

מדריך הפעלה

beurer
sports

PM 235



CE



Beurer GmbH • Söflinger Str. 218 • 89077 Ulm (Germany)

Tel. +49(0)731/3989-144 • Fax: +49(0)731/3989-255

www.beurer.com • Mail: kd@beurer.de

הפריטים הכלולים במשלוח

1. יחידת משדר

כולל סוללת ליתיום עם תא לחצן (3 וולט, CR2032)

1. רצועת חזה

(מורכבת מחגורת מתיחה אלסטית ויחידת משדק ניתקת)

הודות חשובות



קראו הוראות שימוש אלה בקפידה, אחסנו אותן במקום בטוח ודאגו שיהיו זמינות למשתמשים אחרים.

אימון

- מוצר זה אינו מכשיר רפואי. זהו מכשיר אימון שתוכנן עבור מדידה והצגה של קצב לב אנושי.
- במקרה של ספק או במקרה של מחלה, היוועצו עם הרופא שלכם לגבי ערכי קצב הלב הגבוהים והנמוכים בזמן אימון, ולגבי משך זמן ותדירות האימון. דבר זה יבטיח לכם להשיג תוצאות אימון אופטימליות.
- **חשוב לדעת:** אנשים הסובלים מבעיות בלב ובמחזור הדם או אנשים שעברו השתלה של קוצב לב חייבים להיוועץ עם הרופא שלהם טרם השימוש במכשיר זה למדידת קצב לב.
- רצועת החזה יכולה להכיל רכיבי לטקס. במידה ואתם חווים גירויים של העור או אדמומיות לאחר לבישת רצועת החזה, הפסיקו את השימוש בה וצרו קשר עם רופא העור שלכם.
- מכשיר זה אינו מיועד לשימוש על ידי אנשים (לרבות ילדים) הסובלים ממגבלה גופנית, תחושתית או שכלית או על ידי אנשים חסרי ניסיון ו/או ידע, אלא אם כן הושמה עליהם השגחה מצד אדם האחראי לבטיחותם או במידה והם מקבלים הנחיות מאדם זה לגבי השימוש במכשיר.
- ילדים חייבים להימצא תחת פיקוח בזמן שהם נמצאים בסביבת המכשיר וזאת על מנת לוודא כי הם אינם משחקים אתו.

השימוש לשמו נועד מכשיר זה

- מכשיר זה נועד לשימוש פרטי בלבד.
- מכשיר זה מותר לשימוש אך ורק למטרה לשמה הוא נועד ובאופן המצוין בהוראות השימוש. כל שימוש לא נכון עלול להיות מסוכן. היצרן אינו לוקח כל אחריות על נזק שנובע כתוצאה משימוש לא נכון או בלתי זהיר במכשיר זה.

פונקציות ושימושים אפשריים

שימו לב



קצב הלב מועבר מרצועת החזה למכשיר הטלפון החכם בעזרת טכנולוגיית Bluetooth® החדישה. המשמעות לכך היא כי מכשיר דגם Beurer PM 235 תואם למכשירי Bluetooth® חכמים ולמכשירי Bluetooth® Smart Ready.

רצועת החזה הכלולה במשלוח הינה "רצועת חזה קומבו", מה שאומר שהיא פולטת שתי אותות. אות Bluetooth® ואות נוסף בתדר שידור של 5.3 קילוהרץ. בשל האות האנלוגי הנוסף של 5.3 קילוהרץ, רצועת החזה שלכם תואמת גם למרבית מכשירי האימון במכון הכושר ולמוניטורים של קצב לב הכוללים שידור אות אנלוגי (למשל: PM 62).

הפרעה אלקטרומגנטית

- הפרעה אלקטרומגנטית עשויה להתרחש. יש להימנע תמיד משדות מגנטיים חזקים (למשל: שנאים) כיוון שהם עשויים להביא לידי חריגות בשידור. חוסר תשומת לב להערות אלו עשוי להביא לידי תקלות או נזק ליחידת המשדר.

