



Oregon Scientific

DIGITAL PODEMETER with REAL-TIME CLOCK (Model: PE320)

USER MANUAL

INTRODUCTION

Thank you for selecting the Oregon Scientific™ Digital Pedometer with Real-Time Clock (PE320). This unique product is ideal in assisting an exercise routine. The pedometer counts number of steps taken from one location to another. By inputting the stride-length the total distance covered can be calculated.

- In this box, you will find:
- Digital Pedometer with Real-Time Clock
- 1 x LR43 size 1.5V battery

Keep this manual handy as you use your new product. It contains practical step-by-step instructions as well as technical specifications and warnings you should know about.

KEY FEATURES

FRONT VIEW



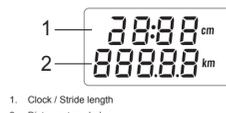
- Motion Sensitivity Switch - Increases or decreases unit sensitivity.
- RESET button - Resets display mode values to zero.
- DIST button - Total distance and stride length display mode.
- HR / + button - Changes clock hour digits; changes stride length upward.
- MIN / - button - Changes clock minute digits; changes stride length downward.

BACK VIEW



- Battery compartment - Requires 1 x LR43 size 1.5V battery.
- Belt clip - Use to clip unit securely to belt or waistline.

LCD DISPLAY SYMBOLS



- Clock / Stride length
- Distance traveled

GETTING STARTED

INSULATION TAPE

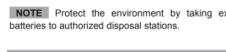
Before using the device, pull out the insulation tape underneath the battery cover protecting the 1 x LR43 size 1.5V battery.

NOTE: The unit will not work until the tape is pulled out.

BATTERIES

This product uses 1 x LR43 size 1.5V battery. Should you need to change the batteries,

- Gently press and pull the battery compartment door.
- Insert 1 x LR43 size 1.5V battery or equivalent.
- Replace the battery compartment door.



NOTE: Protect the environment by taking exhausted batteries to authorized disposal stations.

CLOCK

Insert a blunt stylus into the HR / + or MIN / - buttons to alter the clock hour and minute values, respectively. The clock is set at 00:00 by default.

NOTE: The unit automatically returns to clock display after 5 seconds if no buttons are pressed.

ADJUSTING THE SETTINGS

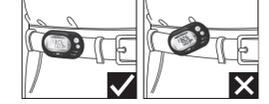
DISTANCE

The distance traveled is shown on the bottom line of the LCD display. For greater accuracy it is recommended that a personal stride-length is set.

- Press **DIST** until the stride length is viewed on the top line of the LCD display.
- Insert a blunt stylus into the **HR / +** to increase or **MIN / -** to decrease stride length (30 to 150cm or 11 to 60 inches). The stride length is set at 50cm (20 inches) by default. If no changes are made to the Stride function, the top line of the display will automatically return to the clock display after 5 seconds.



WEARING THE PODEMETER



Attach securely at waist level to your belt, slacks, or training attire and maintain a horizontal position for more accurate results.

USING THE PODEMETER

COUNTING STEPS TAKEN

- The pedometer counts the number of steps taken.
- Press **DIST** once to view number of steps.
- To return the pedometer display to zero, press **RESET** in **STEP** mode.
- NOTE:** To make the unit more or less sensitive to motion, reposition the motion sensitivity side switch. To determine the proper amount of motion sensitivity, experiment with different settings. See section on ADJUSTING MOTION SENSITIVITY for more information.
- NOTE:** Improper positioning of the pedometer may result in incorrect data collection.

MEASURING DISTANCE

Correctly measuring distance depends on accurately setting the average length of an individual stride (stride length) and properly setting an internal motion-sensitivity device.

- Press **DIST** until the distance traveled is viewed on the LCD display.
- To return the distance counter to zero, press **RESET** in **DISTANCE** display mode.

Total Distance = steps taken x average step length

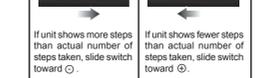
NOTE: Individual stride-length varies. Input an appropriate length for an average stride. To determine length of stride walk 10 paces and divide distance traveled by 10.



ADJUSTING MOTION SENSITIVITY

Follow these important procedures below to adjust Pedometer +/- Motion Sensitivity Switch and ensure accurate readings:

- Set switch to the center.
- Reset step counter to zero.
- Walk at a normal pace; take at least 100 steps to provide more accurate motion sensitivity.



If unit shows more steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊖.

If unit shows fewer steps than actual number of steps taken, slide switch toward ⊕.

- Adjust sensitivity switch if walking speed changes. Repeat steps 2-5 until accurate readings is obtained.
- The following conditions may cause incorrect reading of steps taken:
 - Uneven walking pace, such as walking in crowded areas or on uneven floor.
 - Frequent up and down movements, such as standing up and/or sitting down, running, jumping, or ascending/descending stairs or steep slopes.

