

Bluetooth 4.0 Heart Rate Chest Strap

Art.no 31-5449 Model TD0033

Please read the entire instruction manual before using the product and save it for future reference. We reserve the right for any errors in text or images and any necessary changes made to technical data. If you have any questions regarding technical problems please contact our Customer Services.

Safety

- If you are unsure how hard you can exercise, consult your doctor or coach before using this product.
- A rough value for your heart rate can be calculated by subtracting your age from 220. If you are 40, your heart rate would thus be $220 - 40 = 180$.
- This product must not be used by anyone (including children) suffering from physical or mental impairment. This product should not be used by anyone who does not have the proper experience or knowledge of the product unless they have been instructed in its use by someone who takes responsibility for their safety. Never let children play with the product.
- Never modify the product.

Product description

Chest strap which monitors your heart rate and sends data to your smartphone. For use with various fitness apps. The strap is watertight to a depth of 5 metres. Batteries: 1 × CR2032 (included).

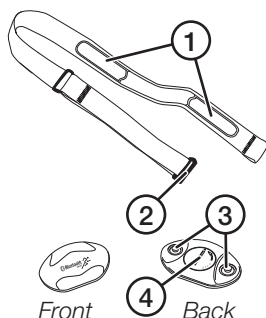
Buttons and functions

Chest strap

1. Electrode
2. Clasp

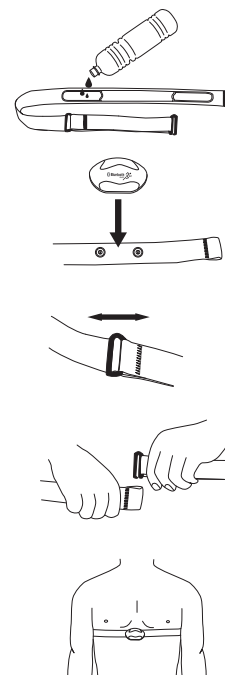
Transmitter

3. Buttons
4. Battery cover



Getting started

1. Moisten the electrodes on the strap with ECG gel or water.
2. Attach the heart rate sensor to the strap.
3. Pass the strap around your chest just below the chest muscles, and slot the hook into the loop on the other end of the strap.
4. Adjust the strap length to fit tightly but comfortably.
5. Make sure that the moistened electrodes are firmly pressed against your skin and that the heart rate sensor is in the centre of your chest with the logo the right way up.



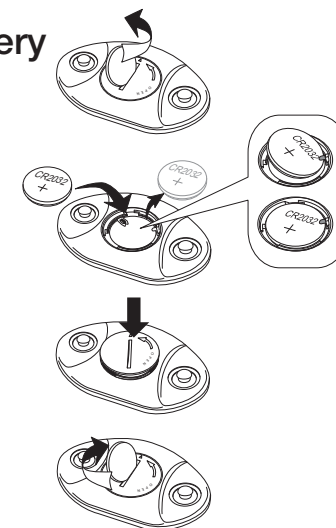
Pairing

The chest strap sensor is compatible for Bluetooth pairing with telephones which support Bluetooth 4.0. The receiving device/telephone requires the installation of a heart rate monitoring app such as Runtastic or Endomondo which is compatible with a Bluetooth heart rate chest strap sensor.

Pair the heart rate sensor with your receiving device (mobile phone) by activating the Bluetooth function on the receiving device. Enter the app settings and select Pair with Heart Rate Monitor or similar.

Replacing the battery

1. Remove the battery cover by turning it anticlockwise using a coin or similar.
2. Remove the old CR2032 battery and insert a new one. Make sure the positive terminal is facing upwards. Make sure the battery slots in under the lip at the top of the battery compartment.
3. Refit the battery cover.
4. Lock the cover by turning it clockwise with a coin or similar.



Care and maintenance

- Detach the sensor from the strap after every use, rinse the strap under running water and allow to air-dry. If necessary, use a mild soap and water solution.
- Wipe the sensor after each use with a soft cloth or towel. Clean the sensor with a mild soap and water solution if necessary. Never use abrasive cleaning agents or solvents.
- Store the product in a cool and dry environment.
- Remove the battery if the product is not to be used for a long time.

Disposal

This product should be disposed of in accordance with local regulations. If you are unsure how to proceed, contact your local authority.

Specifications

Battery	1 × CR2032
Compatible with	iPhone 4s, iPhone 5, iPod touch 5th Gen, iPad 3, iPad 4, iPad Mini.