ניקיון, תחזוקה ואחסנה

- טרם תחילת תהליך הניקוי, נתקו את יחידת המשדר מרצועת החזה האלסטית.
- נקו את רצועת החזה האלסטית מעת לעת במים זורמים. ייבשו את רצועת החזה בקפידה בעזרת מטלית רכה.
- את רצועת החזה האלסטית ניתן לכבס במכונת כביסה ב- 40°C ללא מרכז בדים. לאחר מכן תלו את רצועת החזה האלסטית לייבוש. אין לייבש את רצועת החזה האלסטית במייבש כביסה!
- נקו את יחידת המשדר מעת לעת בעזרת מטלית לכה. לעולם אין לטבול את יחידת המשדר בתוך מים!
- אחסנו את רצועת החזה ואת יחידת המשדר בנפרד במקום יבש ונקי הרחק מאור שמש ישיר. לכלוך עלול לפגום באלסטיות (בגמישות) של רצועת החזה האלסטית ובתפקוד יחידת המשדר. זיעה ולחות עשויים לגרום לחיישנים שביחידת המשדר לא להיות פעילים, דבר שיכול לצמצם את חיי השירות של הסוללה.
- אין לעשות שימוש בתכשיר ניקוי או בתמיסת ניקוי משתכים ונדיפים.

תיקון, אבזרים והשלכת המוצר

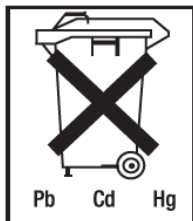
- טרם השימוש במוצר, אנא וודאו כי לא קיים כל נזק נראה לעין למכשיר או לאבזרים. במקרה של ספק, אין לעשות שימוש במכשיר ויש ליצור קשר עם הקמעונאי או עם שירות הלקוחות המצוין על גבי המוצר.
- תיקונים יבוצעו על ידי שירותי לקוחות או ספקים מורשים בלבד. לעולם אין לנסות ולתקן את המכשיר בעצמכם!
- יש לעשות שימוש במכשיר אך ורק עם האבזרים אשר סופקו לכם יחד אתו.
- הימנעו ממגע עם קרם הגנה וחומרים דומים כיוון שאלו יכולים לגרום נזק להדפסה או לחלקי הפלסטיק.
- לעולם אין לחשוף את המכשיר לאור שמש ישיר.

הערות לגבי טיפול בסוללות

- במידה והעור או העיניים שלכם באים במגע עם נוזל הסוללה, שטפו את האזורים שנפגעו במים וגשו לקבל סיוע רפואי.
- סכנה לחנק! ילדים קטנים עשויים לבלוע את הסוללות ולהיחנק כתוצאה מכך. אחסנו את הסוללות הרחק מהישג ידם של ילדים קטנים.
- שימו לב לסימוני הקוטביות פלוס (+) ומינוס (-).
- במקרה של דליפה של הסוללה, לבשו כפפות הגנה ונקו את תא הסוללות במטלית יבשה.
- סכנה לפיצוץ! לעולם אין להשליך את הסוללות לתוך אש.
- במידה והמכשיר אינו בשימוש למשך פרק זמן ארוך, הוציאו את הסוללות מתא הסוללות.

השלכת הסוללות

- סוללות ריקות ומרוקנות לחלוטין יש להשליך באמצעות תיבות איסוף, בנקודות מחזור שנועדו לכך, או אצל קמעונאים בתחום האלקטרוניקה. אתם נדרשים מבחינה חוקית להשליך את הסוללות לאחר גמר השימוש בהן.
- הקודים המצוינים בתחתית מודפסים על גבי סוללות המכילות חומרים מסוכנים:



PB = סוללה המכילה עופרת

CD = סוללה המכילה קדמיום.

Hg = סוללה המכילה כספית.

השלכה כללית של המוצר

מסיבות של שמירה על הסביבה, אין להשליך את המכשיר יחד עם הפסולת הביתית בסיום חיי השימוש שלו. השליכו את המכשיר בנקודת איסוף או מחזור מקומית מתאימה. השליכו את המכשיר בהתאם לתקן EC – WEEE (פסולת חשמל ואלקטרוניקה). במקרה של שאלות, אנא צרו קשר עם הרשויות המקומיות האחריות על השלכת הפסולת.

