

# ІНСТРУКЦІЯ З ЕКСПЛУАТАЦІЇ NORTH EDGE ALPS



## ФУНКЦІЇ:

-час; -дата; -будильник; -підсвічування; -секундомір; -таймер; -компас, -крокомір,-метроном.

## Час та дата:

В режимі основного часу (як зображено на картинці) затиснути ліву верхню кнопку (A) та за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) встановлюємо рік, натискаємо нижню ліву кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) місяць, натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) число. Натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) виставляємо години (зверніть увагу, спочатку години виставляємо в 12 годинному форматі, де без позначень буде ранковий час і з позначенням PM -час після 12 години дня), далі натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) хвилини, натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) секунди. Щоб зафіксувати час затисніть кнопку B. Далі натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) 12 або 24-х годинний формат часу. Натискаємо ліву нижню кнопку (B) та виставляємо за допомогою верхньої або нижньої правої кнопки (C та D) наявність \відсутність звуку кнопок (ON-буде звук кнопок, OFF-звук буде вимкнений). Натискаємо ліву нижню кнопку (B) і бачимо зафіксований час.

Якщо в режимі основного часу Ви натиснете праву верхню кнопку (C) замість дати буде відображена кількість кроків.

## Крокомір

Для того, щоб увімкнути крокомір – перебуваючи в режимі основного часу, затисніть праву верхню кнопку (C) і Ви побачите значок ніг у нижній частині циферблата. Для того, щоб виключити – так само затисніть праву верхню кнопку (C). Крокомір активується при 15 безперервних кроках, щоб уникнути неправдивих спрацьовувань.

## Інтерфейс перегляду фізичної активності(історія кроків,спалених калорій,пройденої відстані)

Для того, щоб перейти в режим історії активності перебуваючи в режимі основного часу (як зображено на фото) натисніть ліву нижню кнопку (B). На дисплеї Ви побачите день тижня, місяць та число, а під ними цифри – це Ваша історія фізичної активності. Тут буде відображені дані щодо фізичної активності за 31 день. Щоб перемикатися між числами (датами) – натискайте верхню праву кнопку (C). Для того, щоб переключитися між показниками – використовуйте нижню праву кнопку (D). У Вас будуть на дисплеї загорятися відповідні показники, де **STEP**-кількість пройдених кроків, **KCAL**-кількість спалених калорій, **KM**- пройдена відстань, **MIN**-кількість часу фізичної активності.

## Секундомір:

В режимі секундоміра(де зверху буде надпис STW) натисніть верхню праву кнопку (C) для того, щоб почати відлік секундоміру. Для зупинення часу також натискаємо кнопку C. Щоб обнулити час секундоміра натисніть праву нижню кнопку (D). Також в цьому меню можна зробити декілька записів значень показників секундоміра (SPL)/ Для цього, коли розпочатий відлік секундоміра натисніть нижню праву кнопку (D) і під секундоміром у Вас буде відображено попереднє значення.

Таких записів можна зробити до 10. Для того, щоб переглянути всі записи-після зупинення секундоміра натисніть верхню ліву кнопку (A) і перемикайтеся між записами (колами) верхньою або нижньою правою кнопками (C або D). Щоб обнулити потім всі записи – натисніть знову верхню ліву кнопку (A) і потім натисніть праву нижню кнопку (D). Максимальний час секундоміра – 23:59:59.

### **Таймер:**

Нижньою лівою кнопкою (B) переходимо в режим таймеру (на циферблаті з'явиться надпис TMR). Щоб почати відлік 24 годин в режимі таймеру достатньо натиснути верхню праву кнопку (C). Зупинення таймеру- верхня права кнопка (C), обнулення – права нижня кнопка (D).

Для того, щоб встановити час для тамера -необхідно затиснути верхню праву кнопку (A) поки не почнуть блимати цифри. Коли почали блимати індикатори годин за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) виставіть години, далі натисніть нижню ліву кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) виставіть хвилини, далі натисніть нижню ліву кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) виставіть секунди. Для фіксації таймера натисніть ще раз нижню ліву кнопку (B). Щоб розпочати відлік -натисніть верхню праву кнопку (C). Зупинення таймеру- верхня права кнопка (C), обнулення – права нижня кнопка (D).

