

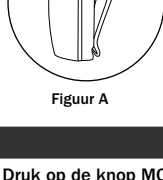
De TIMEX stappenteller volgt Afstand, Stappen, Calorieën, Trainingstijd en nog meer tijdens de training terwijl u loopt, jogg of hardloopt!

Lees de instructies goed door zodat u weet hoe u uw Timex stappenteller moet bedienen.

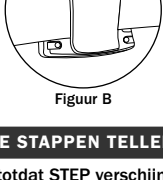
Bezoek www.timex.com voor meer geavanceerde TIMEX technologie om uw fitnessdoelen te bereiken en een gezonde levensstijl te handhaven.

HET DRAGEN VAN DE STAPPENTELLER

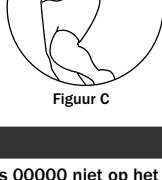
- Schuif de klem (Figuur A) aan de achterkant van de stappenteller helemaal op uw riem of broeksband (Figuur B), zo dicht mogelijk bij uw heupbeen, zodat de knoppen van uw lichaam vandaan gericht zijn (Figuur C). Zorg dat de stappenteller tijdens de training stevig vast blijft zitten.



Figuur A



Figuur B



Figuur C

DE STAPPEN TELLEN

- Druk op de knop MODE totdat STEP verschijnt. Als 00000 niet op het display verschijnt, drukt u op RESET om de oude gegevens te wissen. **OPMERKING:** Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, worden de stappen op nul teruggesteld.

- Draag de stappenteller volgens de bovenstaande aanwijzingen.

- Begin uw activiteit; uw stappen worden tot 99.999 geteld.

BIJHOUDEN VAN DE AFGELEGDE AFSTAND

- Druk op de knop MODE totdat MILE of KM verschijnt. Druk op RESET om alle oude gegevens te wissen. **OPMERKING:** Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, wordt de afstand op nul teruggesteld.

- De stappenteller kan de afstand in mijlen of kilometers bijhouden. Als u tussen mijlen en kilometers wilt wisselen, houdt u de knop MODE 5 seconden ingedrukt totdat het LCD eenmaal knippert.

- **OPMERKING:** Wanneer u tussen mijlen en kilometers wisselt, verandert de weergegeven modus en worden alle gegevens en instellingen van de stappenteller gewist.

- **Om de modus Afstand te kunnen gebruiken moet u uw staplengte meten. Raadpleeg de aanwijzingen hieronder.**

- Als u de staplengte wilt instellen (of bevestigen), houdt u INDIGLO drie (3) seconden ingedrukt en die waarde knippert dan in FT (of cm).

- **OPMERKING:** Het display stopt met knipperen als binnen 5 seconden geen knop wordt ingedrukt.

- Druk op RESET om de weergegeven waarde voor de staplengte te veranderen en houd SET ingedrukt wanneer u klaar bent. U keert nu naar het display van de modus Afstand terug.

- Draag de stappenteller volgens de bovenstaande aanwijzingen.

- Begin uw activiteit en de afstand wordt geteld tot maximaal 999,99 mijl (of kilometer).

DE STAPLENGTE METEN

- Zoek een plaats op waar u tien (10) stappen in een rechte lijn kunt lopen.

- Markeer het startpunt en plaats uw voet achter de streep.

- Neem tien (10) stappen en loop daarbij zoals u gewoonlijk loopt.

- Markeer een streep vóór uw voet waar de laatste stap eindigt.

- Meet de afstand tussen de twee merktekens in ft (of centimeters).

- Deel deze afstand door tien (10) om de normale staplengte te bepalen.

DE VERBRANDE CALORIEËN TELLEN

- Druk op de knop MODE totdat CAL verschijnt. Als 00000 niet op het display staat, drukt u op RESET om de oude gegevens te wissen. **OPMERKING:** Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, worden verbrande calorieën op nul teruggesteld.