PRECAUTIONS

- To ensure you use your product correctly and safely, read these warnings and the entire user manual before using the product.
- Use a soft, slightly moistened cloth. Do not use abrasive or corrosive cleaning agents, as these may cause damage. Never use the products in hot water or store them when wet.
- Do not subject the product to excessive force, shock, dust, temperature changes, or humidity. Never expose the product to direct sunlight for extended periods. Such

treatment may result in malfunction.

- Do not tamper with the internal components. Doing so will terminate the product warranty and may cause damage. The main unit contains no user-serviceable parts.
- Do not scratch hard objects against the LCD display as this may cause damage.
- Take precautions when handling all battery types.
- Remove the batteries whenever you are planning to store the product for a long period of time.
- When replacing batteries, use new batteries as specified in this user manual.
- The product is a precision instrument. Never attempt to take this device apart. Contact the retailer or our customer service department if the product requires servicing.
- Do not touch the exposed electronic circuitry, as there is a danger of electric shock.
- Check all major functions if the device has not been used for a long time. Maintain regular internal testing and cleaning of your device. Have your watch serviced by an approved service expert annually.
- When disposing of this product, ensure it is collected separately for special treatment and not as normal household waste.
- Due to printing limitations, the displays shown in this manual may differ from the actual display.
- The contents of this manual may not be reproduced without the permission of the manufacturer.

IT

INTRODUZIONE

Grazie per aver scelto il Contapassi con orologio digitale di Oregon Scientific™ (PE320). Questo straordinario prodotto è l'aiuto ideale per l'esercizio fisico quotidiano. Il contapassi conteggia il numero di passi fatti da un punto ad un altro, inserendo la lunghezza della falcata è possibile calcolare la distanza totale percorsa.

Contenuto della confezione:

- Contapassi
- 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V

Si consiglia di tenere questo manuale a portata di mano durante l'utilizzo del prodotto. Il manuale contiene pratiche istruzioni dettagliate ed consigli per la manutenzione che è necessario conoscere.

NOTE: Il prodotto è uno strumento di precisione. Non tentare mai di aprirlo. Contattare il proprio rivenditore o il nostro servizio clienti se il prodotto necessita di riparazioni.

Non toccare il circuito elettrico esposto, poiché questo può provocare scosse elettriche.

Controllare tutte le funzioni più importanti se il prodotto non è stato utilizzato per un lungo periodo di tempo. Controllare e pulire l'apparecchio regolarmente.

Al momento dello smaltimento di questo prodotto, agire in conformità con i regolamenti locali sullo smaltimento dei rifiuti.

A causa di limitazioni di stampa, le immagini di questo manuale possono differire dalla realtà.

Il contenuto di questo manuale non può essere ristampato senza l'autorizzazione del fabbricante.

NOTE: Le specifiche tecniche del prodotto e il contenuto del manuale per l'utente possono essere modificati senza preavviso.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

NOTE: Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

NOTE: La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

EU-DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, Oregon Scientific, declares that this Digital Pedometer with Real-Time Clock (Model: PE320) is in compliance with EMC directive 2004/108/EC. A copy of the signed and dated Declaration of Conformity is available on request via our Oregon Scientific Customer Service.



CONTAPASSI con OROLOGIO DIGITALE (Modello: PE320)

MANUALE PER L'UTENTE

IT

INTRODUZIONE

Grazie per aver scelto il Contapassi con orologio digitale di Oregon Scientific™ (PE320). Questo straordinario prodotto è l'aiuto ideale per l'esercizio fisico quotidiano. Il contapassi conteggia il numero di passi fatti da un punto ad un altro, inserendo la lunghezza della falcata è possibile calcolare la distanza totale percorsa.

Contenuto della confezione:

- Contapassi
- 1 batteria di tipo LR43 da 1,5 V

Si consiglia di tenere questo manuale a portata di mano durante l'utilizzo del prodotto. Il manuale contiene pratiche istruzioni dettagliate ed consigli per la manutenzione che è necessario conoscere.

NOTE: Il prodotto è uno strumento di precisione. Non tentare mai di aprirlo. Contattare il proprio rivenditore o il nostro servizio clienti se il prodotto necessita di riparazioni.

Non toccare il circuito elettrico esposto, poiché questo può provocare scosse elettriche.

Controllare tutte le funzioni più importanti se il prodotto non è stato utilizzato per un lungo periodo di tempo. Controllare e pulire l'apparecchio regolarmente.

Al momento dello smaltimento di questo prodotto, agire in conformità con i regolamenti locali sullo smaltimento dei rifiuti.

A causa di limitazioni di stampa, le immagini di questo manuale possono differire dalla realtà.

Il contenuto di questo manuale non può essere ristampato senza l'autorizzazione del fabbricante.

NOTE: Le specifiche tecniche del prodotto e il contenuto del manuale per l'utente possono essere modificati senza preavviso.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

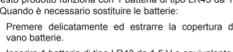
NOTE: Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

NOTE: La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

EU-DECLARATION OF CONFORMITY

Hereby, Oregon Scientific, declares that this Digital Pedometer with Real-Time Clock (Model: PE320) is in compliance with EMC directive 2004/108/EC. A copy of the signed and dated Declaration of Conformity is available on request via our Oregon Scientific Customer Service.



