

KULLANIM KILAVUZU 2630

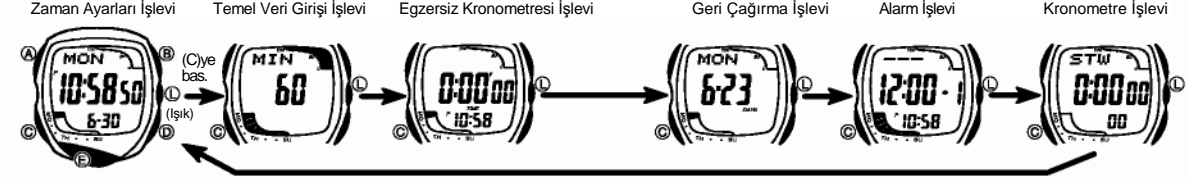
Bu Kılavuz Hakkında



- Tuş kullanımları yandaki resimde de gösterildiği gibi harfler kullanılarak anlatılmıştır.
- Bu kılavuzun her bölümü, saatin içindeki işlevleri kullanabilmeniz için gerekli olan bilgileri sunmak üzere hazırlanmıştır. Daha fazla detay yada teknik bilgi için lütfen "Referans" bölümüne bakınız.

Genel Rehber

- Bir işlemden başka bir işleme geçmek için (C)yi kullanınız.



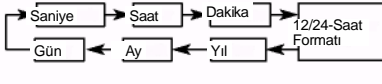
Zaman Ayarları



Zaman Ayarları işlevini kullanarak saati görebilir ve saat ayarı yapabilirsiniz. Zaman ayarlarını kullanarak alarmlar için sesli sinyal ve titreme seçeneklerini de ayarlayabilirsiniz.

Saat ve Tarihin Ayarlanması

1. Zaman Ayarları işlevinde, saniyeler yanıp sönmeye başlayana dek (A)ya basınız. Böylece ayarlar ekranına



3. Ayarlama yapmak istediğiniz bölüm yanıp sönmeye başladığında (E) ve (B) tuşlarıyla aşağıda gösterildiği şekilde ayarlama yapınız.

Ekran	Bunu yapmak için	Bunu yapınız:
00	Saniyeleri (00) sıfırlamak için	(E)ye basınız.
10:58	Dakika yada saat ayarlarını değiştirmek için	(E) (+) ve (B) (-).
12H	12 Saat formatı (12H) ve 24 Saat formatı (24H) arasında seçim yapmak için	(E)ye basınız.
00	Yıl ayarlarını değiştirmek için	(E)(+) ve (B) (-).
6-30	Ay yada gün ayarlarını değiştirmek için	(E)(+) ve (B) (-).

- Saniye haneleri 30 ile 59 arasındayken (E)ye basarak sıfırlama yaparsanız dakika hanelerine +1 dakika eklenir. Saniyeler 00-29 arasındaysa eklemeler olmaz.
- (A)ya basarak ayarlar ekranından çıkınız.
- Zaman Ayarlarında seçmiş olduğunuz 12 saat-24 saat formatı saatin diğer işlevlerinde de geçerli olur.
- Haftanın günü, tarih göstergesinin hemen devamında yazar. (yıl, ay ve gün)

Titreşim Seçeneği

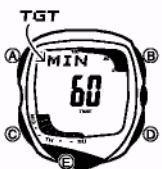
Titreşim seçeneği açıldığında, alarm işlevinde sesli sinyal yerine titreşim özelliği kullanılır. Böylece, sesli sinyalin çevrenizdekileri rahatsız edeceği durumlarda titreşimi kullanabilirsiniz.

- Titreşim seçeneği alarm sesi yerine kullanılır.
- Zaman ayarlarında titreşimin yada sesli sinyalin nasıl seçildiğini görmek için "Titreşimin yada Sesli Sinyalin Seçilmesi" adlı bölüme bakınız.
- Egzersiz Kronometresi işlevindeki hedef uyarısıyla ilgili bilgi almak için "Egzersiz Kronometresi"ne bakınız.
- Günlük alarm ve Saat başı alarmıyla ilgili bilgiler için "Alarm" işlevine bakınız.
- Titreşim özelliği çalıştığı saatin metal kayışından ses gelebilir. Bu metal bantın titreşiminden kaynaklanan bir sestir, saatte arıza olduğu anlamına gelmez.



Zaman Ayarları işlevinde (D) tuşuna iki saniye boyunca basarak titreşim seçeneği (VIB yazısı görünür) ve sesli sinyal seçeneğini (VIB yazısı görünmez) seçiniz. • Titreşim seçeneği açık göstergesi (VIB) saatin tüm işlevlerinde ekranda görünür.

Temel Veri Girişi



Bu saatle, yürüyüş ölçümü yapmadan önce Temel Veri Girişi işlevine girmeli ve şu anki adım uzunluğunuzu ve halihazırdaki kilonuzu yazmanız gerekir.

