

DIGI-WALKER[®]

SW-SERIES

SW-200
SW-650
SW-700



Exclusief importeur Benelux: Robijns B.V.
<http://www.robijns.nl/>

<http://www.yamax.nl/>
<http://www.yamax.be/>

Copyrights vertaling © Robijns B.V.

Hartelijk dank voor de aanschaf van een DIGI-WALKER stappenteller. Leest u deze handleiding aandachtig door.

SW-SERIE OVERZICHT

SW-200



STAPPENTELLER

SW-650



STAPPENTELLER AFSTANDSMETER



KLOK



STOPWATCH

SW-700



STAPPENTELLER AFSTANDSMETER CALORIEMETER



FUNCTIES



STAPPENTELLER

Telt het aantal stappen tijdens het wandelen of joggen tot een maximum van 100.000 stappen.



AFSTANDSMETER

Meet de afgelegde afstand tijdens het wandelen of joggen van 0,01 km tot 1.000 kilometer.



KLOK

12 uren klok.



STOPWATCH

Digitale stopwatch, meet vanaf 1 seconde tot 10 uur.



CALORIEMETER

Meet het aantal verbrande calorieën tijdens het wandelen of joggen van 0,1 tot 10.000 kcal.

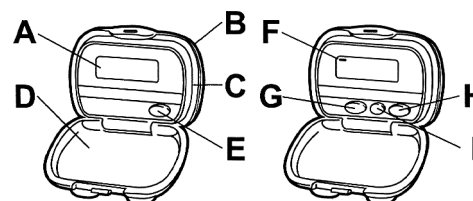
AANWIJZINGEN BIJ GEBRUIK

- Maak de stappenteller niet open, tenzij voor het verwisselen van de batterij. De stappenteller bevat een precisie-mechanisme. Voorkom ook het laten van vallen van de DIGI-WALKER.
- Gebruik de DIGI-WALKER niet in een extreem vochtige omgeving of waar het apparaat in contact kan komen met water
- Als u op dit moment onder doktersbegeleiding staat of een voorgeschiedenis met hartproblemen heeft, vraag dan eerst advies aan uw dokter vóór aanvang van een wandelprogramma.

ONDERDELEN

Voor SW-200

Voor SW-650
SW-700



- A. Liquid Crystal Display
B. Deksel-box
C. Hoofd-box
D. Achterkant met Clip
E. Stappenteller reset-knop
F. Cursor
G. • Stappentellerreset, Afstandreset, Stopwatchreset, Klok-instelknop (SW-650)
• Stappentellerreset, Afstandreset, Caloriereset (SW-700)
H. • Mode Selectie knop
I. • Staplengte instelknop, Stopwatch Start/Stop knop (SW-650)
• Staplengte instelknop, Gewicht instelknop (SW-700)

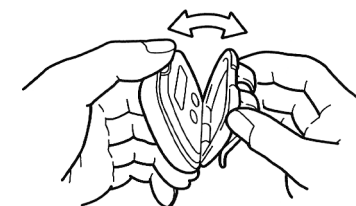
HOOFD FUNCTIES

DISPLAY	5-karakters Liquid Crystal Display
DISPLAY ITEM	Klok: 12 uren digitale klok MINIMUM Stap 1 stap Afstand 0,01 km Calorie 0,1 kcal Stopwatch . . 0:00:01 (1 sec) Snelheid . . . 0,01 km/u MAXIMUM Stap 99.999 stappen Afstand 999,99 km Calorie 999,9 kcal Stopwatch . . 9:59:59 (U:MM:SS) Snelheid . . . 99,99 km/u

SET KNOP	Staplengte kan worden ingesteld door op deze knop te drukken. (30-180cm/Minimaal 1 cm) Klok instellen, Stopwatch start/stop knop.
RESET KNOP	Om het aantal stappen, de afstand, calorie en of de stopwatch te resetten (op nul te zetten). Om de klok in te stellen.
AFMETINGEN /GEWICHT	50x38x14mm (breedte x hoogte x dikte), exclusief clip Gewicht: ongeveer 21 gram (inclusief batterij)
BATTERIJ	Type: LR-44 Levensduur: ongeveer 2 jaar