REGOLAZIONE DELLE IMPOSTAZIONI

DISTANZA

La distanza percorsa viene visualizzata sulla riga inferiore del display LCD. Per una maggior precisione, si consiglia di impostare la lunghezza della propria falcata.

- Premere **DIST** finché la lunghezza della falcata non viene visualizzata sulla riga superiore del display LCD.
- Preparare con una punta smussata **HR / +** per aumentare oppure **MIN / -** per diminuire la lunghezza della falcata (da 30 a 150cm o da 11 a 60 pollici). La lunghezza della falcata è impostata in modo predefinito su 50cm (20 pollici).

Se non vengono apportate modifiche alla funzione Falcata, dopo 5 secondi la riga superiore del display tornerà automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

INDOSSARE IL CONTAPASSI



Fixare alla cintura, ai pantaloni o agli indumenti all'altezza della vita e mantenerlo in posizione orizzontale per ottenere risultati più precisi.

UTILIZZO DEL CONTAPASSI

CONTEGGIO DEI PASSI EFFETTUATI

- Premere **DIST** una volta per visualizzare il numero dei passi.
- Per azzerare la visualizzazione dei contapassi, premere **RESET** in modalità **STEP**.

NOTE: Per aumentare o diminuire la sensibilità di movimento dell'unità, utilizzare l'interruttore della sensibilità di movimento. Per determinare il giusto livello di sensibilità di movimento, provare impostazioni diverse. Per ulteriori informazioni, veda il paragrafo REGOLAZIONE DELLA SENSIBILITÀ DI MOVIMENTO.

NOTE: Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

NOTE: La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

MISURAZIONE DELLA DISTANZA

La corretta misurazione della distanza dipende dalla impostazione precisa della lunghezza media di una falcata individuale (lunghezza della falcata) e dalla corretta impostazione del dispositivo interno di sensibilità di movimento.

NOTE: La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

REGOLAZIONE DELLA SENSIBILITÀ DI MOVIMENTO

Seguire le importanti istruzioni indicate di seguito per la regolazione +/- dell'interruttore di sensibilità di movimento dei contapassi e per ottenere delle rilevazioni precise:

- Spostare l'interruttore al centro.
- Azzerare il contatore dei passi.
- Camminare a passo normale; fare almeno 100 passi per rendere più precisa la sensibilità di movimento.



Se l'unità indica un numero di passi maggiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊖.

Se l'unità indica un numero di passi inferiore rispetto a quello effettivo, spostare l'interruttore su ⊕.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

NOTE: Se non viene premuto nessun pulsante entro 5 secondi, l'unità torna automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

NOTE: Se non viene premuto nessun pulsante entro 5 secondi, l'unità torna automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

NOTE: Se non viene premuto nessun pulsante entro 5 secondi, l'unità torna automaticamente alla visualizzazione dell'orologio.

PRECAUZIONI

Per utilizzare il prodotto in modo sicuro e corretto, leggere queste avvertenze e tutto il manuale prima dell'uso.

- Utilizzare un panno morbido, leggermente inumidito. Non utilizzare prodotti di pulizia abrasivi o corrosivi, in quanto potrebbero causare danni. Non utilizzare mai i prodotti in acqua calda né ripori se bagnati.
- Non sottoporre il prodotto a forza eccessiva, urti, polvere, variazioni di temperatura o umidità. Non esporre il prodotto a luce solare diretta per lunghi periodi. Un simile trattamento può comportare il malfunzionamento del prodotto.
- Non manomettere i componenti interni. In questo modo si invalida la garanzia del prodotto e si possono provocare danni. L'unità principale non contiene componenti che possono essere riparati dall'utente.
- Non graffiare il display LCD con oggetti duri in quanto si potrebbero causare danni.
- Manipolare le batterie con attenzione.
- Togliere le batterie ogni volta che si prevede di lasciare inutilizzato il prodotto per un lungo periodo di tempo.
- Al momento della sostituzione delle pile, assicurarsi che le batterie nuove come indicato in questo manuale per l'utente.
- Il prodotto è uno strumento di precisione. Non tentare mai di aprirlo. Contattare il proprio rivenditore o il nostro servizio clienti se il prodotto necessita di riparazioni.
- Non toccare il circuito elettrico esposto, poiché questo può provocare scosse elettriche.
- Controllare tutte le funzioni più importanti se il prodotto non è stato utilizzato per un lungo periodo di tempo. Controllare e pulire l'apparecchio regolarmente.
- Al momento dello smaltimento di questo prodotto, agire in conformità con i regolamenti locali sullo smaltimento dei rifiuti.
- A causa di limitazioni di stampa, le immagini di questo manuale possono differire dalla realtà.
- Il contenuto di questo manuale non può essere ristampato senza l'autorizzazione del fabbricante.