- Temel Veri Girişi işlevini kullanarak hedef zaman, kalori mesafe yada adım sayısı ayarlayabilirsiniz. Daha fazla bilgi için "Hedeflenen Değerlerin Ayarlanması" adlı bölüme bakınız.
- Temel Veriler, Egzersiz Kronometresi işlevindeki egzersiz verilerinin hesaplanması için kullanılır.
- Bu bölümdaki tüm işlemler, (C) tuşuna basarak girebileceğiniz.
- Temel Veri Girişi işlevinde gerçekleştirilmektedir.

Önemli !

- Temel veriler, adım uzunluğunuz yada kilonuz değiştiğinde veya saatin Egzersiz Kronometresi işlevini bir başkası kullanacağı zamanlarda değiştirilmelidir.
- Adım uzunluğunuz ve halihazırdaki kilonuzla ilgili bilgilerin nasıl yazılmayacağını öğrenmek için "Temel Verilerinizin Yazılması" adlı bölüme bakınız.
- Egzersiz kronometresi çalışmaktayken temel verilerinizi değiştiremezsiniz. Temel veri ayarlarınızı değiştirmeden önce Egzersiz Kronometresini durdurmanız gerekir.

Kilo

Kilo biriminiz olarak paund (Lb) yada kilogramı (KG) seçebilirsiniz. Her birimin artışı ve aralığı aşağıda gösterilmektedir.

Kilo birimi	Ayar aralığı	Ayarlama artışı
Paund (Lb)	66 ile 330	2
Kilogram (KG)	40 ile 150	1

Adım Uzunluğu

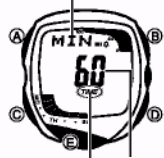
Adım uzunluğu birimi olarak inç (IN) yada santimetre (CM) kullanabilirsiniz. Seçtiğiniz birim aşağıda gösterildiği gibi Egzersiz Kronometresi işlevinde ve Geri Çağırma işlevinde ölçülen mesafe değeri için de kullanılacaktır.

Adım uzun. birimi	Setting Range	Setting Increment	Mesafe birimi
Inç (IN)	14 ile 76	1	Mil(MI)
Santimetre (CM)	40 ile 160	2	Kilometre (KM)

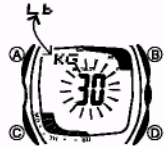
• Bu ayarlama için değer hesabının nasıl yapıldığı aşağıdaki örnekte gösterilmektedir: 372adım 330 yarda yı kapsar
 $330 \text{ (yarda)} / 372 \text{ (adım)} \times 36 = 31.94 \text{ (yaklaşık } 32 \text{ inç)} \quad 372 \text{ adım } 300 \text{ metre olursa}$
 $300 \text{ (metre)} / 372 \text{ (adım)} = 0.806 \text{ (yaklaşık } 8 \text{ santim)}$

Temel Verilerinizin Yazılması

Ölçüm birimi



Veri değeri
Veri tipi göstergesi (hedef tipi göstergesi)



Hedeflenen Değer (zaman, kalori, mesafe, adım sayısı)
Adım uzunluğu (CM yada IN) ← Kilo (KG yada Lb)

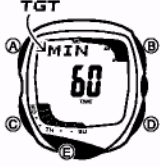
1. Temel Veri Girişi işlevine giriniz.
2. Temel Veri Girişi işlevinde 4 farklı ekran bulunmaktadır: hedeflenen zaman (TIME), hedeflenen kalori (CAL), hedef mesafe (DIST) yada adım sayısı (STEP). Veri girişinizi hangi ekranın görüntüde olduğuna bakmaksızın yapabilirsiniz.
3. Hedef değerlerinin ayarlanması ile ilgili daha fazla bilgi için "Hedef Değerlerin Ayarlanması" adlı bölüme bakınız.
4. Halihazırdaki veri yanıp sönmeye başlayana dek (A)ya basınız. Böylece ayarlar ekranına geçersiniz.
5. Adım uzunluğu ve kilo ayarlarını seçmek için (C)yi kullanınız

Not

- Adım birimini yada kilo birimini değiştiremiyorsanız (A)ya basarak ayarlar ekranından çıkınız. Egzersiz Kronometresi işlevine girerek buradaki rakamları sıfırlayınız ve sonra Egzersiz Kronometresi Kayıtlarını siliniz. Bu işlemlerden sonra kilo birimini ve adım uzunluğu birimini değiştirebilirsiniz.
- 5. (A)ya basarak ayarlar ekranından çıkınız.

