymalna: 110 kg (lub 250 funtów), po czym naciśnij przycisk „SET” w celu zakończenia wprowadzania wagi ciała. W tym momencie zacznie migotać kolumna T (czas). Jeśli nie jest wymagane ustawienie czasu, naciśnij przycisk „SET”, w przeciwnym razie przejdź do ustawienia alarmu ćwiczenia. Uwaga: przed rozpoczęciem użytkowania skakanki konieczne jest wprowadzenie wartości wagi ciała.

2. Ustawienie alarmu ćwiczenia:

Po ustawieniu ciężaru powinna zacząć migotać kolumna T (czas). Naciśnij przycisk „UP” lub „DOWN” w celu ustawienia (i wyświetlenia) żadanego czasu (minimalny: 1 minuta, maksymalny: 60 minut), po czym naciśnij przycisk „SET”; aby zakończyć wprowadzanie. Powinien wyświetlić się ustawiony czas. Gdy upłynie ustawiony czas, rozlegnie się sygnał dźwiękowy i automatycznie zatrzyma się wszelkie naliczanie (L–podskoki, T–czas, C–kalorie).

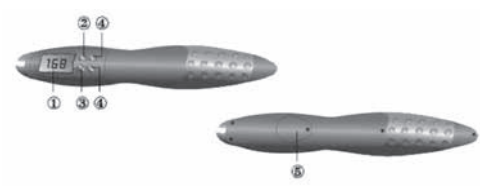
Rozpoczęcie:

W momencie rozpoczęcia podskoków licznik automatycznie uruchamia się. Również licznik podskoków rozpocznie zliczanie i na ekranie LCD zostanie wyświetlona liczba „6” po kolejnych 6 podskokach, w celu niedopuszczenie do zbędnego wysiłku przed głównym ćwiczeniem. Po 2 – 3 sekundach od zakończenia podsko-ków zostanie wyświetlona liczba spalonych kalorii. Aby wznowić ćwiczenie, naciśnij „RESET/ON”, po czym ponownie wprowadź wagę ciała i alarm ćwiczenia.

Ta skakanka automatycznie wyłączy się, jeśli nie zostanie uaktywniona w ciągu 8 minut. Aby wznowić ćwiczenie, naciśnij jeden raz przycisk „RESET/ON”: wówczas rozpocznie się ono ponownie.

Wymiana baterii:

Za pomocą śrubokręta otwórz pokrywkę komory na baterie w tylnej części uchwytu. Wyjmij zużytą baterię i zastąp ją nową baterią typu CR-2032 (1 szt.).



SCHEMAT

- LCD: Ekran LCD
- SET: Ustawienie wagi ciała i alarmu
- RESET/ON: Zeruje wszystkie wskazania
- UP i DOWN: Regulacja wagi ciała i alarmu
- Pokrywka komory na baterię: Wymiana baterii

SPECYFIKACJA

- Zasilacz: 1 bateria CR-2032

1. Souprava váhy:

Po spuštění stiskněte během 10 sekund tlačítko „RESET/ZAPNU-TO”, úvodní hodnota zobrazí 50 kg (nebo 130 liber), stiskněte tlačítko „NASTAVIT” a sloupec W (hmotnost), aby začal blikat. Nyní pro nastavení stiskněte tlačítko „NAHORU” nebo „DOLŮ” a na- stavte tak hmotnost (minimálně: 20 kg (nebo 40 liber), maximum: 110 kg (nebo 250 liber) a poté po dokončení zadání stiskněte volbu „NASTAVIT”. Následně začne blikat sloupec T (čas). Pokud čas nepotřebujete, stiskněte tlačítko „NASTAVIT”, jinak pokračujte nastavením výstrahy cvičení. Poznámka: před použitím je třeba zadat hodnotu hmotnosti.

2. Nastavení výstrahy cvičení:

Po nastavení hmotnosti by měl nyní blikat sloupec T (čas). Pro nastavení stiskněte tlačítko „NAHORU” nebo „DOLŮ” a nastavte tak požadovaný čas (minimálně: 1 minuta (maximálně 60 minut) a poté po dokončení zadání stiskněte volbu „NASTAVIT”. Měli byste vidět nastavený čas. Po uplynutí času se ozve „PÍPNUTÍ” a automaticky se ukončí veškerá počítání (L-kolo, T-čas, C-kalorie).