- Om de functie Calorieën te kunnen gebruiken moet u uw gewicht in Engelse ponden (LB) of in kilogrammen (kg) invoeren. De maateenheid voor gewicht (Engels of metrisch) komt overeen met wat u voor staplengte hebt geselecteerd.

- **OPMERKING:** Wanneer u de maateenheid verandert, verandert de weergegeven modus en worden alle gegevens en instellingen van de stappenteller gewist.

- Als u uw gewicht wilt instellen (of bevestigen), houdt u INDIGLO drie (3) seconden ingedrukt en die waarde knippert dan in LB (of kg).

- **OPMERKING:** Het display stopt met knipperen als binnen 3 seconden geen knop wordt ingedrukt.

- Druk op RESET om de weergegeven waarde voor het gewicht te veranderen en houd SET ingedrukt wanneer u klaar bent. U keert dan naar het display van de modus Calorieën terug.

- Draag de stappenteller volgens de bovenstaande aanwijzingen.

- Begin uw activiteit en de verbrande calorieën worden tot 99.999 calorieën geteld.

- Op het calorieschermje verschuift de decimale punt naarmate het totaal aantal calorieën 1000 en 10 000 passeert. U ziet het volgende op het schermje:

0.00 \approx 999.99 – 1000.0 \approx 9999.9 – 10000 \approx 99999

TRAININGSTIJD BIJHOUDEN

De stappenteller registreert de trainingstijd automatisch terwijl u loopt, jogg of hardloopt.

- Druk op de knop MODE totdat TIMER verschijnt.

- De trainingstijd wordt gedurende maximaal 100 uur in twee indelingen geregistreerd

- MINUTEN . SECONDEN gedurende het eerste uur en daarna

- UREN : MINUTEN.

OPMERKING: Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, wordt de trainingstijd op nul teruggesteld.

GEMIDDELDE SNELHEID BIJHOUDEN

De stappenteller verschaft gegevens over de gemiddelde snelheid van de training.

- Druk op de knop MODE totdat MPH (of KPH) verschijnt.

- De gemiddelde snelheid wordt tot maximaal 20 mijl (of kilometer) per uur geregistreerd. De maateenheid (Engels of metrisch) komt overeen met wat u voor staplengte hebt geselecteerd.

OPMERKING: Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, wordt de gemiddelde snelheid op nul teruggesteld.

STAPTEMPO BIJHOUDEN

De stappenteller verschaft gegevens over het staptempo van de training in stappen/ minuut.

- Druk op de knop MODE totdat STP/MIN verschijnt.

- Het staptempo is op de stappentelling en trainingstijd gebaseerd en wordt tot maximaal 266 stappen/ minuut geregistreerd.

OPMERKING: Als de gegevens in om het even welke modus worden teruggesteld, wordt het staptempo op nul teruggesteld.

INDIGLO® NACHTLICHT

De stappenteller heeft het INDIGLO® nachtlucht waardoor u het display ook kunt zien wanneer er weinig of geen licht is.

- Druk op de knop INDIGLO en het display wordt 5 seconden verlicht.

DE BATTERIJ VERVANGEN

Het display begint te vervagen naarmate de batterij leeg raakt. Vervang de batterij zodra u merkt dat de kwaliteit van het display vermindert. De stappenteller gebruikt een CR2032 (of gelijkwaardige) batterij die in vele elektronica-winkels verkrijgbaar is.

- Verwijder de lege batterij door de batterijruimte naar buiten te schuiven.

- Vervang de lege batterij door een nieuwe. Zorg dat de "+" naar beneden is gericht en dat de batterij stevig in de ruimte zit.

- Schuif de batterijruimte terug in de stappenteller totdat deze op zijn plaats klikt.

- Gooi de oude batterij weg.

OPMERKING: Wanneer de batterij wordt vervangen, worden alle gegevens en instellingen van de stappenteller gewist. U zult uw staplengte en gewicht opnieuw moeten invoeren.



DE BATTERIJ NIET IN HET VUUR WEGGOOIEN. NIET OPLADEN. LOSSE BATTERIJEN UIT DE BUURT VAN KINDEREN HOUDEN.

