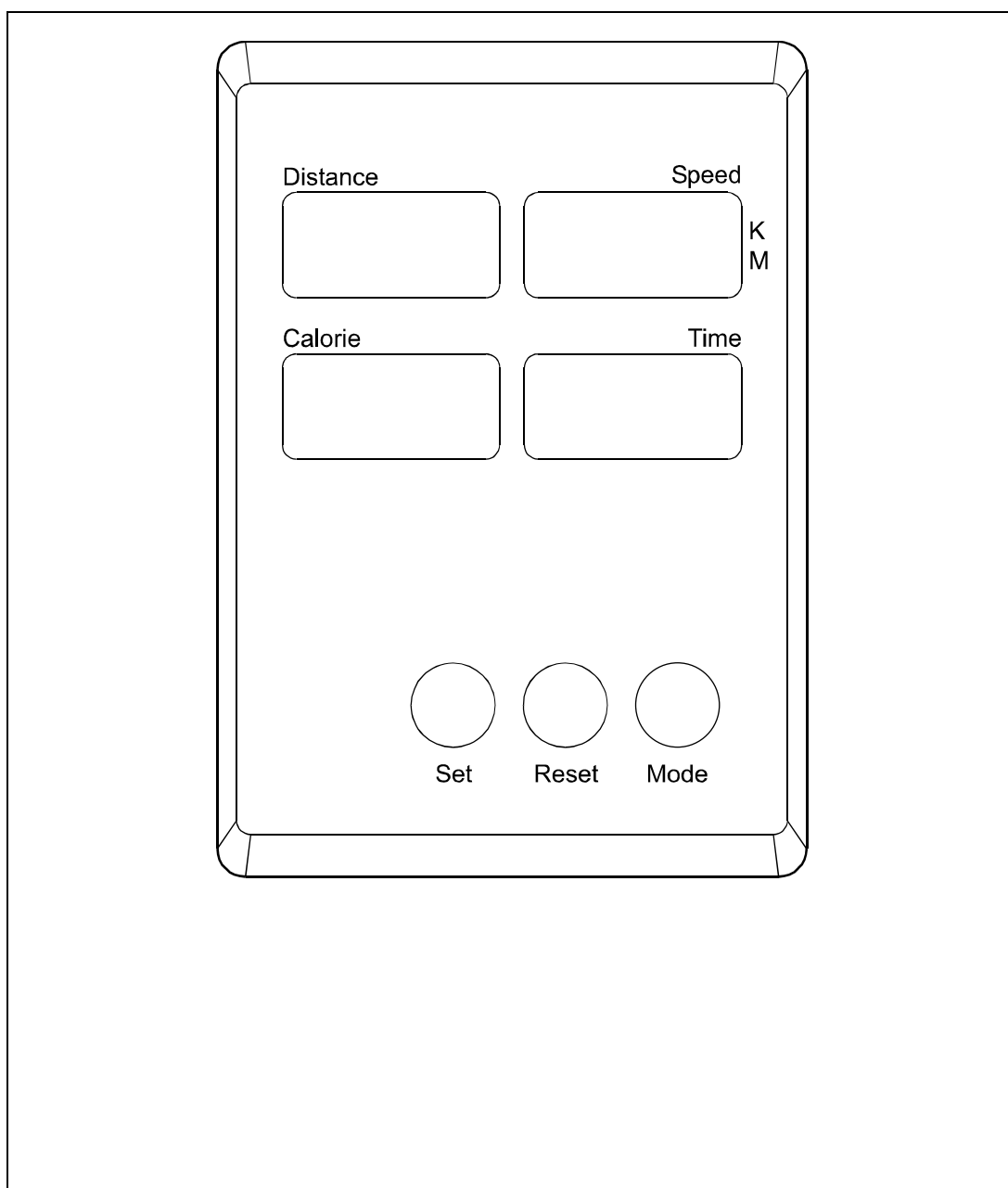




# ST700 MAGNETIC ROWER



- EN
- DE
- FR
- ES
- IT
- EL
- RU
- SL
- SV
- FI
- DA
- NL
- CS
- SK
- HR
- SR
- BS
- BG
- RO



**Table of contents - Inhaltsverzeichnis - Tables des matières - Tabla de contenidos - Indice - Περιεχόμενα - Содержание - Kazalo vsebine - Sisältö - Innehållsförteckning**

