

W227 NA 632-095000

©2006 Timex Corporation.



personal heart rate monitor



**TIMEX**<sup>®</sup>

PERSONAL HEART RATE MONITOR

## Zone In On Fitness

English	page 1
Français	page 31
Español	página 59
Português	página 87

## ÍNDICE

<b>Descripción General</b> .....	59
Botones del reloj.....	61
Símbolos en la pantalla .....	61
Recursos .....	62
Para establecer su mejor rango de pulso .....	62
<b>Monitor De Ritmo Cardíaco Personal</b> .....	64
Para usar su monitor de ritmo cardíaco Personal.....	64
Para programar o ajustar su monitor de ritmo cardíaco Personal .....	65
Memoria de actividad diaria.....	68
Para revisar la información durante una actividad .....	69
Para revisar la información después de una actividad .....	69
Pulso de recuperación .....	70
Para determinar su pulso de recuperación .....	70
Sugerencias para el monitor de ritmo cardíaco Personal.....	71
<b>Hora del Día</b> .....	73
Para programar o ajustar la hora del día .....	73
Sugerencias para la hora .....	75
<b>Cuidado y Mantenimiento</b> .....	77
Monitor de ritmo cardíaco Personal .....	77
Pila .....	78
Pila del medidor cardíaco Personal .....	78
Reemplazo de la pila del reloj .....	79
Luz nocturna INDIGLO® .....	79
Resistencia al agua.....	80
Reloj.....	80
Medidor cardíaco Personal.....	80
<b>Garantía y Servicio</b> .....	81
Servicio .....	83

## DESCRIPCIÓN GENERAL

### ¡Felicitaciones!

Con la compra de su monitor de ritmo cardíaco Timex® Personal usted ha contratado a su nuevo entrenador personal. Su monitor de ritmo cardíaco Personal le permite registrar, almacenar y analizar los indicadores claves de su nivel de estado físico personal.

Comprobará que el monitor de ritmo cardíaco Personal es una ayuda para su estado físico fácil de utilizar. Pero, como con cualquier dispositivo nuevo, usted debe tomarse el tiempo para familiarizarse con él y sacarle el máximo rendimiento.

Por lo tanto, tómese su tiempo para explorar las características y funciones del monitor de ritmo cardíaco Personal y obtener un manejo básico de este dispositivo para el estado físico. Principalmente, ¡disfrute de su nuevo compañero en su idea de mejorar su estado físico!

### Un corazón en forma

Hallazgos recientes sobre el estado físico demuestran que cualquier persona puede ponerse y permanecer en forma sin exagerar. Tan sencillo como:

- ❖ Ejercitar de 3 a 4 veces por semana.
- ❖ Ejercitar de 30 a 45 minutos durante cada sesión de ejercicio
- ❖ Ejercitar al pulso apropiado

El pulso representa el efecto del ejercicio en todas las partes del cuerpo.

La selección del rango de pulso apropiado condiciona al corazón, pulmones y músculos a ejercitarse a niveles óptimos para obtener y mantener un buen estado físico.

Una vez programado, el monitor de ritmo cardiaco Personal puede mostrarle automáticamente cuándo usted se halla en el rango de ejercicio que escogió o indicarle si no lo está. Puede ayudarle a mantener el ejercicio a un nivel de intensidad que le permita lograr las metas de estado físico deseadas, sin sobrepasarse o con poca exigencia.

#### **ADVERTENCIA:**

**Éste no es un dispositivo médico y no se recomienda que lo utilicen personas con enfermedades cardiacas graves. Consulte siempre a su médico antes de comenzar o modificar un programa de ejercicios.**

La transmisión adecuada de los datos del pulso puede verse entorpecida por las interferencias de señales de radio, contacto insuficiente entre su piel y el medidor cardiaco, u otros factores.

