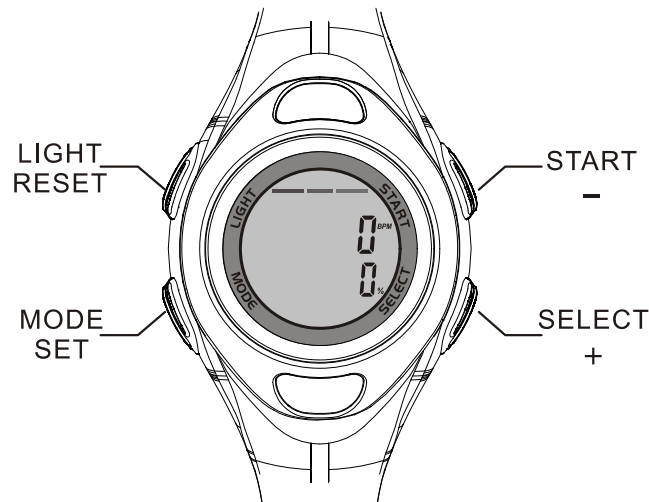


מד צעדים ושעון דופק דגם JS-712A

הוראות הפעלה



JS-712A
FIG 1

הוראות הפעלה

מדריך זה נועד לאפשר לכם הפעלה קלה ומהירה של מד הצעדים ושעון הדופק שלך. אנו מקווים שהוא יסייע לכם להכיר את המוצר ואת השימושים השונים שלו. אנא קראו היטב את כל המסמכים באריזה לפני שתשתמשו במכשיר החדש שלכם. כך תחסכו זמן יקר ותשמרו על השעון במצב טוב.

המדריך למשתמש נכתב בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד. מד הצעדים ושעון הדופק מתאים לשני המינים בכל מקרה של סתירה בין חוברת ההפעלה באנגלית לעברית – יש לפנות לחוברת היצרן באנגלית (המצורפת לערכה) – ט.ל.ח.

למוצר זה יש תכונות עמידות בפני גשם אך לא לשחיה או לשהיה ארוכה במים

מאפיינים:

מד הצעדים ושעון הדופק מונה את הצעדים באימון ומודד את קצב הלב שלך בדיוקנות ובמהימנות ומספק מידע על האופן שבו גופך מגיב למאמץ גופני, כדי שתוכל להפיק את המקסימום מהאימון שלך ולנצל את זמנך ביעילות.

- מונה צעדים
- שעון דופק מדויק ביותר
- מציג את קצב הלב באחוזים מהמקסימום האפשרי בהתבסס על גיל המתאמן/ת
- מציג שריפת קלוריות
- מציג מדד אחוזי שומן בגוף
- מציג את זמן האימון

הערה חשובה: מונה הצעדים ומד הדופק משמש בעת אימון ספורטיבי רגיל ואינו משמש כמכשיר רפואי

כפתורים:

MODE .1

- לעבור בין מצב שעון/לוח שנה למצב קצב לב/אימון
- לחץ במשך 2 שניות להיכנס למצב הגדרות
- שנה את פרמטרים

SELECT .2

- לשינוי פונקציות
- להעלות את הערכים
- להציג את הזכרון
- החזק במשך 2 שניות בכדי להיכנס ולצאת ממצב נעל את ספירת הצעדים

START.3

- התחלה/עצירה של שעון העצר
- להוריד את הערכים
- כניסה ויציאה ממצב הצגת הזכרון

LIGHT.4

- הפעלת פונקציית קריאה נוכחית בשעון העצר
- החזק במשך 2 שניות בכדי לקרוא את הזמן היחסי של הסיבוב

מצבי הפעלה:

ראה שרטוט מס 2 בכדי לראות איך לעבור ממצב למצב

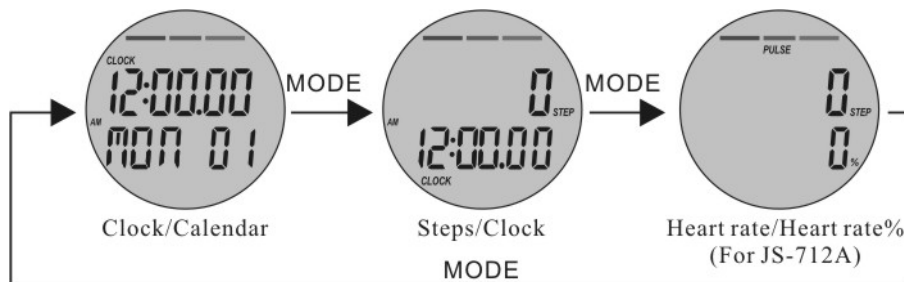


FIG.2

הערה: מד הצעדים לא יפעל באשר השעון במצב של *Clock/Calendar* ו *Heart rate/Heart rate%*. בכדי להפעיל את מד הצעדים יש לעבור למצב של *Steps/Clock*.