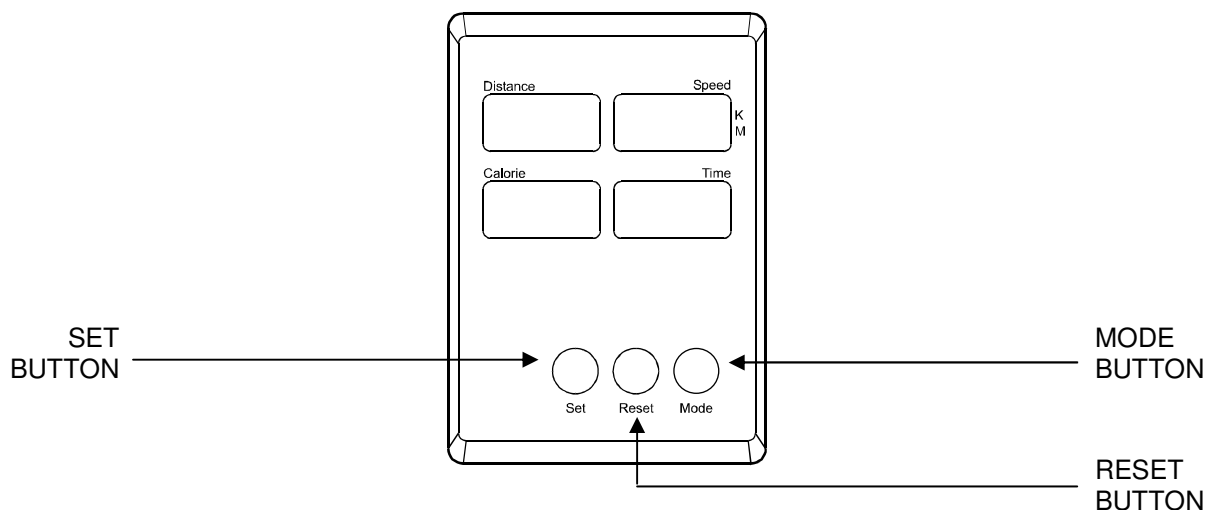
1. English	P. 4
2. Deutsch	P. 5
3. Français	P. 6
4. Español	P. 7
5. Italiano	P. 8
6. Ελληνικά	P. 9
7. Русский язык	P. 10
8. Slovensko	P. 11
9. Svenska	P. 12
10. Suomi	P. 13

- EN** © The owner's manual is only for the customer reference. ENERGETICS can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.
- DE** © Die Gebrauchsanweisung dient nur zur Referenz für den Kunden. ENERGETICS übernimmt keine Haftung für Fehler die durch Übersetzung oder technische Änderungen des Produkts entstehen.
- FR** © Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur. ENERGETICS ne peut être tenu responsable pour d'éventuelles erreurs de traduction, ou pour d'éventuelles modifications techniques du produit.
- ES** © El manual del usuario es sólo para referencia del cliente. ENERGETICS no se hace responsable de los errores que se produzcan debido a la traducción o cambio de las especificaciones técnicas del producto.
- IT** © Il presente manuale è solo per riferimento dell'acquirente. ENERGETICS non può garantire per errori occorsi durante la traduzione o cambiamenti nelle specifiche tecniche del prodotto.
- EL** © το εγχειρίδιο οδηγιών είναι για βοήθεια προς τους πελάτες μας. Η Εταιρεία ENERGETICS δεν αναλαμβάνει ευθύνη για τυχόν λάθη που συμβήκαν κατά τη διάρκεια της μεταφράσεως, ή λόγω αλλαγής των τεχνικών προδιαγραφών του προϊόντος.
- RU** © Инструкция служит только как информация для покупателя. ENERGETICS не несет ответственности за ошибочный перевод или за неточности, связанные с техническими изменениями продукта.
- SL** © Ta navodila so samo za kupca. ENERGETICS ne more garantirati za napake, ki se pojavijo zaradi prevajanja oziroma zaradi spremembe tehnične specifikacije proizvoda.
- SV** © Bruksanvisningen är enbart avsedd som upplysning till kunden. ENERGETICS avsäger sig ansvar för ev. felaktigheter till följd av översättningsfel eller tekniska ändringar på produkterna.
- FI** © Nämä käyttöohjeet ovat ainoastaan asiakasta varten. ENERGETICS ei takaa kielenkäännöksestä tai tuotteen teknisistä muunnoksista johtuvia virheitä.

**Indholdsfortegnelse - Inhoudsopgave - Obsah – Obsah – Sadržaj - Sadržaj – Sadržaj -  
Съдържание - Conținut**

11. Dansk	P. 14
12. Nederlands	P. 15
13. Český	P. 16
14. Slovensky	P. 17
15. Hrvatski	P. 18
16. Srpski	P. 19
17. Bosanski jezik	P. 20
18. Български	P. 21
19. Românește	P. 22

