

DIGI-WALKER[®]

CW-SERIES

CW-600
CW-700

Ga voor meer info naar:

www.yamax.nl
www.yamax.be

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

CW-SERIE OVERZICHT

CW-600



CW-700



FUNCTIES



STAPPENTELLER

Telt het aantal stappen tijdens het wandelen of joggen tot een maximum van 1.000.000 stappen.



ACTIEVE TIJD

Meet de tijd wanneer er gelopen of gejogd wordt van 0 tot 1000 uur.



AFSTANDSMETER

Meet de afgelegde afstand tijdens het wandelen of joggen van 0 km tot 10.000 kilometer.



CALORIEMETER

Meet het aantal verbrande calorieën tijdens het wandelen of joggen van 0 tot 100.000 kcal.



KLOK

24 uren klok.



7 DAG. GEHEUGEN

Registreert aantal stappen, actieve tijd, afstand (CW-700) en calorieverbruik (CW-700) automatisch tot 7 dagen terug



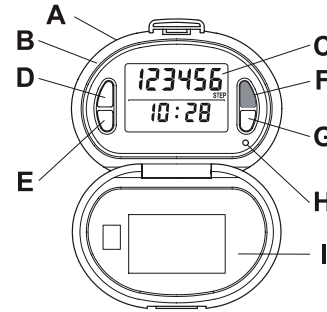
14 DAG. GEHEUGEN

Registreert aantal stappen, actieve tijd, afstand (CW-700) en calorieverbruik (CW-700) automatisch per week tot 2 weken terug

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



- A. Deksel-box
- B. Hoofd-box
- C. Dual Liquid Crystal Display
- D. Mode Selectie knop
- E. Set-knop
- F. Reset-knop / omhoog
- G. Memory / omlaag
- opgeslagen data teruglezen
- H. Stappenteller reset-knop
- I. Achterkant met Clip

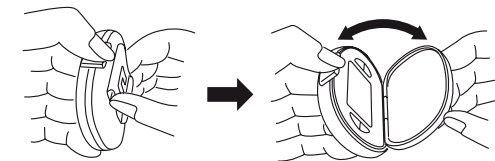
HOOFD FUNCTIES

DISPLAY	6-karakters Liquid Crystal Display
DISPLAY ITEM	Klok: 12 uren digitale klok
	MINIMUM
	Stap 0 stappen
	Afstand 0,00 km
	Calorie 0,0 kcal
	Actieve tijd . . 0:00 (U:MM)
	Klok 0:00 (U:MM)
	MAXIMUM
	Stap 999.999 stappen
	Afstand 9999,99 km
	Calorie 99.999,9 kcal
	Actieve tijd . . 999:59 (U:MM)
	Klok 23:59 (U:MM)

SET KNOP	Staplengthte kan worden ingesteld door op deze knop te drukken. (30-180cm/Minimaal 1 cm) Verder klok, gewicht en dag van de week instellen.
RESET KNOP	Om het aantal stappen, en andere functies te resetten (op nul te zetten).
AFMETINGEN /GEWICHT	61x46x19mm (breedte x hoogte x dikte), exclusief clip Gewicht: ongeveer 38 gram (inclusief batterij)
BATTERIJ	Type: CR2032 Levensduur: ongeveer 3 jaar

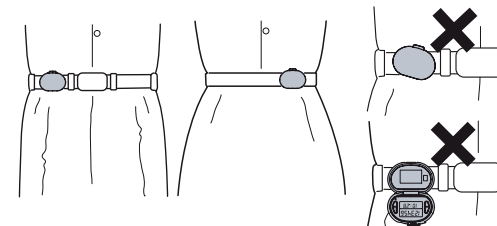
DE STAPPENTELLER OPENEN

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.



INSTELLEN VAN STAPPENTELLER

Vergeet niet voor het eerste gebruik de juiste data in te stellen: Tijd, Dag van de Week, Staplengte en Gewicht.

PROCEDURE:

1) Tijd instellen

Houd de SET-knop ("E") langer dan twee seconden ingedrukt.

"Uur" Knippert.



Druk op de ▲-knop om data te verhogen of de ▼-knop om data te verlagen.

Druk op de MODE-knop ("D").

"Minuut" Knippert.

