

Oregon Scientific™ Relógio Desportivo OUTBREAKER (Série RX109)

Manual do Usuário

ÍNDICE

Introdução	2
Características principais	3
Relógio OUTBREAKER	3
Cinta peitoral (somente RS109 / RP109)	3
Equipamento para bicicleta (somente RP109)	4
Kit para PC (somente RP109)	4
Símbolos do mostrador LCD	5
Funcionamento do OUTBREAKER	6
Funcionamento do altímetro, termômetro e barômetro	6
Função multi-sistema	6
Modo TOUR (PERCURSO)	7
Kit de software para PC (somente RP109)	7
Para começar	8
Ligar o relógio (primeira utilização somente)	8
Pilhas	8
Alternar entre os Modos	9
Alternar entre as opções de Modo	9
Mudar os valores colocados	9
Utilização da luz de fundo HI-GLO	9
Bloqueio de teclas	9
Manuseando o produto	10

Modo CLOCK (RELÓGIO)	10
Acertar o relógio e unidades de medição	10
Acertar o alarme	11
Cronômetro	11
Temporizador	12
Mostrador da temperatura	12
Modo ALTI-BARO	12
Acessar às opções do altímetro	13
Colocar a altitude atual e resolução	13
Colocar a pressão ao nível do mar	14
Verificação da pressão ao nível do mar	15
Colocar alarme para a altitude	15
Rever os dados da altitude	16
Alternar entre as opções de visualização	16
Previsão meteorológica	16
Modo TOUR (PERCURSO)	18
Memória TOUR (PERCURSO)	18
Ativar o Modo TOUR (PERCURSO)	18
Registrar marcas no Modo TOUR (PERCURSO)	19
Pausa do Modo TOUR (PERCURSO)	19
Desativar o Modo TOUR (PERCURSO)	19
Apagar todas as memórias TOUR (PERCURSO)	20
Modo CARDIO (Batimento Cardíaco) (somente RS109, RP109)	20
Utilização da cinta peitoral	21
Zonas de Treino	22
Ajustar os limites superior e inferior da frequência cardíaca para a Zona de Treino 5	24
Ativar o alarme da Zona de Treino	24

Monitorar a frequência cardíaca durante o exercício	25
Modo BIKE (BICICLETA) (somente RP109)	25
Configuração para o Modo BIKE (BICICLETA)	26
Passo 1: Fixar o equipamento à bicicleta	26
Passo 2: Introduzir a circunferência da roda	27
Acessar às opções do Modo BIKE (BICICLETA)	28
Visualizar a informação da velocidade e cadência	28
Verificar a recepção do sensor da bicicleta	28
Kit para PC (somente RP109)	29
Modo PC	30
Configuração para o Modo PC	30
Utilização do software	31
Opções do Modo PC	31
Transferência de dados	32
Uso e alcance efetivos	32
Atividades aquáticas e de exterior	32
Segurança e manutenção	33
Precauções de segurança	33
Instruções de manutenção	34
Orientações para Resolução de Problemas	34
Especificações	36
Avisos	38
Declaração de Conformidade	39
Sobre a Oregon Scientific	40

INTRODUÇÃO

Muito obrigado por ter selecionado o Relógio Desportivo OUTBREAKER da Oregon Scientific como o produto de aptidão física de sua escolha. O seu novo relógio desportivo está concebido para lhe proporcionar muitos anos de utilização segura e inclui as seguintes características:

- * Funções de relógio, calendário, cronômetro e temporizador
- * Barômetro com leituras da pressão local e ao nível do mar
- * Previsão meteorológica e leitura das temperaturas
- * Leituras do altímetro até 9,000 metros (30,000 pés)
- * Monitor de Batimento Cardíaco que indica as leituras da frequência cardíaca durante o exercício (**somente RS109/ RP 109**)
- * Kit acessório para bicicleta para efetuar as leituras enquanto faz ciclismo (**somente RP109**)
- * Estação de entrada de PC e software para transferir as leituras para o seu computador (**somente RP109**)

A série RX109 do relógio desportivo OUTBREAKER compreende a mais avançada e patenteada tecnologia de compensação Baro, distinguindo entre as mudanças de pressão atmosféricas e altitude, e proporcionando-lhe leituras mais seguras (previsões do tempo, etc.). Este é um dispositivo de precisão concebido para ampliar o seu programa de exercício diário ou semanal, assim como para lhe proporcionar precisão e facilidade de utilização das funções do relógio.

Este manual contém informação importante sobre segurança e manutenção, e proporciona-lhe instruções passo a passo, para a utilização deste produto. Leia o manual completamente, e guarde-o em local seguro na eventualidade de necessitar de consultar futuramente.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPAIS

RELÓGIO OUTBREAKER



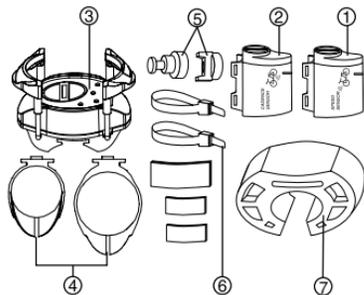
ITEM	NOME	DESCRIÇÃO
1	SELECT/+>	Pressione para aumentar o valor, alterar o mostrador de Modo, ou gravar uma marca durante o Modo TOUR (PERCURSO).
2	MODE	Pressione para alternar entre os Modos.
3	ST/SP/-	Pressione para iniciar/pausar/parar o Cronômetro/ Temporizador ou diminuir o valor.
4	LIGHT/KEY	Pressione para ativar a luz de fundo HIGLO, ou pressione e mantenha pressionado para ativar o bloqueio de teclas.
5	FUNC/SET	Pressione para introduzir um sub-modo ou pressione e mantenha pressionado para alterar um valor.

CINTA PEITORAL (SOMENTE RS109 / RP109)



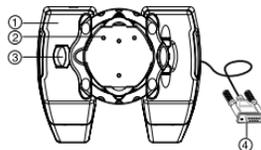
ITEM	NOME
1	CINTA PEITORAL
2	CORRÉIA

EQUIPAMENTO PARA BICICLETA (SOMENTE RP109)



ITEM	NOME
1	SENSOR DA VELOCIDADE
2	SENSOR DE CADÊNCIA
3	SUPORTE PARA BICICLETA
4	ARO DA BICICLETA
5	ÍMANS/ PARAFUSOS/PORCAS/ CONTATOS CONDUCTORES
6	CORREIAS DE FIXAÇÃO
7	BANDAS DE BORRACHA (Somente RS109)

KIT PARA PC (SOMENTE RP109)



ITEM	NOME
1	ESTAÇÃO DE ENTRADA
2	PONTOS DE CONEXÃO DO RELÓGIO
3	CLIPES DE MONTAGEM
4	CABO DE CONEXÃO RS-232C PARA COMPUTADOR INCORPORADO
5	CD-ROM DO SOFTWARE

SÍMBOLOS DO MOSTRADOR LCD



SÍMBOLO	DESCRIÇÃO
10:38	A hora atual.
YR	Acerto do ano.
MTH	Acerto do mês.
DAY	Acerto do dia.
MON (MON..SUN)	Dia atual da semana.
TRIP	O Modo TOUR (PERCURSO) está em uso; hora / data não podem ser acertadas.
HR	Acerto da hora.
MIN	Acerto dos minutos.
DM/MD	Ordem (Dia/Mês ou Mês/Dia) para a data ser visualizada.
TIME	Tela de ajuste da Zona horária.
SET	Visualizado quando num modo de ajuste.
UNIT	Ajuste de Celsius/Fahrenheit para a temperatura e h/ p/Hg, inHg para a pressão atmosférica. Ajuste de m/ pés para a altitude.

Zone	A hora atual colocada na sua segunda zona horária
AL	Indica a hora para alarme, ou alarmes de eventos (altitude e batimento cardíaco max/min, etc).
	Indica que o alarme para a altitude max/min está desativado.
	Indica se o alarme está ligado ou desligado.
	Previsão meteorológica para as próximas 12-24 horas. (Ensolarado/Ligeiramente Nublado/Nublado/Chuvoso).
STW	O cronômetro pode ser iniciado /parado/reiniciado.
TMR	O temporizador (contagem decrescente) pode ser iniciado/parado/reiniciado.
TEMP	A temperatura é indicada (na segunda linha inferior).
ALTI	A altitude é indicada (na segunda linha inferior).
HR	O batimento cardíaco é indicado na fonte matriz inferior.
MEM	Registro da Memória (apenas percurso atual).
RES	Alteração da resolução das leituras do altímetro.
ICON	Escolha de ícone do tempo atual.
LOC	Pressão atmosférica local.
SEA	Pressão ao nível do mar (atmosférica).
SPD	Indica a velocidade vertical (histórico ou atual).
	Mostrador gráfico da velocidade da sua bicicleta.
Rxxx	Receptor (Suporte para Bicicleta) com pilha fraca.
Sxxx	Sensor da velocidade com pilha fraca.
Cxxx	Sensor de cadência com pilha fraca.

	Indica o tempo total de atividade.
	Indica a altitude graficamente.
	Batimento cardíaco (por minuto) monitor ativado.
	Alerta do batimento cardíaco ativo.
	Bloqueio de teclas ativado.
Z1 (1-5)	Indica que treino está atualmente selecionado.
	Indica o batimento cardíaco graficamente.
M1 (1..99)	Indica qual o registro está sendo usado, ou arquivando (ver o Modo TOUR (PERCURSO)).
W0 (wheel icon)	Modo de ajuste da circunferência da roda.
CAD	Velocidade de pedalada (rotação/min).
T1 (1...99)	Indica a sequência de memórias no Modo TOUR (PERCURSO).
88%	% de memória utilizada no Modo TOUR (PERCURSO) .
END	O (PERCURSO) TOUR está terminado.
CLR	Pronto para apagar todas as memórias tour (percurso).
donE	Todas as memórias tour (percurso) foram apagadas .
hpa	Pressão indicada em Hecto-Pascal's.
inHg	Pressão indicada em polegadas de mercúrio.
	Nível de pilha fraca (substituir pilhas)

FUNCIONAMENTO DO OUTBREAKER

O relógio desportivo OUTBREAKER vem equipado com um barômetro (que mede altitude, pressão atmosférica e condições meteorológicas), um mostrador da previsão meteorológica, um termômetro, um monitor de batimento cardíaco (**somente RS109/RP 109**), um computador para bicicleta para visualizar a informação durante o ciclismo (**somente RP109**).