איך להשתמש בתאורת רקע:

לחיצה על כפתור LIGHT תפעיל את תאורת הרקע למשך 5 שניות.

שעון/תאריכון/אזעקה/כרונומטר ושעון עצר:

1. הפעלה

ראה שרטוט מס 3 למעבר בין המצבים.

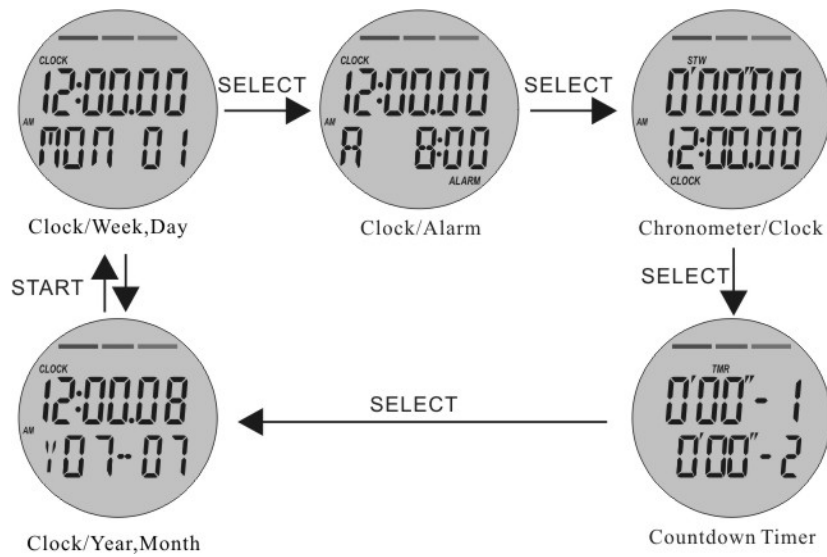


FIG. 3

1. כיוון תאריכון/שעון

במצב Clock/Year, Month או Clock/Week, Date לחץ על כפתור MODE במשך 2 שניות בכדי להיכנס למצב כיוון תאריכון/שעון. התצוגה תהבהב, לחץ על כפתור SELECT בכדי להעלות את הערכים או כפתור START בכדי להורידם. לחץ, פעם נוספת, על כפתור MODE בכדי לאשר את הערך ולעבור לערך הבא עד לסיום הכיוון. סדר הכיוון הוא כמתואר בשרטוט מס 4 (שימו לב: ערך השניות יכול להיות מכוון רק לאפס (0), אין אפשרות לכוון לכל ערך אחר).