Začínáme:

Počítadlo se automaticky spustí, když začnete skákat. Počítadlo smyčky začne také odpočítávat a na LCD zobrazí „6” po 6 skocích za sebou, aby se před cvičením zabránilo zbytečným krokům. 2 – 3 sekundy po ukončení skákání se zobrazí hodnota spotřebovaných kalorií. Pro spuštění stiskněte tlačítko „RESET/ZAPNUŤO” a znovu zadejte hmotnost a výstrahu cvičení. Toto skákáč lano se automaticky vypne, pokud nebude během 8 minut aktivováno. Pro pokračování v používání jednou stiskněte tlačítko „RESET/ZAPNUŤO” a bude řádně fungovat.

Výměna baterie:

Na otevření víka baterie použijte šroubovák na zadní straně rukojeti. Vyměňte vybitou baterii a vyměňte ji za novou baterii typu CR-2032 (1x).



DIAGRAM

- LCD: LCD displej
- NASTAVENÍ: Nastavení hmotnosti a nastavení výstrahy
- RESET/ZAPNUŤO: Nastavení všechny hodnoty na nulu
- NAHORU A DOLŮ: Úprava hmotnosti a výstrahy
- Dvířka baterie: Výměna baterií

SPECIFIKACE

- Náapjení: 1 x CR-2032

DE :: ANLEITUNG

1. Gewicht einstellen:

Drücken Sie zum Starten 10 Sekunden lang „RESET/ON”. Als An- fangswert werden 50 kg (130 lbs) angezeigt. Drücken Sie „SET”. Die Spalte W (Weight/Gewicht) beginnt zu blinken. Stellen Sie mit „UP” oder „DOWN” Ihr Gewicht ein (Minimum 20 kg (40 lbs), Maximum 110 kg (250 lbs) und drücken Sie dann „SET”, um die Eingabe abzuschließen. Jetzt beginnt die Spalte T (Time/Zeit) zu blinken. Wenn Sie keine Zeit festlegen wollen, drücken Sie „SET”. Andernfalls stellen Sie jetzt den Workout-Alarm ein. Bitte beachten Sie: Vor der Verwen- dung des Produktes müssen Sie das Gewicht eingeben.

2. Workout-Alarm einstellen:

Wenn Sie das Gewicht eingestellt haben, blinkt normalerweise die Spalte T (Time/Zeit). Stellen Sie mit „UP” oder „DOWN” die gewünschte Zeit ein (Minimum 1 Minute, Maximum 60 Minuten) und drücken Sie dann „SET”, um die Eingabe abzuschließen. Jetzt sollten Sie die eingestellte Zeit sehen. Wenn die Zeit abgelaufen ist, ertönt ein Piepen und alle Zähler (L – Lap/Runde, T – Time/Zeit, C – Calorie/Kalorien) stoppen automa- tisch.

Anfang:

Der Zähler startet automatisch, wenn Sie mit dem Springen begin- nen. Auch der Sprungzähler startet. Nach 6 aufeinander folgenden Sprüngen zeigt er auf der LCD-Anzeige „6”. Das dient dazu, sinnlose Handlungen vor dem Training zu vermeiden. 2 – 3 Sekunden, nachdem Sie mit dem Springen aufhören, wird der Kalorienverbrauch angezeigt. Um wieder von vorne zu beginnen, drücken Sie „RESET/ ON”. Sie müssen dann noch einmal Gewicht und Workout-Alarm eingeben.

Dieses Springseil schaltet sich automatisch ab, wenn es nicht inner- halb von 8 Minuten aktiviert wird. Um es weiterhin zu verwenden, drücken Sie einmal „RESET/ON”. Es funktioniert dann korrekt.

Ersetzen der Batterie:

Öffnen Sie das Batteriefach hinten am Griff mit einem Schraubendre- her. Entfernen Sie die leere Batterie und ersetzen Sie sie durch eine CR-2032 (1 x)-Zelle.



JELMAGYARÁZAT