FUNCIONAMENTO DO ALTÍMETRO, TERMÔMETRO, E BARÔMETRO

A patenteada tecnologia de compensação baro utilizada neste relógio, permite distinguir entre as mudanças de pressão atmosférica e mudanças de pressão de altitude. Isto significa que pode detectar pressões atmosféricas (condições meteorológicas localizadas) distintamente das mudanças de pressão de altitude, e permite leituras mais precisas do que a maioria dos aparelhos (os quais frequentemente contam com uma desativação manual antes de iniciar uma nova previsão).

FUNÇÃO MULTI-SISTEMA

Este produto está concebido para ser utilizado durante muitos tipos de atividade. Ele pode mostrar e guardar grande quantidade de informação de interesse para os desportistas casuais e mais sérios e interessados em exercícios. O relógio inclui os seguintes Modos: CLOCK (RELÓGIO), ALTIMETER (ALTÍMETRO), CARDIO (Batimento Cardíaco) (somente RS109/RP109), BIKE (BICICLETA) (somente RP109), e PC (estação de entrada para



CD-ROM é opcional para o RA109 e RS109, e não é fornecida). Está equipado com uma função multi-sistema, que lhe permite combinar informação de acordo com a sua preferência, tais como altitude e tempo, altitude e batimento cardíaco, ou velocidade da bicicleta e altitude, etc. Você também poderá utilizar a função cronômetro ou temporizador (contagem decrescente) em combinação com outras funções, e ambas continuarão a ser executadas como fundo enquanto você utiliza outras características do relógio.



As funções monitor de batimento cardíaco e altímetro do relógio OUTBREAKER incluem configuração personalizada. Os limites Máximo e Mínimo do batimento cardíaco podem ser ajustados para uso durante o exercício, e o altímetro pode ser ajustado para registrar os limites ascendentes ou descendentes. Em ambos os casos, um bipe de curta duração significa que qualquer dos limites foi excedido. O relógio tem um aparato para hora, calendário, e leitura da pressão, os quais necessitam ser ajustados de acordo com a data atual e localização.

MODO TOUR (PERCURSO)

O relógio apresenta um Modo TOUR (PERCURSO) no qual você pode registrar todos os dados de um único percurso, ou sessão de exercício, e posteriormente transferir esta informação para o seu PC para guardar e ver. O relógio pode rever 99 diferentes percursos únicos, voltas ou sessões de exercícios.

NOTA A estação de entrada e CD-ROM são necessários (opcional para **RA109** e **RS109**, mas não fornecidos) para transferir informação a partir do Modo TOUR (PERCURSO).

KIT DE SOFTWARE PARA PC (SOMENTE RP109)

É fornecida uma estação de entrada com o relógio, para ligação a um computador, conjuntamente com um CD-ROM para instalação do software necessário no seu computador. Você também pode utilizar o software para fazer algumas alterações nas configurações do relógio.

NOTA O Kit RZ910 para PC pode ser comprado separadamente para o **RA109** e **RS109**.

PARA COMEÇAR

LIGAR O RELÓGIO (PRIMEIRA UTILIZAÇÃO SOMENTE)

Pressione a tecla modo durante 2 segundos ou mais para ativar o Mostrador LCD

PILHAS

Todas as pilhas estão incluídas e já instaladas. Reporte-se à página Especificações para informação sobre o tipo de pilhas (→ 36).

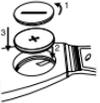
NOTA Para evitar a possibilidade de danos permanentes no relógio, recomendamos que leve o seu relógio a um vendedor local ou joalheria para que seja feita a substituição da pilha do seu relógio.

Para colocar pilhas novas no seu relógio:

Diagrama	Instruções
	1. Retire a correia do relógio e o pino de parafuso.
	2. Retire a tampa posterior com uma chave de parafusos Phillips pequena.
	3. Coloque a pilha fazendo corresponder a polaridade correta. Utilize sempre o tipo de pilha correta.
	4. Coloque de volta a tampa, parafusos, pino de parafuso, e a corréia. (Assegure-se de que coloca o aro O corretamente).
	5. Verifique se as pilhas substituídas estão colocadas corretamente, confirmando se as teclas têm som (bipe).

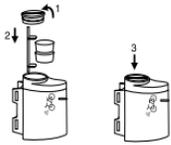
Para colocar pilhas novas na cinta peitoral (somente RS109 e RP109) e suporte para bicicleta:

NOTA A cinta peitoral parará de enviar sinais se a pilha estiver fraca. Uma transmissão deficiente a partir da cinta peitoral, pode também ser devida a um deficiente contato com a pele, ou à colocação do relógio receptor muito afastado.

Diagrama	Instruções
	1. Insira uma moeda no sulco. Rode no sentido anti horário.
	2. Coloque a pilha. Faça corresponder a polaridade.
	3. Coloque de volta o compartimento da pilha. Aperte-o firmemente na sua posição.

Para colocar pilhas novas nos sensores da bicicleta (somente RP109):

NOTA Os sensores deixarão de enviar sinais para o relógio se as pilhas estiverem fracas.

Diagrama	Instruções
	1. Insira uma moeda no sulco e rode no sentido anti horário.
	2. Retire o suporte da pilha. Remova a pilha e insira uma nova.



NOTA Substitua as pilhas sempre que a luz de fundo HI-GLO ficar fosca ou pare de funcionar, ou quando você visualizar o ícone de pilha fraca. O relógio indicará Cxxx, Rxxx, ou Sxxx sempre que as pilhas do sensor de cadência ou da velocidade estejam fracas.

NOTA Substitua todas as pilhas ao mesmo tempo - é perigoso misturar pilhas novas e velhas.

NOTA As pilhas usadas podem ser nocivas para o ambiente, e não se deve desfazer delas atirando-as fora com o lixo caseiro. Contacte as autoridades locais de distribuição do lixo para obter informações sobre como se desfazer de pilhas usadas. Proteja o meio ambiente levando as pilhas usadas para os postos autorizados de distribuição de lixo.



ALTERNAR ENTRE OS MODOS

Pressione o botão **MODE** para mudar entre os Modos: CLOCK (RELÓGIO), ALTI-BARO, CARDIO (**somente RS109/RP109**), BIKE (BICICLETA) (**somente RP109**), e PC. Uma barra será visualizada junto do Modo apropriado (no anel exterior do mostrador LCD) quando este for selecionado.

ALTERNAR ENTRE AS OPÇÕES DE MODO

Pressione **SELECT/+** para alternar entre as opções dentro de um Modo.

MUDAR OS VALORES COLOCADOS

Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante 2 segundos para introduzir o modo de ajuste. Depois, pressione **ST/SP/-** ou **SELECT/+** para alterar o valor. Pressione

FUNC/SET para alternar entre as opções, e confirmar os valores quando estejam preparados.

UTILIZAÇÃO DA LUZ DE FUNDO HI-GLO

Pressione **light/key** para ligar a luz de fundo HI-GLO durante cinco segundos. Uma vez que a luz esteja acesa, pressione qualquer tecla para a manter acesa durante mais cinco segundos.

No sentido de poupar energia, a luz não funcionará quando a pilha estiver fraca. Se isto acontecer, troque a pilha o mais brevemente possível.

BLOQUEIO DE TECLAS



O relógio também possui uma função de bloqueio de teclas para evitar que os botões sejam pressionados acidentalmente durante uma atividade. Para a ativar, simplesmente pressione e mantenha pressionado **light/key** até que um pequeno ícone chave apareça no canto direito da tela. As teclas de funções estão agora sem utilização. Para as reativar, pressione e mantenha pressionado **light/key** novamente até que o ícone chave desapareça.

NOTA O alarme ainda continuará a soar enquanto o Bloqueio de Teclas estiver ativado. Pressionar qualquer tecla enquanto no modo bloqueio de teclas parará o alarme.

MANUSEANDO O PRODUTO

Este relógio está concebido para permanecer firme para uma grande variedade de atividades desportivas, e vem completo com uma forte corréia para o pulso. Em deslocação (**somente RP109**), assegure-se de que o relógio está conectado firmemente ao suporte para bicicleta [IJW1], e conecte cuidadosamente e de forma segura todos os equipamentos da bicicleta. Para instruções ver a secção do Modo BIKE (BICICLETA) (→ 26).

MODO CLOCK (RELÓGIO)

A hora, data (incluindo o dia da semana), e hora para alarme, podem ser acertados enquanto o relógio estiver no Modo CLOCK (RELÓGIO). Siga as instruções abaixo para acertar ou ativar a hora, data, zona horária, padrão métrico ou imperial, hora para alarme, cronómetro e temporizador.

ACERTAR O RELÓGIO E UNIDADES DE MEDIÇÃO:

Diagrama	Instruções
	1. Pressione MODE para visualizar o modo CLOCK (RELÓGIO)
	2. Pressione e mantenha pressionado FUNC/SET durante 2 segundos. "24h" ficará piscando no mostrador.
	3. Pressione ST/SP/- para mudar o mostrador horário de 24 horas para 12 horas.
	4. Pressione FUNC/SET novamente. A hora ficará piscando. Pressione SELECT/+ para aumentar o valor, ou ST/SP/- para diminuir o valor. Sugestão: Pressione e mantenha pressionado o botão para uma mudança mais rápida do valor.
	5. Repita os Passos 3 - 4 para alterar o resto dos ajustes, nesta ordem: minutos, ano, o mostrador mês/data ou data/mês, mês, dia, zona horária (+/- 23 horas), mostrador da temperatura (°C / °F), unidades de medição (pés / metros), e unidades da pressão atmosférica (inHg ou hPa).