התקנה – שימוש ראשוני במוצר

1. התקנת יישום כושר

- פתחו את ה-App Store הרלוונטי במכשיר הטלפון החכם שלכם (למשל: Apple App Store, או Google Play Store).
- הורידו את יישום הכושר המבוקש במכשיר הטלפון החכם שלכם.

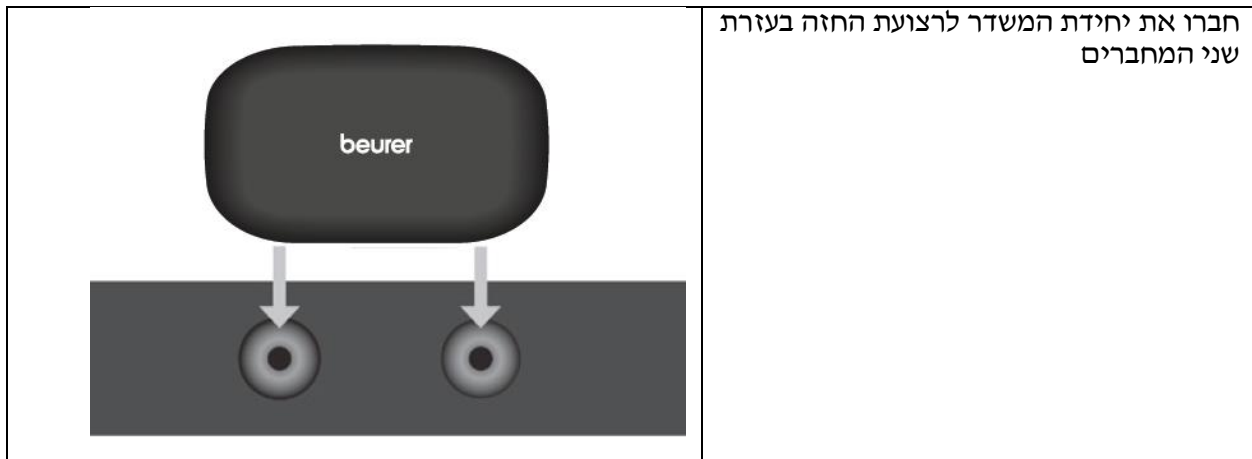
שימו לב

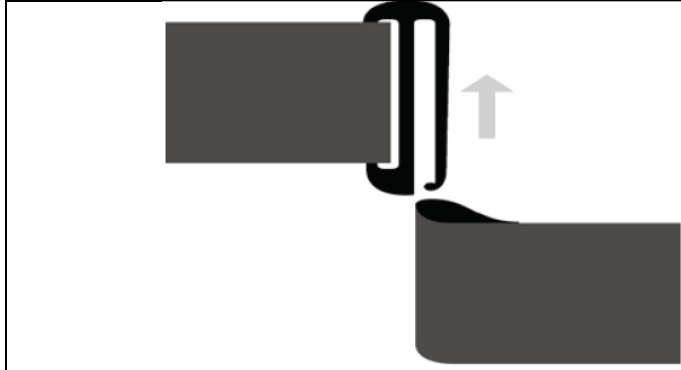


רצועת החזה תואמת את ה-iOS ואת יישומי כושר האנדרואידים השכיחים ביותר. להלן רשימה של יישומי כושר שנבדקו עם רצועת החזה ונחשבו לתואמים (זו אינה רשימה מייגעת וארוכה).