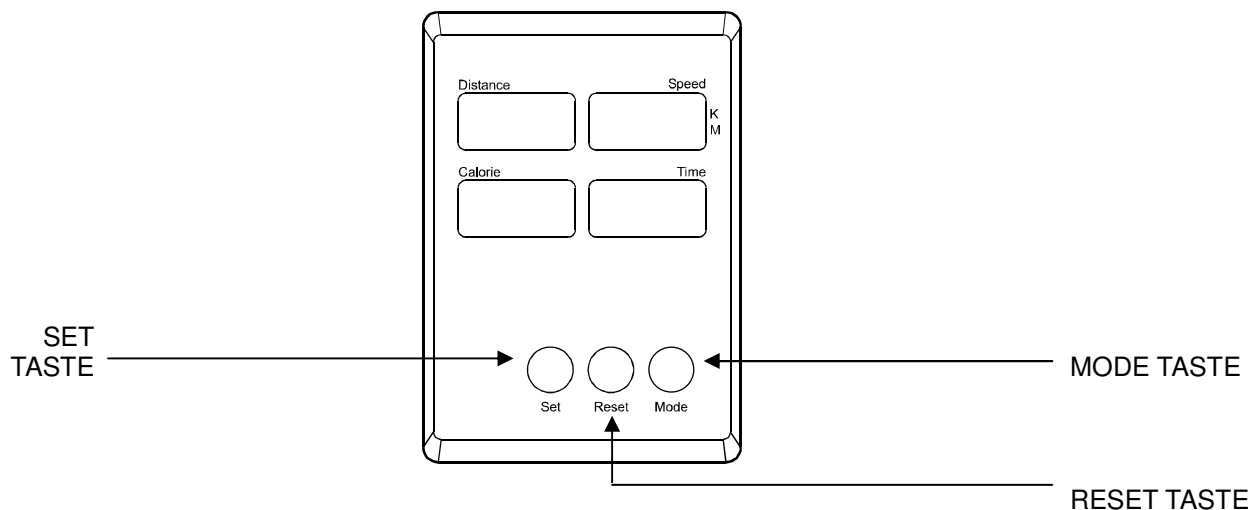
- DA** © Brugermanualen er kun til kundens oplysning, ENERGETICS påtager sig intet ansvar for fejl der opstår på grund af oversættelse eller eventuelle ændringer i produktets tekniske specifikation.
- NL** © Deze bezittershandleiding is alleen voor gebruik door klanten geschikt. ENERGETICS geeft geen garantie voor fouten die ontstaan zijn door de vertaling of veranderingen in de technische beschrijving van het product.
- CS** © Návod k použití je pouze doporučen pro zákazníky. ENERGETICS nepřebírá žádné ručení za chyby způsobené překladem či změnami v technické specifikaci výrobku.
- SK** © Tento návod je určený len pre potrebu zákazníkov. ENERGETICS nezodpovedá za chyby, ktoré sa môžu vyskytnúť kvôli chybnému prekladu alebo zmenám v technickej špecifikácii produktu.
- HR** © Uve upute za uporabu služe samo kao pomoć kupcu. ENERGETICS ne preuzima na sebe nikakvu odgovornost u slučaju greški nastalih prilikom prevođenja teksta ili tehničkih promjena u izradi.
- SR** © Ovo uputstvo za upotrebu namenjeno je da bude pomoć kupcu. ENERGETICS ne garantuje za moguće greške u prevodu ili izmene u tehničkoj specifikaciji proizvoda.
- BS** © Uputstvo za korišćenje je samo preporuka za kupce. ENERGETICS ne preuzima nikakvu garanciju za greške prouzročene prilagođavanjem ili izmjenama u tehničkoj specifikaciji proizvoda.
- BG** © Инструкции за употреба са предназначени само за клиентите. ENERGETICS не дава никаква гаранция за грешки, възникнали при превода или при промяната на техническата спецификация на продукта.
- RO** © Instrucțiunile de utilizare sunt doar recomandări pentru cumpărători. ENERGETICS nu preia nici un fel de garanție pentru greșelile datorate traducerii sau modificărilor în specificația tehnică a produsului.

**BUTTONS:**

1. **RESET:** Press once to reset any single function value. Press and hold for 2 seconds to reset all function values (total reset).
2. **MODE:** Press to select the time, speed, distance or calorie functions. The display windows will blink to indicate selection.
3. **SET:** Press to preset target function values under the setting mode.

**FUNCTIONS:**

1. **SPEED:** Displays the current speed during when exercising.
2. **DISTANCE:**
  - **UP:** Automatically accumulates workout distance from the beginning of the exercise session.
  - **DOWN:** Preset workout distance as a target by using the "set" key when the value is blinking. The target value will automatically count down to 0 with beeper sounds and then continue to count up unless exercise stops.
3. **TIME:**
  - **UP:** Automatically accumulates workout time from the beginning of the exercise session.
  - **DOWN:** Preset workout period as a timed exercise session by using the "set" key when the value is blinking. The target value will automatically count down to 00:00 with beeper sounds and then continue to count up unless exercise stops.
4. **CALORIE:**
  - **UP:** Automatically accumulates calories amount used from the beginning of the exercise session.
  - **DOWN:** Preset workout calorie amount as a target by using the "set" key when the value is blinking. The target value will automatically count down to 0 with beeper sounds and then continue to count up unless exercise stops.