NOTA Você não pode alterar estes ajustes enquanto estiver no Modo TOUR (PERCURSO) . Se o tentar fazer, TRIP será visualizado no mostrador. Reporte-se à seção do Modo TOUR (PERCURSO) (→ 18).

ACERTAR O ALARME

Diagrama	Instruções
	1. Pressione MODE para visualizar o Modo CLOCK (RELÓGIO).
	2. Pressione SELECT/+ 3 vezes para se mover para a tela de ajuste do alarme.
	3. Pressione ST/SP/- para ativar ou desativar o alarme. Um pequeno ícone sino aparecerá no lado esquerdo da hora para alarme quando este estiver ativado.
	4. Pressione FUNC/SET novamente, para ajustar a hora para alarme e minutos. Utilize os botões SELECT/+ ou ST/SP/- para alterar o valor. (O alarme será ativado automaticamente uma vez que a hora para alarme tenha sido colocada).

CRONÔMETRO

O Cronômetro funciona nos Modos **CLOCK** (RELÓGIO), **ALTI-BARO**, **CARDIO**, e **BIKE** (BICICLETA). A partir de qualquer um destes modos, pressione **SELECT/+** para visualizar o cronômetro. Depois,



- * Pressione **ST/SP/-** para iniciar, pausa, e parar o cronômetro.
- * Com o cronômetro parado, pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** para reiniciar.

NOTA Você pode alternar para outros Modos enquanto o cronômetro está em execução como fundo.

TEMPORIZADOR

O Temporizador funciona nos Modos CLOCK (RELÓGIO), ALTI-BARO, CARDIO, e BIKE (BICICLETA). A partir de qualquer um destes Modos, pressione **SELECT/+** para visualizar o cronômetro. Pressione **FUNC/SET** para reiniciar o Cronômetro, depois:



- * Pressione e segure **FUNC/SET** durante 2 segundos. O mostrador mudará para TMR.
- * Pressione **ST/SP/-** ou **SELECT/+** para alterar um valor.
- * Pressione **FUNC/SET** para mudar entre os valores e aceitar as alterações.
- * Pressione **ST/SP/-** para iniciar ou parar o temporizador.
- * Com o temporizador parado, pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** para reiniciar.

NOTA Você pode alternar para outros Modos enquanto o temporizador está em execução como fundo.

NOTA Para regressar ao Modo STW, você tem que repor os valores do temporizador para 0. O temporizador muda automaticamente para o Modo STW quando este atinge 0.

MOSTRADOR DA TEMPERATURA

A Temperatura pode ser visualizada nos Modos CLOCK (RELÓGIO), ALTI-BARO, CARDIO e BIKE (BICICLETA). A partir de qualquer um destes Modos, pressione **SELECT/+** para visualizar a Temperatura. A Temperatura é indicada quer em Celsius ou Fahrenheit, dependendo da unidade de medição que você tenha selecionado quando ajustou CLOCK (RELÓGIO) (ver o Modo CLOCK (RELÓGIO)).



NOTA A temperatura do seu pulso pode afetar a leitura, particularmente durante o exercício. Retire o relógio e espere durante 15 minutos para obter uma leitura mais rigorosa.

MODO ALTI-BARO

O relógio desportivo OUTBREAKER inclui um barômetro que distingue entre as pressões causadas pelas mudanças de altitude e as pressões causadas pelas condições meteorológicas. Esta tecnologia reduz discrepância nas leituras e torna o altímetro mais preciso do que a média da maioria dos dispositivos.



O relógio pode guardar e rever os seguintes valores:

- * Altitude atual (atualizada a cada 2 segundos)
- * Altitudes máximas / mínimas alcançadas durante o seu giro



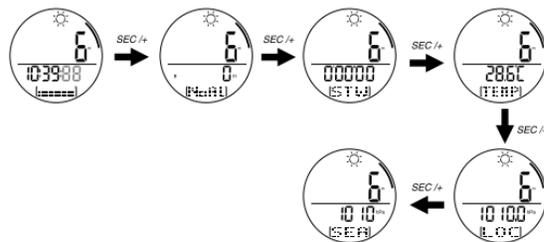
- * Total acumulado das altitudes máximas / mínimas alcançadas durante o seu giro
- * Alerta para altitude máxima / mínima (soa um alarme quando excedidas)
- * Velocidades máxima ascendente, máxima descendente
- * Velocidade vertical atual
- * Mudança da relação da altitude

A altitude é visualizada de duas formas, como valor numérico indicando a altitude atual, e como um quadro de barras indicando as alterações na altitude. Ambos os valores se alterarão à medida que se for movendo.

NOTA No Modo ALTI-BARO, a altitude atual é sempre indicada em fonte maior para qualquer tela, exceto para o tela de ajuste da pressão ao nível do mar.

ACEDER ÀS OPÇÕES DO ALTÍMETRO

Pressione **MODE** para aceder ao **Modo ALTI-BARO**, depois pressione **SELECT/+** para dar a volta através das opções.



COLOCAR A ALTITUDE ATUAL E RESOLUÇÃO

Quando utilizar o relógio pela primeira vez, é importante colocar a altitude atual e a pressão local ao nível do mar, para que a sua altitude ascendente e descendente possa ser medida com precisão. **Você pode encontrar a altitude atual comparando a sua posição com um mapa topográfico**, e depois introduzir o valor no relógio.

NOTA É necessário reiniciar a altitude depois de ter estado numa câmara pressurizada (ex., avião).

Para instruções em como colocar a pressão ao nível do mar, reporte-se à seção seguinte.

Diagrama	Instruções
	1. Pressione e mantenha pressionado FUNC/SET durante 2 segundos enquanto no Modo ALT.
	2. Utilize SELECT/+ ou ST/SP/- para alterar o valor. O valor irá mudar em incrementos de unidade baseados na resolução que você colocou (passo seguinte) e a unidade de medição selecionada quando ajustou CLOCK (RELOGIO) (→10).
	3. Pressione FUNC/SET para mudar para a tela de ajuste da Resolução, depois pressione ST/SP/- para alterar o valor. A resolução é o incremento em que a altitude será mostrada: 3 / 10 pés, ou 1 / 3 metros.
	4. Pressione FUNC/SET para sair do modo de ajuste.

Sugestão: Você também pode colocar a altitude atual e os limites para os alarmes com a ajuda do software do PC (ver seção do PC). **(somente RP109)**

NOTA A leitura da pressão ao nível do mar mudará se a altitude for ajustada.

COLOCAR A PRESSÃO AO NÍVEL DO MAR

A pressão ao nível do mar pode mudar relativamente à localização. Para obter leituras de altitude precisas, coloque o valor da pressão ao nível do mar antes de qualquer giro. Consulte os jornais, informação das estações locais, marcador de trilha, ou previsões meteorológicas para leituras locais, e selecione sempre a leitura mais próxima da sua localização atual.

Diagrama	Instruções
	1. Enquanto no Modo ALTI-BARO, pressione SELECT/+ até que a tela SEA (MAR) (pressão ao nível do mar) seja visualizada.
	2. Pressione e mantenha pressionado FUNC/SET durante dois segundos, depois utilize SELECT/+ ou ST/SP/- para alterar o valor. O valor mudará em incrementos de 1 hPa ou .03 inHg, dependendo da unidade de medição que você selecionou no Modo CLOCK (RELOGIO) (ver o Modo CLOCK (RELOGIO))).
	3. Pressione FUNC/SET novamente quando terminado.

NOTA A leitura da altitude mudará de acordo com o ajuste da pressão ao nível do mar.

VERIFICAÇÃO DA PRESSÃO AO NÍVEL DO MAR

Para ver uma imagem gráfica da pressão ao nível do mar (para as 14 horas correntes), pressione **FUNC/SET** com a tela SEA (MAR) mostrado no Modo ALTI-BARO. Pressione novamente para regressar ao mostrador normal.



COLOCAR ALARME PARA A ALTITUDE

O relógio pode ser ajustado para recordar um limite para a altitude (quer para cima quer para baixo, mas não os dois simultaneamente). Se o alarme for ativado, séries de bipes (com 5 segundos de intervalo) soarão, e a barra de modo ficará intermitente quando você tiver atingido o limite. Para parar o alarme, pressione qualquer botão.

Para colocar os limites para o alarme e ativar ou desativar o alarme:

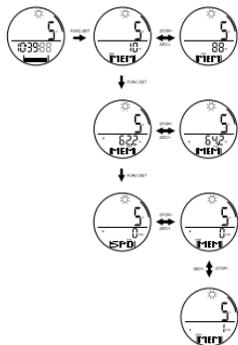
Diagrama	Instruções
	1. Pressione SELECT/+ até que obtenha o ecrã de Alarme. (Mostra leituras 'AL' ou 'NoAL' na parte inferior)
	2. Pressione e mantenha pressionado FUNC/SET durante dois segundos.
	3. Você pode colocar a seta na parte inferior da tela para o limite ascendente, ou descendente (mas não ambos). Para mudar de direção, pressione SELECT/+ ou ST/SP/- .
	4. Pressione FUNC/SET novamente, depois pressione SELECT/+ ou ST/SP/- para alterar o limite da altitude. (O alarme será ativado automaticamente uma vez que os limites tenham sido colocados).
	5. Alternativamente pressione ST/SP- se você simplesmente aceitar o ajuste pré definido para o alarme da altitude. (Ativado [AL] ou desativado [NoAL]).

REVER OS DADOS DA ALTITUDE

O **OUTBREAKER** permite-lhe monitorar a seguinte informação enquanto se exercita.