NOTE: Le specifiche tecniche del prodotto e il contenuto del manuale per l'utente possono essere modificati senza preavviso.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

NOTE: Caratteristiche e accessori non disponibili in tutti i paesi. Per ulteriori informazioni, rivolgersi al proprio rivenditore.

NOTE: Il posizionamento scorretto del contapassi può causare un rilevamento errato.

NOTE: La lunghezza della falcata varia da individuo a individuo. Inserire una lunghezza adeguata ad una falcata media. Per determinare la lunghezza media della falcata, fare 10 passi e dividere la distanza percorsa per 10.

NOTE: Proteggere l'ambiente portando le batterie scariche in centri di raccolta autorizzati.

INFORMAZIONI SU OREGON SCIENTIFIC

Per avere maggiori informazioni sui nuovi prodotti Oregon Scientific visita il nostro sito internet www.oregonscientific.it dove potrai trovare tutte le informazioni di cui hai bisogno.

Per ricerche di tipo internazionale puoi visitare invece il sito www2.oregonscientific.com/about/international.asp

DICHIARAZIONE DI CONFORMITÀ UE

Oregon Scientific dichiara che questo prodotto PE320 è conforme alla direttiva EMC 2004/108/CE. Una copia firmata e datata della Dichiarazione di Conformità è disponibile, su richiesta, tramite il servizio clienti della Oregon Scientific.



Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée (Modèle: PE320)

MANUEL D'UTILISATION

FR

PRESENTATION

Merci d'avoir choisi le Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée de Oregon Scientific™ (PE320). Ce produit unique est idéal pour aider à pratiquer un exercice régulier. Le podomètre compte le nombre de pas parcourus d'un lieu à l'autre. En entrant la longueur des pas, la distance totale peut être calculée.

Vous trouverez dans cette boîte:

- Podomètre Numérique avec Horloge Intégrée
- 1 pile LR43, 1,5 V

Veillez garder ce manuel à proximité lorsque vous utilisez votre nouvel appareil. Il contient des instructions pratiques progressives de même que des caractéristiques et des avertissements que vous devriez connaître.

NOTE: Le produit est un instrument de précision. Ne tentez jamais de l'ouvrir. Contacter le propre revendeur ou le nôtre service clients si le produit nécessite de réparations.

Ne touchez pas le circuit électrique exposé, car cela peut provoquer des décharges électriques.

Contrôlez toutes les fonctions les plus importantes si le produit n'a pas été utilisé pendant un long moment. Contrôlez et nettoyez régulièrement l'appareil. Faites réviser une fois par an votre montre par un service d'entretien autorisé.

Quand vous désirez vous débarrasser de ce produit, jetez le selon les lois relatives aux déchets de votre pays de résidence.

En raison des limitations d'impressions, les images de ce produit peuvent être différentes de l'affichage actuel.

Le contenu du présent manuel ne peut être reproduit sans la permission du fabricant.

REMARQUE: Les caractéristiques techniques de ce produit et le contenu de ce manuel peuvent être soumis à modifications sans préavis.

REMARQUE: Caractéristiques et accessoires ne seront pas valables pour tous les pays. Pour plus d'information, contactez le détaillant le plus proche.

REMARQUE: Caractéristiques et accessoires ne seront pas valables pour tous les pays. Pour plus d'information, contactez le détaillant le plus proche.

REMARQUE: L'allongement individuel varie. Entrez une longueur appropriée pour un pas moyen. Pour déterminer l'allongement moyen, marchez 10 pas et divisez la distance parcourue par 10.

REMARQUE: Protéger l'environnement en jetant vos piles usagées dans les collecteurs appropriés.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

REMARQUE: L'appareil ne fonctionnera pas tant que le ruban n'est pas enlevé.

COMMENT AJUSTER LES REGLAGES

DISTANCE

La distance parcourue est montrée à la ligne inférieure de l'affichage LCD. Pour une plus grande précision, il est recommandé qu'une allonge personnelle soit réglée.

- Appuyer sur **DIST** jusqu'à ce que l'allonge apparaisse à la ligne supérieure de l'affichage LCD.
- Insérer une pointe arrondie dans les boutons **HR / +** ou **MIN / -** pour augmenter ou diminuer l'allonge.

PODÓMETRO DIGITAL con RELOJ DIGITAL

(Modelo: PE320)

MANUAL DE USUARIO

ES

INTRODUCCIÓN

Gracias por elegir el Podómetro digital con reloj digital de Oregon Scientific™ (PE320). Este producto único es ideal para hacer un seguimiento de su rutina de ejercicios. El podómetro cuenta el número de pasos dados entre dos puntos. Al introducir la longitud del paso, se puede calcular la distancia total recorrida.

Esta caja contiene:

- Podómetro digital con reloj digital
- 1 pila de tamaño LR43 1.5 V

Tenga este manual a mano cuando use el nuevo producto. Contiene prácticas instrucciones explicadas paso a paso, así como especificaciones técnicas y advertencias que debe conocer.