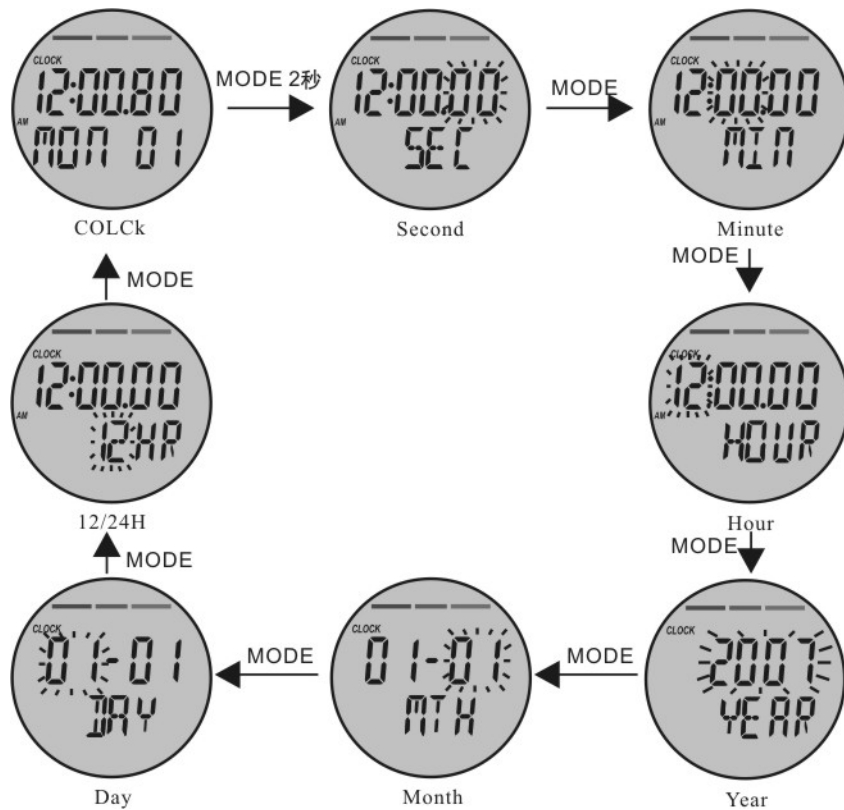


FIG.4

2. צלצול אתרעה (Alarm)

1. איך לכוון את הצלצול – במצב של Clock/Alarm של לחץ על כפתור MODE בכדי להיכנס למצב של כיוון הצלצול. השדה המתעדכן יהבהב, לחץ על כפתור SELECT בכדי להעלות את הערכים או כפתור START בכדי להורידם. לחץ, פעם נוספת, על כפתור MODE בכדי לאשר את הערך ולעבור לערך הבא עד לסיום הכיוון. סדר הכיוון הוא כמתואר בשרטוט מס 5.

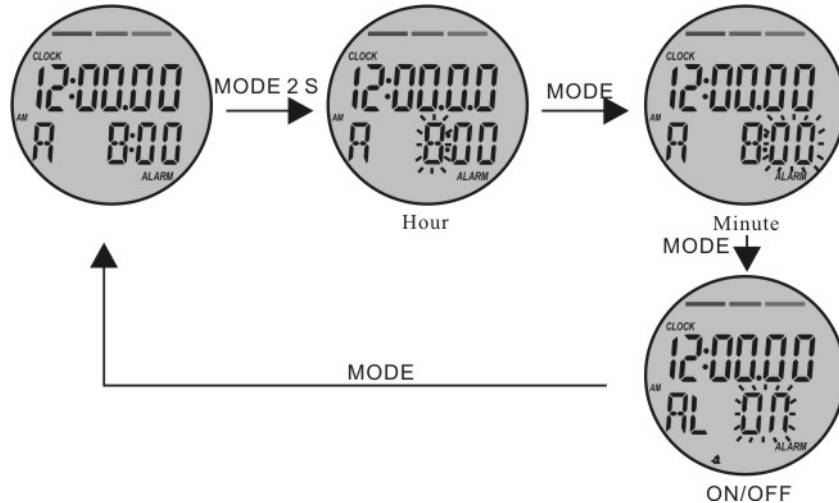


FIG.5

2. הפעלה/כיבוי של הצלצול – במצב של Clock/Alarm לחץ על כפתור START לפפעיל/לכבות את מצב הצלצול. כאשר הצלצול פועל יופיע הסימן **4**, והשעון יצלצל במשך 30 שניות בהגיעו לזמן שהוגדר. לחץ על כל כפתור כדי להפסיק את הצלצול.

3. איך להשתמש בשעון העצר

Chronometer/Clock של

1. לחץ על כפתור START בכדי להפעיל את שעון העצר, לחיצה נוספת על כפתור START תעצור את השעון. לחץ על כפתור LIGHT בכדי לאפס את שעון העצר
2. כאשר שעון העצר פועל, לחיצה על כפתור ה LIGHT תציג את הזמן הנוכחי, התצוגה "STW" תהבהב בכדי להציג ששעון העצר עדיין רץ. לחיצה נוספת על כפתור LIGHT תחזיר את שעון העצר למצב תצוגה רגיל
3. כאשר שעון העצר פועל, לחיצה על כפתור ה LIGHT תציג את הזמן הנוכחי, בסיום האימוץ לחץ על כפתור LIGHT לעצור את הפעלת שעון העצר, התצוגה "STW" תפסיק להבהב. לחיצה נוספת על כפתור LIGHT תציג את הזמן הביניים, לחיצה נוספת על כפתור LIGHT תאפס את שעון העצר

4. ספירה לאחור

- איך לכוון את מצב ספירה לאחור – במצב Timer, לחץ על כפתור MODE והחזק במשך 2 שניות בכדי להיכנס למצב כיוון הטיימר. ערך הדקות של הטיימר הראשון יהבהב לחץ על כפתור SELECT בכדי להעלות את הערכים או כפתור START בכדי להורידם. לחץ, פעם נוספת, על כפתור MODE בכדי לאשר את הערך ולעבור לערך הבא עד לסיום הכיוון. סדר הכיוון הוא כמתואר בשרטוט מס 6.