- * Altitude máx / min atingida - mostra o ponto mais alto ou mais baixo que você alcançou até agora em relação à configuração de altitude permanente do seu relógio.
- * Altitude acumulada máx / min - representa a distância total que você tenha ascendido ou descendido; isto é, cada inclinação é adicionada juntamente ou 'acumulada', e tal como cada declínio é adicionado e 'acumulado', para dar um total.
- * Velocidade vertical - Com que rapidez é que está subindo atualmente
- * Velocidade ascendente máxima - velocidade mais rápida a que subiu
- * Velocidade descendente máxima - velocidade mais rápida a que desceu

A ilustração seguinte mostra estes pontos:



Estas telas mostradoras visualizadas numa volta, e a informação em cada tela é visualizada durante 30 segundos (excluindo a tela de velocidade vertical ALT/SPD, o qual não está limitado) até ao ponto em que o relógio regressa ao Modo ALT.

NOTA Apagar a memória permite-lhe iniciar tudo novamente num novo giro, assumindo que toda a informação do seu giro atual será perdida.

ALTERNAR ENTRE AS OPÇÕES DE VISUALIZAÇÃO

Enquanto no Modo ALT/TIME, pressione **FUNC/SET** para alternar entre as opções de visualização: altitude máx / min, altitude total ascendente / descendente, e velocidade. No mostrador da velocidade, você pode visualizar a velocidade atual (ascendente ou descendente), velocidade máxima ascendente, e velocidade máxima descendente.



Pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para dar a volta através dos valores para cada opção.

Para apagar um valor na memória, pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante 2 segundos.

PREVISÃO METEOROLÓGICA

O barômetro incorporado ajuda a prever as condições meteorológicas para as próximas 12-24 horas. Esta leitura é baseada nas mudanças da pressão atmosférica e tem um alcance efetivo de 30 a 50 quilômetros (18 - 31 milhas). A patenteada tecnologia de compensação baro no relógio **OUTBREAKER**, permite diferenciar entre as mudanças de pressão devido à altitude, e aquelas devidas às mudanças das condições meteorológicas. Para evitar previsões imprecisas, o relógio favorecerá leituras de altitude quando você estiver verdadeiramente ascendendo ou descendendo. Isto significa que o ícone do tempo desaparecerá após movimentos verticais significativos. Para visualizar uma previsão precisa, mantenha-se simplesmente em qualquer altitude fixa durante aproximadamente 5 minutos.

Você talvez deseje colocar o ícone manualmente pelas seguintes razões:

- * A velocidade de mudança do ícone de previsão depende da velocidade da mudança da pressão atmosférica e em alguns casos pode levar mais tempo (até 24hrs) do que o desejado.
- * Colocar o ícone pode acelerar o ajuste da previsão meteorológica.
- * É necessário colocar o ícone após exposição a ambientes artificiais, tais como cabinas de aviões, as quais podem causar leituras incorretas.

A previsão será mostrada na parte superior do relógio com um destes quatro ícones:



A leitura da pressão atmosférica atual (em hPa ou inHg, dependendo da unidade de medição que você colocou no Modo CLOCK (RELÓGIO)) é indicada na parte inferior do mostrador.

Para colocar manualmente o ícone do tempo, siga estas instruções:

Diagrama	Instruções
	1. Enquanto no Modo ALTI-BARO, pressione SELECT/+ até que LOC seja visualizado na parte inferior do mostrador.
	2. Pressione e mantenha pressionado FUNC/SET durante dois segundos.
	3. Pressione SELECT/+ ou ST/SP/- para alterar o ícone.
	4. Pressione FUNC/SET para guardar as alterações.

NOTE Quando em funcionamento normal, o relógio atualiza automaticamente as previsões meteorológicas a cada 15 minutos.

MODO TOUR (PERCURSO)

Existem duas formas de utilizar a memória do OUTBREAKER. Primeiro, o computador do relógio registrará a informação enquanto você se exercita, para visualização somente. Isto significa que você pode verificar a informação durante ou após o exercício, mas não haverá registro uma vez que você apague a memória em preparação para o seu próximo treino.

Para registrar guardar esta informação (até 99 voltas diferentes, dependendo do tamanho de cada registro - ver abaixo) você tem que ativar o Modo TOUR (PERCURSO) e visualizar os registros através do software do PC.

NOTE A informação de um TOUR (PERCURSO) só pode ser visualizada através do software do PC.

MEMÓRIA TOUR (PERCURSO)

O Modo TOUR (PERCURSO) permite-lhe registrar e guardar os dados visualizados no relógio, os quais podem ser então transferidos para o seu PC. Podem ser registrados e guardados para o software do PC até 99 TOURs (PERCURSOS). Dependendo do modelo que comprou, a informação que escolhe registrar (ver abaixo), e o tempo utilizado pelos TOURs (PERCURSOS) que você já tenha guardado no relógio, o tamanho da memória disponível pode variar. As capacidades médias de armazenagem da memória em tempo real, (tomando dados de amostra a cada 5 segundos), assumindo os ajustes de fábrica (ver Especificações: Modo TOUR (PERCURSO)) e sem que tenham sido guardados TOURs (PERCURSOS), para cada modelo são como seguem:

Modelo	Tempo total de registro disponível
RA109	598 min (10 horas)
RS109	508 min (8.5 horas)
RP109	659 min (11 horas)

O relógio pode registrar e guardar até 99 voltas diferentes, desde que reste memória suficiente.

O tempo de amostra de fábrica para as leituras no Modo TOUR (PERCURSO) é a cada 5 segundos. Para aumentar os intervalos entre as amostras, e por conseguinte aumentar a capacidade da memória, você pode ajustar esta possibilidade através do software do PC.

ATIVAR O MODO TOUR (PERCURSO):

Para melhores resultados, realize estes passos imediatamente antes de iniciar a sua volta.

1. Simultaneamente pressione **FUNC/SET** e **MODE**. A tela TOUR END (FIM PERCURSO) será visualizado.
2. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos. O número do TOUR (PERCURSO) (T1, T2, etc.) será visualizado na parte inferior do mostrador. Você está agora a registrar informação. A percentagem (%) na parte superior indica o total de memória utilizada.





3. Para concluir o TOUR (PERCURSO), pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos. A palavra **END** aparecerá na parte inferior do painel. Os dados do percurso serão interrompidos.
4. Para iniciar outro PERCURSO, pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos. O novo número do PERCURSO (T3, etc) aparecerá na parte inferior do painel. As informações voltarão a ser novamente registradas.
5. Pressione **MODE** para regressar ao mostrador **CLOCK** (RELÓGIO).

NOTA A memória utilizada do relógio é dada como percentagem. Recomenda-se que você transfira essa informação para o seu PC e apague todas as memórias TOUR (PERCURSO) quando esta se aproximar dos 100%. Quando a memória utilizada atingir os 100% esta já não registrará mais, e as leituras futuras já não serão registradas.

REGISTRAR MARCAS NO MODO TOUR (PERCURSO)

A função de marcador é utilizada para marcar uma posição em particular durante um TOUR (PERCURSO). Para colocar uma marca, pressione e mantenha pressionado **SELECT/+** quando o Modo TOUR (PERCURSO) estiver sendo utilizado.

NOTA A marca será visualizada somente nos dados do PC, uma vez que esta tenha sido transferida do relógio.

PAUSA DO MODO TOUR (PERCURSO):

Repita os Passos 1 - 2 acima, depois pressione **FUNC/SET**. **REST** é visualizado na parte inferior do mostrador. Pressione **ST/SP/-** para ligar o resto (pausado) ou desligar (registrando).

DESATIVAR O MODO TOUR (PERCURSO):

Para melhores resultados, realize estes passos imediatamente após ter finalizado a sua volta.

1. Simultaneamente pressione **FUNC/SET** e **MODE**. O número do TOUR (PERCURSO) será visualizado. A percentagem (%) na parte superior indica o total de memória utilizada.
2. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos. Isto **FINALIZA** a sessão de registro do TOUR (PERCURSO).
3. Pressione **MODE** para regressar ao mostrador **CLOCK** (RELÓGIO).



PAUSA DO MODO TOUR (PERCURSO):



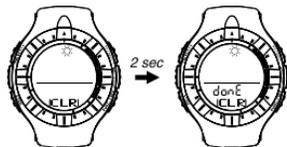
1. Se ainda não estiver no Modo TOUR (PERCURSO), pressione simultaneamente **FUNC/SET** e **MODE**. O número do TOUR (PERCURSO) será visualizado no mostrador. A porcentagem (%) na parte superior indica o total de memória utilizada.
2. Pressione **FUNC/SET**. A palavra REST (PAUSA) é visualizada na parte inferior do mostrador.
3. Pressione **ST/SP/-** para ligar a PAUSA ou desligá-la (registrar).

APAGAR TODAS AS MEMÓRIAS TOUR (PERCURSO)

Para melhores resultados, realize estes passos depois de ter transferido a informação TOUR (PERCURSO) para o software do PC.

Quer:

1. Transferindo a informação para o seu PC (o TOUR (PERCURSO) será apagado automaticamente).



Ou:

1. Desativando o Modo TOUR (PERCURSO) Com a tela FINAL visualizado, pressione o botão **FUNC/SET**. CLR é visualizado na parte inferior da tela.
2. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** até que DONE seja visualizado na parte inferior do mostrador.

3. Pressione **FUNC/SET** novamente para visualizar a 0% e confirmar que todos os dados foram apagados.
4. Pressione **MODE** para regressar ao mostrador CLOCK (RELÓGIO).

NOTA Os valores máximos e mínimos para os vários sub-modos (ex., batimento cardíaco máximo, ou altitude máxima, etc.) permanecerão após todos os dados terem sido apagados.

MODO CARDIO (BATIMENTO CARDÍACO) (SOMENTE RS109/RP109)

O relógio OUTBREAKER está equipado com um Modo CARDIO e cinto para o peito medidor de batimento cardíaco, os quais em conjunto lhe permitem medir a sua frequência cardíaca (de 25-240 batimentos por minuto) enquanto faz exercícios. Você pode monitorar a sua frequência cardíaca durante os Modos ALTI-BARO, CARDIO, ou BIKE (BICICLETA), e com as seguintes características: mostrador de Cronômetro, Temporizador, Temperatura, e Altímetro.