Pulsband Bluetooth 4.0

Art.nr 31-5449 Modell TD0033

Läs igenom hela bruksanvisningen före användning och spara den sedan för framtida bruk. Vi reserverar oss för ev. text- och bildfel samt ändringar av tekniska data. Vid tekniska problem eller andra frågor, kontakta vår kundtjänst.

Säkerhet

- Om du är osäker på hur hårt du kan träna, kontakta din läkare eller tränare innan du använder de olika funktionerna för pulsmätning.
- Ett ungefärligt värde för maxpuls kan beräknas om man från värdet $220 - \text{ålder}$. Ex: om du är 40 år så är din maxpuls $220 - 40 = 180$.
- Produkten får ej användas av personer (inklusive barn) med begränsad fysisk eller mental förmåga. Den får ej heller användas av personer utan tillräcklig erfarenhet och kunskap om de inte har fått instruktioner om användningen av någon som ansvarar för deras säkerhet. Låt aldrig barn leka med produkten.
- Modifiera aldrig produkten.

Produktbeskrivning

Bröstband som mäter pulsen och skickar informationen via Bluetooth till din smartphone. Används tillsammans med olika träningsappar. Bandet är vattentätt till ca 5 m djup. Drivs med 1 x CR2032-batteri (ingår).

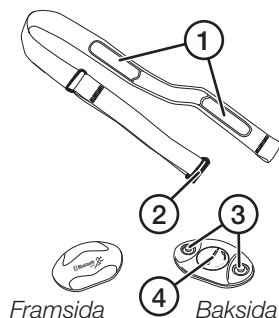
Knappar och funktioner

Bröstband

1. Elektrod
2. Fäste

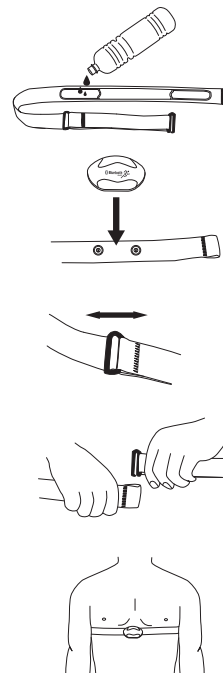
Sändare

3. Knappar
4. Batterilucka



Att komma igång

1. Fukta elektroderna med ECG-gel eller vatten.
2. Sätt fast sändaren på bandet.
3. Dra bandet runt bröstkorgen strax under bröstmusklerna och spänn fast med spännet.
4. Justera bandet så att det sitter bekvämt.
5. Kontrollera att den fuktade elektroden sitter tätt mot din hud och att sändaren är placerad mitt på bröstkorgen med logotypen åt rätt håll.



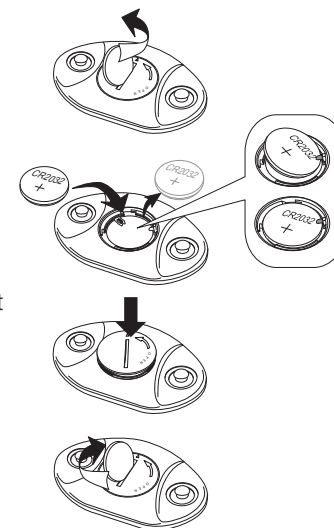
Ansluta

Produkten ansluts via Bluetooth till telefoner med stöd för Bluetooth 4.0. Du måste ha en träningsapp installerad på din telefon – exempelvis Runtastic eller Endomondo – som är kompatibel med Bluetooth-pulsband.

Länka produkten med din mobiltelefon genom att aktivera Bluetooth-funktionen på din telefon. Gå sedan in i träningsappen och lägg till pulsbandet.

Byta batteri

1. Ta bort batteriluckan genom att vrida den moturs. Använd ett mynt eller liknande.
2. Ta ur batteriet och sätt i ett nytt CR2032-batteri. Observera batteriets polaritet. Se till att batteriet är placerat under kanten.
3. Sätt tillbaka batteriluckan.
4. Använd ett mynt eller liknande och vrid batteriluckan medurs för att låsa fast.



Skötsel och underhåll

- Ta bort sändaren från bandet efter varje användning, skölj bandet under rinnande vatten och låt det lufttorka. Vid behov använd mild tvål.
- Torka av sändaren efter varje användning med en mjuk trasa eller handduk. Använd mild tvål och vatten vid behov. Använd aldrig slipande rengöringsmedel eller lösningsmedel.
- Förvara produkten i ett torrt och svalt utrymme.
- Ta ur batteriet om produkten inte ska användas under en längre period.