## Botones del reloj

### **SET (programar)**

Ajusta la hora u opciones para el monitor de ritmo cardiaco Personal

### **RECALL**

Para revisar la información de una actividad



Luz nocturna **INDIGLO®**

### **REC/DATE**

Para iniciar recuperación o ver los datos

### **ON/OFF**

Para apagar o encender el monitor de ritmo cardiaco Personal

## Símbolos en la pantalla

- Observará el símbolo del contorno de un corazón a medida que el reloj busca la señal del medidor cardiaco (pulsómetro) Personal.
- Observará que el símbolo del contorno de un corazón se llena cuando el reloj ha localizado la señal del medidor cardiaco Personal. Este símbolo continuará destellando a medida que el reloj reciba la señal del medidor cardiaco Personal.
- Observará el símbolo del cronómetro de actividad para indicarle que el reloj lleva el conteo de la actividad. Observará el cronómetro de actividad únicamente cuando utilice el reloj sincronizado con su medidor cardiaco Personal.
- Observará el símbolo de señal acústica cuando haya activado la alerta audible de rango o haya activado la señal acústica a cada hora en el modo horario.

## Recursos

El sitio web de Timex® ofrece información útil para ayudarle a optimizar su monitor de ritmo cardíaco Personal.

- ❖ Registre su producto en **www.timex.com**
- ❖ Vaya a **www.timex.com/hrm/** para obtener más información sobre los monitores de ritmo cardíaco Timex®, incluidas las listas de las funciones y simulaciones.
- ❖ Vaya a **www.timex.com/fitness/** para obtener consejos sobre aptitud física y entrenamiento con los monitores de ritmo cardíaco Timex®.

## Para establecer su mejor rango de pulso

Hay cinco rangos de pulso básicos. Sólo seleccione un rango que corresponda a su porcentaje de pulso (ritmo cardíaco) máximo (%MAX) según la meta de estado físico que desea alcanzar durante un ejercicio específico.

% MAX	Objetivo	Beneficio
50% al 60%	Ejercicio liviano	Mantiene un corazón saludable y en forma
60% al 70%	Control de peso	Se pierde peso y se disminuyen grasas
70% al 80%	Aeróbico básico	Incrementa la estamina y la resistencia aeróbica
80% al 90%	Preparación óptima	Mantiene un estado físico excelente
90% al 100%	Entrenamiento atlético de élite	Se logra un estado atlético magnífico

Antes de programar el %MAX, se necesita determinar el pulso máximo. Puede usar muchos métodos para calcular el pulso máximo. El folleto *Heart Zones® Tools For Success* incluido en el empaque del monitor de ritmo cardíaco Personal (solamente para clientes en los Estados Unidos) proporciona procedimientos excelentes y Timex le recomienda que use una de esas metodologías.

Sin embargo, si no puede usar ninguno de los procedimientos descritos en *Heart Zones® Tools for Success* (solamente para clientes en los Estados Unidos) usted podría pensar en usar el método según la edad, recomendado oficialmente.

Comience con el número 220 y luego reste su edad. Por ejemplo, alguien de 35 años comenzaría con 220 y restaría 35 (la edad de la persona) lo que da un pulso máximo estimado de 185.

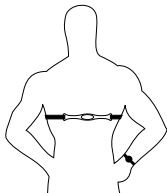
Una vez que sepa el pulso máximo, puede establecer los rangos descritos en la tabla de la página anterior.

## MONITOR DE RITMO CARDIACO PERSONAL

Puede programar y utilizar su reloj para observar el pulso y otra información estadística acerca de una actividad que realice, mientras lleve puestos su reloj y medidor cardiaco personal.

