



User Guide ex´ Pedometers

Package contents

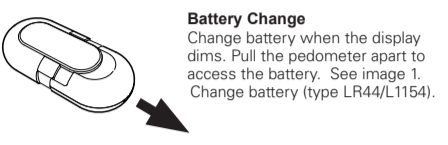
Pedomer
Neck lanyard
Belt clip
User guide

General about Pedometers

To register every step the pedomer uses a built-in pendulum. This pendulum is moving and will during movement give a clicking sound. This is completely normal and is required to make the product work properly.

Wearing the Pedometer

The pedomer can be worn either around the neck, with the included neck lanyard, or on the hip with the included belt clip. To be able to count steps accurately when worn around the neck, it is important that the pedometer does not swing. The ideal place is to attach the belt clip is on waistband of the trousers or on a belt close to the hip. For best functionality it shall be placed vertically i.e. not tilting.



Filter Function

The Pedometer has a function, which prevents accidental registration of steps when standing still or at short accidental movements that is not part of the walk/jog. For correct step counting 6, steps in a row must be taken without a stop.

Misc

The Pedometer is not shock- or waterproof – therefore, treat it carefully.

Instruction for Pedometer ex´ step Art.no. 56042

This model is developed to count the number of steps taken.

Reset the Pedomer

Press and hold both RESET buttons simultaneously for one second and the counter is reset.

Instruction for Pedometer ex´ distance Art.nr. 56043
This model is developed to count the number of steps taken and to show distance. To be able to show distance the stride length has to be entered.

Main Functions

Press MODE button to browse through the following functions

- Step counting, STEP shown in the display
- Distance measurement, KM or MIL shown in the display

Reset the pedomer

Press and hold MODE and SET buttons simultaneously for one second and the counter is reset.

Personal setting

Change of Distance Unit

The Pedomer ex´ distance default setting is km (and cm for stride length). This can be changed to miles/ft:
Press and hold MODE and SET buttons simultaneously for 5 seconds. The display will now show MIL instead of KM. Repeat to change back.

Set the Stride Length

The easiest way to find the stride length is to walk for example 10 steps and then measure that distance. Divide the distance by 10 to find the stride length.

Press MODE so the text KM or MIL appears in the display. Press SET and the current stride length starts flashing. Press SET repeatedly to increase the stride length to the wished value (increases by 1 cm per press, or 0.1 ft if MIL is selected). After a few seconds the Pedomer will return to the distance function and the new stride length is set.

Instruction for Pedometer ex´ plus Art.nr. 56044

This model is developed to count the number of steps taken, show distance, calculate consumed calories and show the effective time. To be able to show distance and calculate calories the stride length and body weight has to be entered.

Main Functions

Press MODE button to browse through the following functions:

- Step counting, STEP shown in the display
- Distance measurement, KM or MIL shown in the display
- Calories measurement, CAL shown in the display
- Activity timer, TMR shown in the display. The timer starts counting when movement is registered.

Reset the Pedomer

Press and hold MODE and SET buttons simultaneously for one second and the counter is reset.

Personal setting

Change of Distance-, and Weight Unit

The Pedomer ex´ plus default setting is km and kg (cm for stride length). This can be changed to miles/ft and lb:
Press and hold MODE and SET buttons simultaneously for 5 seconds. The display will now show MIL instead of KM and lb instead of kg in the body weight setting. Repeat to change back.

Set the Stride Length

The easiest way to find the stride length is to walk for example 10 steps and then measure that distance. Divide the distance by 10 to find the stride length. Press MODE so the text KM appears in the display. Press SET and the current stride length starts flashing. Press SET repeatedly to increase the stride length to the wished value (increases by 1 cm per press, or 0.1 ft if MIL is selected). After a few seconds the Pedomer will return to the distance function and the new stride length is set.

Set the Body Weight

Press MODE repeatedly until CAL is shown in the display. Press SET and the current body weight starts flashing. Press SET repeatedly to increase the body weight to the wished value (increases by 5 kg per press, or 10 lb if MIL is selected). After a few seconds the Pedomer will return to the calorie function and the new body weight is set.

Specifications

Temperature range Operation: -10°C to +50°C
lagring -20 °C till +60 °C
Storage -20°C to +60°C
Battery type LR44/L1154
Battery lifetime ~12 months

WARRANTY

Silva warrants that, for a period of two (2) years, your Silva product will be substantially free of defects in materials and workmanship under normal use. Silva’s liability under this warranty is limited to repairing or replacing the product. This limited warranty extends only to the original purchaser. If the product proves defective during the warranty period please contact the original place of purchase. Make sure to have your proof of purchase on hand when returning the product. Returns cannot be processed without the original proof of purchase. This warranty does not apply if the product has been altered, not been installed, operated, repaired, or maintained in accordance with instructions supplied by Silva, or has been subjected to abnormal physical or electrical stress, misuse, negligence or accident. Neither does the warranty cover normal wear and tear. Silva is not responsible for any consequences, direct or indirect, or damage resultant from use of this product. In no event will Silva’s liability exceed the amount paid by you for the product. Some jurisdictions do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, so the above limitation or exclusion may not apply to you. This Warranty is valid and may be processed only in the country of purchase.

For more information please visit www.silva.se



Bruksanvisning ex´ stegräknare

Förpackningen innehåller

Stegräknare
Halsnodd
Bältesklämma
Bruksanvisning

Allmänt om stegräknare

För att registrera varje steg använder stegräknaren en inbyggd pendel. Pendeln är rörlig och kommer vid rörelse att avge ett klickande ljud. Detta är normalt och är en förutsättning för att stegräknaren skall fungera.

Bära stegräknaren

Stegräknaren kan antingen bäras runt halsen med den medföljande halsnodden eller på höften med den medföljande bältesklämman. För att stegräknaren noggrant ska kunna räkna steg när den bärs runt halsen är det viktigt att den inte vingar. Den idealka placeringen för bältesklämman är vid byxlinningen eller på en rem nära höften. För bästa funktion skall stegräknaren fästas lodrätt, d.v.s. inte luta.

Batteribyte

Byt batteri när tecknen på displayen blir svaga. Dra isär stegräknaren för att komma åt batteriet. Se bild 1.
Byt batteriet (typ LR44/L1154).