### **Будильник:**

Переходимо лівою нижньою кнопкою (B) в режим Будильника (AL). Будильників є три (AL1, AL2, AL3). Перемикається між ними можна за допомогою правої нижньої кнопки (D).

Для налаштування часу будильника затисніть ліву верхню кнопку (B) та коли почали блимати індикатори годин за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) виставляємо години, далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) виставіть хвилини. Для фіксації будильника натисніть ще раз ліву нижню кнопку (B). Після налаштування часу – будильник автоматично вмикається.

Щоб увімкнути або вимкнути будильник-натисніть в режимі будильника коротким натиском верхню праву кнопку (C). Якщо Ви натиснули і з'явився напис ON – будильник ввімкнено, якщо натиснете ще раз-з'являться літери SIG - погодинний сигнал. Якщо натиснете ще раз верхню праву кнопку (C) з'явиться надпис SNZ – відкладений будильник (або будильник з повтором). Якщо натиснете ще раз верхню праву кнопку (C) з'явиться одночасно і надпис SIG і SNZ(вони будуть увімкнені одночасно). Для того аби відключити будильник та сигнали Вам потрібно ще раз натиснути коротким натиском верхню праву кнопку (C) – на циферблаті з'явиться надпис OFF. Всі будильники налаштовуються аналогічно. Коли зазвучить сигнал будильника – натисніть будь-яку кнопку для переривання сигналу.

### **Режим метронома.**

Нижньою лівою кнопкою (B) переходимо в режим метронома (на циферблаті з'явиться надпис PACER). Функція метронома забезпечує відтворення звукових сигналів із постійним ритмом, що допомагає підвищити ефективність тренувань за рахунок підвищення, зниження або підтримки постійної частоти. Для налаштування режиму метронома затисніть ліву верхню кнопку (A) та виставіть за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) частоту метронома, далі натисніть нижню ліву кнопку (B) та виставіть за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) час метронома. Для фіксації натисніть ще раз нижню праву кнопку (B). Початковий час метронома складає 5 хвилин, а максимальний, що Ви можете встановити-60хвилин. Початкова частота становить 30Гц, можна також встановити 60Гц,90Гц,120Гц,180Гц,240Гц.

**Зверніть увагу! Функція метронома споживає більше енергії. Якщо Вам не потрібен цей функціональний режим – не вмикайте його.**

### **Компас**

Нижньою лівою кнопкою (B) переходимо в режим компаса (на циферблаті з'являться градуси та аббревіатури сторін). Основні : **Північ** (N) • **Схід** (E) • **Південь** (S) • **Захід** (W). Проміжні: **Північний схід** (NE) • **Південний схід** (SE) • **Південний захід** (SW) • **Північний захід** (NW). Для калібрування

компасу затисніть верхню ліву кнопку (A), коли побачите надпис CAL натисніть праву верхню кнопку (C) і обертайте годинник дуже повільно за годинниковою стрілкою поки не з'явиться надпис OK.

Також Ви можете встановити рівень магнітного схилення. Для цього затисніть в режимі компаса верхню ліву кнопку (A) та коли побачите надпис CAL натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть діапазон від -90 до 90 градусів, по закінченню натисніть ліву нижню кнопку (B). Зверніть увагу! Якщо Ви не натискаєте протягом однієї хвилини жодної кнопки, вимірювання зупиняється. Для поновлення вимірювання натисніть верхню праву кнопку.

### **Індивідуальні налаштування**

Нижньою лівою кнопкою (B) переходимо в режим налаштувань (на циферблаті з'явиться надпис SETUP). Затискаємо верхню ліву кнопку(A) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) оберіть статтю, де F- жіноча, M-чоловіча, далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть систему вимірювання , де MET- метрична ,IMP -імперська (для нас є характерною метрична). Далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть зріст , далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть вагу, далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть довжину кроку , далі натисніть ліву нижню кнопку (B) та за допомогою правої верхньої або нижньої кнопки (C та D) встановіть бажану кількість кроків(ціль). Щоб зафіксувати данні – натисніть ще раз ліву нижню кнопку (B).

### **Підсвітка**

Для ввімкнення підсвітки натисніть верхню ліву кнопку (A).

### **Водонепроникність:**

Дана модель має водонепроникність 5 атм. Це означає, що в даній моделі можна плавати на поверхні води, але пірнати і нажимати кнопки під водою не рекомендується.