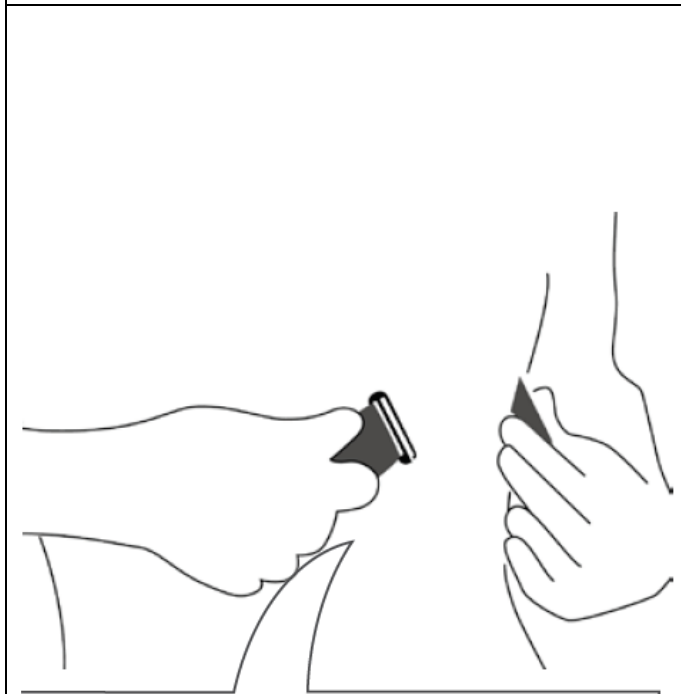
Runtastic/ Runtastic Road Bike/ Runtastic Mountain Bike/ Runtastic Wintersports/ Endomodo Sports Tracker/ Wahoo Fitness/ Runkeeper/ MapMyFitness/ MapMyRide/ MapMyHike/ MapMyRun/ MapMyWalk/ Runalyzer Utility/ Strava Cycling & Run/ 60 Beat/ 3,2,1 Run Free/ Wahoo Beats/ Bit of Exercise/ Kinomap Trainer/ Ritmo Time Free/ RubiTrack/ Biky Coach CycleOps/ SPLIT: multisport GPS/ CoolRunner/ Kinomap Maker/ Seconds/ Joggy Coach Free