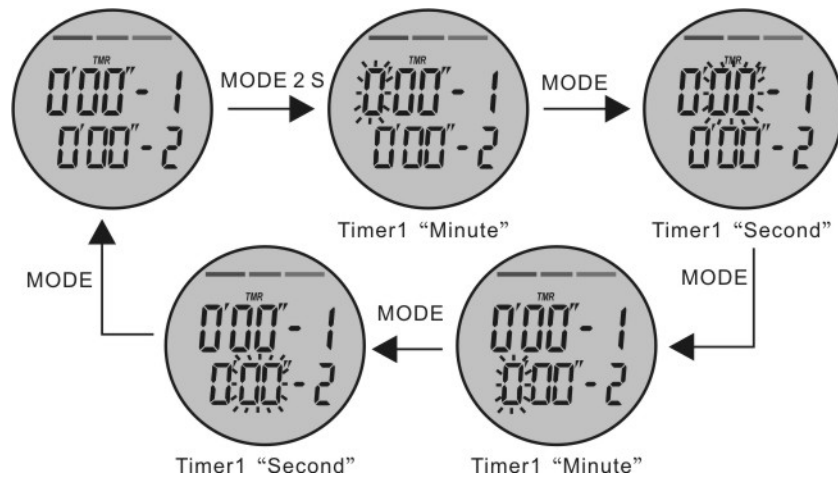


FIG.6

1. ספירה לאחור – במצב Timer, לחץ על כפתור START בכדי להתחיל את הספירה לאחור. לחיתה נוספת על כפתור START תפסיק את הספירה. לחץ על כפתור LIGHT בכדי להחזיר את הטיימר לזמן ההתחלתי שהוגדר. כאשר המונה הראשון יגיע לאפס השעון יצפצץ 3 פעמים והמונה השני יכנס לפעולה. כאשר המונה השני יגיע לאפס השעון יצפצץ 6 פעמים והמונה הראשון יחזור לפעולה, המצב ימשך, בצורה מחזורית, עד להפסקתו.
הערה: אם מכוונים רק טיימר אחד – כאשר הוא יגיע לאפס השעון יצלצל 3 פעמים והספירה תחל מחדש עד להפסקתה.

מונה צעדים

1. הפעלה

ראה שרטוט מס 7 למעבר בין המצבים.

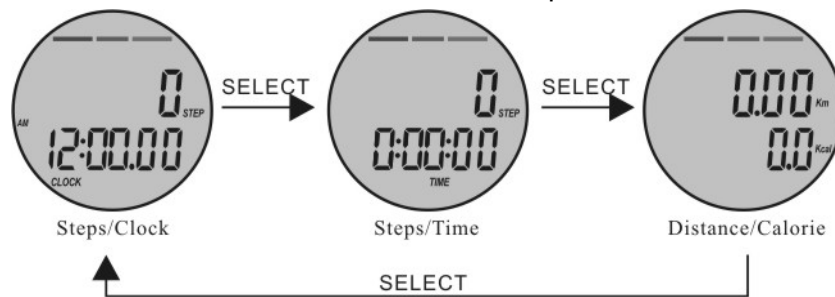


FIG.7

הערה: (1) מד הצעדים יפעל רק כאשר השעון באחד משלושת המצבים שבתמונה.
 (2) במצב של STEPS/CLOCK לחץ על כפתור MODE והחזק בצפף 2 שניות בכדי להיכנס למצב של כיוון שעון ותאריך. הכיוון כפי שמתואר בשרטוט 4.
 2. הכנסת הגדרות ראשוניות (משקל וגובה)

במצב של Steps/Time או Distance/Calorie לחץ על כפתור HOLD והחזיקו במשך 2 שניות, הסימון CM KG יבהב. לחץ על כפתור SELECT בכדי להעלות את הערכים או כפתור START בכדי להורידם. לחץ, פעם