Filterfunktion

Stegräknaren har en funktion som hindrar önskad registrering av steg när du står stilla eller gör korta rörelser som inte ingår i promenaden/löpningen. För att stegräkning skall ske måste 6 steg i rad tas utan uppehåll.

Övrigt

Stegräknaren är inte stötsäker eller vattentät: Behandla den försiktigt.

Anvisningar för stegräknaren ex´ step Art.nr. 56042

Den här modellen är avsedd att räkna antal steg som tas.

Återställa stegräknaren

Håll båda RESET-knapparna intrycka samtidigt i en sekund för att återställa räkaren.

Anvisningar för stegräknaren ex´ distance Art.nr. 56043
Den här modellen är avsedd att räkna antal steg som tas och visa sträckan. Därför måste steglängden anges.

Huvudfunktioner

Tryck på MODE-knappen för att bläddra igenom följande funktioner:

- Stegräkning, STEP visas på displayen
- Avståndsmätning, KM eller MIL visas på displayen

Återställa stegräknaren

Håll MODE- och SET-knapparna intrycka samtidigt i en sekund för att återställa räkaren.

Personliga inställningar

Ändring av avståndsenhet

Standardinställningen för avstånd i stegräknaren ex´ är km (och cm för steglängd). Det kan ändras till miles/foot:
Håll MODE- och SET-knapparna intryckta samtidigt i fem sekunder. Nu visas MIL i stället för KM på displayen. Upprepa om du vill byta tillbaka.

Ställa in steglängden

Det enklaste sättet att ta reda på steglängden är att gå till exempel tio steg och sedan mäta avståndet. Dela avståndet med tio så får du steglängden.
Tryck på MODE tills texten KM eller MIL visas på displayen. Tryck på SET. Den aktuella steglängden börjar blinka. Tryck på SET upprepad gånger för att öka steglängden till önskat värde (ökar en cm per tryckning, eller 0,1 fot om MIL har valts). Efter några sekunder återgår stegräknaren till avståndsfunktionen och den nya steglängden är inställd.

Anvisningar för stegräknaren ex´ plus Art.nr. 56044

Den här modellen är avsedd att räkna antal steg som tas och visa sträckan, beräkna förbrukade kalorier och visa den faktiska tiden. För att kunna visa avståndet och beräkna kalorier måste steglängden och kropps vikten anges.

Huvudfunktioner

Tryck på MODE-knappen för att bläddra igenom följande funktioner:

- Stegräkning, STEP visas på displayen
- Avståndsmätning, KM eller MIL visas på displayen
- Kalorimätning, CAL visas på displayen
- Aktivitetstimer, TMR visas på displayen Timern börjar räkna när rörelser registreras.

Återställa stegräknaren

Håll MODE- och SET-knapparna intrycka samtidigt i en sekund för att återställa räkaren.

Personliga inställningar

Byta avstånds- och viktenhet

Standardinställningarna för stegräknaren ex´ plus är km och kg (cm för steglängd). Du kan ändra till miles/foot och pund (lb):
Håll MODE- och SET-knapparna intryckta samtidigt i fem sekunder. Nu visas MIL i stället för KM på displayen och lb i stället för kg vid inställning av kropps vikt. Upprepa om du vill byta tillbaka.

Ställa in steglängden

Det enklaste sättet att ta reda på steglängden är att gå till exempel tio steg och sedan mäta avståndet. Dela avståndet med tio så får du steglängden.
Tryck på MODE tills texten KM visas på displayen. Tryck på SET. Den aktuella steglängden börjar blinka. Tryck på SET upprepad gånger för att öka steglängden till önskat värde (ökar en cm per tryckning, eller 0,1 fot om MIL har valts). Efter några sekunder återgår stegräknaren till avståndsfunktionen och den nya steglängden är inställd.

Ställa in kropps vikten

Tryck upprepad gånger på MODE tills CAL visas på displayen. Tryck på SET. Den aktuella kropps vikten börjar blinka. Tryck på SET upprepad gånger för att öka kropps vikten till önskat värde (ökar 5 kg per tryckning, eller 10 pund om MIL har valts). Efter några sekunder återgår stegräknaren till kalorifunktionen och den nya kropps vikten är inställd.

Specifikationer

Temperaturområde, användning: -10 °C till +50 °C
lagring -20 °C till +60 °C
Batterityp LR44/L1154
Batteriets livslängd ca. 12 månader

GARANTI

Silva garanterar att produkten under två (2) år i allt väsentligt ska vara fri från material- och tillverkningsfel vid normal användning. Silvas ansvar inom denna garanti är begränsat till att reparera eller byta ut produkten. Denna begränsade garanti gäller endast den ursprungliga köparen. Om produkten visar sig vara felaktig under garantiperioden, kontakta det ursprungliga inköpsstället. Se till att ha ett inköpsbevis om produkten ska returneras. Returer kan inte behandlas utan ett inköpsbevis i original. Garantin gäller inte om produkten har modifierats, om den inte har installerats, använts, reparerats eller underhållits enligt anvisningar från Silva, eller om den utsatts för onormala fysiska eller elektriska påkänningar, felaktig användning, försurmlighet eller olycka. Garantin gäller inte heller för normalt slitage. Silva tar inget ansvar för eventuella följdskador, direkta eller indirekta, eller skador som uppstår på grund av produkten användning. Under inga omständigheter ska Silvas ansvar överstiga det belopp du betalar för produkten Viss lagstiftning tillåter inte uteslutanden eller begränsningar av orsaksg- och konsekvensskador, varför ovanstående begränsningar kanske inte gäller dig. Garantin gäller och kan endast behandlas i inköpslandet.

Mer information finns på www.silva.se



Manuel d’instructions Podomètres ex´

Contenu de l’emballage

Podomètre
Sangle tour-de-cou
Une attache pour ceinture
Manuel d’instructions

Généralités concernant les podomètres

Pour enregistrer chaque pas, le podomètre utilise un pendule intégré. Ce pendule bouge et émet un clic à chaque mouvement. Ceci est tout à fait normal et même nécessaire pour un fonctionnement correct du produit.