CARACTERÍSTICAS MÁS IMPORTANTES

VISTA FRONTAL



- Interruptor de sensibilidad al movimiento – Incrementa o reduce la sensibilidad de la unidad
- Botón de **REINICIO** – Los valores de los distintos modos vuelven a cero
- Botón **DIST** – Muestra la distancia total y la longitud de zancada
- Botón **HR / +** – Cambia los dígitos de la hora del reloj; incrementa la distancia de zancada
- Botón **MIN / -** – Cambia los dígitos de los minutos del reloj; baja el peso personal y la longitud de zancada

VISTA POSTERIOR



- Compartimento para pilas - Requiere 1 x LR43 de 1.5V
- Clip para el cinturón – Use el clip para llevar la unidad en la cintura o en el cinturón

SIMBOLOS DE PANTALLA LCD



- Reloj / Longitud de zancada
- Distancia recorrida

PARA EMPEZAR

CINTA AISLANTE

Antes de poner en marcha el dispositivo, retire la cinta aislante que hay debajo de la tapa del compartimento para la pila LR43 de 1.5V.

NOTA

La unidad no funcionará hasta que se retire la cinta.

PILAS

Este producto requiere 1 pila LR43 de 1.5V. Si necesita cambiar las pilas,

- Apriete y tire con suavidad de la tapa del compartimento para pilas.
- Introduzca 1 pila LR43 de 1.5V o equivalente.
- Vuelva a colocar la tapa del compartimento para pilas.



Si la unidad muestra más zancadas de las que ha tomado, deslice el interruptor hacia ☹.

Si la unidad muestra menos zancadas de las que ha tomado, deslicelo hacia ☺.

Las situaciones siguientes pueden provocar que se recojan datos erróneos.

- Ritmo de paso desigual, como caminar en zonas llenas de gente o suelo irregular.
- Movimientos frecuentes arriba y abajo, como levantarse y sentarse, correr, saltar, o subir y bajar escaleras o pendientes pronunciadas.

RELOJ

Introduce un objeto acabado en punta en los botones **HR / +** o **MIN / -** para modificar la hora y los minutos del reloj, respectivamente. De manera predefinida el reloj está configurado a las 00:00 h.

NOTA La unidad volverá a mostrar el reloj automáticamente si no se pulsa ningún botón en 5 segundos.

CÓMO AJUSTAR

LA DISTANCIA

La distancia recorrida se muestra en la línea inferior de la pantalla LCD. Para lograr una mayor precisión, se recomienda introducir una longitud de zancada personal.

- Pulse **DIST** hasta que la línea superior de la pantalla LCD muestre la longitud de zancada.



- Introduce un objeto puntiagudo en el botón **HR / +** para aumentar o **MIN / -** para reducir la longitud de zancada (de 30 a 150 cm o de 11 a 60 pulgadas). De manera predefinida la distancia de zancada está configurada en 50 cm (20 pulgadas).

Si se hacen cambios a la función de longitud de zancada, la línea superior de la pantalla volverá automáticamente a mostrar el reloj después de 5 segundos.

CÓMO LLEVAR EL PODÓMETRO



Coloque el podómetro en el cinturón o en la cintura de su ropa de deporte y manténgalo en posición horizontal para obtener mejores resultados.

CÓMO USAR EL PODÓMETRO

CÁLCULO DE ZANCADAS

El podómetro cuenta el número de zancadas que realiza.

- Pulse **DIST** una vez para ver el número de pasos. Para que la pantalla del podómetro vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **STEP** (paso).

Botón **HR / +** – Cambia los dígitos de la hora del reloj; incrementa la distancia de zancada

Botón **MIN / -** – Cambia los dígitos de los minutos del reloj; baja el peso personal y la longitud de zancada

NOTA

La posición incorrecta puede provocar que recoja datos erróneos.

MEDICIÓN DE LA DISTANCIA

La correcta medición de la distancia depende de si se ha fijado correctamente la longitud media de los pasos y la sensibilidad al movimiento.

- Pulse **DIST** hasta que la pantalla LCD muestre la distancia recorrida.
- Para que el recuento de distancia vuelva a cero, pulse **REINICIO** en el modo **DISTANCE** (distancia).

Distancia total = número de zancadas x longitud media de zancada

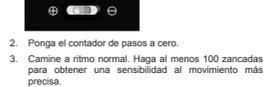
NOTA

La longitud de cada zancada es distinta. Introduzca un valor medio. Para determinar la longitud media de su zancada, realice 10 zancadas y divida la distancia por 10.

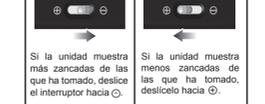
AJUSTE DE LA SENSIBILIDAD AL MOVIMIENTO

Siga estas importantes instrucciones para ajustar el interruptor de sensibilidad al movimiento del podómetro -+ y garantizar lecturas precisas.