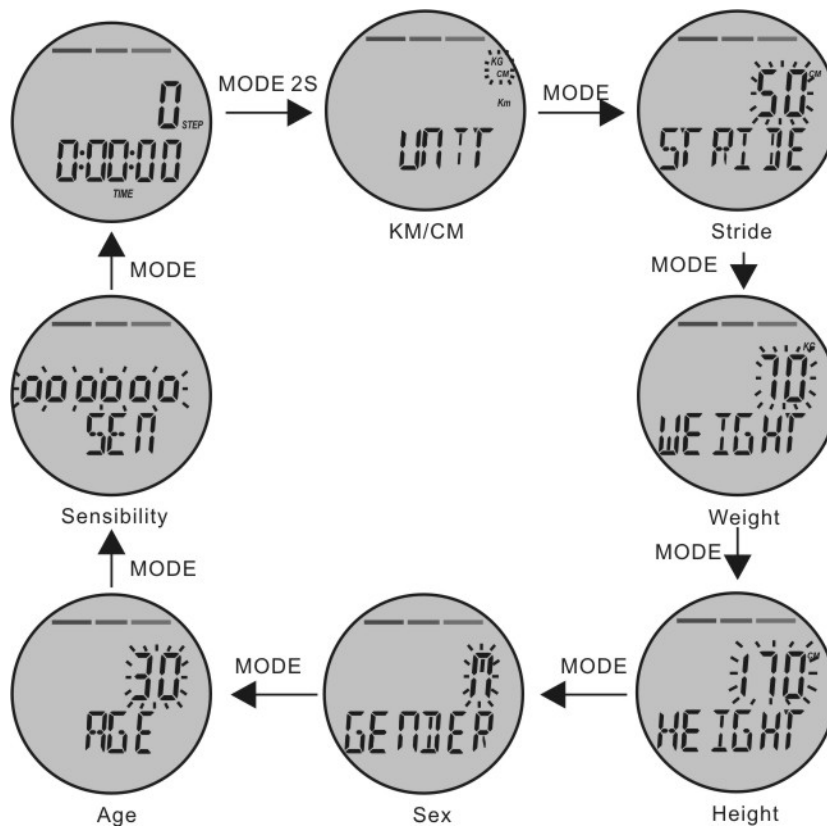


FIG.8

רגישות מונה הצעדים – (1) 6 "0" מייצגים את רגישות מונה הצעדים. אם מופיע רק "0" אחד מד הצעדים הוא ברגישות נמוכה. אם מופיעים "000000" מד הצעדים הוא ברגישות גבוהה ביותר. אם אתם מבצעים פעילות כמו צעידה מומלץ לכוון את מד הצעדים לרגישות הגבוהה ביותר, אם אתם מבצעים פעילות כמו ריצה מומלץ לכוון את מד הצעדים לרגישות נמוכה.

(2) גודל הצעדים שונה מאדם לאדם. אתה יכול לחשב את הממוצע ולהזין את מד הצעדים. לדוגמא, כאשר אתה צועד 10 צעדים מדוד את המרחק וחלק ל 10 צעדים זהו הממוצע של צעד אחד. ראה שרטוט 9.



FIG.9

(3) הערכים כפי שהוגדרו במפעל הם: KG/CM. צעד ממוצע 50 ס"מ, משקל 70 ק"ג, גובה 170 ס"מ, מין זכר, גיל 30, רגישות 6 (גבוה ביותר)

3. איך לספור צעדים

(1) עבור למצב של ספירת צעדים. לחץ MODE השעון יציג Step/Clock. ראה שרטוט מס 10.



FIG.10

הערה: במצב הזה בלבד לחץ על כפתור LIGHT תאורת הרקע תפעל במשך 5 שניות (2) איפוס נתונים

לחץ SELECT להיכנס למצב Distance/Calorie או Steps/Time. ראה שרטוט מס 11. לחץ על כפתור LIGHT והחזק אותו במשך 2 שניות בכדי לאפס את הנתונים.



FIG.11

לפני מחיקת הנתונים אנא וודאו שאינכם צריכים את הנתונים, אין אפשרות לשחזר נתונים שאופסו.

(3) הפעלה וכיבוי אוטומטיים – מד הצעדים יתחיל לספור רק לאחר השלמת 10 צעדים. לדוגמא אם תצעד פחות מ 10 צעדים לא יהיה שינוי במספר הצעדים, זמן ושריפת הקלוריות. הדבר בא להבטיח דיוק במקרה של אימון לא רציף.


(4) בכדי למנוע מצב בו הספירה מתאפסת בטעות יש אפשרות לנעול את המקש המפעיל את הספירה, בכל מצב של ספירת צעדים לחיצה במשך 2 שניות על כפתור SELECT תנעל את מד הצעדים והסימן  יופיע. ראה שרטוט מס 12.