2. הרכבת רצועת החזה



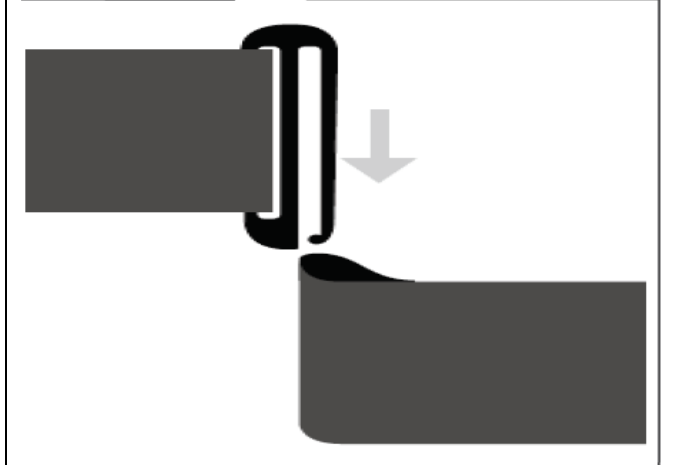


הוציאו את הוו מהלולאה שברצועת החזה



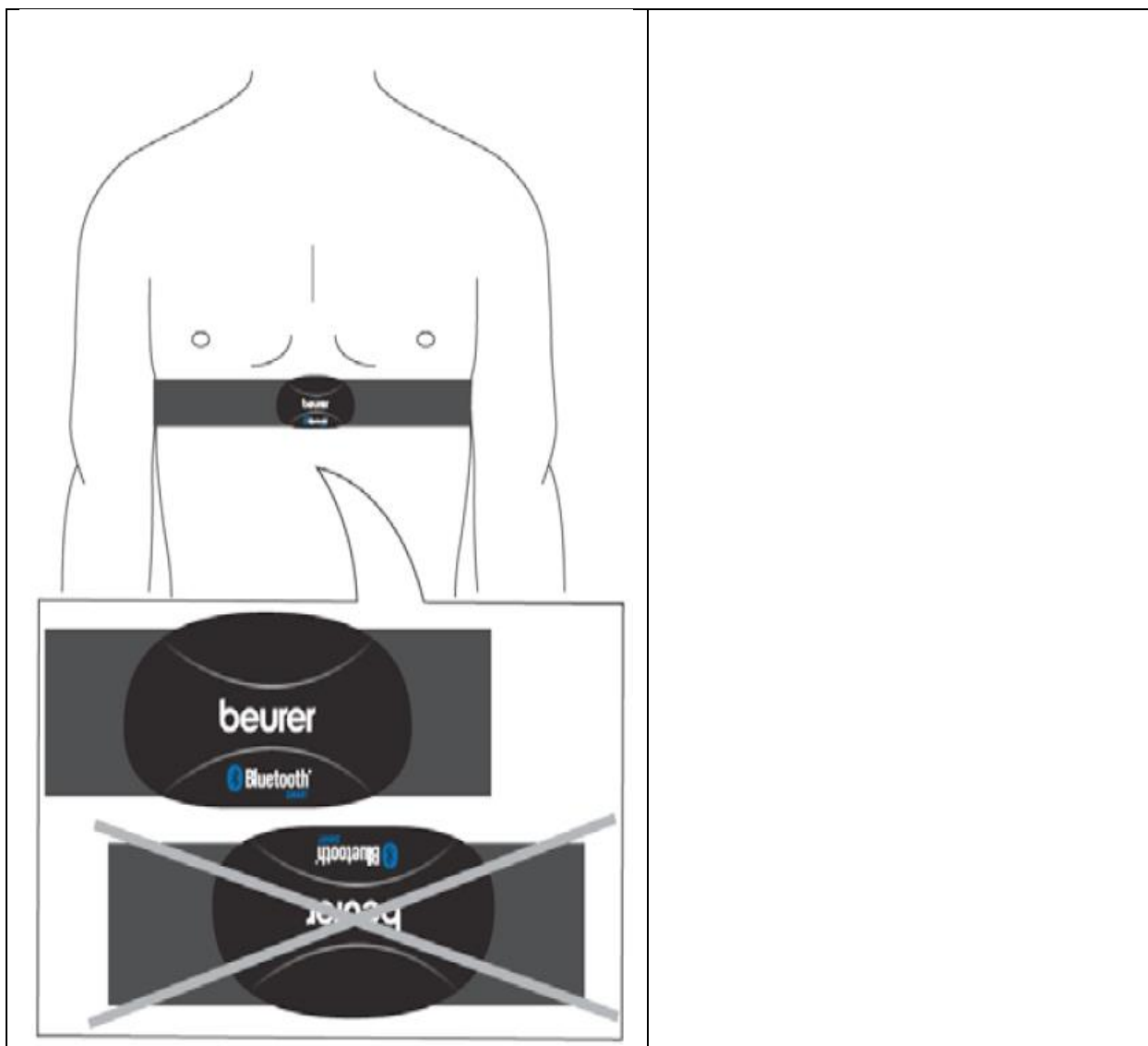
הרכיבו עליכם את רצועת החזה כך שהיא ממוקמת בדיוק מתחת לשריר החזה. וודאו כי רצועת החזה אינה משוחררת מדי או הדוקה מדי.

הכניסו את הוו חזרה לתוך הלולאה שברצועת החזה.



מקמו את רצועת החזה כך שיחידת המשדר פונה כלפי חוץ ואת הכיתוב על גבי יחידת המשדר ניתן לקרוא מלפנים.

במקרה של גברים, על רצועת החזה להיות ממוקמת בדיוק מתחת לשריר החזה כמוצג באיור, בדיוק מתחת לחזה.



שימו לב



מכיוון שמגע אופטימלי בין הער לבין חיישני הדופק אינו אפשרי תמיד באופן מידי, יתכן וייקח זמן מה לפני שהדופק נמדד ומוצג. כווננו את מיקום המשדר על מנת להשיג מגע אופטימלי. היווצרות הזעה מתחת לרצועת החזה בדרך כלל מסייעת להבטיח מגע טוב. באפשרותכם גם ללחץ את המגעים בחלק הפנימי של רצועת החזה. לשם כך, הרימו את רצועת החזה מעט הרחק מהעור ולחלחו בזהירות את שני החיישנים באמצעות רוק, מים או ג'ל ECG (ניתן להשיג בבתי המרקחת). אין לגרום להפרעה בין העור לבין רצועת החזה בזמן שהמתבצעת תנועה משמעותית של כליב בית החזה, כגון לקיחת נשימה עמוקה. שערות של בית חזה יכולות להפריע או אפילו למנוע מגע.

הרכיבו את רצועת החזה מספר דקות לפני שאתם מתחילי להתאמן וזאת על מנת לאפשר לה להתחמם לטמפרטורת הגוף ולבסס מגע אופטימלי.