- Ponga el interruptor en el modo.



- Ponga el contador de pasos a cero.
- Camine a ritmo normal. Haga al menos 10 zancadas para obtener una sensibilidad al movimiento más precisa.



Si la unidad muestra más zancadas de las que ha tomado, deslice el interruptor hacia ☹.

Si la unidad muestra menos zancadas de las que ha tomado, deslicelo hacia ☺.

Las situaciones siguientes pueden provocar que se recojan datos erróneos.

- Ritmo de paso desigual, como caminar en zonas llenas de gente o suelo irregular.
- Movimientos frecuentes arriba y abajo, como levantarse y sentarse, correr, saltar, o subir y bajar escaleras o pendientes pronunciadas.

PRECAUCIONES

Pasa asegurarse de que usa su producto correctamente y sin correr riesgos, lea estos avisos y el manual de usuario antes de utilizar el producto.

- Limpie el producto con un paño suave ligeramente húmedo. No use detergentes abrasivos ni corrosivos, porque podrían causar daños a la unidad.

No sumerja nunca los productos en agua caliente ni los guarde mojados.

- No exponga el producto a fuerza extrema, descargas, polvo, fluctuaciones de temperatura o humedad. En ningún caso exponga el producto a la luz directa del sol durante períodos largos de tiempo. De hacerlo podría provocar que el producto se estropeara.
- No manipule los componentes internos. De hacerlo anulará la garantía de la unidad y podría causar daños. La unidad principal contiene componentes que el usuario no debe manipular.
- No raye la pantalla LCD con objetos duros, porque podría causar daños.
- Tenga cuidado cuando manipule las pilas de cualquier tipo.
- Retire las pilas si va a guardar el producto por un largo período de tiempo.
- Al reemplazar las pilas, introduzca pilas nuevas siguiendo las especificaciones de este manual de usuario.
- Este producto es un instrumento de precisión. Nunca intente desmontarlo. Si necesita reparación, póngase en contacto con el proveedor o nuestro departamento de atención al cliente.
- No toque los circuitos del dispositivo, ya que existe un peligro de descarga eléctrica.
- Compruebe todas las funciones principales si el dispositivo no se usa durante un largo período de tiempo. Compruebe y limpie regularmente la parte interior de su dispositivo. Asegúrese de que su reloj sea revisado cada año por un centro de servicio autorizado.
- Cuando elimine este producto, asegúrese de que no vaya a parar a la basura general, sino separadamente para recibir un tratamiento especial.
- Debido a limitaciones de impresión, las pantallas que se muestran en este manual pueden diferir de las pantallas reales.
- Los contenidos de este manual no pueden reproducirse sin permiso del fabricante.

NOTA La ficha técnica de este producto y los contenidos de este manual de usuario pueden cambiarse sin previo aviso.

NOTA No todas las funciones y accesorios estarán disponibles en todos los países. Sirvase ponerse en contacto con su distribuidor local si desea más información.

FICHA TÉCNICA

Contador de pasos	0 a 99.999 pasos
Distancia recorrida	0 a 999.99 KM (0 a 999.99 millas)
Longitud de zancada	30 a 150 cm (11 a 60 pulgadas)
Reloj	24 horas
Dimensiones	2,6 x 1,6 x 0,6 pulgadas (A x B x H) 6,5 x 4,0 x 1,4 pulgadas (A x B x P)
Peso	24 gramos (0,85 onzas)
Temperatura de operación	-5 °C a 40 °C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de almacenamiento	-20 °C a 60 °C (-4 a 140 °F)
Pilas	1 x LR43 1,5 V
Vida útil de las pilas	1 año

CÓMO USAR EL PODÓMETRO

Visite nuestra página web (www.oregonscientific.com) para saber más sobre los productos de Oregon Scientific.

Si está en EE.UU. y quiere contactar directamente con nuestro Departamento de Atención al Cliente, por favor visite www2.oregonscientific.com/service/support.asp

Si está en España y quiere contactar directamente con nuestro Departamento de Atención al Cliente, por favor visite www.oregonscientific.es o llame al 902 338 368. Para consultas internacionales, por favor visite www2.oregonscientific.com/about/international.asp.

SOBRE OREGON SCIENTIFIC

Este producto cumple con la Directiva 2004/108/EC del EMC. Tiene a su disposición una copia firmada y sellada de la Declaración de Conformidad, solicítala al Departamento de Atención al Cliente de Oregon Scientific.

EU - DECLARACIÓN DE CONFORMIDAD

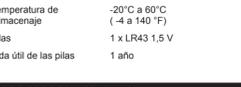
Por medio de la presente, Oregon Scientific declara que el Podómetro Digital con Reloj Digital (Modelo: PE320) cumple con la Directiva 2004/108/EC del EMC. Tiene a su disposición una copia firmada y sellada de la Declaración de Conformidad, solicítala al Departamento de Atención al Cliente de Oregon Scientific.