INTERNATIONALE GARANTIE VAN TIMEX

(BEPERKTE AMERIKAANSE GARANTIE)

De TIMEX stappenteller heeft een garantie van Timex Corporation voor gebreken in fabricage gedurende een periode van EEN JAAR vanaf de oorspronkelijke aankoopdatum. Timex en gelieerde ondernemingen over de hele wereld erkennen deze internationale garantie.

Timex mag, naar eigen keuze, de stappenteller repareren door nieuwe of grondig gereviseerde en geïnspecteerde componenten te installeren of hem vervangen door een identiek of gelijksoortig model.

BELANGRIJK – DEZE GARANTIE DEKT GEEN GEBREKEN OF SCHADE AAN DE STAPPENTELLER:

1. nadat de garantietermijn is verlopen;

2. als het product oorspronkelijk niet bij een erkende Timex winkelier is gekocht;

3. als gevolg van reparaties die niet door Timex zijn uitgevoerd;

4. als gevolg van ongelukken, knoeien of misbruik; en

5. glas, riemklem, kast, accessoires of batterij. Timex kan het vervangen van deze onderdelen in rekening brengen.

DEZE GARANTIE EN HET HIERIN UITEENGEZETTE VERHAAL ZIJN EXCLUSIEF EN KOMEN IN DE PLAATS VAN ALLE ANDERE GARANTIES, UITDRUKKELIJK OF IMPLICIET, MET INBEGRIJPT VAN IMPLICIETE GARANTIE VAN VERKOOPBAARHEID OF GESCHIKTHEID VOOR EEN BEPAALD DOEL. TIMEX IS NIET AANSPRAKELIJK VOOR SPECIALE, INCIDENTELE OF GEVOLGSCHADE. Sommige landen en staten staan geen beperkingen toe met betrekking tot impliciete garanties en staan geen uitsluitingen of beperkingen met betrekking tot schade toe, zodat deze beperkingen wellicht voor u van toepassing zijn. Deze garantie geeft u specifieke wettelijke rechten en u kunt ook andere rechten hebben die van land tot land en van staat tot staat verschillen.

Voor het verkrijgen van service onder de garantie dient u uw stappenteller naar Timex, een van de gelieerde ondernemingen of de Timex winkelier waar de stappenteller gekocht is, te retourneren, samen met een ingevulde, originele reparatiebon of, alleen in de VS en Canada, de ingevulde originele reparatiebon of een schriftelijke verklaring waarin uw naam, adres, telefoonnummer en datum en plaats van aankoop worden vermeld. Wilt u het volgende bij de stappenteller insluiten voor port en behandeling (dit zijn geen reparatiekosten): een cheque of postwissel voor US\$7,00 in de VS; een cheque of postwissel voor CAN\$6,00 in Canada; en een cheque of postwissel voor UK£2,50 in het V.K. In andere landen zal Timex port en behandeling in rekening brengen. **STUUR NOOIT EEN ANDER ARTIKEL VAN PERSOONLIJKE WAARDE MEE.**

Voor de VS kunt u 1-800-328-2677 bellen voor meer informatie over de garantie. Voor Canada belt u 1-800-263-0981. Voor Brazilië 0800-168787. Voor Mexico 01-800-01-060-00. Voor Midden-Amerika, het Caribisch gebied, Bermuda en de Bahamas (501) 370-5775 (VS). Voor Azië 852-2815-0091. Voor het V.K. 44 208 687 9620. Voor Portugal 351 212 946 017. Voor Frankrijk 33 3 81 63 42 00. Voor Duitsland +43.662 88 92130. Voor het Midden-Oosten en Afrika 971-4-310850. Voor andere gebieden kunt u contact opnemen met uw plaatselijke Timex-winkelier of -distributeur voor informatie over de garantie. ©2004 Timex Corporation. TIMEX is een gedeponeerd handelsmerk van Timex Corporation in de VS en andere landen.