Port du podomètre

Le podomètre peut être porté soit autour du cou avec la sangle ou à la taille avec l’attache pour ceinture toutes deux fournies. Pour pouvoir compter les pas avec précision lorsque vous le portez autour du cou, il est important de ne pas laisser le podomètre se balancer. L’endroit idéal pour fixer l’attache sur la ceinture est sur le bord supérieure du pantalon ou sur la ceinture elle-même. Pour un fonctionnement optimal, il doit être fixé verticalement, pas en biais.



Fonction de filtre

Le podomètre dispose d’une fonction qui empêche l’enregistrement non désiré des pas lorsque vous vous êtes arrêté ou lorsque vous effectuez de courts mouvements qui ne font pas partie de la promenade/course. Pour permettre un comptage correct, 6 pas à la suite doivent être effectué sans interruption.

Divers

N’étant ni étanche ni résistant aux chocs, le podomètre devra donc être manipulé avec soin.

Instructions pour le Podomètre ex´ Step N° de réf. 56042
Ce modèle a été développé pour compter le nombre de pas effectués.

Pour initialiser le podomètre

Appuyez simultanément sur les boutons RESET et maintenez-les enfoncés pendant une seconde.

Instructions pour le Podomètre ex´ Distance N° de réf. 56043

Ce modèle a été développé pour compter le nombre de pas effectué et indiquer la distance. Pour permettre l’affichage de la distance, la longueur de foulée doit être saisie.

Fonctions principales

Appuyez sur le bouton MODE pour naviguer parmi les fonctions suivantes :

- Compte-pas, STEP apparaît sur l’écran.
- Mesure de la distance, KM ou MIL apparaît sur l’écran.

Pour initialiser le podomètre

Appuyez simultanément sur les boutons MODE et SET et maintenez-les enfoncés pendant une seconde.

Réglages personnels

Pour modifier l’unité de distance

Le réglage par défaut du Podomètre ex´ Distance est le km (et le cm pour la longueur de foulée). Il est possible de modifier l’unité pour miles/ft :

Appuyez simultanément sur les boutons MODE et SET et maintenez-les enfoncés pendant 5 secondes. L’écran indiquera maintenant MIL au lieu de KM. Répétez la manipulation pour revenir au réglage précédent.

Pour régler la longueur de foulée

La façon la plus aisée pour trouver la longueur de votre foulée est de faire par exemple 10 pas puis de mesurer la distance parcourue. Divisez la valeur par 10 pour connaître la longueur de votre foulée. Appuyez sur MODE pour faire apparaître KM ou MIL sur l’écran. Appuyez sur SET pour faire clignoter la longueur de foulée actuelle. Appuyez plusieurs fois sur SET pour augmenter la longueur de foulée jusqu’à la valeur souhaitée (une pression augmente de 1 cm ou de 0,1 pouce si MIL a été sélectionné). Après quelques secondes, le podomètre revient automatiquement au mode distance et la nouvelle longueur de foulée est mémorisée.

Instructions pour le Podomètre ex´ Plus N° de réf. 56044

Ce modèle a été développé pour compter le nombre de pas effectués, indiquer la distance, calculer les calories dépensées et indiquer le temps effectif. Pour pouvoir indiquer la distance et calculer les calories dépensées, il convient de saisir la longueur de foulée et le poids du corps.

Fonctions principales

Appuyez sur le bouton MODE pour naviguer parmi les fonctions suivantes :

- Compte-pas, STEP apparaît sur l’écran.
- Mesure de la distance, KM ou MIL apparaît sur l’écran.
- Mesure des calories, CAL apparaît sur l’écran.
- Minuterie activté, TMR apparaît sur l’écran. La minuterie démarre lorsqu’un mouvement est détecté.

Pour initialiser le podomètre

Appuyez simultanément sur les boutons MODE et SET et maintenez-les enfoncés pendant une seconde.

Réglages personnels

Modifications des unités de distance et de poids

Le réglage par défaut du Podomètre ex´ Plus est le km et le kg (et le cm pour la longueur de foulée). Il est possible de modifier l’unité pour miles/ft et lb :

Appuyez simultanément sur les boutons MODE et SET et maintenez-les enfoncés pendant 5 secondes. L’écran indiquera maintenant MIL au lieu de KM et lb au lieu de kg dans le réglage du poids du corps. Répétez la manipulation pour revenir au réglage précédent

Pour régler la longueur de foulée

La façon la plus aisée pour trouver la longueur de votre foulée est de faire par exemple 10 pas puis de mesurer la distance parcourue. Divisez la valeur par 10 pour connaître la longueur de votre foulée. Appuyez sur MODE pour faire apparaître KM sur l’écran. Appuyez sur SET pour faire clignoter la longueur de foulée actuelle. Appuyez plusieurs fois sur SET pour augmenter la longueur de foulée jusqu’à la valeur souhaitée (une pression augmente de 1 cm ou de 0,1 pouce si MIL a été sélectionné). Après quelques secondes, le podomètre revient automatiquement au mode distance et la nouvelle longueur de foulée est mémorisée.

Pour régler le poids du corps

Appuyez plusieurs fois sur MODE jusqu’à ce que CAL apparaisse sur l’écran. Appuyez sur SET pour faire clignoter le poids du corps actuel. Appuyez plusieurs fois sur SET pour augmenter le poids du corps jusqu’à la valeur souhaitée (une pression augmente de 5 kg ou de 10 lb si MIL a été sélectionné). Après quelques secondes, le podomètre revient automatiquement à la fonction calorie et le nouveau poids du corps est mémorisé.