Avfallshantering

När du ska göra dig av med produkten ska detta ske enligt lokala föreskrifter. Är du osäker på hur du ska gå tillväga, kontakta din kommun.

Specifikationer

Batteri	1 x CR2032
Passar till	iPhone 4s, iPhone 5, iPod touch 5:e gen, iPad 3, iPad 4, iPad Mini.

Pulsbånd Bluetooth 4.0

Art. nr. 31-5449 Modell TD0033

Les brukerveiledningen grundig før produktet tas i bruk og ta vare på den for framtidig bruk. Vi reserverer oss mot ev. feil i tekst og bilde, samt forandringer av tekniske data. Ved tekniske problemer eller spørsmål, ta kontakt med vårt kundesenter.

Sikkerhet

- Dersom du er usikker på hvor hardt du kan trene, ta kontakt med lege eller trener, før du bruker de forskjellige funksjonene for pulsmåling.
- En cirka-verdi for maksimal puls kan beregnes hvis man trekker alderen sin fra verdien 220. Eks: Hvis du er 40 år, så er din maksipuls: $220 - 40 = 180$.
- Produktet må ikke benyttes av personer (inkl. barn) med begrensede fysiske eller mentale ferdigheter. Det skal heller ikke brukes av personer som ikke har tilstrekkelig erfaring og kunnskap om bruken av produktet. Brukeren skal ha fått opplæring om bruken av noen som har ansvaret for deres sikkerhet. La aldri barn leke med produktet.
- Produktet må ikke modifiseres.

Produktbeskrivelse

Brystbånd som måler pulsen og sender informasjonen via Bluetooth til smarttelefonen din. Brukes sammen med forskjellige treningsapper. Båndet er vanntett til ca. 5 meters dyp. Drives med 1 x CR2025-batterier (inngår).

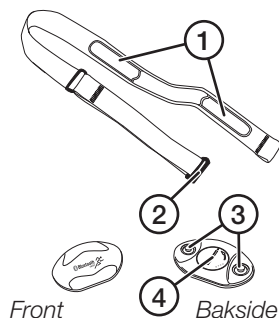
Knapper og funksjoner

Brystbånd

1. Elektrode
2. Feste

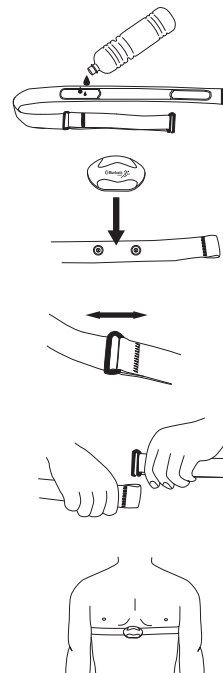
Sender

3. Knapper
4. Batterilokk



Kom i gang

1. Fukt elektrodene med ECG-gel eller vann.
2. Fest senderen på båndet.
3. Plasser båndet rundt brystkassen like under brystmuskulene. Fest med spennen.
4. Juster båndet så blir behagelig.
5. Sjekk at den fuktete elektroden sitter tett til huden og at senderen er plassert midt på brystet med logoen vendt riktig vei.



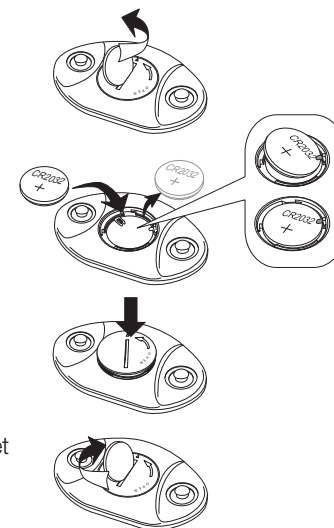
Oppkobling

Produktet kobles via Bluetooth til telefoner som støtter Bluetooth 4.0. Telefonen må ha en trenings-app installert, f.eks. Runtastic eller Endomondo, som er kompatibel med Bluetooth-pulsbånd.

Produktet lenkes opp mot mobiltelefonen ved å aktivere Bluetooth-funksjonen på telefonen. Gå deretter inn i trenings-appen og legg til pulsbandet.