KULLANIM KILAVUZU 2630

Hedeflenen Değerlerin Ayarlanması

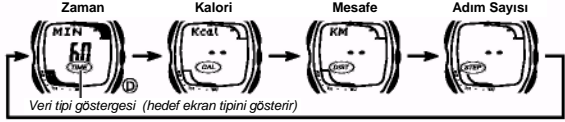


Temel verilerinizi ayarlamaz dışında, Temel Veri Girişi İşlevini kullanarak hedeflediğiniz zamanı, kaloriyi, mesafeyi yada adım sayısını belirleyebilirsiniz. Egzersiz Kronometresi İşlevini kullanırken bu hedeflerden birini seçerek ölçüm yapabilirsiniz. Seçilen hedefinize vardığınızda saat titreşimle (titreşim yada sesli sinyalle) alarm vererek bunu size bildirecektir. • Aşağıda, varolan hedef değerlerinin aralıkları ve ayarlama artışları verilmiştir.

Hedeflenen	Ayarlama aralığı	Ayarlama Artışı
Zaman (MIN)	0 ile 500 dakika	10
Kalori (Kcal)	0 ile 2,000.00 kcal	50
Mesafe (KM) (MI)	0 ile 50.00 km 0 ile 50.0 mil	0.50km 1.0 mi
Adım sayısı	0 ile 50,000	500

Hedeflenen Değeri Ayarlamak İçin

1. Temel Veri Girişi İşlevinde, aşağıda gösterilen hedef çeşidi ekranları arasında (D) tuşu ile dolaşarak, ayarlama yapmak istediğiniz ekranı seçiniz.



• Yukarıdaki mesafe ekranındaki veriler, adım uzunluğu birimi olarak santimetreyi seçtiğinizde kilometre (KM) olarak görünür. Adım uzunluk birimi olarak inç seçerseniz, mesafe ekranında ölçülen birim mil (MI) olacaktır.

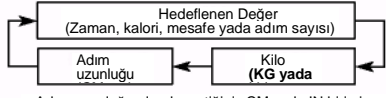
• Hedeflenen değer ekranlarından birinde mutlaka bir hedef değeri bulunur. Diğer ekranlarda ise hedef değerinin yerinde "-.-" bulunur. Ekranında "-.-" bulunan bir hedef değerini değiştirerek siz hedeflenen değerini ayarlarsanız, başka bir hedef ekranındaki hedeflenen değer yerinde "-.-" görünecektir.

• Fabrika ayarlarında hedeflenen zaman ekranı (TIME) hedef değeri "60" (dakika) olarak belirlenmiştir.

Ölçüm birimi



2. Halihazırdaki veri girişi yapıp sönmeye başlana dek (A)ya basınız böylece ayarlar ekranına geçersiniz. • Bu noktada (C) tuşunu kullanarak aşağıdaki sırada dizili olan diğer ayarlar ekranı ayarlarına geçebilirsiniz.



• Adım uzunluğu olarak seçtiğiniz CM yada IN birimi ekranda ölçüm birimi olarak görünür. Kilo için seçmiş olduğunuz KG yada Lb de ölçüm birimi olarak ekranda görünecektir.

3. Hedeflenen değeri seçtikten sonra (E) (+) ve (B) (-) ile ayarlama yapınız.
• Bir kerede yalnızca bir hedef tipinin ayarlamasını yapabilirsiniz. (zaman, kalori, mesafe yada adım sayısı). Halihazırda ekranında "-.-" görünen bir ekrana hedeflenen değerini yazdığınızda bu defa başka bir ekranın içeriği "-.-" olarak değişecektir.

4. (A)ya basarak ayarlar ekranından çıkınız.

Egzersiz Kronometresi

Geçen Zaman

(Saat: Dakika Saniye)



Hafta grafiği Veri tipi göstergesi Zaman Ayarları İşlevindeki saat

Temel veri girişinizi yaptıysanız ve 15 saniyelik adım hızı sinyalinin belirlenmediyse, Egzersiz Kronometresi işlevi sadece yürürken harcadığınız zamanı değil aynı zamanda ne kadar kalori yaktığınızı, ne kadar mesafe kat ettiğinizi ve hatta kaç adım attığınızı da hesaplayacaktır. Eğer belirlediğiniz bir hedefiniz varsa, bu hedefinize ulaştığınızda Egzersiz Kronometresi işlevi bunu size alarm yoluyla haber verecektir.
• Bu bölümde yapılan tüm işlemler, (C) tuşuna basarak girebileceğiniz Egzersiz Kronometresi İşlevinde bulunmaktadır.

Egzersiz Kronometresi Nasıl Çalışır

Egzersiz Kronometresini ilk kez çalıştırıp ölçüm yapıp, veri hesaplayıp bunu da hafızaya kaydetmeden önce şu ayarların yapılmış olması gerekir.

1. Temel verilerinizi ayarlayınız. "Temel Verilerin Yazılması" bölümüne bakınız.
2. Hız sinyalinin ayarlayınız. "Hız Sinyali Hakkında" bölümüne bakınız.