Caractéristiques

Températures de fonctionnement : -10 °C à +50 °C
Rangement : -20 °C à +60 °C
Type de pile LR44/L1154
Durée de vie de la pile : ~12 mois

GARANTIE

Silva garantit votre produit contre tout défaute matériel et de fabrication sous réserve d’une utilisation normale et ce, pendant une période de deux (2) ans. La responsabilité de Silva se limite à la réparation ou au remplacement du produit. Seul l’acquéreur original pourra bénéficier de cette garantie limitée. En cas de défauts du produit au cours de la période de garantie, veuillez contacter votre revendeur. Munissez-vous d’un justificatif d’achat pour le retour du produit car aucun retour ne sera accepté sans une pièce originale justifiant l’achat. Cette garantie perdra toute validité si le produit a été modifié ou s’il n’a pas été installé, utilisé, réparé ou entretenu conformément aux instructions fournies par Silva ou si celui-ci a été endommagé du fait d’ une tension physique ou électrique anormale, une utilisation inappropriée, une négligenceou un accident. Cette garantie ne couvre pas non plus l’usure normale ou l’apparition de fissures. Silva ne pourra être tenu responsable en aucun cas de dommages directs ou indirect pouvant résulter de l’utilisation de ce produit. En aucun cas, Silva ne sera tenu de rembourser un montant supérieur à celui de la valeur d’achat du produit. Dans la mesure ou certaines juridictions ne permettent pas l’exclusion ni la limitation des dommages fortuits ou consécutifs, celles évoqués ci-dessus ne pourront pas s’appliquer aux acheteurs relevant desdites juridictions. Cette garantie n’est valable et ne peut être utilisée que dans le pays où le produit a été acheté.

Pour de plus amples informations, veuillez consulter le site internet www.silva.se



Bedienungsanleitung ex´Pedometer

Verpackungsinhalt

Schrittzähler
Halsband
Gürtelclip
Bedienungsanleitung

Allgemeines zu Schrittzählern

Um jeden Schritt zu registrieren, arbeitet der Schrittzähler mit einem eingebauten Pendel. Dieses Pendel bewegt sich und erzeugt bei jeder Bewegung ein Klickgeräusch. Das ist vollkommen normal und eine Voraussetzung für die korrekte Funktion des Produkts.

Tragen des Schrittzählers

Der Schrittzähler kann entweder mit dem enthaltenen Halsband um den Hals oder mit dem enthaltenen Gürtelclip an der Hüfte getragen werden. Damit die Schritte genau gezählt werden können, wenn der Schrittzähler um den Hals getragen wird, ist es wichtig, dass der Schrittzähler nicht schwingt. Die ideale Stelle zum Anbringen des Gürtelclips ist am Hosengbund oder an einem Gürtel in der Nähe der Hüfte. Um eine optimale Funktion zu gewährleisten, muss der Schrittzähler aufrecht positioniert werden, d. h. ohne Neigung.



Filterfunktion

Der Schrittzähler besitzt eine Funktion, die eine versehentliche Erfassung von Schritten vermieden wird, z. B. wenn Sie still stehen oder bei kurzen, versehentlichen Bewegungen, die nicht zum Laufen/Rennen gehören. Für die korrekte Schrittzählung müssen 6 Schritte hintereinander ohne Unterbrechung gemacht werden.

Sonstiges

Der Schrittzähler ist nicht stoß- oder wasserfest – behandeln Sie ihn darum mit Sorgfalt.

Anleitung für Pedomer ex´ Step Art.-Nr. 56042
Dieses Modell wurde für die Berechnung der Schrittzahl entwickelt.

Zurücksetzen des Schrittzählers

Eine Sekunde lang beide RESET-Tasten gleichzeitig gedrückt halten, um den Zähler zurückzusetzen.

Anleitung für Pedomer ex´ Distance Art.-Nr. 56043
Dieses Modell wurde für die Berechnung der Schrittzahl und zur Anzeige der zurückgelegten Entfernung entwickelt. Um die Entfernung anzeigen zu können, muss die Schrittlänge eingegeben werden.

Hauptfunktionen

Drücken Sie die MODE-Taste, um zwischen den folgenden Funktionen umzuschalten:

- Schrittzähler, STEP erscheint im Display.
- Entfernungsmessung, KM oder MIL erscheint im Display.

Zurücksetzen des Schrittzählers

Eine Sekunde lang die MODE- und die SET-Taste gleichzeitig gedrückt halten, um den Zähler zurückzusetzen.

Persönliche Einstellung

Ändern der Entfernungseinheit

Die Standardeinstellung des Pedomer ex´ Distance ist km (und cm für die Schrittlänge). Dies kann auf Meilen/Fuß umgestellt werden. Fünf Sekunden lang die MODE- und die SET-Taste gleichzeitig gedrückt halten. Das Display zeigt nun MIL statt KM an. Zum Zurückstellen wiederholen.

Schrittlänge einstellen

Die Schrittlänge ermitteln Sie am einfachsten dadurch, dass Sie z. B. 10 Schritte gehen und dann die zurückgelegte Entfernung messen. Dividieren Sie die Entfernung durch 10, um die Schrittlänge zu erhalten. Drücken Sie auf MODE, damit der Text KM oder MIL im Display erscheint. Drücken Sie auf SET. Die aktuelle Schrittlänge beginnt zu blinken. Drücken Sie wiederholt auf SET, um die Schrittlänge auf den gewünschten Wert zu erhöhen (erhöht sich um 1 cm pro 1 Mal drücken bzw. 0,1 Zoll, wenn MIL ausgewählt wurde). Nach einigen Sekunden kehrt der Schrittähler wieder zur Entfernungsfunktion zurück, womit die neue Schrittlänge eingestellt ist.

Anleitung für Pedomer ex´ Plus Art.-Nr. 56044
Dieses Modell wurde für die Berechnung der Schrittzahl, der zurückgelegten Entfernung und der verbrauchten Kalorien und zur Anzeige der effektiven Zeit entwickelt. Um die Entfernung anzeigen und die Kalorien berechnen zu können, müssen die Schrittlänge und das Körpergewicht eingegeben werden.

Hauptfunktionen

Drücken Sie die MODE-Taste, um zwischen den folgenden Funktionen umzuschalten:

- Schrittzähler, STEP erscheint im Display.
- Entfernungsmessung,



Guía de usuario de los podómetros ex'

Contenido de la caja

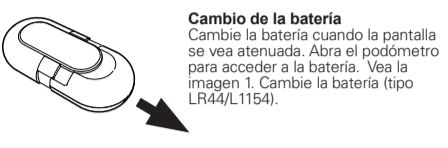
Podómetro
Cordón para el cuello
Pinza para cinturón
Guía de usuario

Información general sobre los podómetros

Para registrar cada paso el podómetro utiliza un péndulo integrado. Este péndulo se mueve y mientras lo hace se oye un sonido seco. Esto es normal y necesario para que el producto funcione correctamente.