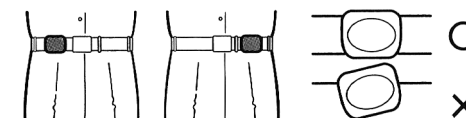
DE STAPPENTELLER OPENEN

Houdt de stappenteller rechtop, met een hand boven aan de clip. Gebruik de duim van de andere hand om de sluiting boven het displaygedeelte los te trekken van de clip. De stappenteller opent makkelijker als u de sluiting licht naar boven trekt.



POSITIE VAN DE STAPPENTELLER

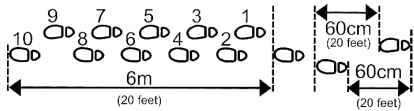
Bevestig de stappenteller aan uw riem of broekband. Zorg dat de stappenteller volledig horizontaal is geplaatst.



BEPALEN VAN DE STAPLENGTE

(voor SW-650, SW-700)

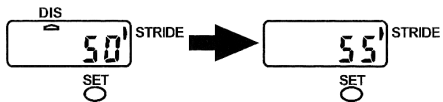
Voor het correct kunnen berekenen van de afgelegde afstand is het van belang om met regelmatige stappen te wandelen en in vorm te blijven. Om de gemiddelde staplengte te bepalen loopt u 10 stappen zoals in onderstaande illustratie en deelt de afgelegde afstand daarna door 10. Hiermee berekent u het gemiddelde staplengte om in te kunnen voeren in de stappenteller.



INSTELLEN VAN DE STAPLENGTE

(voor SW-650, SW-700)

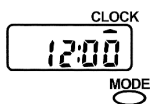
- 1) Druk op de MODE-knop ("H") tot de cursor zich onder "DIS (cm)" bevindt. Druk vervolgens op de SET-knop ("I") om de lengte in te voeren. De cursor zal automatisch verspringen en naast "STRIDE (cm)" gaan staan.
- 2) Elke keer dat u op de SET-knop ("I") drukt wordt de ingestelde staplengte verlengd met 1cm, beginnend bij 30 cm tot een maximum van 180cm, waarna de lengte opnieuw naar 30cm springt.
- 3) Na het instellen van de uw staplengte, verspringt de cursor na enkele seconden automatisch terug naar "DIS (cm)".



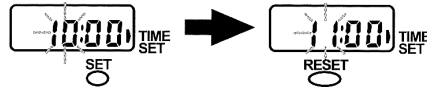
INSTELLEN VAN DE KLOK

(voor SW-650)

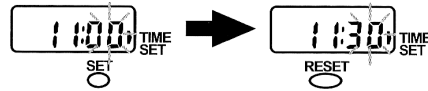
- 1) Druk op de MODE-knop ("H") tot de cursor zich onder "CLOCK" bevindt.



- 2) Druk nu op de SET-knop ("I"), de cursor zal automatisch verspringen en naast "TIME SET" gaan staan. Door nu op de RESET-knop ("G") te drukken kunt u het juiste uur instellen.



- 3) Als het juiste uur eenmaal is ingesteld, drukt u nogmaals op de SET-knop ("I"). De minuten beginnen nu te knipperen ten teken dat u ze kunt instellen. Dat doet u opnieuw met de RESET-knop ("G")



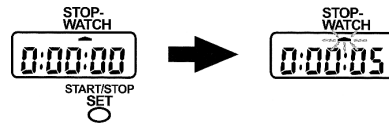
- 4) Nadat de correcte tijd is ingevoerd drukt u nogmaals op de SET-knop ("I") om de cursor terug op "CLOCK" te plaatsen.