3. הפעלת מדידת דופק

3.1 מדידת דופק בעזרת מכשיר טלפון חכם

- הפעילו את פונקציית Bluetooth® במכשיר הטלפון החכם שלכם.
- פתחו את יישום הכושר שלכם בו תרצו להשתמש על מנת למדוד את קצב הלב שלכם.

- הפעילו את האפשרות של "מדידת קצב לב" בהגדרות היישום.
- כעת המתינו עד לביסוס החיבור לרצועת החזה.

שימו לב



חיי השירות של סוללת יחידת המשדר הם כשנה במקרה בו נעשה שימוש במשך שעה אחת ביום. במידה והשידור בין יחידת המשדר לבין רצועת החזה מפסיק לעבוד, החליפו את הסוללה כמפורט תחת הסעיף "החלפת סוללת יחידת המשדר".

3.2 מדידת דופק בעזרת מכשירי אימון (למשל: במכון הכושר) ומוניטורים להשגחה על קצב הלב עם שידור אות אנלוגי

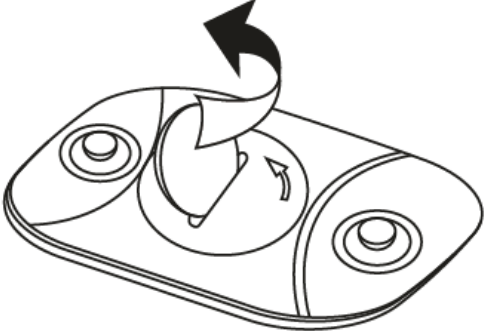
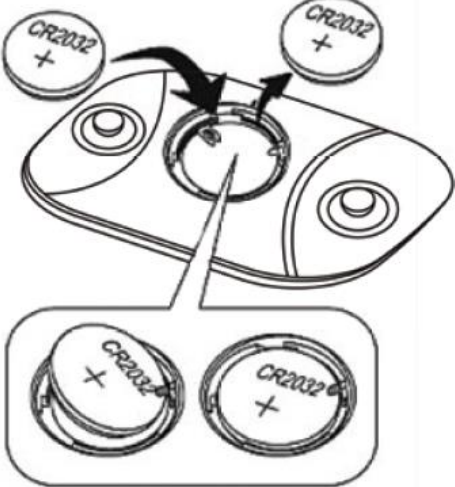
אות הפולס נשלח באמצעות טכנולוגיית Bluetooth® חכמה כמו גם באמצעות שידור אות אנלוגי.

שימו לב



מדידת הפולס (הדופק) פועלת רק בעזרת מכשירי אימון ומוניטורים לבדיקת קצב לב אנלוגי הכוללים תדר שידור לא מקודד של 5.3 קילוהרץ.

החלפת סוללת יחידת המשדר

	<p>פתחו את כיסוי תא הסוללה בעזרת מטבע. לשם כך, סובבו את המטבע כנגד כיוון השעון.</p>
	<p>הוציאו את סוללת תא הלחצן המרוקנת והכניסו סוללת תא לחצן חדשה מהסוג CR2032. וודאו כי נקודת החיבור החיובית (+) פונה כלפי מעלה וכי הסוללה ממוקמת מתחת למגע.</p>



נתונים טכניים

סוללת ליתיום 1 עם תא לחצן (3 וולט, CR2032)	יחידת המשדר הספק:
Bluetooth® 4.0 וגם 5.3 קילוהרץ Bluetooth® QD מספר זיהוי: B019950	תדר שידור מרצועת החזה ליחידת המשדר.

אטימות למים

יחידת המשדר ורצועת החזה עמידות בפני התזות מים. הטבלה שלהלן מציינת את התנאים והפעילויות עבורן המקלט ורצועת החזה מתאימים:

טיפות של זיעה	מקלחות	אמבטיות, בריכות שחייה	ענפי ספורט מים
כן	לא	לא	לא

אנו ערבים בזאת לכך כי מוצר זה תואם את תקן EMC האירופאי 2004/108/EC. אנא צרו קשר בכתובת השירות המצוינת לקבלת מידע נוסף, כגון הצהרת התאימות CE.