Transporte del podómetro

El podómetro se puede llevar en el cuello, con el cordón incluido, o en la cintura con la pinza para cinturón incluida. Para que pueda contar los pasos con precisión cuando se lleva en el cuello, es importante que el podómetro no se balancee. Lo ideal es colocar la pinza para cinturón en la cintura de los pantalones o en un cinturón ajustado a la cintura. Para que funcione mejor, debe colocarse verticalmente, es decir, no debe inclinarse.



Función de filtro

El podómetro tiene una función que impide que se registren pasos accidentalmente cuando se está quieto o cuando se hacen movimientos cortos de forma involuntaria que no forman parte de la carrera o paseo. Para que los pasos se cuenten bien, deben darse 6 pasos seguidos sin parar.

Varios

El podómetro no es resistente al agua ni a los golpes, por lo que debe tratarlo con cuidado.

Instrucciones del podómetro ex' step

art. n.º 56042

Este modelo se ha diseñado para contar el número de pasos dados.

Reinicio del podómetro

Mantenga pulsados los dos botones RESET (Reiniciar) a la vez durante un segundo y el contador de pondrá a cero.

Instrucciones del podómetro ex' distancia

art. n.º 56043

Este modelo se ha diseñado para contar el número de pasos dados y para indicar la distancia. Para poder mostrar la distancia debe introducirse la longitud de zancada.

Funciones principales

Pulse el botón MODE (Modo) para navegar por las siguientes funciones

- Contabilización de pasos, aparece STEP (Paso) en pantalla
- Medición de distancia, aparece KM o MIL en pantalla

Reinicio del podómetro

Mantenga pulsados los dos botones MODE (Modo) y SET (Configurar) a la vez durante un segundo y el contador de pondrá a cero.

Configuración personal

Modificación de la unidad de distancia

De forma predeterminada el podómetro ex' distance muestra la distancia en km y la longitud de zancada en cm) pero puede cambiarse a millas/pies:

Mantenga pulsado el botón MODE (Modo) y SET (Configurar) a la vez durante 5 segundos. La pantalla mostrará ahora MIL en lugar de KM. Repita la operación para volver a cambiar las unidades.

Configure la longitud de zancada

La forma más sencilla de hallar la longitud de zancada consiste en caminar, por ejemplo, 10 pasos y entonces medir esa distancia. Divida la distancia por 10 para obtener la longitud de zancada.

Pulse MODE (Modo) hasta que aparezca KM o MIL en pantalla. Pulse SET (Configurar) y la longitud de zancada actual empezará a parpadear. Pulse SET varias veces para aumentar la longitud de zancada hasta el valor deseado (aumenta 1 cm por pulsación o 0,1 pies si se ha seleccionado MIL). Al cabo de unos segundos el podómetro volverá a la función de distancia y se ajustará la longitud de zancada nueva.

Instrucciones del podómetro ex' plus art. n.º 56044

Este modelo se ha diseñado para contar el número de pasos dados, mostrar la distancia, calcular las calorías consumidas y mostrar el tiempo efectivo. Para poder mostrar la distancia y calcular las calorías, debe introducirse la longitud de zancada y el peso corporal.

Funciones principales

Pulse el botón MODE (Modo) para navegar por las siguientes funciones

- Contabilización de pasos, aparece STEP (Paso) en pantalla
- Medición de distancia, aparece KM o MIL en pantalla
- Medición de calorías, aparece CAL en pantalla
- Temporizador de actividad, aparece TMR en pantalla El temporizador empieza a contar cuando registra movimiento.

Reinicio del podómetro

Mantenga pulsados los dos botones MODE (Modo) y SET (Configurar) a la vez durante un segundo y el contador de pondrá a cero.

Configuración personal

Modificación de la unidad de distancia y peso

De forma predeterminada el podómetro ex' plus expresa los datos en km y kg (cm para la longitud de zancada) pero puede cambiarse a millas/pies y a libras:

Mantenga pulsado el botón MODE (Modo) y SET (Configurar) a la vez durante 5 segundos. La pantalla mostrará ahora MIL en lugar de KM y lb en lugar de kg en el ajuste de masa corporal. Repita la operación para volver a cambiar las unidades.

Configure la longitud de zancada

La forma más sencilla de hallar la longitud de zancada consiste en caminar, por ejemplo, 10 pasos y entonces medir esa distancia. Divida la distancia por 10 para obtener la longitud de zancada. Pulse MODE (Modo) hasta que aparezca KM en pantalla. Pulse SET (Configurar) y la longitud de zancada actual empezará a parpadear. Pulse SET varias veces para aumentar la longitud de zancada hasta el valor deseado (aumenta 1 cm por pulsación o 0,1 pies si se ha seleccionado MIL). Al cabo de unos segundos el podómetro volverá a la función de distancia y se ajustará la longitud de zancada nueva.

Configure el peso corporal

Pulse MODE (Modo) varias veces hasta que aparezca CAL (Calorías) en la pantalla. Pulse SET (Configurar) y el peso corporal empezará a parpadear. Pulse SET varias veces para aumentar el peso corporal hasta el valor deseado (aumenta 5 kg por pulsación o 10 lb si se ha seleccionado MIL). Al cabo de unos segundos el podómetro volverá a la función de calorías y se ajustará el peso corporal nuevo.