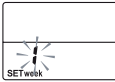


Druk op de ▲-knop om data te verhogen of de ▼-knop om data te verlagen.

Druk op de MODE-knop ("D").

2) Dag van de Week knippert

Selecteer de dag van de week (1=maandag, 2 = dinsdag, etc)



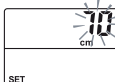
Druk op de ▲-knop om data te verhogen of de ▼-knop om data te verlagen.

(CW-600) Druk op de SET-knop ("E") om alles vast te leggen.

(CW-700) Druk op de MODE-knop ("D")

3) *Staplengte knippert (CW-700)

Druk op de ▲-knop om data te verhogen of de ▼-knop om data te verlagen.

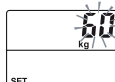


Druk op de MODE-knop ("D").

4) Lichaamsgewicht knippert

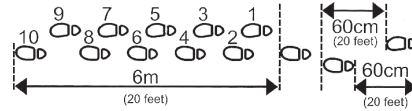
(CW-700)

Druk op de ▲-knop om data te verhogen of de ▼-knop om data te verlagen.



(CW-700) Druk op de SET-knop ("E") om alles vast te leggen.

*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.



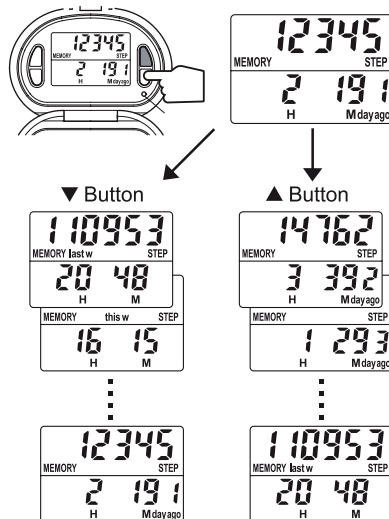
GEHEUGEN

1) Automatisch Geheugen en Reset

Het Aantal Stappen, het Totaal van de Actieve Tijd, de Afstand (SW-700) en het Calorieverbruik (CW-700) van de dag worden automatisch opgeslagen in het geheugen van de Stappenteller elke dag om 00:00 uur tot 7 dagen terug en per twee weken. Om 00:00 uur staat de Display weer op 0.

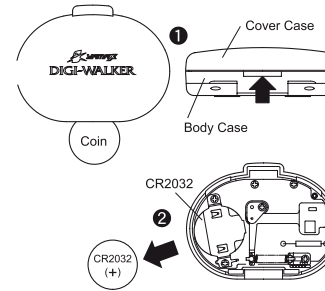
2) Oproepen van het Geheugen

Druk op de MEMORY-knop. De display toont het aantal Stappen en Actieve Tijd van de vorige dag (1 dag terug). Om meer dagen of week terug te zien, druk op de ▲-knop of ▼-knop. Alleen bij de CW-700 door de MODE-knop in te drukken ook Afstand en Calorie-verbruik getoond worden. Druk op de SET-knop om weer terug te gaan naar de gewone display.



VERVANGEN VAN DE BATTERIJ

- De display zal langzaam vervagen als de batterij leegraakt. Vervang de batterij in dat geval zo snel mogelijk.
- Vervang de batterij met het (CR-2032) dat u kunt kopen in uw elektronicawinkel 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.



RESET KNOP

1) Handmatige Reset

Om een log van de dag handmatig te resetten druk de RESET-knop ongeveer twee seconden in, totdat de display op 0 springt (de totalen van de dag blijven wel bewaard).

2) Automatische Reset

Het Aantal Stappen, het Totaal van de Actieve Tijd, de Afstand (SW-700) en het Calorieverbruik (CW-700) van de dag worden automatisch opgeslagen in het geheugen van de Stappenteller elke dag om 00:00 uur tot 7 dagen terug en per twee weken. Om 00:00 uur staat de Display weer op 0.

2) System Reset

Om alle persoonlijke en opgeslagen data te verwijderen moet met een dunne pen de button in gat "H" worden ingedrukt. Hierbij wordt de fabrieksinstelling ook teruggezet. Doe dit alleen in de volgende

gevallen:

- als op de display vreemde of halve tekens worden getoond.
- Nadat de batterij is vervangen. Alle data (Staplengte, Gewicht en Huidige Tijd) moet opnieuw worden ingevoerd.