FIG.12

במצב נעילה לחיצה נוספת במשך 2 שניות על כפתור SELECT תשחרר את מד הצעדים והסימן  יעלם

4. קריאה מהזכרון

(1) בכל מצב של מד הצעדים לחץ על START בכדי לקרוא נתונים מהזכרון. על גבי המסך תופיע המילה MEMORY ותאריך ההקלטה, חודש ומספר הסיודרי של ההקלטה, ואחרי 2 שניות יופיעו נתוני שריפת הקלוריות. לחץ על SELECT להציג את הנתונים הבאים. יש 7 תאים של נתונים (אימונים). ראה שרטוט 13.

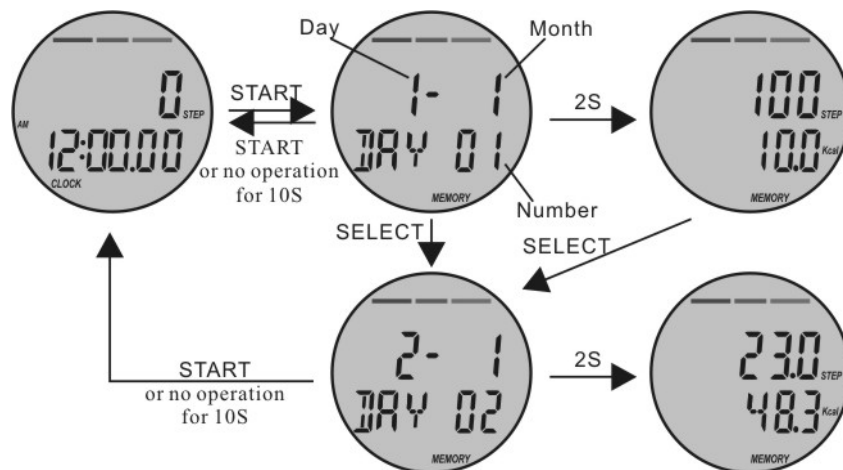


FIG.13

(2) כל אימון ישמר, אוטומטית, והנתונים החדשים יתאפסו.

מד דופק ו% שומן בגוף

1. הכנסת נתונים אישיים

לפני שימוש ראשון במד הצעדים ומד הדופק יש להכניס נתונים אישיים כמו: גיל, מין, משקלו גובה. אחרת הנתונים שיוצגו יהיו שגויים. ראה שרטוט מס 8 בכדי לראות איך מבצעים זאת.

2. מדידת דופק

לחץ על כפתור MODE בכדי לעבור למצב Heart rate/Heart rate%. ראה שרטוט מס 14.

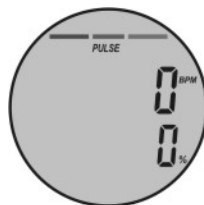


FIG.14

ענוד את השעון כאשר החלק המתכתי שבו נוגע, היטב, בגוף. הנח את שתי האצבעות, של היד השנייה, על שני הגלאים, במתואר בשרטוט מס. 15. בצורה כשאת יסגר מעגל ומד הדופק יוכל למדוד את קצב הלב. כאשר השעון יזהה פעימות הסימן ♥ יהבהב. התחום הנקרא על יד מד הדופק הוא 30~240BPM (beat per minute). אם מד הדופק לא יזהה פעימות במשך דקה השעון יעבור למצב של CLOCK.



FIG.15

- (1) השעון חייב להיות ענוד על היד בכדי למדוד את דופק הלב. אין אפשרות למדוד את דופק הלב של אדם אחר.
(2) לעיתים צריך להרטיב מעט את החלק המתכתי של השעון בכדי לגרום למגע טוב יותר עם הגוף.

3. מדידת אחוז שומן

- (1) במצב Heart Rate לחץ על כפתור SELECT להצגת Body Fat%. ראה שרטוט 16.

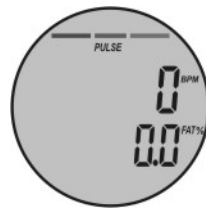


FIG.16

- (2) לחץ START ובצע את המדידה כפי שמתואר בשרטוט מס 15. התוצאות יוצגו כמתואר בשרטוט 17.