Especificaciones

Margen de temperatura de funcionamiento: de -10°C a +50°C
Margen de temperatura de almacenamiento: de -20°C a +60°C
Tipo de batería LR44/L1154

Vida útil de la batería: ~12 meses

GARANTÍA

Silva le garantiza que, durante un periodo de (2) años, su producto Silva estará libre sustancialmente de defectos de material y mano de obra en condiciones de uso normales. La responsabilidad de Silva de conformidad con la presente garantía se limita a la sustitución o reparación del producto. Esta garantía limitada cubre sólo al comprador original. Si se demuestra que el producto tiene fallos durante el periodo de garantía póngase en contacto con el establecimiento de adquisición original. Asegúrese de llevar el justificante de compra cuando devuelva el producto. Las devoluciones no se pueden procesar sin el justificante de compra original. Esta garantía no es válida si el producto se ha modificado, no se ha instalado, utilizado, reparado o conservado según las instrucciones de Silva, o si se ha sometido a esfuerzos físicos o eléctricos anómalos, usos inadecuados, negligencias o accidentes. La garantía tampoco cubre el desgaste normal. Silva no es responsable de los daños o consecuencias, directas o indirectas, derivadas del uso del producto. La responsabilidad de Silva no superará en ningún caso el importe pagado por el producto. En algunos territorios no se permite la exclusión o limitación de los daños secundarios o resultantes, por lo que es posible que la limitación o exclusión anterior no le sea aplicable. Esta garantía sólo es válida y puede procesarse sólo en el país de adquisición. Para obtener más información, visite www.silva.se



Guida dell’utente, pedometri ex'

Contenuto della confezione

Pedometro
Cordino
Clip per cintura
Guida dell’utente

Informazioni generali sui pedometri

Per registrare ogni passo, il pedometro è dotato di un pendolo incorporato. Durante il movimento, il pendolo emette un clic. Questo è assolutamente normale e necessario per il corretto funzionamento del prodotto.

Utilizzo del pedometro

Il pedometro può essere indossato intorno al collo con il cordino in dotazione oppure fissato alla cintura con l’apposita clip. Per poter contare correttamente i passi, è importante che il pedometro non oscilli quando è indossato intorno al collo. La posizione ideale è fissato con la clip alla cintura dei pantaloni oppure ad una cinghia fissata all’anca. Per funzionare al meglio, il pedometro deve trovarsi in posizione verticale, non inclinato.



Funzione di filtraggio

Il pedometro è dotato di una funzione che previene la registrazione indesiderata dei passi quando è fermo oppure in caso di piccoli movimenti accidentali che non fanno parte del passaggio o della corsa. Per contare correttamente i passi è necessario compiere 6 passi senza fermarsi.

Varie

Il pedometro non è stagno o antiurto – pertanto, deve essere trattato con cura.

Istruzioni per il Pedometro ex' step

Codice 56042

Questo modello è progettato per contare il numero di passi compiuti.

Azzeramento del pedometro

Tenere premuti contemporaneamente entrambi i pulsanti RESET per 1 secondo per azzerare il contatore.

Istruzioni per il Pedometro ex' distance

Codice 56043

Questo modello è progettato per contare il numero di passi compiuti e visualizzare la percorrenza. Per visualizzare la percorrenza è necessario impostare la lunghezza del proprio passo.

Funzioni principali

- Premere il pulsante MODE per selezionare le varie funzioni.
 - Contapassi, Passi sul display
 - Misurazione della percorrenza, KM o MIL sul display

Azzeramento del pedometro

Tenere premuti contemporaneamente i pulsanti MODE e SET per 1 secondo per azzerare il contatore.

Impostazioni personali

Modifica dell’unità di misura della percorrenza

L’impostazione predefinita per la percorrenza del pedometro ex' è km (cm per la lunghezza del passo), ma può essere cambiata in miglia/piedi:

Tenere premuti contemporaneamente i pulsanti MODE e SET per 5 secondi.

Il display visualizza MIL anziché KM. Ripetere la procedura per ritornare all’impostazione precedente.

Impostazione della lunghezza del passo

Il metodo più semplice per ricavare la lunghezza del passo è percorrere 10 passi, quindi misurare la distanza percorsa. Dividere quindi la distanza per 10. Premere MODE finché sul display non appare KM o MIL. Premere SET; la lunghezza del passo attuale inizia a lampeggiare. Premere ripetutamente SET per aumentare la lunghezza del passo al valore desiderato (il valore aumenta di 1 cm per pressione del pulsante oppure di 0,1 piedi se è selezionato MIL). Una volta impostata la lunghezza del passo, il pedometro ritorna alla modalità di percorrenza dopo alcuni secondi.

Istruzioni per il Pedometro ex' plus

Codice 56044

Questo modello è progettato per contare il numero di passi compiuti, visualizzare la percorrenza, calcolare le calorie consumate e visualizzare il tempo effettivo. Per poter visualizzare la percorrenza e calcolare le calorie consumate è necessario impostare la lunghezza del proprio passo ed il proprio peso corporeo.

Funzioni principali

- Premere il pulsante MODE per selezionare le varie funzioni.
 - Contapassi, Passi sul display
 - Misurazione della percorrenza, KM o MIL sul display
 - Misurazione delle calorie, CAL sul display
 - Timer di attività, TMR sul display Il timer si avvia quando viene registrato un movimento.

Azzeramento del pedometro

Tenere premuti contemporaneamente i pulsanti MODE e SET per 1 secondo per azzerare il contatore.

Impostazioni personali

Modifica delle unità di misura di percorrenza e peso

L’impostazione predefinita del pedometro ex' plus è km (cm per la lunghezza del passo) e kg per il peso corporeo, ma può essere cambiata in miglia/piedi e libbre:

Tenere premuti contemporaneamente i pulsanti MODE e SET per 5 secondi. Il display visualizza MIL anziché KM per la percorrenza e LB anziché KG per il peso corporeo. Ripetere la procedura per ritornare all’impostazione precedente.

Impostazione della lunghezza del passo

Il metodo più semplice per ricavare la lunghezza del passo è percorrere 10 passi, quindi misurare la distanza percorsa. Dividere quindi la distanza per 10. Premere MODE finché sul display non appare KM. Premere SET; la lunghezza del passo attuale inizia a lampeggiare. Premere ripetutamente SET per aumentare la lunghezza del passo al valore desiderato (il valore aumenta di 1 cm per pressione del pulsante oppure di 0,1 piedi se è selezionato MIL). Una volta impostata la lunghezza del passo, il pedometro ritorna alla modalità di percorrenza dopo alcuni secondi.