Existem cinco telas no Modo CARDIO incluindo a tela gráfico (início) **BATIMENTO CARDÍACO/RELÓGIO/HORA**. Eles são:



Tela gráfico (início) **BATIMENTO CARDÍACO/RELÓGIO/HORA**, tela de alarme/ligado/desligado **BATIMENTO CARDÍACO/HORA**, tela (cronômetro) **BATIMENTO CARDÍACO/CRONÔMETRO**, tela (temperatura) **BATIMENTO CARDÍACO/TEMP**, e tela (altímetro) **BATIMENTO**

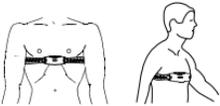


CARDÍACO/ALTI. Para alternar entre eles, simplesmente pressione **SELECT/+**.

UTILIZAÇÃO DA CINTA PEITORAL

Você deve utilizar a cinta peitoral para medir o seu batimento cardíaco.

NOTA Este relógio **OUTBREAKER** é especialmente concebido para funcionar com a cinta peitoral com o qual foi vendido. Não se recomenda a utilização com este relógio, de qualquer outra cinta peitoral, dado que a transmissão poderá não funcionar.

Diagrama	Instruções
	<ol style="list-style-type: none"> 1. Humedeça os contatos condutores na parte interior da cinta peitoral peito com algumas gotas de água ou um gel condutor, para assegurar um melhor contato. 2. Coloque o cinto, envolvendo-o à volta da parte superior do peito de forma a que o monitor de batimento cardíaco fique no meio do peito, apertando-o confortavelmente abaixo dos músculos peitorais. 3. Ajuste o cinto para ficar confortável e com bom contato com a pele.

Sugestões: A transmissão a partir da cinta depende do contato com a pele e da proximidade ao relógio receptor. Assegure-se de que a seção de transmissão do cinto está contra a pele, sem bloqueio por parte dos pelos do peito, e suficientemente próximo do relógio receptor (aproximadamente 30 polegadas) para enviar um sinal nítido. A transpiração ou o gel pode melhorar o sinal, e lembre-se que isto não é instantâneo. Se não houver recepção imediata de sinal, aguarde durante alguns segundos para que o sinal se estabeleça.

NOTA Pilha velha pode enfraquecer a potência da transmissão e recepção. Substitua a pilha se o desempenho for piorando progressivamente.

Uma vez que você obtenha bom contato com a cinta peitoral, ♥ ficará intermitente. Isto significa que o sinal sendo enviado e que a sua frequência cardíaca aparecerá brevemente em lugar do grande 0. A sua frequência cardíaca será indicada como a maior fonte em cada um das telas deste Modo, e também pode ser indicada numa fonte menor, abaixo da linha, enquanto no modo BIKE (BICICLETA). Se você retirar a cinta peitoral do peito, ou se o relógio for movido para muito longe daquele, o sinal será interrompido.

NOTA O Modo CARDIO parará de funcionar depois de não haver recepção de sinal por 5 minutos ou mais.

NOTA Quando você estiver fazendo a medição da sua frequência cardíaca, mantenha o relógio afastado de fontes geradoras de sinal, tais como TVs, PCs, e motores de carros, dado que estes podem comprometer a leitura.

ZONAS DE TREINO

O relógio OUTBREAKER está equipado com uma característica Zona de Treino especial que lhe permite pré-selecionar o melhor limite de batimento cardíaco (50-240 batimentos por minuto) para a sua atividade. Por exemplo, a quantidade de esforço requerido para um passeio no parque é diferente da quantidade de esforço requerido para levantamento de pesos para construir massa muscular. Com a característica Zona de Treino, você pode ajustar e depois monitorar os limites superior e inferior da frequência cardíaca (Zona de Treino) que melhor suportem a sua atividade física objetivos.



Os cálculos para determinar os seus limites máximo e mínimo de batimento cardíaco são como seguem.

Sexo	Limite Máximo de Batimento Cardíaco (MHR)	Limite Mínimo	Limite Máximo
Homem	$220 - \text{idade} = \text{MHR}$	$\text{MHR} \times$	$\text{MHR} \times$
Mulher	$230 - \text{idade} = \text{MHR}$	(zona de treino inferior %)	(zona de treino superior %)

Uma vez que saiba a sua frequência cardíaca máxima, você pode ajustar as 5 Zonas de Treino (descrito abaixo) com o software do PC (reporte-se à ajuda on-line). Com o relógio OUTBREAKER, você pode ajustar diretamente os seus limites superior e inferior para a Zona de Treino 5, e pode colocar um alarme para soar sempre que você exceder os limites para a Zona de Treino selecionada.

Aviso: Os limites da frequência cardíaca para as Zonas de Treino 1 - 4 estão baseadas num perfil para um homem jovem de 20 anos de idade. Se você não corresponder a este perfil, nós **RECOMENDAMOS FORTEMENTE** que você ajuste os limites para as Zonas de Treino 1 - 4 utilizando o software do PC, ou siga os passos abaixo para ajustar os limites para a Zona de Treino 5.

As Zonas de Treino recomendadas são como seguem:

Zona	Limite MHR (min - máx %)	Descrição
1	50 - 60%	Atividade Moderada - Esta zona de baixa intensidade é boa para aquecimentos, arrefecimentos, e atividades tais como caminhadas rápidas. É também indicado para iniciantes e aqueles que pretendem fortalecer os seus sistemas cardiovasculares.
2	60 - 70%	Controle do Peso - Até 85% das calorías queimadas nesta zona vêm de células de gordura. Exercícios moderados tais como jogging ligeiro ou natação são bons para esta zona.
3	70 - 80%	Zona Aeróbica - Aumenta o fortalecimento e resistência. Este funciona com a capacidade de entrada de oxigênio do corpo, queima mais calorías, e pode ser mantido durante um longo período de tempo.
4	80 - 90%	Zona Anaeróbica - Gera velocidade e força. Este funciona à, ou acima da capacidade de entrada de oxigênio no corpo, constrói músculo, e não pode ser mantido durante um longo período de tempo.
5	90 - 100%	Zona de Linha Vermelha - Esta zona de alta intensidade pode somente ser mantida em pequenos momentos ou intervalos, dado que esta esforça os seus músculos e sistema cardiovascular para além das suas capacidades.

NOTA Atividades a alta altitude podem elevar a sua frequência cardíaca máxima.

NOTA Você pode sobrepor a preferência da zona ajustando o valor através do PC (todas as zonas), ou ajustando manualmente a Zona 5.

AJUSTAR OS LIMITES SUPERIOR E INFERIOR DA FREQUÊNCIA CARDÍACA PARA A ZONA DE TREINO 5

1. Pressione **MODE** para acessar ao Modo **CARDIO** (batimento cardíaco).
2. Pressione **SELECT/+** para mudar para o ajuste do **AL** . (Alarme).
3. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos. O número da zona ficará intermitente na parte inferior da tela. O limite superior é indicado acima da linha em fonte grande, e o limite inferior em baixo. (Você pode ajustar os valores para os limites superior e inferior da frequência cardíaca nas Zonas 1-4 utilizando o software do PC. De outro modo, pressionando **ST/SP/-** irá simplesmente ativar ou desativar o alarme pré estabelecido).
4. Pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para mudar para a Zona 5.
5. Pressione **FUNC/SET** novamente para visualizar a tela **SET** (AJUSTE)



6. Pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para alterar o limite superior da frequência cardíaca.
7. Repita os Passos 5 - 6 para ajustar o limite inferior da frequência cardíaca.
8. Pressione **FUNC/SET** quando tiver terminado.

NOTA Você pode ajustar a frequência cardíaca entre (superior 26-240 bpm) e (inferior 25-239 bpm).

ATIVAR O ALARME DA ZONA DE TREINO

Uma vez ativado, o Alarme da Zona de Treino soará sempre que você exceder os limites superior e inferior da frequência cardíaca para a Zona de Treino selecionada.

1. No Modo **CARDIO**, pressione **SELECT/+** para mudar para a tela **AL** (Alarme) .
2. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante dois segundos.
3. Pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para selecionar a Zona de Treino desejada.
4. Pressione **FUNC/SET**.
5. Pressione **ST/SP/-** para desligar ou ligar o alarme.

MONITORAR A FREQUÊNCIA CARDÍACA DURANTE O EXERCÍCIO

Para configurar o relógio OUTBREAKER de forma a que este possa monitorar a actividade da sua frequência cardíaca durante o exercício, primeiro faça o seguinte:

1. Coloque a cinta peitoral (reporte-se à seção "Utilização da Cinta peitoral").
2. Pressione **MODE** para acessar ao Modo **CARDIO** e verifique para ter a certeza de que o relógio está recebendo os sinais da sua frequência cardíaca.
3. Selecione a Zona de Treino que é a mais adequada para a sua actividade (reporte-se à seção anterior).
4. Ative o Cronômetro ou Temporizador no Modo **CARDIO** (reporte-se à seção Cronômetro / Temporizador).
5. Configure o **Modo TOUR (PERCURSO)** se desejar guardar registos a longo prazo do histórico da sua frequência cardíaca que cobrem momentos de várias sessões de trein ou actividades (reporte-se à seção do **Modo TOUR (PERCURSO)**).



Uma vez que você tenha completado estes passos, você está preparado para iniciar o exercício. Depois de você terminar, reinicie o Cronômetro ou Temporizador para zero, depois pressione **FUNC/SET** para obter as seguintes métricas indicadas a intervalos de 5 segundos:

- * Tempo e data em M1 ou M2....M99 (todos os dados atuais serão guardados sob M1, enquanto que os dados anteriores são guardados sob M2 e assim sucessivamente até M99).
- * Média da frequência cardíaca durante o exercício e tempo Total de exercício
- * Limite superior da Zona de Treino e tempo gasto acima do limite
- * Limite inferior da Zona de Treino e tempo gasto abaixo do limite
- * Tempo total gasto em exercício dentro dos limites da frequência cardíaca

NOTA Se você tiver mais do que um conjunto (M1-M99) de registos de treino, pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para dar a volta através dos registos.