Not

- Doğru kalori ve mesafe ölçümü yada adım hesabı sonucu almak için kilonuzu ve adım uzunluğunuzu doğru yazmanız ve 15 saniyede bir gelen hız sinyalinin adimlerinizi uyarlamazın gereklidir.
- Egzersiz Kronometresi değerleri otomatik olarak hafızaya kaydedilir ve her gün saat 12.00am de silinir.
- Egzersiz Kronometresi çalışırken saat 12.00am e ulaşırsa halihazırdaki geçen zaman değeri saatin hafızasına kaydedilir.
- Yeni günün başlamasıyla birlikte işlem sıfırdan başlayarak geçen zaman ölçümüne devam eder. Aşağıda, her değer için ölçüm ve hesaplama aralıkları verilmiştir.

Bölüm	Aralık	Birim	Ekran Tazeleme Aralığı
Zaman	0 ile 20 saat	1 saniye	1 saniye
Kalori	0 ile 9,999.99 kcal	0.01 kcal	10 saniye
Mesafe (KM) (MI)	0 ile 99.99 km 0 ile 99.9 mi	0.01 km 0.1 mi	1 hız sinyali sesi
Adım sayısı	0 ile 999,999	1	1 hız sinyali sesi

• Zaman değeri 20 saate ulaştığında Egzersiz Kronometresi geçen zaman işlemi otomatik olarak duracaktır.

Hız Sinyali Hakkında

Bu saatin hız sinyali sizin ayarladığınız zaman aralığına bağlı olarak çalışır. Hız sinyalinin kullanılarak, yürüyüş esnasındaki hızınızı sabitleyebilirsiniz.

- Ayarlanmış olduğunuz hız sinyali dakikada kaç adım attığınızı hesaplanmasını sağlar.
- Hız sinyali açıldığında, hız sinyali, tarafından belirlenen oranda saat sinyali verir.
- Eğer titreşim özelliği kullanılmıyorsa, saat sinyali vermez. Eğer hız sinyalinin kullanılmak istiyorsanız, titreşim özelliğinin kapatılması prosedürünü izleyerek titreşimi kapatınız.



1. Egzersiz Kronometresi işlevinde (E)ye basınız.
 - Böylece ekrana halihazırdaki hız değeri gelir.
2. Yürümeye başlınız. Yürürken, adminizin her zemine değişinde (E)ye tekrar basınız. Böylece 7 adım atınız.
- 7. adımda da (E)ye bastığınızda, saat ortalama hızınızı hesaplayacak ve ekrana uygun hız değerini getirecektir.
- Daha sonra, ekrandaki değere bağlı olarak yaklaşık 15 saniyede bir saat sinyali verecektir. Hız sinyalinin (E) tuşu dışında herhangi bir tuşa basarak durdurabilirsiniz.
- Eğer ekrana ERR (hata) yazısı gelirse, bu saatin dakikada atılan adım sayısı hesabında ortalama rakamı 80-180 adım aralığı dışında bulunmuş olmasındandır.
- ERR yazısı ekranda iki saniye kadar kalacaktır. Bundan sonra bu prosedürün 1. basamağındaki halihazırda ayarlanmış hız sinyali ekrana gelir. Yeni bir hız sinyali ayarlamak için 2. basamaktan devam ediniz.
3. Hız değeri ekranından çıkmak için, (E) ve (L) dışında bir tuşa basmanız yeterlidir.

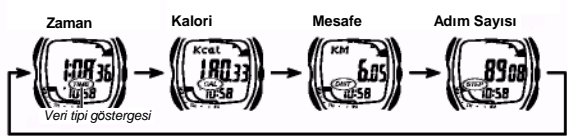
Hız Sinyalinin Sesini Duymak İçin

Egzersiz Kronometresi işlevinde (A)ya basarak hız sinyalinin duyabilirsiniz. Hız sinyali ortalama 15 saniyede bir çalar ve siz onu bir tuşa basarak durdurana dek çalışmaya devam eder.

• Eğer titreşim özelliği seçilmişse hız sinyali çalışmayacaktır. Eğer hız sinyalinin kullanılmak istiyorsanız, "Titreşim Özelliği ve Sinyal Sesi arasında Seçim Yapmak İçin" adlı bölüme bakarak titreşimi kapatınız.



Egzersiz Kronometresi geçen zaman ekranı



- Siz Egzersiz Kronometresi işlevinden çıksanız dahi Egzersiz Kronometresi çalışmaya devam eder.
- Eğer hedeflediğiniz bir değeriniz varken Egzersiz Kronometresini çalıştırırsanız, saat hedef değerimize ulaştığınız zaman bunu size bildirmek için 5 saniye boyunca alarm (sinyal yada titreşim) verir.