Antes de usar el aparato, retire a faja de aislante embudo de la tapa del compartimento de la batería LR43 de 1.5V.

OBSERVACIÓN La unidad no funcionará até que a faja seja retirada.

PILHAS O produto utiliza uma pilha LR43 de 1.5V. Se precisar trocar a pilha,

- Com cuidado, aperte e retire a tampa do compartimento da pilha.
- Insira 1 bateria LR43 de 1,5V, ou equivalente.
- Coloque a tampa do compartimento novamente.



Se a unidade mostra mais passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado direito ☹.

Se a unidade mostra menos passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado esquerdo ☺.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

PEDÓMETRO DIGITAL con RELÓJO

(Modelo: PE320)

MANUAL DO USUÁRIO

POR

INTRODUÇÃO

Obrigado por escolher o Pedómetro Digital da Oregon Scientific™ com Relógio (PE320). Este produto é ideal para a assistência em rotas de exercícios. O pedómetro conta o número de passos dados de um local a outro. A distância total percorrida pode ser calculada inserindo o comprimento de cada passo.

Na caixa você encontrará:

- Pedómetro Digital
- 1 x bateria 1.5V tamanho LR43

Mantenha este manual acessível enquanto usa seu novo produto. Ele contém instruções práticas e detalhadas, assim como especificações técnicas e avisos dos quais você deveria estar ciente.

RECURSOS

CHAVE – FRENTE



- Dispositivo de Sensibilidade ao Movimento – Aumenta ou diminui a sensibilidade da unidade
- Botão **RESET** – Os valores de modo do visor voltam todos para zero
- Botão **DIST** – Modo de exibição da distância total e comprimento do passo
- Botão **HR / +** – Altera os dígitos de hora do relógio; altera o comprimento do passo para cima
- Botão **MIN / -** – Altera os dígitos de minutos do relógio; altera o comprimento do passo para baixo

VISTA TRASEIRA



- Compartimento da bateria – Necessita de 1 bateria LR43 de 1.5V
- Presilha para o cinto – Utilize para acoplar a unidade com segurança ao cinto ou cintura

SIMBOLOS DO DISPLAY DE LCD



- Relógio / Comprimento do passo
- Distância percorrida

PRIMEIROS PASSOS

FITA ISOLANTE

Antes de usar o aparelho, retire a fita de isolante embudo da tampa do compartimento da bateria LR43 de 1.5V.

OBSERVAÇÃO A unidade não funcionará até que a fita seja retirada.

PILHAS

O produto utiliza uma pilha LR43 de 1.5V. Se precisar trocar a pilha,

- Com cuidado, aperte e retire a tampa do compartimento da pilha.
- Insira 1 bateria LR43 de 1,5V, ou equivalente.
- Coloque a tampa do compartimento novamente.



Se a unidade exibir mais passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado direito ☹.

Se a unidade exibir menos passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado esquerdo ☺.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

PROGRAMANDO

DISTANCIA

A distância percorrida é exibida na linha inferior do display de LCD. Para maior precisão, é recomendável o ajuste de um comprimento de passo personalizado.

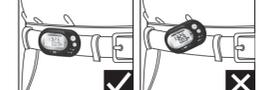
- Pressione o botão **DIST** até que o comprimento do passo seja visualizado na linha superior do display de LCD.



- Com uma ponta sem corte, pressione **HR / +** para aumentar ou **MIN / -** para diminuir o comprimento do passo (30 a 150 cm ou 11 a 60 polegadas). O comprimento do passo é programado inicialmente em 50cm (20 polegadas).

Se após 5 segundos a função **Passo** não for alterada, a linha superior do display retornará automaticamente para o display de relógio.

VESTINDO O PEDÓMETRO



Prenda a unidade com firmeza no nível da cintura no cinto, calças compridas ou traje esportivo e mantenha uma posição horizontal para resultados mais precisos.

USANDO O PEDÓMETRO

PARA CONTAR OS PASSOS

O pedómetro conta o número de passos dados.

- Pressione o botão **DIST** uma única vez para visualizar o número de passos.
- Para retornar o display do pedómetro para o valor zero, pressione o botão **RESET** no modo **STEP**.

Botão **HR / +** – Altera os dígitos de hora do relógio; altera o comprimento do passo para cima

Botão **MIN / -** – Altera os dígitos de minutos do relógio; altera o comprimento do passo para baixo

NOTA

Recursos e acessórios não estão disponíveis para todos os países. Para obter mais informações, entre em contato com o seu distribuidor local.