MODOS BIKE (BICICLETA) (SOMENTE RP109)

O relógio desportivo OUTBREAKER vem completo com um computador para bicicleta (e acessórios), o qual regista e mostra as seguintes informações:

- * Velocidade: 0 - 255 km/hora ou 0 - 158 milha/hora, dependendo da unidade de medição que você seleccionou (reporte-se à seção do Modo Clock (Relógio))
- * Velocidade média (Max:255km/hr ou 158 milha/hr)
- * Velocidade máxima (Max:255km/hr ou 158 milha/hr)
- * Cadência: 0 - 255 rpm (rotações do pedal por minuto)
- * Distância percorrida (Máx:999.9 km ou 620 milhas)

- * Total da distância percorrida
(Máx:99,999.9 km ou 62,000 miles)
- * Tempo total gasto andando de bicicleta

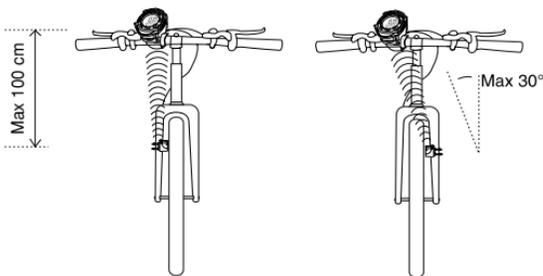
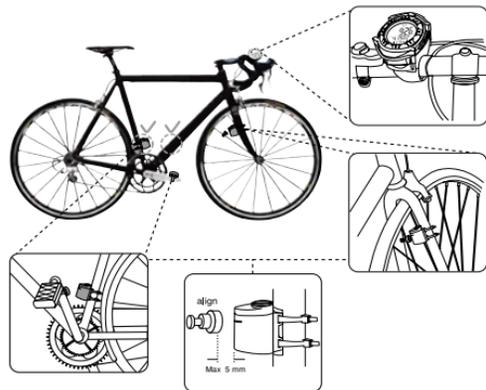
O Modo BIKE (BICICLETA) compreende tecnologia pioneira que utiliza dois sensores sem fios instalados em vez de um. A alta frequência de cada sensor (868 MHz) elimina a possibilidade de interferência entre a cadência e o sinal dos sensores, assegurando-lhe um desempenho e medição precisos.

CONFIGURAÇÃO PARA O MODO BIKE (BICICLETA)

Para configurar o Modo BIKE (BICICLETA) você tem que fazer duas coisas primeiro:

1. Fixar o equipamento de medição à sua bicicleta: sensor da velocidade (roda dianteira), sensor de cadência (pedal), dois ímãs (roda dianteira e pedal), suporte para bicicleta (guidão). Reporte-se à secção a seguir para instruções.
2. Especifique a circunferência da sua roda. Ver instruções abaixo.

PASSO 1: FIXAR O EQUIPAMENTO À BICICLETA



Para fixar o equipamento:

1. Selecione um dos tamanhos do aro da bicicleta -- 2.4-2.6 ou 3.0-3.2cm de diâmetro (0.95-1.02 ou 1.18-1.26 polegadas de diâmetro) -- apropriado para o guidão. A seguir, deslize o aro da bicicleta e fixe-o na fenda localizada na base do suporte.
2. Fixe o suporte para bicicleta no lado direito ou esquerdo do guidão utilizando a banda de borracha, porca e parafuso providenciado. Aperte até que o suporte para bicicleta esteja fixo no lugar, utilizando a banda de borracha para um contato mais firme.
3. Fixe o sensor de cadência a um ponto estacionário justamente por detrás do pedal, utilizando a banda de borracha para um contato mais firme. Deverá haver um máximo de 100cm (39 polegadas) entre o sensor e o suporte para bicicleta, e menos de 30 graus de ângulo vertical.
4. Fixe o ímã de cadência a um pedal de forma a que este fique diretamente alinhado com o sensor com menos de 5mm (0.2 polegadas) pelo meio
5. Fixe o sensor da velocidade em qualquer uma das pernas da forquilha frontal, utilizando a banda de borracha para um contato mais firme. Deverá haver no máximo de 100cm (39 polegadas) entre o sensor e o suporte para bicicleta, e menos de 30 graus de ângulo vertical.
6. Fixe o ímã da velocidade numa vara da roda dianteira de forma a que esteja a menos de 5mm (0.2 polegadas) do sensor.
7. Verifique e ajuste como necessário, depois corte as extremidades dos cliques para que não fiquem excessos.
8. Encaixe o relógio no suporte para bicicleta.

9. Pressione ST/SP/- para ativar a recepção de sinal. Para informação adicional reporte-se à seção "Verificação da Recepção do Sensor da Bicicleta" (→ 28).
10. Ande uma curta distância com a bicicleta para se assegurar de que está enviando corretamente os sinais para o relógio.
11. Você está agora preparado para iniciar a sua volta.

NOTA O relógio pode trabalhar com um ou dois sensores

NOTA Quando o mostrador indica um ícone de pilha fraca  (ver a seção 'Pilhas') substitua a pilha da unidade correspondente.

PASSO 2: INTRODUIZIR A CIRCUNFERÊNCIA DA RODA

Você tem que introduzir no relógio a circunferência da roda da bicicleta para que este possa calcular com precisão a velocidade e distância. Se você não souber a circunferência da roda da bicicleta, você pode verificar as especificações do fabricante ou medi-la marcando onde a roda toca no chão, e depois girar a roda uma vez completamente ao longo do chão.



NOTA A maioria das rodas contém as especificações escritas nas próprias.

Para especificar esta informação no relógio:

1. Pressione **MODE** para mudar para o Modo BIKE (BICICLETA).
2. Pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante 2 segundos.
3. Pressione **SELECT/+** ou **ST/SP/-** para alterar a circunferência (cm ou polegadas, dependendo da unidade de medição que você seleccionou no Modo CLOCK (RELÓGIO)).
4. Pressione **FUNC/SET** para guardar as alterações.

NOTA Você também pode usar o software do PC para esta operação (ver seção do PC).

ACESSAR ÀS OPÇÕES DO MODO BIKE (BICICLETA)

Pressione **MODE** para acessar ao Modo BIKE (BICICLETA), depois pressione **SELECT/+** para dar a volta através das opções: Velocidade, Cronômetro/Temporizador, Temperatura, Altitude, e Batimento Cardíaco.

Para instruções sobre como utilizar o Cronômetro ou Temporizador no Modo BIKE (BICICLETA), reporte-se às Pgs. 10 - 11.

VISUALIZAR A INFORMAÇÃO DA VELOCIDADE E CADÊNCIA

Pressione **MODE** para mudar para o Modo BIKE (BICICLETA). No mostrador Velocidade, você pode visualizar a velocidade atual (visualização de fábrica) e as seguintes métricas a partir da memória: tempo total gasto pedalando, distância total percorrida, total da distância TOUR (PERCURSO) percorrida (somente para o Modo TOUR (PERCURSO)), ver a seção TOUR (PERCURSO)), velocidade média, velocidade máxima, e cadência (rotações do pedal por minuto). Pressione **FUNC/SET** para dar a volta através dos valores para cada opção.



Para apagar um valor de uma memória específica, pressione e mantenha pressionado **FUNC/SET** durante 2 segundos.

VERIFICAR A RECEPÇÃO DO SENSOR DA BICICLETA

1. Depois de encaixar o relógio no suporte para bicicleta, pressione **ST/SP/-** para ativar o modo de recepção.
2. O mostrador indica "- -", depois muda para 0 uma vez que tenha recebido um sinal bem sucedido.

NOTA Se por qualquer razão a recepção for interrompida, repita este procedimento para a retomar.



KIT PARA PC (SOMENTE RP109)

O relógio desportivo OUTBREAKER RP109 da Oregon Scientific está equipado com um kit para PC que inclui uma Estação de Entrada para PC e um CD-ROM para transferência de informação para um computador pessoal. Instruções completas sobre a utilização do software são fornecidas na ajuda on-line e podem ser vistas uma vez que você tenha instalado o CD-ROM.

NOTA O kit para PC da série RA109/RS109 do relógio OUTBREAKER é vendido separadamente. Contate o vendedor ou a nossa página web (www.oregonscientific.com) para informação adicional sobre o kit para PC RZ910.

O kit para PC permite-lhe guardar e rever a maioria da informação que é recolhida pelo relógio OUTBREAKER. Isto permite-lhe libertar a memória do relógio para registrar mais informação, enquanto preserva os registos dos treinos que são mais importantes para si. Por exemplo, com o kit para PC você pode especificar qual a informação que deseja registrar no Modo TOUR (PERCURSO): Limitando o que é para registrar, você pode manter registos mais longos. Isto pode ser útil se você desejar monitorar o seu desempenho durante um longo período de tempo, tal como uma caminhada de dois dias, onde somente a frequência cardíaca e altitude são as interessadas, ou um dia de ciclismo, onde somente a velocidade e distância são importantes para si. Detalhes completos sobre a capacidade da memória do relógio são dados na seção UTILIZAÇÃO DO MODO TOUR (PERCURSO).

Você também pode utilizar o kit para PC para ajustar os valores para o relógio através do PC. Uma lista completa de opções é dada no final desta seção.

NOTA Os requisitos de hardware/software do kit para PC encontram-se indicados na parte posterior deste manual.

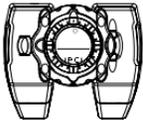
MODO PC

CONFIGURAÇÃO PARA O MODO PC

Para utilizar as funcionalidades do Modo PC, você necessitará do kit para PC (inclui a estação de entrada para PC, cabo conector, e o CD-ROM do software de instalação), e um PC ou computador portátil.