Egzersiz Kronometresini Tamamen Sıfırlamak İçin

1. Egzersiz Kronometresi işlevine giriniz.
2. Egzersiz kronometresi işlevinin kapatılmış olduğundan emin olunuz.
3. Saatten sinyal sesi gelinceye dek (D)ye basınız.
- Böylece ekrana 2 saniyelik CLR yazısı gelecektir. Daha sonra sıfırlama işlevinin tamamlanmasını sağlayan Egzersiz kronometresi geçen zaman ekranı sıfırlanmış olarak ekrana gelecektir.

Not

• Yukarıdaki prosedürü izleyerek sıfırladığınız Egzersiz Kronometresi değerleri saat hafızasına kaydedilmez.

KULLANIM KILAVUZU 2630

Gerçek Çağırma İşlevi



Gerçek Çağırma işlevini kullanarak, Egzersiz Kronometresi kayıtlarına bakabilir ve onları silebilirsiniz.
• Bu bölümde yapılan tüm işlemler, (C) tuşuna basarak girebileceğiniz Gerçek Çağırma İşlevinde bulunur.

Hafıza Yönetimi Hakkında

Saat, 3 tip Egzersiz Kronometresi kaydı tutar: Günlük, haftalık ve artan hesap. Her kayıta bir başlık ekranı; zaman, kalori, mesafe ve adım sayısını içeren 4 veri

Günlük Kayıtlar

İçerik: 7 günün her biri için bir kayıt (Pazartesi'den Pazara dek) Kayıt zamanı: Her gün gece yarısında (12.00 am)

Haftalık Kayıtlar

İçerik: 10 haftaya kadar her hafta için bir kayıt (#01 ile #10 arası) Kayıt Zamanı: Her pazartesi gece yarısında (12.00 am)

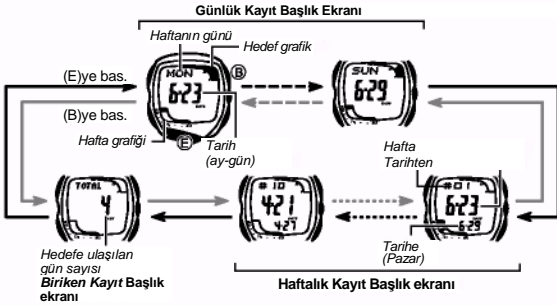
Biriken Kayıt

İçerik: Son tamamen sıfırlama yaptığınız günden beri yapılan tüm kayıtlar (TOTAL) Kayıt Zamanı: Her gün gece yarısı (12.00 am)

- İçinde bulunduğunuz günün kayıtlarını Gerçek Çağırma İşlevinde göremezsiniz. (henüz kaydedilmemiş oldukları için).
- Günlük bir kayıt kaydedildiğinde, bir önceki haftanın aynı günde yapılan kaydı da haftalık kayıt olarak değiştirir.
- Gün boyunca hiçbir Egzersiz Kronometresi işlemi yapmasanız da, gece yarısında saat sıfırlama işlemini otomatik olarak yapar.
- Hafızada haftalık 10 tane kayıt olduğu halde yeni bir haftalık kayıt yaparsanız, hafızadaki en eski haftalık kayıt silinir ve yenisi kaydedilir.
- Gerçek Çağırma işlevi, Zaman Ayarları İşlevindeki ayarları kullanır (yıl, ay, gün). Zaman Ayarları İşlevindeki tarih ayarlarını değiştirirseniz, saat hafızasındaki tüm günlük kayıtlar silinir. Fakat hafızadaki haftalık ve biriken kayıtlar silinmez.

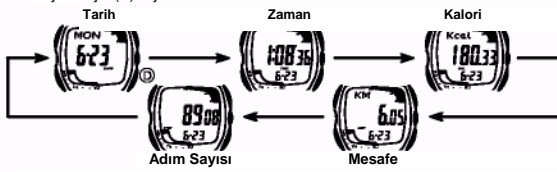
Egzersiz Kronometresi Kayıtlarının Gerçek Çağırılması

1. Gerçek Çağırma İşlevinde, (B) ve (E) tuşlarını kullanarak başlık ekranları arasında dolaşın ve istediğini veri tipini ekranla getiriniz.



- Gerçek Çağırma İşlevinde en son görüntülediğiniz kayıt, Gerçek Çağırma İşlevine bir sonraki girişinizde karşınıza ilk çıkacak olan ekrandır.
- 7 tane günlük kayıt vardır. Bunun anlamı haftalık kayıt #01'e ulaşmak için günlük kayıta 7 kez (E) tuşuna basmanız gerektirir.
- En fazla 10 tane haftalık kayıt hafızası vardır. Bunun anlamı, Biriken kayıt ekranına geçmek için #01. haftalık kayıttan itibaren 10 kez (E) tuşuna basmanız gerektirir.

2. Bir başlık ekranı seçtikten sonra, aşağıda gösterilen sıradaki veriler arasında dolaşmak için (D) tuşunu kullanınız.



- Haftalık, günlük ve biriken kayıtlar için de aynı ekranlar geçerlidir.