Impostazione del peso corporeo

Premere ripetutamente MODE finché sul display non appare CAL. Premere SET; il peso corporeo attuale inizia a lampeggiare. Premere ripetutamente SET per aumentare il peso corporeo al valore desiderato (il valore aumenta di 5 kg per pressione del pulsante oppure di 10 libbre se è selezionato MIL). Una volta impostato il peso corporeo, il pedometro ritorna alla visualizzazione delle calorie dopo alcuni secondi.

Specifiche

Range di temperatura Funzionamento: da -10°C a +50°C
Immagazzinaggio: da -20°C a +60°C
Batteria tipo LR44/L1154

Autonomia della batteria 12 mesi circa

GARANZIA

Silva garantisce per un periodo di due (2) anni che il proprio Prodotto Silva sarà sostanzialmente privo di difetti di materiali o manodopera in caso di utilizzo normale. Ai sensi della presente garanzia, la responsabilità di Silva è limitata alla riparazione o sostituzione del prodotto. La presente garanzia limitata è estesa esclusivamente all’acquirente originale. Qualora il Prodotto si dimostri difettoso durante il Periodo di garanzia, si prega di rivolgersi al punto di acquisto originale. Allegare sempre la prova di acquisto alla restituzione del prodotto. Eventuali resi non potranno essere accettati senza la prova di acquisto originale. La presente garanzia verrà invalidata qualora il Prodotto sia stato manomesso o non sia stato installato, utilizzato, riparato o sottoposto a manutenzione nel rispetto delle istruzioni fornite da Silva, oppure sia stato soggetto a sollecitazioni fisiche o elettriche eccessive, abuso, negligenzia o incidente. Inoltre, la garanzia non copre la normale usura. Silva declina ogni responsabilità per eventuali conseguenze, dirette o indirette, o danni derivanti dall’uso del prodotto. In nessun caso, la responsabilità di Silva potrà superare l’importo corrisposto per il prodotto. Le suddette limitazioni o esclusioni per danni accidentali o consequenziali potrebbero non essere applicabili nel Paese di acquisto. La presente Garanzia è valida e potrà essere applicata esclusivamente nel Paese di acquisto. Per maggiori informazioni, visitare www.silva.se



Gebruiksaanwijzing ex' stappentellers

Inhoud set

Stappenteller
Halskoord
Riemclip
Gebruiksaanwijzing

Algemene informatie over stappentellers

Om iedere stap te kunnen registreren maakt de stappenteller gebruik van een ingebouwde slinger. Deze slinger beweegt en produceert tijdens het bewegen een klikkend geluid. Dit is geheel normaal en geeft aan dat het product naar behoren werkt.

Stappenteller dragen

De stappenteller kan om de nek worden gehangen met het bijgeleverde halskoord of op de heup worden gedragen met de bijgeleverde riemclip. Wanneer u de stappenteller om de nek hangt is het voor een nauwkeurige meting van het aantal stappen belangrijk dat de stappenteller zelf niet slingeret. U kunt de stappenteller dan ook het beste met de riemclip boven aan de broekrand of op een riem in de buurt van de heup dragen. Voor optimale werking dient de stappenteller verticaal te hangen, d.w.z. niet scheef.



Filterfunctie

De stappenteller heeft een functie die onbedoelde registratie van stappen voorkomt, wanneer u stilstaat of wanneer u korte, onbedoelde bewegingen maakt die geen deel uitmaken van uw wandel-/joggingstocht. Om ervoor te zorgen dat de stappenteller op de juiste manier telt, dient u - zonder onderbreking - zes stappen achterteen te zetten.

Diversen

De stappenteller is niet schokbestendig of waterdicht – behandel hem daarom voorzichtig.

Instructies voor stappenteller ex' Step

Art.nr. 56042

Dit model werd ontwikkeld om het aantal gezette stappen te tellen.

Stappenteller resetten

Houd beide RESET-knoppen tegelijkertijd één seconde ingedrukt om de stappenteller te resetten.

Instructies voor stappenteller ex' Distance

Art.nr. 56043

Dit model werd ontwikkeld om het aantal gezette stappen te tellen en de afgelegde afstand weer te geven. Om de juiste afstand te kunnen veergeven dient de persoonlijke paslengte te worden ingevoerd.

Hoofdfuncties

- Druk op MODE om de onderstaande functies door te nemen:
 - stappen tellen, STEP aangegeven op het display;
 - afstand meten, KM of MIL aangegeven op het display

Stappenteller resetten

Houd de knoppen MODE en SET tegelijkertijd één seconde ingedrukt om de stappenteller te resetten.

Persoonlijke instelling

Afstandseenhed wijzigen

De standaardinstelling van de stappenteller ex' is km (en cm voor de paslengte). U kunt deze instelling als volgt wijzigen in miles en ft:

Houd de knoppen MODE en SET tegelijkertijd 5 seconden ingedrukt. Op het display staat vervolgens MIL in plaats van KM. Herhaal de procedure om de voorgaande instelling weer te gebruiken.

Paslengte instellen

De gemakkelijkste manier om uw persoonlijke paslengte te berekenen is door bijvoorbeeld 10 stappen te zetten en vervolgens de afgelegde afstand te meten. Deel de afgelegde afstand door 10 om de persoonlijke paslengte te verkrijgen. Druk op MODE zodat de tekst KM of MIL op het display verschijnt. Druk op SET zodat de ingestelde paslengte gaat knipperen. Druk te meerdere malen achterteen kort op SET om de paslengte te verhogen tot de gewenste waarde (verhoging in stapjes van 1 cm, of 0,1 ft in indien voor MIL wordt gekozen). Na enkele seconden keert de stappenteller terug naar de normale stand, waarna de nieuwe paslengte is ingesteld.

Instructies voor stappenteller ex' Plus

Art.nr. 56044

Dit model werd ontwikkeld om het aantal gezette passen te tellen, de afgelegde afstand te tonen, de verbruikte calorieën te meten en de effectieve tijd weer te geven. Om de afgelegde afstand te kunnen tonen en het verbruikte aantal calorieën te kunnen berekenen, dienen de paslengte en het lichaamsgewicht te worden ingevoerd.