Skifte av batteri

1. Batterilokket fjernes ved å dreie det motsols. Bruk en mynt eller liknende.
2. Ta ut batteriet og sett inn et nytt CR2032-batteri. Vær oppmerksom på batteriets polaritet. Pass på at batteriet er plassert under kanten.
3. Sett batterilokket tilbake igjen.
4. Benytt en mynt eller liknende og dreier batterilokket medurs for å låse det.



Stell og vedlikehold

- Fjern senderen fra båndet etter bruk (hver gang). Skyll båndet under rennende vann og la det lufttørke. Bruk mild såpe ved behov.
- Tørk av senderen etter bruk med en myk klut el.l. Bruk mildt såpevann ved behov. Bruk aldri slipende rengjøringsmidler eller løsemidler.
- Oppbevar produktet rent og tørt.
- Ta ut batteriene dersom produktet ikke skal brukes over tid.

Avfallshåndtering

Når produktet skal kasseres, må det skje i henhold til lokale forskrifter. Ved usikkerhet, ta kontakt med lokale myndigheter.

Spesifikasjoner

Batteri
Konvertibel med

1 x CR2032
iPhone 4s og 5, iPod touch 5. gen,
iPad 3, 4 og Mini.

Sykevyö Bluetooth 4.0

Tuotenumero 31-5449 Malli TD0033

Lue käyttöohjeet ennen tuotteen käyttöönottoa ja säilytä ne tulevaa tarvetta varten. Pidätämme oikeuden teknisten tietojen muutoksiin. Emme vastaa mahdollisista teksti- tai kuvavirheistä. Jos laitteeseen tulee teknisiä ongelmia, ota yhteys myymälään tai asiakaspalveluun.

Turvallisuus

- Jos olet epävarma siitä, kuinka kovaa voit harjoitella, ota yhteyttä lääkäriin tai kunto-ohjaajaasi ennen sykemittauksen eri toimintojen käyttöä.
- Voit laskea maksimisykkeen viitteellisen arvon laskukaavalla $220 - \text{ikä}$. Esimerkki: jos olet 40-vuotias, on maksimisykkeesi $220 - 40 = 180$.
- Tuotetta saavat käyttää aikuiset, joilla ei ole fyysisiä tai psyykkisiä rajoitteita. Henkilöt, joilla ei ole riittävästi kokemusta ja taitoja, eivät saa käyttää tuotetta ilman turvallisuudesta vastaavan henkilön antamia ohjeita. Älä anna lasten leikkiä tuotteella.
- Älä muuta tuotetta.

Tuotekuvaus

Rintavyö, joka mittaa sykkeen ja lähettää sen Bluetoothin kautta älypuhelimien. Käytetään yhdessä erilaisten liikuntasovellusten kanssa. Vyö on vesitiivis 5 metrin syvyyteen asti. Mukana paristo (1 x CR2032).

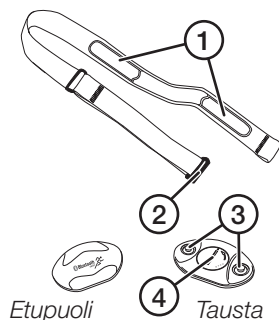
Painikkeet ja toiminnot

Rintavyö

- Elektrodi
- Kiinnike

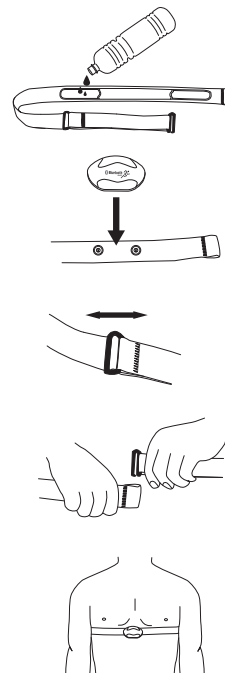
Lähetin

- Painikkeet
- Paristolokero



Käytön aloittaminen

- Kostuta elektrodeja ECG-geelillä tai vedellä.
- Aseta lähetin vyöhön.
- Aseta vyö rintakehäsi ympärille rintalihasten alapuolelle ja kiristä se kiristimellä.
- Säädä vyö sopivan pituiseksi.
- Varmista, että kostutettu elektrodi on tiukasti ihoasi vasten ja että lähetin on rintakehän keskellä logo oikeinpäin.