ESPECIFICAÇÕES

Contador de passos	0 a 99.999 passos
Distância percorrida	0 a 999.99 km (0 a 999.99 milhas)
Distância do passo	30 a 150 cm (11 a 60 polegadas)
Relógio	24 hs
Dimensões (C x L x A)	6,5 x 4,0 x 1,4 cm (2,6 x 1,6 x 0,6 polegadas)
Peso	24 gramas (0,85 onças)
Temperatura Operacional	-5,0 a 40,0 °C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de Armazenamento	-20 a 60 °C (-4 a 140 °F)
Baterias	1 x LR43 1,5V
Vida útil da Bateria	1 ano

NOTA

Os recursos e acessórios não estão disponíveis para todos os países. Para obter mais informações, entre em contato com o seu distribuidor local.

Este produto cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.

Este produto cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.

CE – DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

Por meio desta declaração, Oregon Scientific declara que o Pedómetro Digital com Relógio (Modelo: PE320) cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.

Antes de usar o aparelho, retire a fita de isolante embudo da tampa do compartimento da bateria LR43 de 1.5V.

OBSERVAÇÃO A unidade não funcionará até que a fita seja retirada.

PILHAS O produto utiliza uma pilha LR43 de 1.5V. Se precisar trocar a pilha,

- Com cuidado, aperte e retire a tampa do compartimento da pilha.
- Insira 1 bateria LR43 de 1,5V, ou equivalente.
- Coloque a tampa do compartimento novamente.



Se a unidade exibir mais passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado direito ☹.

Se a unidade exibir menos passos do que o número real de passos dados, ajuste o dispositivo para o lado esquerdo ☺.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

As seguintes condições podem causar a leitura incorreta dos passos dados:

- Ritmo de caminhada irregular, como quando se caminhar em áreas repletas de pessoas ou com piso irregular.
- Movimentos para cima e para baixo frequentes, como levantar e/ou sentar, correr, pular, ou ainda subir ou descer escadas ou rampas.

PRECAUCIONES

Para garantir o uso correto e seguro de seu aparelho, leia estes avisos e todo o manual antes de usar o produto:

- Utilize um pano macio e úmido para limpar o aparelho. Não utilize produtos de limpeza abrasivos nem corrosivos, pois podem causar danos. Nunca use os produtos em água quente nem quando os produtos estiverem molhados.
- Não submeta o produto a força em excesso, choque, poeira, mudanças de temperatura, nem umidade. Nunca exponha o produto a luz solar direta durante longos períodos. Esse tipo de tratamento pode causar danos permanentes.
- Não viole os componentes internos. A não observação desta regra anulará a garantia do produto, podendo causar danos. A unidade principal não possui peças que possam ser reparadas pelo usuário.
- Não arranhe objetos duros contra a tela LCD, pois pode causar danos.
- Retire as pilhas do aparelho caso tenha a intenção de guardá-lo por um longo tempo.
- Como as pilhas esgotadas devem ser substituídas por novas, conforme especificado neste manual.
- Este produto é um instrumento de precisão. Nunca tente desmontá-lo. Contate o revendedor ou nosso departamento de assistência ao cliente caso seja necessário repará-lo.
- Não toque no circuito eletrônico exposto, pois há risco de choque elétrico.
- Verifique as principais funções caso o aparelho não tenha sido usado por um longo tempo. Teste e limpe o produto regularmente. Faça a manutenção anual de seu relógio com um centro de serviço autorizado.
- Os materiais utilizados nos produtos Oregon podem ser reutilizados e reciclados após o fim de sua vida útil. Encaminhe os produtos a serem descartados aos locais de coleta apropriados, atentando para as legislações locais.
- Devido ao limites de impressão, as imagens exibidas neste manual podem diferir do produto.
- O conteúdo deste manual não pode ser reproduzido sem a autorização do fabricante.

NOTA As especificações técnicas deste produto e o conteúdo do manual do usuário estão sujeitos a alteração sem aviso prévio.

NOTA Recursos e acessórios não estão disponíveis para todos os países. Para obter mais informações, entre em contato com o seu distribuidor local.

ESPECIFICAÇÕES

Contador de passos	0 a 99.999 passos
Distância percorrida	0 a 999.99 km (0 a 999.99 milhas)
Distância do passo	30 a 150 cm (11 a 60 polegadas)
Relógio	24 hs
Dimensões (C x L x A)	6,5 x 4,0 x 1,4 cm (2,6 x 1,6 x 0,6 polegadas)
Peso	24 gramas (0,85 onças)
Temperatura Operacional	-5,0 a 40,0 °C (23 a 104,0 °F)
Temperatura de Armazenamento	-20 a 60 °C (-4 a 140 °F)
Baterias	1 x LR43 1,5V
Vida útil da Bateria	1 ano

NOTA

Os recursos e acessórios não estão disponíveis para todos os países. Para obter mais informações, entre em contato com o seu distribuidor local.

Este produto cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.

Este produto cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.

CE – DECLARAÇÃO DE CONFORMIDADE

Por meio desta declaração, Oregon Scientific declara que o Pedómetro Digital com Relógio (Modelo: PE320) cumpre com a Diretiva 2004/108/EC da EMC. Possui uma cópia assinada e datada da Declaração de Conformidade disponível para requisições através do nosso SAC.