NOTA Todos os três modelos (RA/RP/RS 109) suportam o Modo PC. No entanto, o kit para PC para o RA109 e o RS109 é vendido separadamente .

Para configurar para o Modo PC:

Diagrama	Instruções
	<p>1. Conete a estação de entrada do PC ao seu computador. Para melhores resultados, desligue o computador antes de efetuar a ligação.</p>
	<p>2. Instale o software utilizando o CD-ROM (primeira utilização somente). O processo é automático, e requer que você responda a indicações de caráter explicativo.</p> <p>Uma vez que o software esteja instalado, um ícone Oregon Scientific será colocado no seu computador.</p>
	<p>3. Instale o relógio na estação de entrada, assegurando-se de que os pontos de contato da estação e do relógio estão alinhados. O relógio deverá mudar automaticamente para o Modo PC.</p> <p>NOTA</p> <p>As funções cadência, velocidade e frequência cardíaca ficarão temporariamente desativadas quando você utilizar o relógio no Modo PC.</p>

UTILIZAÇÃO DO SOFTWARE

Duplo clique no ícone Oregon Scientific. Uma vez que o software abra, clique em **Ajuda** para obter informação sobre a função requerida.



OPÇÕES DO MODO PC

Você pode realizar as seguintes tarefas utilizando o software do CD-ROM fornecido.

Acessar/rever informação/ no PC	Alterar os ajustes do relógio no PC
<ul style="list-style-type: none">* Toda a informação registada no Modo TOUR (PERCURSO), incluindo temperatura, altitude, batimento cardíaco, velocidade da roda, cadência, distância do giro, etc, [Contando que estes dados tenham sido selecionados em "Dados que devem ser guardados "Menu de Configuração" (ver menu de ajuda do software)].* Cópia de segurança/importar e exportar dados* Definir dados do usuário* Mostrar gráficos e imprimir tabela* Fornecer dados contemplando uma duração específica	<ul style="list-style-type: none">* Data e hora (colocar a hora do PC, ou ajuste manual)* Hora, e alarme de evento (3 alarmes de eventos, 1 alarme diário, e seleção de duração de alarme)* Pressão atual ao nível do mar* Limites da altitude* Ícone tempo* Limites superior e inferior da frequência cardíaca para as Zonas de Treino 1 - 5.* Circunferência da roda/diâmetro* Registro de dados do Modo TOUR (PERCURSO) e opções de transferência* Escolha de porta de série (Com 1 a Com 4)* Taxa de amostra (1 segundo e superior)* Colocação de unidades (Métrica ou Imperial)

NOTA Para enviar todos os ajustes seleccionados e preferências para o relógio, seleccione "Transferir configuração" no sub-menu (software do PC) "comunicação" .

TRANSFERÊNCIA DE DADOS

Siga estes procedimentos para transferir dados

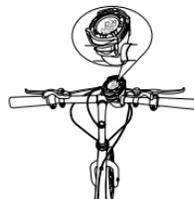
1. Depois de instalar o CD-ROM clique no ícone **OUTBREAKER** do seu PC.
2. No menu principal, selecione "Comunicação".
3. Conecte a estação de entrada ao seu PC.
4. Pressione "Mode" até que você obtenha o Modo PC.
5. Encaixe o relógio **OUTBREAKER** na estação de entrada, assegurando-se de que os pinos conjugam e estão seguros.
6. Feche a tampa cuidadosamente e selecione "Conectar" no sub-menu "Comunicação".
7. Você verá uma marca seta no relógio, e "transferência em progresso" no seu PC.
8. Selecione "Ler Dados do Percurso" no sub-menu "Comunicação", depois siga as instruções da tela.
9. Selecione "Formatar" para o processamento dos dados.
10. A transferência está agora completa. Selecione o relatório gráfico desejado.

USO E ALCANCE EFETIVOS

O relógio e a cinta peitoral medidora de batimentos cardíacos têm um alcance máximo de transmissão de cerca de 76 centímetros (30 polegadas). Se o sinal for fraco tome as seguintes medidas:

- * Encurte a distância entre a cinta peitoral medidora de batimentos cardíacos e o relógio
- * Reajuste a posição da cinta peitoral medidora de batimentos cardíacos
- * Verifique as pilhas. Se elas estiverem fracas ou gastas, mude-as imediatamente

Você pode utilizar o relógio receptor no seu braço ou fixá-lo a uma bicicleta ou máquina de exercício conforme mostrado abaixo:



ATIVIDADES AQUÁTICAS E DE EXTERIOR

O relógio é à prova de água até 50 metros. A cinta peitoral e outros acessórios (suporte para bicicleta/sensores de velocidade e cadência), são à prova de respingos, e não devem ser utilizados para atividades debaixo de água, dado que o transmissor de frequência cardíaca não pode funcionar adequadamente debaixo de água. Reporte-se à tabela abaixo para orientação.

					
	CHUVA, SALPICOS, ETC	DUCHA (SOMENTE ÁGUA MORNIA/FRIA)	NATAÇÃO LIGEIRA ÁGUA POUCO PROFUNDA	MERGULHO A POUCA PROFUNDIDADE/ SURF/DESPORTOS AQUÁTICOS	MERGULHO SEM EQUIPAMENTO OXIGÊNIO/ MERGULHO EM ÁGUAS PROFUNDAS
30m / 100ft	OK	OK	NO	NO	NO
50m / 165ft	OK	OK	OK	NO	NO
100m / 325ft	OK	OK	OK	OK	NO

Quando utilizar o relógio para atividades desportivas de exterior, cumpra as seguintes directrizes:

- * Não pressione os botões debaixo de água ou com os dedos molhados.
- * Enxágue com água e sabão neutro depois de usar.
- * Não utilize o relógio em água quente.

Sugestões para manter o seu relógio em forma: Mantenha o seu relógio resistente à água! Evite químicos (gasolina, cloro, perfumes, álcool, vaporizadores para cabelo, etc.). Enxágue após a utilização. Reduza a exposição ao calor. Faça a manutenção do seu relógio uma vez ao ano em um centro de manutenção apropriado.

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA E MANUTENÇÃO

PRECAUÇÕES DE SEGURANÇA

Por favor cumpra estas medidas de segurança quando utilizar este produto.

- * Não consulte o relógio enquanto se move ou estiver envolvido numa atividade desportiva. Fazendo-o pode resultar em colisão provocando-lhe danos pessoais.
- * Não submeta o produto a excessiva força, impacto, poeira ou temperaturas.
- * Não interfira com os componentes internos do produto.
- * Não misture pilhas novas e velhas, ou pilhas de especificações diferentes.
- * Não utilize este relógio como um substituto de aparelhos de medição profissionais utilizados em paraquedismo, paramotor, parapente, pilotagem de giroplanos e vôos com aviões pequenos.
- * Não utilize este relógio como substituto de equipamentos de precisão industriais.
- * Siga cuidadosamente as diretrizes da resistência à água antes de o utilizar na água (ver a seção Uso e Alcance Efetivos).
- * Mantenha o produto afastado de fontes de aquecimento tais como radiadores, fogões, aquecedores, e outros produtos geradores de calor.

INSTRUÇÕES DE MANUTENÇÃO

Para se assegurar de que obtém os máximos benefícios da utilização deste produto, por favor cumpra as seguintes diretrizes.

- * Limpeza - Limpe com um pano húmido. Não utilize produtos de limpeza líquidos, benzina, diluente, ou aerossóis.
- * Reparação - Não tente reparar este produto ou modificar o circuito por si mesmo. Contate o vendedor ou um técnico qualificado se o produto requerer assistência. Utilize somente partes de substituição que sejam recomendadas pelo fabricante.
- * Não raspe objectos duros contra o mostrador LCD dado que isto o pode danificar.

ORIENTAÇÕES PARA A RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS

Esta seção inclui uma lista de questões perguntadas frequentemente para problemas que você poderá encontrar com o relógio desportivo OUTBREAKER. Se o seu relógio não estiver funcionando do modo que você julga que deveria, verifique aqui antes de o enviar para reparação.

Problema	Sintoma	Verifique isto	Solução
Sem energia	Não se ligará	As pilhas estão gastas	Substitua por pilhas novas
		As pilhas estão colocadas incorretamente	Coloque as pilhas corretamente (→ 8)
	As teclas não respondem	Bloqueio de teclas em funcionamento. (icone chave visualizado)	Pressione key/lock durante 2 segundos (icone chave desaparecerá)
Data / hora errada	A data mostrada está errada	Data não acertada	Acerte a data corretamente (→ 10) Não pode ser alterada quando o Modo TOUR (PERCURSO) estiver em funcionamento.
	A data mostrada está errada	Zona horária colocada incorretamente	Reinicie a zona horária Não pode ser alterada quando o Modo TOUR (PERCURSO) estiver em funcionamento.
A leitura da altitude é estranha	A leitura é inferior a 0 (-20, etc.)	A altitude atual está abaixo de terra (verifique o ajuste ao nível do mar)	Reinicie o relógio ou aceite a leitura

Problema	Sintoma	Verifique isto	Solução
	Diferente leitura da altura num mesmo ponto após o giro	Mudanças de pressão	As menores mudanças de pressão produzem desvios mínimos nas leituras da altitude
Sem alarme para a altitude	O alarme não soa	Níveis não estabelecidos	Estabeleça níveis (→ 15)
A leitura da temperatura é estranha	Muito elevada	O relógio está muito próximo do corpo	Retire o relógio, aguarde 15 minutos, depois tente novamente
Sem leitura das condições meteorológicas	O ícone do tempo desapareceu	Deslocamento na altura (movimento vertical)	Permaneça a altitude fixa durante 5 minutos
Leitura na unidade errada (imperial/métrica)	Definição errada de unidade	Ajustes de unidade	Defina unidades (→ 10)
Sem alarme	O alarme esperado não soa	Níveis não estabelecidos	Estabeleça níveis (→ ver a seção MODO relevante)
		Alarme não ativado	Ativar o alarme (→ ver a seção MODO relevante)
A leitura da pressão é estranha	Muito alta ou muito baixa	Será a mudança devida ao vento, câmara pressurizada, ou ambiente pressurizado (avião)?	Reinicie depois de ter mudado de locais