Tüm Egzersiz Kronometresi Kayıtlarını Silmek İçin

Gerçek Çağırma İşlevinde, saatten sinyal sesi gelinceye ve CLR yazısı yanıp sönmeye bırakana dek (A)ya basınız.
• Böylece hafızadaki tüm Egzersiz Kronometresi kayıtları silinecektir.

Alarmlar



Saat, dakika ve hafta gününü belirleyebileceğiniz 5 farklı alarm kurabilirsiniz. Alarmlardan biri açıldığında, ayarlanan zamanına ulaşan saat alarmı (titreşim yada sinyal) verir. Öte yandan saat başı alarmını açarak saatin her saat başı 2 kez titreşmesini yada sinyal vermesini de sağlayabilirsiniz.

- 1 ile 5 numaraları arasında 5 alarm ekranı bulunur. Saat başı alarmı ise :00 olarak gösterilir.
- (C) tuşuna basarak girebileceğiniz Alarm İşlevinde Alarm kurabilir yada Saat başı alarmını ayarlayabilirsiniz.

Alarm saati
(Saat: Dakika)

Alarm Çeşitleri

Alarm çeşitleri aşağıda gösterildiği gibi sizin şekillendirdiğiniz ayarlara bağlıdır.

Günlük Alarm

Alarm zamanı için saat ve dakika ayarı yapınız. Böylece her gün aynı saatte saat alarmı çalar. (titreşim yada sinyal)

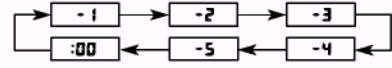
Haftalık Alarm

Alarm zamanı için saati, dakika ve hafta günü ayarı yapınız. Böylece saat her hafta aynı gün aynı saatte alarm çalar. (titreşim yada sinyal)

Bir Alarm Saatini Ayarlamak İçin



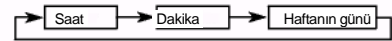
1. Alarm İşlevinde (D)ye basarak alarm ekranlarını görüntüleyiniz.



2. Alarm zamanının saat haneleri yanıp sönmeye başlayana dek (A)ya basıp, ayarlar ekranına geçiniz.

• Böylece alarm otomatik olarak açılmış olur.

3. Aşağıdaki sırada dizilmiş olan diğer ayarlara geçmek için (C)ye basınız.



4. Bir ayar bölümü seçilmeden (E) (+) ve (B) (-) ile ayarlama yapınız.

• Haftanın günü ayarını içermeyen bir alarm ayarlamak için (günlük alarm) haftanın günü için "-----" ayarını yapınız. Haftanın günü ayarı geldiğinde (E) ve (B) tuşlarına birlikte basarak ----- işaretlerinin görünmesini sağlayınız.

• 12 saat formatını kullanarak ayarlama yapıyorsanız, saatin a.m (gösterge yok) yada p.m (P göstergesi) ayarlarını doğru yapmaya dikkat ediniz.

5. (A)ya basarak ayarlar ekranından çıkınız.

Alarm İşlemi

Alarm işlemi (titreşim yada sinyal) başlangıcından itibaren 10 saniye boyunca çalar.

• Herhangi bir tuşa basarak çalmakta olan alarmı durdurabilirsiniz.

• Alarm ve Saat başı alarmı işlemleri Zaman Ayarları İşlevi ayarlar ekranı hariç saatin tüm işlevlerinde çalışır.

Alarmı Test Etmek İçin

Alarm İşlevinde (D) tuşuna basarak alarmı duyabilirsiniz.

Bir Alarmı Açmak yada Kapatmak İçin

1. Alarm İşlevinde (D) tuşuna basarak alarm ekranını görüntüleyiniz.

2. (B)ye basarak açma (III görünür) ve kapama (III görünmez) işlemini yapabilirsiniz.

• Alarm açık göstergesi (III) Zaman Ayarları ayarlar ekranı dışında tüm işlevlerde ekranda görünür.



Saat Başı Alarmının Açılıp Kapatılması

1. Alarm İşlevinde (D) tuşuna basarak Saat Başı alarmı ekranını görüntüleyiniz.

2. (B)ye basarak açma (A göstergesi) ve kapama (A görünmez) işlemlerini yapabilirsiniz.

• Saat başı alarmı açık göstergesi (A) tüm işlevlerde ekranda görünür.

Kronometre



Kronometre, geçen zamanı, ayrık zamanı ve iki ayrı bitişli yarışları ölçmenizi sağlar.

Not

• Kronometre işlevi ile Egzersiz Kronometresi birbirinden bağımsız çalışır. Bu yüzden, Kronometre İşlevinde yaptığınız ölçümler hafızaya kaydedilmezler. Öte yandan Kronometre ile ölçülen zamanlar, Gerçek Çağırma İşlevinde görünen kayıtlar arasında bulunmaz.