### Para usar su monitor de ritmo cardiaco Personal

1. Moje las almohadillas del medidor cardiaco Personal.
2. Centre el medidor sobre el pecho con el logotipo de Timex® que se vea de frente, y ajústelo con firmeza exactamente debajo del esternón.
3. Presione el botón ON/OFF (encender/apagar) del reloj. Tres guiones cortos (- - -) y el símbolo del corazón aparecerán en la pantalla y luego se mostrará su pulso actual. (También observará el símbolo de actividad en la esquina inferior izquierda de la pantalla para indicarle que su reloj está contabilizando el tiempo de la actividad).
4. Comience la actividad. El reloj registra automáticamente el pulso y otros datos estadísticos acerca de la actividad, incluida la hora.
5. Cuando haya concluido la actividad, presione y sostenga el botón ON/OFF hasta que las palabras HOLD TURN OFF aparezcan brevemente en la pantalla una a una. Siga presionando el botón ON/OFF hasta que escuche un pitido y la hora en curso del día aparezca en la pantalla.



### Para programar o ajustar su monitor de ritmo cardiaco Personal

#### SET (programar)

Presione para empezar a programar o guardar los cambios y acabar la programación

#### RECALL

Presione para ir al siguiente dígito o grupo que desea programar



Luz nocturna **INDIGLO®**

#### RECV/DATE



Presione para incrementar o pasar al elemento que desea programar





#### ON/OFF

Presione para incrementar o pasar al elemento que desea programar

1. Presione ON/OFF para activar su monitor de ritmo cardiaco Personal.
2. Presione y sostenga SET hasta que aparezcan brevemente en la pantalla las palabras HOLD TO SET una a una. Continúe presionando SET. En la pantalla aparecerá el primer grupo de programación con el primer valor destellando.
3. Haga el ajuste deseado presionando ON/OFF o RECV/DATE. Al presionar ON/OFF en ciertos grupos de programación se incrementará un valor y al presionar RECV/DATE se disminuirá un valor. En otras ocasiones al presionar ON/OFF o RECV/DATE se alternará entre dos opciones.
4. Presione RECALL para pasar al siguiente dígito que desea programar o al siguiente grupo de programación.
5. Presione SET para guardar los cambios y salir del proceso de programación.

Puede hacer los ajustes a este monitor de ritmo cardiaco Personal descritos en las tablas que aparecen en esta página y la siguiente.

Grupo de programación	Pantalla	Descripción
<b>Límite del rango mínimo deseado</b>		Su rango mínimo deseado representa los latidos por minuto (BPM) o porcentaje máximo (%MAX), por debajo del cual usted no desea que el pulso descienda durante la actividad. Si el pulso es de un valor inferior a este número, una flecha descendente aparecerá en la pantalla y se escuchará una alerta audible si usted la ha activado. No se puede programar este número por debajo de 30 (13%).
<b>Límite del rango máximo deseado</b>		El rango máximo deseado representa los latidos por minuto (BPM) o porcentaje máximo (%MAX), por encima del cual usted no desea que el pulso ascienda durante la actividad. Si el pulso es de un valor superior a este número, una flecha ascendente aparecerá en la pantalla y se escuchará una alerta audible si usted la ha activado. No se puede programar este número por encima de 240 (100%).

Grupo de programación	Pantalla	Descripción
<b>Alerta audible</b>		Se puede programar el reloj para que le avise si el pulso asciende o desciende del rango de pulso. El reloj continuará sonando hasta que usted haya regresado a su rango escogido. <b>SUGERENCIA:</b> Se puede activar o desactivar la alarma durante la actividad presionando el botón ON/OFF.
<b>Pulso máximo</b>		El valor del pulso máximo sirve de referencia para mostrar el pulso en términos de porcentaje máximo (%MAX). Este número no puede ser inferior a 80 o superior a 240.
<b>Peso</b>		Puede ingresar su peso actual. Este número sirve para calcular la cantidad de calorías consumidas durante la actividad. El peso registrado no puede ser inferior a 66 libras (30 kilos) o superior a 330 libras (150 kilos).
<b>Visualización del pulso</b>		A su elección, el pulso podrá mostrarse en latidos por minuto (BPM) o porcentaje máximo (%MAX).

## Memoria de actividad diaria

Puede revisar la información de la actividad durante la misma o después de ésta (como se indica abajo). La información de los grupos aparece en el orden de la lista.