FIG.17

- (3) כאשר מודדים את % השומן בגוף, אם אין תצוגה במשך 10 שניות תוצג הודאת שגיאה Err כפי שנראה בשרטוט מס 18. לחץ, שנית, על כפתור START לבצע את המדידה.

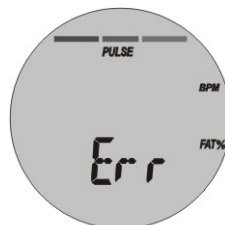


FIG.18

Fat% Figure Sex/Age	Underweight	Healthy	Slightly overweight	Overweight	Obese
Male/≤30	<14%	14%~20%	20.1%~25%	25.1%~35%	>35%
Male/>30	<17%	17%~23%	23.1%~28%	28.1%~38%	>38%
Female/≤30	<17%	17%~24%	24.1%~30%	30.1%~40%	>40%
Female/>30	<20%	20%~27%	27.1%~33%	33.1%~43%	>43%

מאפיינים טכניים

1. שעות ותאריכון

Date and time format: hour, minute, second, year, month, week, 12/24H

100 years auto-calendar: 2000-2099

Alarm: 1 daily alarm (hour: minute)

2. מד עצר

Count range: 0M00S00~59M59S99~99H59M59S

Within one hour with 1/100second

3. טיימר

Two timers: 99minute59second

4. מתאים לשיטה המטרית ולשיטה האימפרילית (הנהוגה בארה"ב)

5. מידות אישיות

Weight: 20~200 kg (Default: 70kg) Or 45~440 lbs (Default: 154lbs)

Height: 90~240cm (Default: 170cm) Or 35~95 inches (Default: 67 inches)

Gender: Men (m), Female (f) (Default M.)

Age: 10~99 (Default: 30)

6. דרגות אימון: בין 1 ל 3 (1 – ברירת המחדל)

7. קצב לב

Heart rate range: 30~240 BPM

Resolution: 1 BPM

Accuracy: ±1 BPM

Green zone HR percentage: <60%

Blue zone HR percentage: 60%≤HR percentage ≤85%

Red zone HR percentage: >85%

Target zone HR parentage range : MIN. 30%~99%

MAX. 31%~100%

8. תנאים סביבתיים

Operation: 0c~+50c

Storage: -100c~ +60c

Relative humidity: 10%~ 95%

9. סוללות

Wrist watch: 1PC CR2032 3V lithium battery

צ'ינהטיב טכנולוגיות יצור ושיווק בע"מ

ת.ד. 346, קיבוץ געש, 60951

טלפון: 09-9518301, פקס: 09-9518299

<http://www.chinatv.com> info@chinativ.com

עמוד 11 מתוך 14



Transmitter belt: 1PC CR2032 3V lithium battery

כתב אחריות

הגדרות :