Hoofdfuncties

- Druk op MODE om de onderstaande functies door te nemen:
 - stappen tellen, STEP aangegeven op het display;
 - afstand meten, KM of MIL aangegeven op het display;
 - calorieën meten, CAL aangegeven op het display;
 - activiteitstimer, TMR aangegeven op het display. De timer start zodra er een beweging wordt geregistreerd.

Stappenteller resetten

Houd de knoppen MODE en SET tegelijkertijd één seconde ingedrukt om de stappenteller te resetten.

Persoonlijke instelling

Afstands- en gewichtseenhed wijzigen

De standaardinstelling van de stappenteller ex' Plus is km en kg (cm voor de paslengte). Deze instelling is als volgt te wijzigen in miles, ft en lb:

Houd de knoppen MODE en SET tegelijkertijd 5 seconden ingedrukt. Op het display staat vervolgens MIL in plaats van KM en lb in plaats van kg bij de instelling van het lichaamsgewicht. Herhaal de procedure om de voorgaande instelling weer te gebruiken.

Paslengte instellen

De gemakkelijkste manier om uw persoonlijke paslengte te berekenen is door bijvoorbeeld 10 stappen te zetten en vervolgens de afgelegde afstand te meten. Deel de afgelegde afstand door 10 om de persoonlijke paslengte te verkrijgen. Druk op MODE zodat de tekst KM op het display verschijnt. Druk op SET zodat de ingestelde paslengte gaat knipperen. Druk meerdere malen achtereen kort op SET om de paslengte te verhogen tot de gewenste waarde (verhoging in stapjes van 1 cm, of 0,1 ft in indien voor MIL wordt gekozen). Na enkele seconden keert de stappenteller terug naar de normale stand, waarna de nieuwe paslengte is ingesteld.

Lichaamsgewicht instellen

Druk te meer malen op MODE zodat CAL verschijnt op het display. Druk op SET zodat het ingestelde lichaamsgewicht gaat knipperen. Druk meerdere malen achtereen kort op SET om het lichaamsgewicht te verhogen tot de gewenste waarde (verhoging in stapjes van 5 kg, of 10 lb indien voor MIL wordt gekozen). Na enkele seconden keert de stappenteller terug naar de normale calorieënfunctie, waarna het nieuwe lichaamsgewicht is ingesteld.

Specificaties

Functiebereik bij een temperatuur van: -10 °C tot +50 °C
Opbergren bij een temperatuur van: -20 °C tot +60 °C
Batterijtype LR44/L1154
Levensduur batterij ca. 12 maanden

GARANTIE

Silva garandeert dat uw Silva-product bij normaal gebruik, voor een periode van twee (2) jaar, geheel vrij zal zijn van materiaal- en productiefouten. De aansprakelijkheid van Silva, onder deze garantie, is beperkt tot het repareren of vervangen van het product. Deze beperkte garantie geldt alleen voor de oorspronkelijke koper. Neem contact op met het oorspronkelijke verkooppunt, indien het product defect raakt tijdens de garantieperiode. Zorg dat u een aankoopbewijs kunt overleggen bij retourzending van het product. Retourzendingen zonder het originele aankoopbewijs worden niet in ontvangst genomen. Deze garantie vervalt, indien het product gewijzigd is of niet werd aangebracht, bediend, hersteld of onderhouden volgens de instructies van Silva, of wanneer het blootgesteld heeft aan abnormale mechanische of elektrische beïnvloeding, verkeerd gebruik, onachtzaamheid of ongelukken. Normale slijtage valt evenmin onder de garantie. Silva is niet aansprakelijk voor eventuele gevolgschade, hetzij direct of indirect, die voortvloeit uit het gebruik van dit product. In geen geval kan Silva aansprakelijk worden gehouden voor een bedrag groter dan de voor het product betaalde som. In bepaalde rechtsgebieden is uitsluiting of beperking van incidentele schade of gevolgschade niet toegestaan, zodat de bovenstaande beperking of uitsluiting voor u mogelijk niet van toepassing is. Deze garantie geldt alleen in het land van aankoop en een eventuele garantieclaim wordt alleen in dat land afgehandeld. Breng voor meer informatie een bezoek aan www.silva.se



Guia do utilizador - Pedómetros ex'

Conteúdo da embalagem

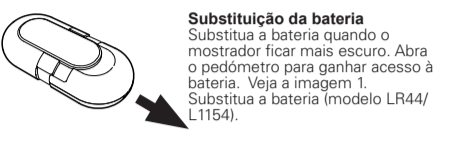
Pedómetro
Cordão para o pescoço
Clipe de cinto
Guia do utilizador

Generalidades sobre pedómetros

O pedómetro tem integrado um péndulo para registar todos os passos. Esse péndulo move-se e o seu movimento produz estalidos de clique. Isso é normal e é necessário para que o produto funcione devidamente.

Utilização do pedómetro

O pedómetro pode ser usado ao pescoço, pendurado do cordão respectivo ou preso no cinto com o clipe de fixação fornecido. Para que a contagem dos passos seja rigorosa, é importante que o pedómetro pendurado ao pescoço não balance. O local ideal para prender o clipe de fixação é no cóc (cintura) das calças ou num cinto, perto da anca. Para obter o melhor funcionamento, deve estar vertical, sem balançar.



Função filtro

O pedómetro tem uma função que evita o registo accidental de passos durante paragens ou movimentos fortuitos que não façam parte da caminhada/corrida programada. Para contagem correcta dos passos, têm que ser dados 6 passos seguidos, sem interrupção.

Outros

O pedómetro não é à prova de impactos nem estanque - trate-o com cuidado.

Instruções do Pedómetro ex' step

N.º de ref. 56042

Este modelo foi projectado para contar o número de passos dados.

Repor o pedómetro

Carregue em ambos os botões RESET do pedómetro ao mesmo tempo e mantenha-os pressionados durante um segundo para repor o contador.

Instruções do Pedómetro ex' distance

N.º de ref. 56043

Este modelo foi projectado para contar o número de passos dados e medir as distâncias percorridas. Para que seja possível medir correctamente as distâncias, tem que ser definido o comprimento dos passos.

Funções principais

- Carregue no botão MODE para percorrer as funções seguintes:
 - Contagem de passos, STEP no mostrador
 - Medição de distância, KM ou MIL no mostrador