- ❖ **Cronómetro de actividad:** Es el tiempo durante el cual el monitor de ritmo cardiaco Personal está activo y recibiendo pulsos reales durante una actividad. Mientras el monitor de ritmo cardiaco Personal funcione, el reloj puede llevar el conteo de la actividad durante un periodo de 24 horas.
- ❖ **Tiempo en rangos:** La cantidad de tiempo durante una actividad durante la cual el pulso se encuentra entre los límites de rango inferior y superior que usted programó.
- ❖ **Pulso promedio:** El pulso promedio alcanzado durante una actividad.
- ❖ **Pulso máximo:** El pulso más alto registrado durante una actividad (datos disponibles sólo al final de una actividad).
- ❖ **Calorías consumidas:** El número de calorías consumidas durante una actividad. Este número depende del peso que ingresó cuando programó el monitor de ritmo cardiaco Personal, el pulso promedio durante su actividad y el tiempo en que efectuó la actividad.
- ❖ **Pulso de recuperación:** El resultado del último cálculo del pulso de recuperación.

### *Para revisar la información durante una actividad*

1. Presione RECALL. La primera vez que se revisa la información durante la actividad el reloj comenzará a mostrar el cronómetro de actividad. Después de lo cual, comenzará a mostrar la información del último grupo que usted revisó durante la actividad.
2. Siga explorando los datos de actividad presionando RECALL. Si no presiona RECALL durante cinco segundos o si presiona otro botón aparte de RECALL o INDIGLO®, la revisión finalizará y la pantalla volverá a mostrar su pulso actual.

### *Para revisar la información después de una actividad*

1. Cuando haya finalizado la actividad y apagado el monitor de ritmo cardiaco Personal, puede revisar los datos de la actividad presionando RECALL. El reloj pasará automáticamente por todos los grupos de información, moviéndose a un nuevo grupo cada 3 segundos.
2. Si desea revisar el siguiente grupo de información en forma más rápida que el cambio automático, puede pasar al siguiente grupo presionando RECALL.
3. Después que el reloj haya pasado por cada uno de los grupos de información, a los 3 segundos volverá automáticamente a mostrar la hora en curso a menos que usted presione RECALL antes de finalizar el periodo de 3 segundos, lo cual reiniciará automáticamente el proceso de revisión de datos.
4. Si presiona otro botón, aparte de RECALL o INDIGLO® la revisión finalizará y la hora vigente volverá a la pantalla.

## Pulso de recuperación

El pulso de recuperación es un indicador del estado físico y del nivel de entrenamiento. A medida que su estado físico mejore, su pulso volverá más rápido a una frecuencia cardíaca más baja al final de la actividad, indicando un mejor nivel de estado físico cardiovascular. Un pulso de recuperación más lento puede indicar también que necesita disminuir el entrenamiento debido a cansancio, enfermedad u otros factores.

Su pulso de recuperación representa el cambio en la frecuencia cardíaca durante un tiempo determinado. El monitor de ritmo cardíaco Personal registra el cambio en el pulso durante 1 minuto.

### *Para determinar su pulso de recuperación*

El reloj no puede registrar una recuperación a menos que el medidor cardíaco Personal esté recibiendo un pulso constante y real. Sin un pulso constante, en la pantalla se leerá ERROR al terminar el periodo de recuperación de 1 minuto. Si el pulso inicial es más bajo que el pulso final, en la pantalla se leerá NO REC.

1. Presione RECV/DATE. El reloj percibirá su pulso actual en latidos por minuto (BPM) y comienza el conteo regresivo de 1 minuto.
2. Al finalizar el conteo, el reloj sonará para indicar el final del periodo de recuperación. El reloj captará su pulso una segunda vez, restará el segundo valor del primero y presentará la diferencia como el pulso de recuperación.
3. Al comenzar la recuperación, puede revisar temporalmente los datos presionando RECALL. El pulso de recuperación aparecerá en la pantalla al final del conteo regresivo de 1 minuto.