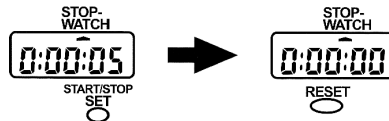
GEbruik VAN DE STOPWATCH

(voor SW-650)

- 1) Druk eerst op de MODE-knop ("H") tot de cursor zich onder "STOP-WATCH" bevindt.
- 2) Druk nu op de SET-knop ("I") om de stopwatch te starten. De stopwatch telt per seconde. Tijdens het wandelen/joggen knippert de cursor onder "STOP-WATCH" als de stopwatch daadwerkelijk loopt



- 3) Druk opnieuw op de SET-knop ("I") om de stopwatch te stoppen.



- 4) Om de stopwatch terug op de beginstand "0:00:00" te zetten drukt u op de RESET-knop ("G") als de stopwatch niet loopt.

INSTELLEN VAN HET LICHAAMSGEWICHT

(voor SW-700)

- 1) Druk eerst op de MODE-knop ("H") tot de cursor zicht onder "CALORIE (kcal)" bevindt.
- 2) Druk vervolgens op de SET-knop ("I") om het lichaamsgewicht in te stellen. De cursor zal automatisch verspringen en naast "WEIGHT (kg)" gaan staan.
- 3) Elke keer dat u op de SET-knop ("I") drukt wordt het ingestelde gewicht vermeerderd met 1kg, beginnend bij 30kg tot een maximum van 120kg, waarna het gewicht opnieuw naar 30kg springt.
- 4) Na het instellen van de uw lichaamsgewicht, verspringt de cursor na enkele seconden automatisch terug naar "CALORIE (kcal)".



RESET KNOP

(voor SW-200)

Als u de stappensteller opnieuw op nul wilt zetten, drukt u op de RESET-knop ("E").

(voor SW-650, SW-700)

Als u de stappenteller of de afstands-meter opnieuw op nul wilt zetten, drukt u op de RESET-knop ("G") wanneer u zich in de desbetreffende mode bevindt (de cursor onder betreffende mode staat). In geval van de SW-700 en SW-800 wordt tevens het aantal verbrande calorieën op nul gezet.

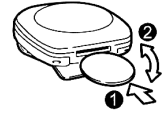
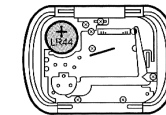
MODE KNOP

(voor SW-650, SW-700)

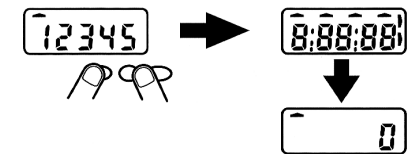
Druk op de MODE-knop ("H") om de gewenste mode op de display te tonen. De geselecteerde mode wordt aangegeven met de cursor bovenaan de display.

VERVANGEN VAN DE BATTERIJ

- De display zal langzaam vervagen als de batterij leegraakt. Vervang de batterij in dat geval zo snel mogelijk.
- De stappenteller wordt geleverd met 'test' batterij (voor het testen van de functies in de fabriek). Deze batterij is wellicht niet volledig vol.
- Vervang de batterij met het (LR-44_ type dat u kunt kopen in uw elektronikawinkel of warenhuis.
- Om de batterij te vervangen kunt u een klein muntstuk of grote schroevendraaier gebruiken om de stappenteller te openen. U steekt in de uitsparing aan de onderzijde van de stappenteller en draait licht rond om de stappenteller te openen. Verwijder vervolgens de oude (lege) batterij en plaats de nieuwe (volle) batterij. Let er op dat u de batterij juist plaatst: met de +-zijde naar boven.



- Nadat u de batterij heeft vervangen drukt u op alle knoppen tegelijk gedurende 5 seconden totdat op de display "8:88:88" verschijnt. Alle data is nu gewist en dient opnieuw ingesteld te worden (staplengte, lichaamsgewicht, huidige tijd).



VREEMDE/HALVE TEKENS IN DE DISPLAY

Als op de display vreemde of halve tekens worden getoond in plaats van normale getallen dient u de stappenteller volledig te resetten. Hiertoe houdt u alle knoppen gedurende 5 seconden ingedrukt totdat op de display "8:88:88" verschijnt. Alle data is nu gewist en dient opnieuw ingesteld te worden (staplengte, lichaamsgewicht, huidige tijd).