1. צ'ינהטיב טכנולוגיות יצור ושיווק בע"מ: היבואן
2. המוצרים – מוצרים דיגיטליים אשר יובאו ע"י צ'ינהטיב.
3. הקונה - הגורם שרכש המוצרים
4. צ'ינהטיב אחראית כלפי הקונה המקורי בלבד לתקינותם של המוצרים שיובאו ונמכרו באמצעות צ'ינהטיב לגורמים שהוסמכו למכירת המוצרים ע"י צ'ינהטיב, מוצרים שיתגלו כלקויים במשך תקופת האחריות כמפורט בסעיף 3 להלן ואשר סיבת הליקויים הנם בטיב החומרים או בתקינות עבודת המוצר, יתוקנו ו/או יוחלפו באחרים או במשופצים בעלי תפקוד מקביל בשלמותם או בחלקם, והכל בהתאם לשיקול דעתה הבלעדית של צ'ינהטיב ועל חשבונה, בכפוף לתנאים המפורטים להלן:
5. כתב אחריות זה יהא בתוקף בכפוף להצגת חשבונית רכישה מקורית/ טופס קבלת ההטבה מהגורם הרוכש וכתב אחריות זה ע"י הקונה, ללא חשבונית וכתב האחריות המקורי לא יינתן שרות למוצר, כתב אחריות זה תקף למשך 12 חודשים מיום הרכישה, תקופת האחריות לא תוארך עקב בדיקות ו/או החלפות, מעבר למועדים הנקובים בסעיף זה. המוצרים ו/או החלקים המוחלפים יהיו לאחר ההחלפה רכוש צ'ינהטיב
6. צ'ינהטיב לא תהא אחראית במקרים הבאים:
 - א. במקרים בהם נוצרו הליקויים כתוצאה משמוש לא נכון או לא סביר ו/או טיפול שלא בהתאם להוראות היצרן ו/או רשלנות, הזנחה, אחזקה לקוייה, תאונה, שבר, נפילה, חדירת נוזלים ורטיבות, אספקת זרם או חשמל בלתי תקינה, פגעי טבע, חשיפה לשמש ו/או חום גבוה, חומרה או תוכנה לקויים ו/או חיבור לקוי במתח החשמל אליו מתחבר המוצר, חיבור ו/או תקלה במכשיר הטלפון/מחשב עמו קשור המוצר, פתיחת גוף המוצר וכל פעולה אחרת שאינה קשורה בשימוש הרגיל במוצר לפי ההוראות המצורפות ב. במקרה של תקלות בצידוד שלא סופק ע"י צ'ינהטיב ו/או שינויים שלא עפ"י הרשאת היבואן
7. אחריות צ'ינהטיב מוגבלת לתיקון המוצרים בלבד. צ'ינהטיב לא תהיה אחראית לנזקים ו/או הפסדים כלשהם שיגרמו לקונה ו/או לצדדים שלישיים ו/או לכל רכוש, בין במישרין ובין בעקיפין, כתוצאה מליקוי ו/או קלקול ו/או אי התאמה ו/או השבתת המוצר או חלק ממנו, ו/או כתוצאה מליקוי בהתקנתו ו/או בפעילותו ו/או מכל סיבה אחרת, צ'ינהטיב לא תהא אחראית הן במישרין והן בעקיפין לכל תקלה ו/או קלקול במכשירים אליהם מתחבר ו/או משמש המוצר כמשלים, יש לבדוק הפעלת המוצר למכשיר אחר לפני השימוש ולבדוק התאמתו – יש לבדוק את המוצר עם קבלתו
8. התיקונים לפי כתב אחריות זה יתבצעו ע"י צ'ינהטיב הן טלפונית ו/או במשרדי צ'ינהטיב ו/או במעבדות שהוסמכו על ידה (להלן: "המעבדות"). בשעות העבודה המקובלות אצלן. חובת הובלת המוצר אל צ'ינהטיב ו/או אל המעבדות ומהן תחול על הקונה בלבד הן ידנית והן ע"י משלוח בדואר/שליח וזאת עפ"י שיקולה של צ'ינהטיב. אם יתברר כי הליקוי אינו בתחום אחריותה של צ'ינהטיב כאמור לעיל, יהיה הקונה חייב לשלם לצ'ינהטיב בגין הנסיעה, העבודה, החומרים, האביזרים וכל הוצאה אחרת שנדרשו לביצוע העבודה במוצר, וכל זאת בהתאם למחירון שיהיה תקף באותה עת
9. אחריות צ'ינהטיב תתבטל מיידית ומאליה בקרות אחד או יותר מהמקרים המפורטים להלן:
 - יבוצעו תיקונים ו/או שינויים ו/או תוספות ו/או טיפולים טכניים במוצרים או בחלק מהם על ידי גורם ו/או אדם שלא הוסמך לכך על ידי צ'ינהטיב בכתב מראש. המוצרים או חלק מהם יועברו על ידי הקונה לצד שלישי. תווית הזיהוי של המוצר הוסרה או נעשתה בלתי קריאה. הליקוי נגרם כתוצאה מחיבור המוצר לציוד ו/או אביזרים, מכנית או חשמלית, שאינם מתוצרת המוצרים. שימוש במתח ו/או סוללה שאינו נכון

10. האחריות על פי תעודה זו ניתנת על ידי חברת צ'ינהטיב והנה תקפה בתחומי מדינת ישראל בלבד ובצמוד למוצר ולחשבונית הרכישה המקורית שנרכשו
11. סמכות שיפוטית הייחודית בכל הנוגע וקשור לכתב אחריות זה הנה בתי משפט המוסמכים בתל אביב
12. בכל מקרה של סתירה בין חוברת ההסבר באנגלית לעברית, יש לפנות לחוברת היצרן באנגלית - ט.ל.ח

שם וכתובת הרוכש : _____

שם המוכר : _____

תאריך ומקום רכישה : _____

המוצר הנרכש : _____

לכבוד : צ'ינהטיב טכנולוגיות יצור ושיווק בע"מ

ת.ד. 346 קיבוץ געש , 60951

טלפון: 09-9518301 פקס: 09-9518299