4. Puede continuar iniciando periodos de recuperación de 1 minuto mediante la repetición de los pasos 1 y 2. El pulso de recuperación continuará en la pantalla una vez terminado el conteo regresivo, a menos que usted presione otro botón.
5. Para salir de la pantalla de recuperación cuando el conteo regresivo haya terminado, presione ON/OFF para ver el pulso actual o RECALL para ver los datos totales.

## Sugerencias para el monitor de ritmo cardíaco Personal

- ❖ En cualquier momento durante el proceso de programación, puede guardar los cambios y volver a la pantalla principal de pulso oprimiendo SET.
- ❖ Mientras se programa el reloj, si no se presiona ningún botón en el reloj en 2 ó 3 minutos, éste guardará automáticamente cualquier cambio que usted haya hecho y terminará el proceso de programación.
- ❖ Durante una actividad, se puede observar la hora presionando SET.
- ❖ En cualquier momento durante el proceso de programación, presione y sostenga ON/OFF para incrementar rápidamente el valor programado o RECV/DATE para disminuir rápidamente dicho valor.
- ❖ La acumulación de datos se suspenderá si 1) el cronómetro de actividad llega a las 24 horas; 2) ocurre un error; 3) usted apaga el monitor de ritmo cardíaco Personal ya sea en el reloj o quitándose el medidor.



- ❖ Toda información de una actividad previa se borra cuando usted comienza una nueva mientras se recibe información de pulso real.
- ❖ El reloj y el medidor cardiaco Personal deben estar a una distancia de 3 pies (1 metro) uno del otro para funcionar adecuadamente. Si el reloj no está recibiendo información del pulso, ensaye lo siguiente:
  - ✓ Acorte la distancia entre el reloj y el medidor cardiaco Personal.
  - ✓ Ajuste la colocación del medidor cardiaco Personal y la banda elástica del pecho.
  - ✓ Asegúrese que las almohadillas del medidor cardiaco estén húmedas.
  - ✓ Revise la pila en el medidor cardiaco Personal y reemplácela si es necesario.
  - ✓ Aléjese de otros monitores de ritmo cardiaco u otras fuentes de interferencia radial o eléctrica.

## HORA DEL DÍA

El reloj puede funcionar como uno convencional que muestra la hora, fecha y día, en formato de 12 ó 24 horas.



### Para programar o ajustar la hora del día

1. Asegúrese que su monitor de ritmo cardiaco Personal está apagado presionando y sosteniendo el botón ON/OFF.
2. Presione y sostenga SET hasta que aparezcan brevemente en la pantalla las palabras HOLD TO SET una a una. Siga presionando SET hasta que aparezca la hora en la pantalla con el dígito de hora destellando.
3. Haga el ajuste deseado presionando ON/OFF o RECIV/DATE. Al presionar ON/OFF en ciertos grupos de programación se incrementará un valor y al presionar RECIV/DATE se disminuirá un valor. En otras ocasiones al pulsar ON/OFF o RECIV/DATE se alternará entre dos opciones.

4. Presione RECALL para pasar a la siguiente opción de programación.
5. Presione SET para guardar los cambios y salir del proceso de programación.

Puede hacer los ajustes de hora del día a este reloj descritos en las tablas que aparecen en esta página y la siguiente.

Grupo de programación	Ajuste
<b>Hora</b>	Presione ON/OFF para adelantar la hora o RECV/DATE para atrasarla.
<b>Minuto</b>	Presione ON/OFF para adelantar los minutos o RECV/DATE para atrasarlos.
<b>Segundero</b>	Presione ON/OFF o RECV/DATE para poner los segundos a cero.
<b>Hora con formato de 12 ó 24 horas</b>	Presione ON/OFF o RECV/DATE para alternar entre los formatos de 12 y 24 horas. En el formato de 12 horas los indicadores AM y PM aparecerán también sobre los segundos en la pantalla de hora.
<b>Mes</b>	Presione ON/OFF para adelantar los meses o RECV/DATE para atrasarlos.
<b>Fecha</b>	Presione ON/OFF para adelantar la fecha o RECV/DATE para atrasarla.