Problema	Sintoma	Verifique isto	Solução	
O ícone coração não funciona	Mostrador em branco	Pára após 5 minutos de inatividade	Pressione MODE para regressar ao Modo CARDIO	
		A cinta peitoral está muito afastada do relógio ou fraco contato com a pele	Mova a cinta peitoral para mais próximo ou ajuste o contato com a pele	
Sem alarme para a frequência cardíaca	O alarme esperado não soa	Os limites do Alarme/ Zona de Treino não estão colocados	Coloque limites (→ 24)	
Sem memória da frequência cardíaca	Sem dados da frequência cardíaca	O cinto para o peito está muito afastado do relógio ou fraco contato com a pele	Mova o cinto para o peito para mais próximo ou ajuste o contato com a pele	
Sem leitura para a bicicleta ou leitura estranha	Sem dados	O sensor não está preparado	Verifique a distância entre o sensor e o imã	
		Rx/ Cx/ Sx visualizados	Substitua as pilhas (→ 8)	
		Sem mostrador	Relógio não ativado	Pressione ST/SP/- O mostrador indica "- ." e depois "0"
		Não há dados TOUR (PERCURSO) guardados	Função desativada desde o PC	Volte a selecionar a caixa de verificação no software do PC
		Leitura estranha	O tamanho da roda foi colocado errado.	Meça e coloque o diâmetro da roda novamente (→ 27)

Problema	Sintoma	Verifique isto	Solução
	Leitura estranha (continuada)	Sensores colocados incorretamente	Verifique a colocação dos sensores
		O imã não está alinhado	Alinhe o imã
		Interferência	Identifique a fonte e mova-a ou desligue-a
Sensor sem energia	Rx/ Sx/ / Cx visualizados no Modo BIKE (BICICLETA)	Pilha fraca	Substitua a pilha
Sem memória	Memória vazia, ou a % de memória utilizada não muda	O Modo TOUR (PERCURSO) não está selecionado	Selecione o Modo TOUR (PERCURSO)
	100% da memória utilizada	A memória está cheia	Apague manualmente todas as memórias, ou transfira para o PC. Os dados apagados manualmente não podem ser revistos nem recuperados.

ESPECIFICAÇÕES

Relógio calendário

Formato horário	12/24 hr
Formato da data	DD:MM:YY ou MM:DD:YY
Calendário automático	2000-2099
Alarmes	1 diário (hr:min) 3 eventos (hr:min DD.MM.YY)
Cronômetro/Temporizador	99:59:59 (hr:min:seg)

Monitor de Batimento Cardíaco

Alcance da frequência cardíaca	25...240 batimentos por minuto (bpm)
Resolução	1 bpm
Precisão	+/- 1 bpm
Zonas de treino	5
Alcance do alarme HR	26...240 bpm (superior) 25...239 bpm (inferior)
Alarme da memória	3 alarmes da frequência cardíaca
Memória TOUR (PERCURSO)	99 máx (somente RS109/RP109)

Termômetro

Alcance	-10.0° C...60.0° C (14.0° F...140.0° F)
Resolução	0.1° C (0.2 ° F)
Precisão	+/- 1° C (+/- 2° F)



Altímetro

Alcance	-400...9,000 metros (-1,312....30,000 pés)
Resolução	1 ou 3 m (3 ou 10 pés)
Precisão	+/- 10 m (+/- 30 pés)
Velocidade vertical	0...125 m/seg (0...415 pés/seg)
Resolução da velocidade vertical	1 m/seg (3 pés/seg)
Mudança máxima de altitude	1 m/seg (3 pés/seg)
Mudança total de altitude	+/- 60,000 m (+/- 180,000 pés)
Alarmes	1 alarme



Barômetro

Alcance da pressão local	300...1100 hPa (8.86...32.46 inHg)
Alcance da pressão ao nível do mar	900...1100 hPa (26.58...32.46 inHg)
Resolução	1 hPa (0.03 inHg)
Precisão	+/- 3hPa (+/- 0.1 inHg)

Modo TOUR (PERCURSO)

OUTBREAKER RA109

Tempo de registro:	598 min
Amostras a cada 5 segundos:	Altitude / Barômetro / Temperatura

OUTBREAKER RS109

Tempo de registro:	508 min
Amostras a cada 5 segundos:	Batimento Cardíaco / Altitude / Barômetro / Temperatura

OUTBREAKER RP109

Tempo de registro:	659 min
Amostras a cada 5 segundos:	Distância / Cadência / Velocidade / Batimento Cardíaco / Altitude / Barômetro / Temperatura

Computador para BICICLETA



Alcance da velocidade da roda	255 km/hr (158 milha/hr)
Resolução da velocidade da roda	1 km/hr (1 milha/hr)
	0...255 repetições por minuto (rpm)
Alcance da cadência	
Resolução da cadência	1 rpm
Máxima distância do giro	999.9 km (620 milhas)
Total máximo de distância do giro	99,999.9 km (62,000 milhas)
Circunferência da roda	1,000...3,000 mm (39 polegadas...118 polegadas)
Resolução da circunferência	1 mm (0.04 polegadas)
Sensor RF da bicicleta	868 MHz

Ambiente

Funcionamento

Armazenagem

Humidade relativa

-10° C...60° C (14° F...140° F)

-20° C...70° C (-4° F...158° F)

10%...95%

Resistência à água

Relógio

sem atuação das teclas para 50 m
(165 pés)

Outros acessórios

à prova de respingos

Energia

Relógio

Cinta peitoral

Suporte para bicicleta

Sensor de cadência

Sensor da velocidade

pilha de lítio 1 x CR2032 3V

pilha de lítio 1 x CR2032 3V

pilha de lítio 1 x CR2032 3V

pilha alcalina 2 x LR44 1.5V

pilha alcalina 2 x LR44 1.5V

AVISOS

Para assegurar uma correta e segura utilização do seu produto, leia os seguintes Avisos e todo o Manual do Usuário antes de utilizar o produto. Os Avisos dados a seguir contém informações importantes sobre segurança e deverão ser cumpridas a todo momento.

- * Não tente reparar você mesmo este produto. Contate o vendedor ou o nosso departamento de assistência ao cliente, caso o produto requeira assistência.
- * Tome precauções ao manusear pilhas de todos os tipos. Estas podem causar ferimentos, queimaduras, ou danos em bens como consequência do contato com materiais condutores, calor, materiais corrosivos ou explosivos. Retire as pilhas antes de guardar o produto por longos períodos de tempo.
- * O produto é um instrumento de precisão. Nunca tente desmanchar este dispositivo. Existe um grande perigo de choques elétricos fortes.
- * Nunca, sob quaisquer circunstâncias toque no circuito eletrônico exposto do dispositivo, dado que existe perigo de choque elétrico se este ficar descoberto.
- * Tome especial cuidado ao manusear um mostrador LCD danificado, dado que os cristais líquidos podem ser nocivos para a sua saúde.
- * Não utilize ou guarde o aparelho, incluindo o sensor remoto, em locais que possam afetar adversamente o produto tais como, neve, deserto, e campos magnéticos.

- * Não utilize este aparelho em aviões ou hospitais. O uso de produtos com frequência de rádio podem causar mau funcionamento nos dispositivos de controle de outros equipamentos.
- * Não submeta o produto a impactos ou choques.
- * Verifique a maioria das funções caso o aparelho não tenha sido utilizado por um longo período de tempo. Isto é para assegurar o seu completo funcionamento. Faça-lhe um teste interno regularmente e limpe o seu aparelho.
- * Quando se desfizer deste produto, faça-o de acordo com os regulamentos locais para a distribuição de lixo.

DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

Este produto contém o transmissor e receptor aprovado que está em conformidade com os requisitos essenciais do Artigo 3 das Directivas R&TTE 1995/5/EC, se utilizado como proposto e os seguintes padrões tenham sido aplicados:

Segurança do Equipamento de tecnologia de informação

(Artigo 3.1.a da directiva R&TTE)

Padrões Aplicados **EN 60950-1:2001**

Compatibilidade electromagnética

(Artigo 3.1.b da directiva R&TTE)

Padrões Aplicados **ETSI EN 301 489-3 (Ver.1.4.1) : 2002-08**

Utilização eficiente do espectro de frequência de rádio

(Artigo 3.2 da directiva R&TTE)

Padrões Aplicados **ETSI EN 300 220-3 (Ver1.1.1): 2000-09**

Informação Adicional: O produto incluso está em conformidade com os requisitos da Directiva de Fraca-Voltagem 73/23/EEC e da Directiva EMC 89/336/EEC e possui a marca **CE 0359 (!)** em conformidade.

Por este meio, a IDT Technology Limited declara que este equipamento de rádio de fraca potência está em conformidade com os requisitos essenciais e outras provisões relevantes da Directiva R&TTE 1999/5/EC.



Carmelo Cubito

Agrate Brianza (MI) / Itália January 2004

Representante do Fabricante na Comunidade Européia



PAÍSES SUJEITOS À NORMA R&TTE

Todos os países da União Européia, Suíça **(CH)**
e Noruega **(N)**

SOBRE A OREGON SCIENTIFIC

Visite nosso site (www.oregonscientific.com.br) para aprender mais sobre nossos outros produtos, tais como Câmeras Digitais; Produtos de aprendizagem; Relógios de Projeção; Equipamentos de Esporte e Saúde; Estações Meteorológicas. O nosso site possui também dados para contato com nosso SAC, assim como perguntas e respostas mais recentes e downloads.

Esperamos que você encontre todas informações que necessitar, entretanto se você quiser entrar em contato direto com nosso SAC, ligue para 55 11 2161-6180.