• Kronometrenin görüntülenen zaman aralığı 23 saat, 59 dakika, 59.99 saniyedir.

• Kronometre siz onu durdurana kadar limitine her ulaştığında sıfırdan tekrar başlayarak sayımına devam eder.

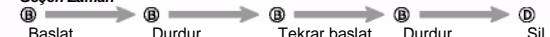
• Kronometre işlemi, siz kronometre İşlevinden çıkarsanız dahi devam eder.

• Bir ayrık zaman ölçümü dondurulmuş halde ekrandayken Kronometre İşlevinden çıkarsanız, ayrık zaman ölçümü silinir ve saat geçen zaman ölçümüne döner.

• Bu bölümde yapılan tüm işlemler (C) tuşuna basarak girebileceğinizi Kronometre İşlevinde yer almaktadır.

Kronometre ile Zaman Ölçmek İçin

Geçen Zaman



Ayrık Zaman



İki Ayrı Bitişli Yarış



KULLANIM KILAVUZU 2630

Arka Işık



Otomatik arka ışık açık göstergesi

Arka ışık EL (elektro luminescent) panelini kullanarak karanlık mekanlarda ekranı aydınlatarak ekran okumasını kolaylaştırır. Saatin otomatik arka ışığı, siz saati yüzünüze doğru çevirdiğinizde otomatik olarak yanar.

- Otomatik arka ışığın çalışması için (otomatik arka ışık açık göstergesi ile belirtilir) açılması gerekir.
- Arka ışığın kullanımı ile ilgili önemli bilgiler için "Arka Işık Uyarıları" bölümünün okuyunuz.

Arka Işığın el ile Açılması

Her türlü işlevde (L) tuşuna basarak ekranı 2 saniyelikliğine aydınlatabilirsiniz.

- Bu işlem halihazırda otomatik arka ışık ayarlarından bağımsız olarak çalışır.

Otomatik Arka Işık Anahtarı

Otomatik arka ışık anahtarını açtığınızda, kolunuzun pozisyonunu aşağıda gösterildiği şekle getirdiğinizde, her türlü işlevde ekran 2 saniyelikliğine aydınlanacaktır.



Uyarı!

- Otomatik arka ışık anahtarını kullanarak ekran aydınlatması yaptığınızda güvenli bir konumda olduğunuzdan emin olunuz. Koşarken yada başka bir aktivite yaparken bu paneli kullanıyorsanız dikkatli olunuz, kaza yada yaralanmaya sebebiyet verebilir. Öte yandan aniden yanan arka ışığın sizin ve etrafınızdaki insanların dikkatlerinin dağılmasına dikkat ediniz.
- Saat kolunuzdayken, bisiklet, motosiklet yada başka bir motorlu araç kullanıyorsanız lütfen otomatik ışık anahtarını kapatınız. Aniden ve zamansız yanan arka ışık dikkatinizi dağıtabilir ve bu da bir kazaya yada kişisel yaralanmanıza sebep olabilir.

Otomatik Arka Işığın Açılıp Kapatılması

- Zaman Ayarları işlevinde 2 saniye boyunca (L) tuşuna basarak, otomatik ışık anahtarı açık () göstergesi) yada () görünmez) kapalı durumları arasında seçim yapınız.
- Otomatik arka ışık açık göstergesi () otomatik arka ışığın açık olduğu zamanlarda tüm işlevlerde ekranda görünür.
 - Pili hızlı zayıflamasını engellemek için açılmasından 5 saat sonra otomatik arka ışık otomatik olarak kapatılır.

Referans

Bu bölüm saatin özellikleriyle ilgili daha detaylı ve teknik bilgi içermektedir. Öte yandan saatin farklı işlemleri için uyarılar ve notlar barındırmaktadır.

Hafta Grafiği

Haftalık grafikte 7 arı bölüm vardır, her biri haftanın bir gününü ifade eder.

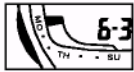
Zaman Ayarları İşlevi ve Egzersiz Kronometresi İşlevi: Halihazırda tarih yanar, haftanın tüm günleri için varolan bölümler, ulaşılan güne değin karartılmıştır.

Geri Çağırma İşlevi: Günlük kayıt: Halihazırda geri çağırılan günün bölümü karartılmıştır.

Haftalık Kayıt: Hedefin ulaştığı, haftanın tüm seçilen günlerinin bölümleri karartılmıştır.

Alarm İşlevi: Haftalık alarmın kurulduğu güne kadarki günlerin bölümleri karartılmıştır.

- Geri Çağırma işlevinin biriken kayıt ekranında ve Kronometre işlevinde haftalık grafik bölümleri karartılmaz ve yanıp sönmezler.
- Aşağıda, haftanın her günü için kullanılan kısaltmalar yer almaktadır.