Grupo de programación	Ajuste
<b>Día de la semana</b>	Presione ON/OFF para adelantar los días de la semana o RECV/DATE para atrasarlos.
<b>Presentación del mes y día</b>	Presione ON/OFF o RECV/DATE para alternar la presentación del mes y día. Estas opciones son Mes-Día (MM-DD) o Día-Mes (DD.MM). Por ejemplo, 15 de marzo puede aparecer como 3-15 ó 15.3.
<b>Señal acústica</b>	Presione ON/OFF o RECV/DATE para alternar entre señal acústica activada o desactivada. Cuando se activa la señal acústica, usted observará el símbolo de la campanilla y el reloj emitirá un sonido a cada hora en punto.

## Sugerencias para la hora

- ❖ Para observar el mes, fecha y día durante 3 segundos, presione RECV/DATE.
- ❖ El reloj no ajusta automáticamente la hora de verano. Cuando se cambia entre la hora estándar y la hora de verano, se debe ajustar la hora manualmente.
- ❖ El reloj pasa automáticamente del 28 de febrero al 1 de marzo. Para ajustar un año bisiesto, se debe establecer la fecha manualmente al 29 de febrero. El reloj entonces pasará automáticamente del 29 de febrero al 1 de marzo.

- ❖ En cualquier momento durante el proceso de programación, presione y sostenga ON/OFF para incrementar rápidamente el valor programado o RECV/DATE para disminuir rápidamente dicho valor.
- ❖ En cualquier momento durante el proceso de programación, puede guardar sus cambios y volver a la pantalla principal de hora presionando SET.
- ❖ Mientras se programa el reloj, si no se presiona ningún botón en el reloj en 2 ó 3 minutos, éste guardará automáticamente cualquier cambio que usted haya hecho y saldrá del proceso de programación.

## **CUIDADO Y MANTENIMIENTO**

---

### **Monitor de ritmo cardiaco Personal**

- ❖ Para evitar la acumulación de materiales que puedan interferir la capacidad del medidor cardiaco Personal para recibir un pulso real, lávelo con agua dulce.
- ❖ No limpie el medidor cardiaco Personal o la banda para el pecho con materiales abrasivos o corrosivos. Los agentes limpiadores abrasivos pueden rayar las partes plásticas y corroer el circuito electrónico.
- ❖ No someta el medidor a fuerzas, golpes, polvo, temperatura ni humedad excesivos. Estas condiciones podrían provocar fallas de funcionamiento, reducción de la vida útil de los componentes electrónicos, daños en las pilas o alteraciones en las piezas.
- ❖ No manipule los componentes internos del medidor cardiaco Personal. Si lo hace, provocará la expiración de la garantía del medidor y puede causar daños.
- ❖ El medidor cardiaco Personal no contiene piezas reparables por los usuarios, con excepción de las pilas.

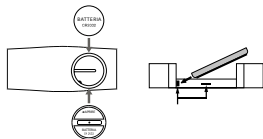
## Pila

### Pila del medidor cardiaco Personal

Si las lecturas del pulso se vuelven inestables o cesan, será necesario reemplazar la pila del medidor cardiaco Personal. Puede cambiar la pila por su cuenta sin herramientas especiales.

El medidor cardiaco Personal emplea una pila de litio CR2032. Para cambiar la pila:

1. Abra el compartimento de la pila del medidor con una moneda, girándola en sentido contrario a las manecillas de reloj.
2. Inserte una pila de litio CR2032 de 3V con la marca hacia arriba, cuidando de no tocar los dos contactos para que no se descargue la pila.
3. Después de insertar la pila, coloque la tapa.