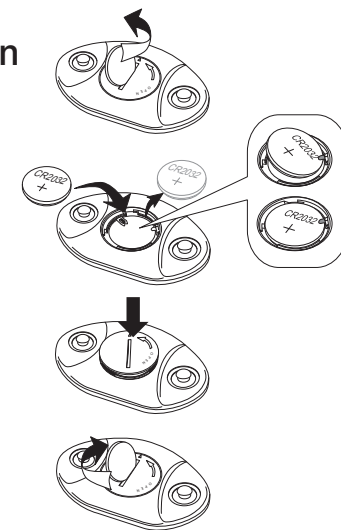
Liittäminen

Tuote liitetään Bluetoothiin avulla matkapuhelimiin, jotka tukevat Bluetooth 4.0:aa. Matkapuhelimessa tulee olla liikuntasovellus (esim. Runtastic tai Endomondo), joka on yhteensopiva Bluetooth-sykevyön kanssa.

Yhdistä sykevyö ja matkapuhelin toisiinsa aktivoimalla matkapuhelimen Bluetooth-toiminto. Avaa sitten liikuntasovellus ja lisää sykevyö.

Pariston vaihtaminen

- Irrota paristolokeron kansi kääntämällä sitä vastapäivään. Käytä avaamisessa apuna kolikkoa tai vastaavaa.
- Poista vanha paristo ja laita uusi CR2032-paristo tilalle. Huomioi pariston napaisuus. Varmista, että asetat pariston reunan alapuolelle.
- Laita paristolokeron kansi takaisin paikalleen.
- Sulje paristolokeron kansi kääntämällä sitä myötäpäivään. Käytä sulkemisessa apuna kolikkoa tai vastaavaa.



Huolto ja puhdistaminen

- Irrota lähetin vyöstä jokaisen käyttökerran jälkeen. Huuhtelee vyö juoksevan veden alla ja anna sen kuivua. Käytä tarvittaessa mietoa saippuaa.
- Pyyhi lähetin jokaisen käyttökerran jälkeen pehmeällä liinalla tai pyyhkeellä. Käytä tarvittaessa mietoa saippuaa ja vettä. Älä käytä liuotusaineita tai hankaavia puhdistusaineita.
- Säilytä tuote kuivassa ja viileässä tilassa.
- Poista paristo, mikäli et käytä tuotetta pitkään aikaan.

Kierrättäminen

Kierrätä tuote asianmukaisesti, kun poistat sen käytöstä. Tarkempia kierrätysohjeita saat kuntasi jäteneuvonnasta.

Tekniset tiedot

Paristo	1 x CR2032
Yhteensopivat laitteet	iPhone 4s, iPhone 5, iPod touch 5, iPad 3, iPad 4 ja iPad Mini.

Pulsgurt Bluetooth 4.0

Art.Nr. 31-5449 Modell TD0033

Vor Inbetriebnahme die komplette Bedienungsanleitung durchlesen und aufbewahren. Irrtümer, Abweichungen und Änderungen behalten wir uns vor. Bei technischen Problemen oder anderen Fragen freut sich unser Kundenservice über eine Kontaktaufnahme.

Sicherheitshinweise

- Bevor die versch. Funktionen der Pulsmessung benutzt werden, einen Arzt oder Trainer zu Rate ziehen, um festzulegen wie stark trainiert werden kann.
- Für eine ungefähre Berechnung des Maximalpulses das eigene Alter von dem Wert 220 abziehen. Bsp.: Für einen 40-Jährigen beträgt der Maximalpuls $220 - 40 = 180$.
- Das Gerät ist nicht für Kinder und Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Fähigkeiten geeignet. Von Personen mit mangelnder Erfahrung/mangelndem Wissen darf es nur benutzt werden, wenn diese von einer für ihre Sicherheit verantwortliche Person in die sichere Handhabung des Geräts eingeführt worden sind. Kein Kinderspielzeug.
- Das Produkt niemals verändern.

Produktbeschreibung

Brustgurt zur Pulsmessung und Datenübertragung zum Smartphone via Bluetooth. Gemeinsame Benutzung mit versch. Trainingsapps. Der Gurt ist wassergeschützt bis ca. 5 m. Stromversorgung über 1 x CR2032-Batterie (inklusive).