Pazartesi: MO
Salı: (hiçbirşey)
Çarşamba: (hiçbirşey)
Perşembe: TH
Cuma: (hiçbirşey)
Cumartesi:

Hedef Grafiği

Hedef grafiğinde her birinin hedef değerinin %10'unu temsil ettiği 10 bölüm bulunmaktadır. Aşağıda, hedef grafiğinin her işlevde nasıl gösterildiği anlatılmaktadır.

Zaman Ayarları İşlevi ve Egzersiz Kronometresi İşlevi: Gün boyu kazanılan hedef değeri oranını belirtmek üzere bölümler karartılır.

Geri Çağırma İşlevi Günlük Kayıtlar: Geri çağırılan haftanın günü boyunca kazanılan hedef değeri oranını belirtecek şekilde bölümler karartılır.

- Hedef grafiği bölümleri Geri Çağırma İşlevinin haftalık kayıt ve biriken kayıt ekranlarında karartılmaz ve yanıp sönmez. Saat o ana kadar yapmış olduğunuz ayarları otomatik olarak kaydederek ayarlar ekranından çıkar.

Otomatik Geri Dönüş Özelliği

Bir ekranı üzerinde yanıp sönen haneler bulunduğu halde, hiçbir işlem yapmadan 2-3 dakika bırakırsanız saat o ana kadar yapmış olduğunuz ayarları kaydederek ayarlar ekranından çıkar.

Tarama

(B) ve (E) tuşları saatin birçok işlevinde ve ayarlar ekranında, ekrandaki verilerin taranması için kullanılır. Pek çok durumda bu tuşları basılı tutmak, yapılan tarama işleminin en yüksek hızda yapılmasını sağlar.

İç Ekranlar

Temel Veri Girişi İşlevine, Geri Çağırma İşlevine ve Alarm İşlevine girdiğinizde ilk karşınıza çıkan ekran, bu işlevlerde en son görüntülediğiniz ekrandır.

Zaman Ayarları

- 12 saat formatında, öğlen 12.00'dan gece yarısı 11.59 p.m'e kadar P göstergesi ekrandadır.
- Gece yarısından gündüz 11.59 a.m'e kadar ise herhangi bir gösterge ekranda bulunmaz.

- 24 saat formatında, zaman 0:00 ile 23.59 aralığında herhangi bir göstergesi olmaksızın ilerler.
- Yıl ayarı 2000 ile 2049 arasında yapılabilir.
- Saatin tam otomatik takvim özelliği farklı ay uzunluklarını ve eksik yılları otomatik olarak algılar. Saatin pillerini değiştirdiğiniz zaman hariç, bu ayarları tekrar yapmanız gerekmez.

Egzersiz Kronometresi

- Bu saat tarafından hesaplanan kalori miktarı, sadece yürüyüş sırasında yakılan kalori miktarını içerir.
- Verilen miktardaki bir egzersizin sağladığı kalori kaybı, kişiden kişiye değişir. (çünkü herkesin vücut yapısı vs. farklıdır). Bu saat genel kabullere dayanarak hesaplama yapar. Bu yüzden saatin yaptığı hesaplama, yaklaşık bir değer ve tahmin olarak algılanmalıdır.

Arka Işık Uyarıları

- Electro-luminescent paneli uzun kullanımlar sonucunda eski gücünü kaybeder.

- Arka ışık tarafından sunulan aydınlatma, güneş altında kullanıldığında ekran okumasını zorlaştırır.
- Ekran aydınlatıldığında saatten bir ses gelebilir. Bu aydınlatma sırasında EL panelinin meydana getirdiği titreşimden kaynaklanmaktadır. Saatte arıza olduğu anlamına gelmez.
- Alarm çalmaya başladığında (titreşim yada sinyal), arka ışık otomatik olarak söner.
- Arka ışığın çok sık kullanımını pili zayıflatır.

Otomatik Arka Işık Uyarıları

15 dereceden fazla kaldırmayınız.



- Saatin yüzü 15 dereceden fazla kalkık yada paralel düzlemde düşükse arka ışık yanmaz. Elinizin yere paralel olmasına dikkat ediniz.
- Saati yüzünüze doğru tutmaya devam etmeniz de arka ışık 2 saniye sonra söner.
- Sürekli bir elektrik yada manyetik bir güç, otomatik arka ışığın düzgün çalışmasını engelleyebilir. Eğer arka ışık çalışmıyorsa saati tekrar başlangıç pozisyonunda tutunuz (yere paralel) ve tekrar yüzünüze doğrultunuz. Yine çalışmıyorsa kolunuzu aşağı bırakın ve tekrar kaldırın.
- Bazı koşullarda, saati yüzünüze doğru çevirdiğiniz ilk saniyede arka ışık yanmaz. Bu arka ışıkla ilgili bir arıza olduğu anlamına gelmez.