Para probar la nueva pila una vez instalada:

1. Aléjese de las fuentes de interferencia eléctrica o radial.
2. Humedezca las almohadillas del medidor cardiaco y aprete la correa del pecho debajo del esternón.
3. Mientras se coloca el reloj, presione el botón ON/OFF. Una serie de 3 guiones cortos (- - -) y el símbolo del corazón destellando aparecerán en la pantalla.

4. Si no se ve un símbolo de corazón destellando en su reloj, vuelva a colocar la pila del medidor.

**NOTA:** Durante la prueba no es necesario que aparezca el valor del pulso en la pantalla.

### Reemplazo de la pila del reloj

Si la pila del reloj se está agotando, la pantalla se verá borrosa. Este reloj usa una pila de litio CR2032.

Para que el reloj no se dañe en forma permanente, TIMEX RECOMIENDA LLEVAR EL RELOJ A UN DISTRIBUIDOR O UN JOYERO PARA QUE CAMBIE LA PILA.

### Luz nocturna INDIGLO®

Presione el botón INDIGLO® para activar la luz. La tecnología electroluminescente ilumina toda la esfera del reloj por la noche y en condiciones de poca luz.

Si la pila del reloj se está agotando, la pantalla se verá borrosa al presionar el botón INDIGLO®. Este reloj usa una pila de litio CR2032.

Para que el reloj no se dañe en forma permanente, TIMEX RECOMIENDA LLEVAR EL RELOJ A UN DISTRIBUIDOR O UN JOYERO PARA QUE CAMBIE LA PILA.

## Resistencia al agua

### *Reloj*

- ❖ El reloj, resistente a 30 metros de profundidad, tolera una presión de agua de 60 libras por pulgada cuadrada (equivalente a una inmersión a 98 pies o 30 metros bajo el nivel del mar).
- ❖ El reloj es resistente al agua solamente mientras el cristal, los botones y la caja permanezcan intactos.
- ❖ Timex recomienda que enjuague su reloj con agua dulce después de haber estado expuesto al agua salada.

**ADVERTENCIA:** PARA MANTENER LA RESISTENCIA AL AGUA, NO PRESIONE NINGÚN BOTÓN BAJO EL AGUA.

### *Medidor cardiaco Personal*

- ❖ El medidor cardiaco Personal, resistente a 30 metros de profundidad, tolera una presión de agua de 60 libras por pulgada cuadrada (equivalente a una inmersión a 98 pies o 30 metros bajo el nivel del mar).

**ADVERTENCIA:** LA UNIDAD NO MOSTRARÁ EL PULSO SI SE UTILIZA DEBAJO DEL AGUA

## GARANTÍA Y SERVICIO

---

### Garantía de Timex® internacional (garantía limitada en EUA)

Timex Corporation garantiza su monitor de ritmo cardiaco Personal Timex® contra defectos de fabricación durante un periodo de UN AÑO a partir de la fecha de compra original. Timex y sus sucursales en todo el mundo respaldan esta Garantía Internacional.

Cabe aclarar que Timex tiene la libertad de optar por reparar su monitor de ritmo cardiaco con componentes nuevos o reacondicionados e inspeccionados cuidadosamente, o reemplazarlo por un modelo idéntico o similar.

**IMPORTANTE: TENGA EN CUENTA QUE ESTA GARANTÍA NO CUBRE DEFECTOS O DAÑOS A SU MONITOR DE RITMO CARDIACO:**

1. después de vencido el plazo de la garantía;
2. si el medidor cardiaco no se compró inicialmente a un distribuidor autorizado de Timex®;
3. si las reparaciones efectuadas no las hizo Timex;
4. si son consecuencia de accidentes, manipulación no autorizada o abuso; y
5. en el cristal, correa o pulsera, caja, accesorios o pila. Timex podría cobrarle por el reemplazo de cualquiera de estas piezas.

ESTA GARANTÍA Y LOS REMEDIOS QUE ELLA CONTIENE SON EXCLUSIVOS Y REEMPLAZAN A CUALQUIER OTRA GARANTÍA, EXPRESA O IMPLÍCITA, INCLUSO LA GARANTÍA IMPLÍCITA DE COMERCIABILIDAD O ADECUACIÓN PARA UN FIN PARTICULAR.