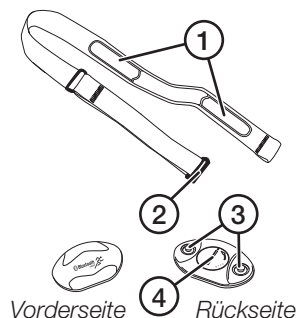
Tasten und Funktionen

Brustgurt

1. Elektrode
2. Halterung

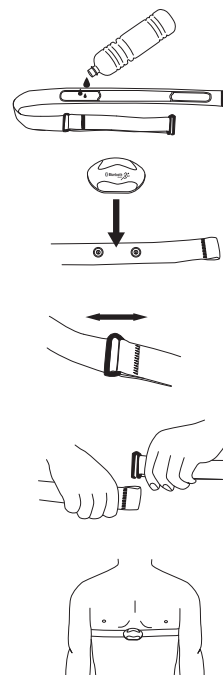
Sender

3. Tasten
4. Batterieabdeckung



Inbetriebnahme

1. Die Elektroden mit ECG-Gel oder Wasser befeuchten.
2. Den Sender am Gurt befestigen.
3. Den Gurt direkt unter den Brustmuskeln um den Brustkorb ziehen und mit der Schnalle festzurren.
4. Den Gurt so einstellen, dass er bequem sitzt.
5. Sicherstellen, dass die befeuchtete Elektrode dicht an der Haut sitzt und der Sender mitten auf dem Brustkorb mit dem Logo in der richtigen Richtung sitzt.



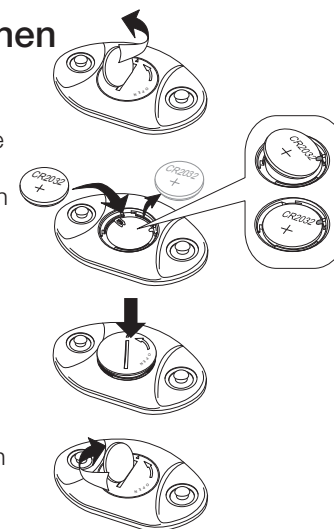
Anschluss

Das Produkt wird über Bluetooth an Telefone mit Bluetooth 4.0-Unterstützung angeschlossen. Auf dem Handy muss eine Trainingsapp installiert werden, z. B. Runtastic oder Endomondo, die kompatibel mit dem Bluetooth-Pulsgurt ist.

Die Bluetooth-Funktion auf dem Handy aktivieren, um das Produkt mit dem Handy zu verbinden. Dann die Trainingsapp öffnen und den Pulsgurt hinzufügen.

Batterie austauschen

1. Die Batterieabdeckung zum Entfernen gegen den Uhrzeigersinn drehen. Eine Münze o. Ä. benutzen.
2. Die Batterie herausnehmen und eine neue CR2032-Batterie einsetzen. Die Polarität der Batterie beachten. Sicherstellen, dass die Batterie unter der Kante liegt.
3. Die Batterieabdeckung wieder anbringen.
4. Eine Münze o. Ä. benutzen um die Batterieabdeckung mit dem Uhrzeigersinn festzudrehen.



Pflege und Wartung

- Den Sender nach jeder Anwendung vom Gurt entfernen, den Gurt unter fließendem Wasser abspülen und lufttrocknen lassen. Bei Bedarf eine milde Seife benutzen.
- Den Sender nach jeder Anwendung mit einem weichen Tuch oder Handtuch abtrocknen. Bei Bedarf milde Seife und Wasser benutzen. Keine Chemikalien, Reinigungslösungen oder Reinigungsmittel verwenden.
- Das Gerät in trockener, kühler Umgebung aufbewahren.
- Bei längerer Nichtbenutzung die Batterien entnehmen.

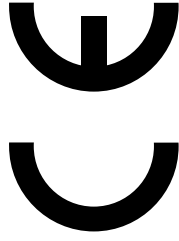
Hinweise zur Entsorgung

Bitte das Produkt entsprechend den lokalen Bestimmungen entsorgen. Weitere Informationen sind von der Gemeinde oder den kommunalen Entsorgungsbetrieben erhältlich.

Technische Daten

Batterie	1 x CR2032
Kompatibel mit	iPhone 4s, iPhone 5, iPod touch 5. Gen., iPad 3, iPad 4, iPad Mini.

Declaration of Conformity



Hereby, Clas Ohlson AB declares that following product(s):

Heart rate chest strap
TD0033
31-5449

is in compliance with the essential requirements
and other relevant provisions of Directive 1999/5/EC.

Article 3.1a (safety): EN 50371
EN 60950-1:/A12

Article 3.1b (EMC): EN 301489-1
EN 301489-17

Article 3.2 (Radio): EN 300328



Insjön, Sweden, May 2013

Klas Balkow,
President.
Clas Ohlson, 793 85 Insjön, Sweden