

PROBLEEMOPLOSSING

Hartslagmeter horloge met afstands- en snelheidsmeting



Model No.: AB9-PUP-1A/1B/1C

Waarom is de afstands-aanduiding van mijn afgelegde afstand onjuist?

Hebt u een ijking uitgevoerd? Voor optimale resultaten moet een ijking voor zowel "lopen" als "rennen" worden uitgevoerd (zie punt 5.6.1 "Snelheidsijking en instellen van de totale afstand"). Schuifelend lopen, slecht schoenenwerk en een andere ondergrond kunnen leiden tot onnauwkeurige metingen. Bij het traplopen wordt er een kortere afstand aangegeven, omdat het horloge alleen is gemaakt voor activiteiten op rechte vlakken. Kies bij het wandelen en rennen het tempo zoals u het geijkt hebt. Houd er rekening mee dat de metingen bij weinig getrainde personen onnauwkeurig/onregelmatig kunnen zijn.

Waarom kan het liggen dat het calorieënverbruik of de vetverbranding niet klopt?

Controleer de invoer van de geboortedatum, gewicht en lengte (zie punt 5.3.1 "Tijd"). Schuifelend lopen, slecht schoenenwerk en een andere ondergrond kunnen ook leiden tot onnauwkeurige metingen. De calorieënverbruikmeting is slechts een berekende benaderingswaarde. Een exacte waarde van het calorieënverbruik kan geen enkel apparaat leveren.

Wat moet ik doen als ik eenmaal een ander gewicht heb?

Het nieuwe gewicht invoeren, want het ingevoerde gewicht blijft opgeslagen tot het veranderd wordt (zie punt 5.3.1 "Tijd").

Hoe kan het hartslagmeter horloge ertoe bijdragen dat ik fit blijf?

Voorbeeld: Als u ca. 60 kg lichaamsgewicht hebt en per dag 10.000 stappen rent/loopt, kunt u ongeveer 300 Kcal per dag verbruiken.

Hoe wordt het calorieënverbruik gemeten?

Het calorieënverbruik is in eerste instantie afhankelijk van het aantal stappen (juist ijken!) en van het lichaamsgewicht (juist lichaamsgewicht invoeren!). Natuurlijk spelen leeftijd en geslacht ook een rol.

Waarom geeft het hartslagmeter horloge geen hartslag aan?

Controleer de borstgordel. Mogelijk oorzaken van fouten zijn:

- De borstgordel is niet juist geplaatst.
- De huid is te koud of te droog.
- De sensorcontactoppervlakken zijn niet vochtig gemaakt of vies.
- Atmosferische of radio-interferenties treden op. bv. door krachtstroomleidingen (boven- en ondergronds), bovenleidingen, elektromotoren, automotoren, mobiele telefoons, vliegtuigen, enz.
- Te zwakke batterij in de borstgordel - vervangen.
- Afstand tot de borstgordel is te groot (max. 60 cm).
- Signalen van andere borstgordels op minder dan 2 meter afstand kunnen de oorzaak van onjuiste waarden zijn.

De aanduiding van de hartslagfrequentie is niet juist, waarom?

- Misschien zijn de sensorcontactoppervlakken van de borstgordel niet vochtig gemaakt.
- Controleer of de borstgordel strak om de borst zit.
- Controleer ook de batterij.
- Het tegelijkertijd gebruiken van het hartslagmeter horloge en een radiografische fietscomputer is af te raden, omdat de signalen van de zender van de fietscomputer kunnen leiden tot functiestoringen in het hartslagmeter horloge.
- Signalen van andere borstgordels op minder dan 2 meter afstand kunnen de oorzaak van onjuiste waarden zijn.

Waarom geeft het hartslagmeter horloge een wisselende of te hoge hartslagfrequentie aan?

Dit kan veroorzaakt worden door:

- elektromagnetische storingen, zoals bijvoorbeeld door krachtstroomleidingen (boven- en ondergronds), bovenleidingen, elektromotoren, automotoren, mobiele telefoons, andere trainingsapparaten ontstaan.
- Wisselingen in de hartslagfrequentie zijn normaal. De hartslagfrequentie kan dagelijks wisselen en hangt van veel factoren af.

Wat kan de oorzaak zijn dat de display van mijn hartslagmeter horloge niet meer reageert?!

Let op: Houd er rekening mee dat de volgende procedure alle eerder ingevoerde en opgeslagen gegevens zal wissen omdat een reset van de hartslagmonitor zal worden uitgevoerd.

Als de display "bevroren" is of vreemde tekens verschijnen:


- Houdt u de SET- en SEL-toetsen tegelijkertijd ingedrukt, tot alle segmenten kort oplichten of
- verwijder de batterij en plaats hem terug. Daardoor wordt de microprocessor gereset. Let op de kleine veer die uit het uurwerk kan schieten. Ga voorzichtig te werk zodat deze veer niet verloren raakt.

Het hartslagmeter horloge moet vervolgens weer normaal functioneren.

De display-aanduiding is zwak, moeilijk leesbaar, wat kan ik doen?

Vervang de batterij zodra de weergave zwakker wordt of als deze geheel wazig is (zie punt 5.9 "Batterijen verwisselen"). Let bij het plaatsen van nieuwe batterijen altijd op de juiste polariteit. Als de batterij vervangen is, moeten de persoonlijke gegevens opnieuw ingevoerd worden.

Waarom werkt het displaylicht niet?

Is de batterij misschien leeg? Batterij controleren en, indien leeg, vervangen door een nieuwe (1 x 3 V  CR2032). Let op +/-pool (zie punt 5.9 "Batterijen verwisselen").