TIMEX NO ASUME NINGUNA RESPONSABILIDAD POR PERJUICIOS DIRECTOS, INDIRECTOS NI ESPECIALES. En ciertos países y estados no se permiten limitaciones de las garantías implícitas ni exclusiones o limitaciones de perjuicios, por lo cual estas limitaciones podrían no aplicarse en su caso particular. Esta garantía le otorga derechos establecidos por ley, pero usted también podría tener otros derechos que difieren de un país a otro, o de un estado a otro.

Para solicitar los servicios incluidos en la garantía, por favor devuelva su monitor de ritmo cardiaco a Timex®, a una de sus sucursales o al comercio minorista donde lo compró, adjuntando el cupón de reparación original, o en EUA y Canadá únicamente, el cupón de reparación original o una nota en la que figure su nombre, domicilio, número de teléfono y fecha y lugar de compra. Por favor incluya lo siguiente con su monitor de ritmo cardiaco para cubrir el costo de envío y manejo (este importe no es para el pago de la reparación): En EUA, un cheque o giro por valor de US \$ 7,00 (dólares estadounidenses); en Canadá, un cheque certificado o giro por valor de CAN \$6,00 (dólares canadienses); y en el Reino Unido, un cheque certificado o giro por valor de UK £ 2,50 (libras). En otros países, Timex se encargará de cobrarle el importe por gastos de envío.

**NUNCA INCLUYA NINGÚN ARTÍCULO DE VALOR PERSONAL EN SU ENVÍO**

En EUA, por favor llame al 1-800-328-2677 para obtener información adicional sobre la garantía. En Canadá, llamar al número 1-800-263-0981. En Brasil, al +55 (11) 5572 9733. En México, al 01-800-01-060-00. En América Central, países del Caribe, Bermudas y Bahamas, al (501) 370-5775 (EUA). En Asia, al 852-2815-0091. En el Reino Unido, al 44 020 8687 9620. En Portugal, al 351 212 946 017. En Francia, al

33 3 81 63 42 00. En Alemania, al 49 7.231 494140. En Medio Oriente y África, al 971-4-310850. En otras áreas, consulte al vendedor local de Timex® o al distribuidor de Timex® sobre la garantía.

En Canadá, EUA y en otros lugares, algunos distribuidores de Timex® podrían proporcionarle un sobre con la dirección y el franqueo previamente pagado para que envíe el monitor de ritmo cardiaco a reparación.

## Servicio

Si su monitor de ritmo cardiaco Personal Timex® tuviera que ser reparado, envíelo a Timex según lo indicado en la Garantía Internacional de Timex® o bien envíelo a:

**HOTLINE WATCH SERVICE, P.O. Box 2740, Little Rock, AR 72203**

**Si tiene consultas sobre el servicio, llame al 1-800-328-2677.**

En la Garantía Internacional de Timex® encontrará instrucciones específicas respecto a los cuidados y servicios que necesita su monitor de ritmo cardiaco.

INDIGLO es una marca registrada de Indiglo Corporation en los Estados Unidos y otros países. HEART ZONES es una marca registrada de Sally Edwards. TIMEX es una marca registrada de Timex Corporation.

**Si necesita una correa o pulsera de reemplazo,  
llame al 1-800-328-2677.**

**CUPÓN DE REPARACIÓN DE LA GARANTÍA  
INTERNACIONAL DE TIMEX®**

Fecha original de compra: \_\_\_\_\_

(Si la tiene, adjunte la factura de compra)

Comprado por: \_\_\_\_\_

(Nombre, dirección y teléfono)

Sitio de compra: \_\_\_\_\_

(Nombre y dirección)

Razón de devolución: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**ESTE ES SU CUPÓN DE REPARACIÓN. GUÁRDELO EN UN LUGAR SEGURO.**