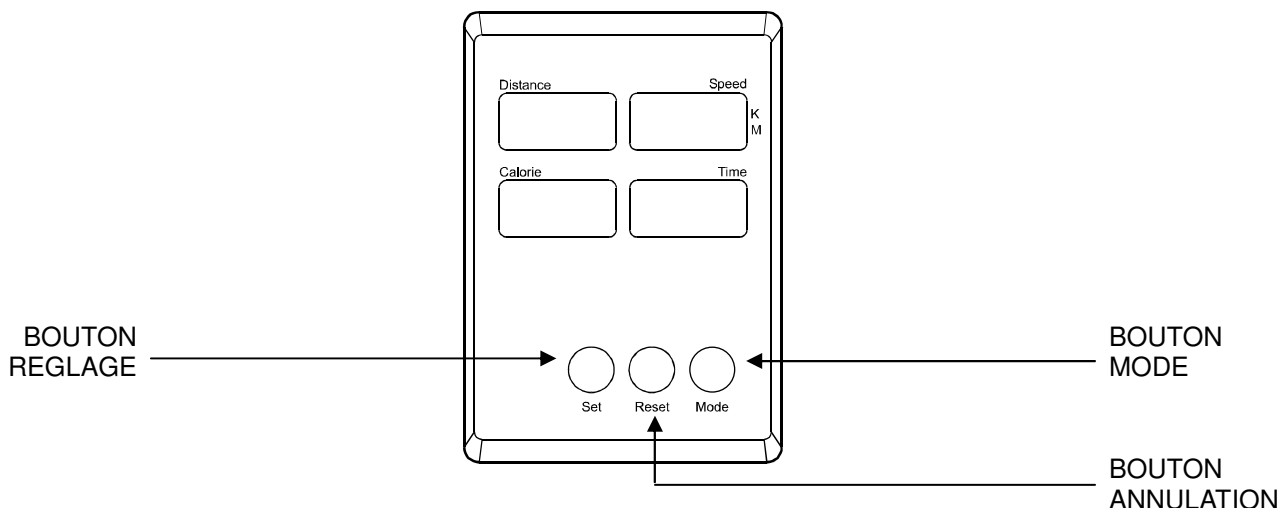


## TASTENBELEGUNG:

1. **RESET:** Drücken Sie diese Taste, um jeden einzelnen Wert zu löschen. Wenn Sie diese Taste für 2 Sekunden gedrückt halten, werden alle Daten gelöscht.
2. **MODE:** Drücken Sie diese Taste, um Zeit, Geschwindigkeit, Entfernung oder Kalorien auszuwählen. Die Anzeige der angewählten Funktion blinkt.
3. **SET:** Drücken Sie diese Taste im Eingabemodus, um die Zieldaten einzugeben.

## FUNKTIONEN:

1. **GESCHWINDIGKEIT:** Geschwindigkeit während des Trainings wird angezeigt.
2. **DISTANZ:**
  - **AUF (UP):** Addiert automatisch die Distanz vom Beginn des Trainings an.
  - **ABWÄRTS (DOWN):** Eingegebene Obergrenze der Distanz (Anzeige blinkt) im Eingabemodus, Eingabe durch die SET-Taste. Die eingegebene Obergrenze zählt automatisch rückwärts bis Null. Bei Erreichen des Wertes ertönt ein Signalton. Bei Fortführung des Trainings zählt der Computer aufwärts bis zum Trainingsende.
3. **ZEIT:**
  - **AUF (UP):** Zählt automatisch die Zeit vom Beginn des Trainings an.
  - **ABWÄRTS (DOWN):** Eingegebene Obergrenze der Zeit (Anzeige blinkt) im Eingabemodus, Eingabe durch die SET-Taste. Die eingegebene Obergrenze zählt automatisch rückwärts bis 00:00. Bei Erreichen des Wertes ertönt ein Signalton. Bei Fortführung des Trainings zählt der Computer aufwärts bis zum Trainingsende.
4. **KALORIEN:**
  - **AUF (UP):** Addiert automatisch die Kalorien vom Beginn des Trainings an.
  - **ABWÄRTS (DOWN):** Eingegebene Obergrenze der Kalorien (Anzeige blinkt) im Eingabemodus, Eingabe durch die SET-Taste. Die eingegebene Obergrenze zählt automatisch rückwärts bis Null. Bei Erreichen des Wertes ertönt ein Signalton. Bei Fortführung des Trainings zählt der Computer aufwärts bis zum Trainingsende.

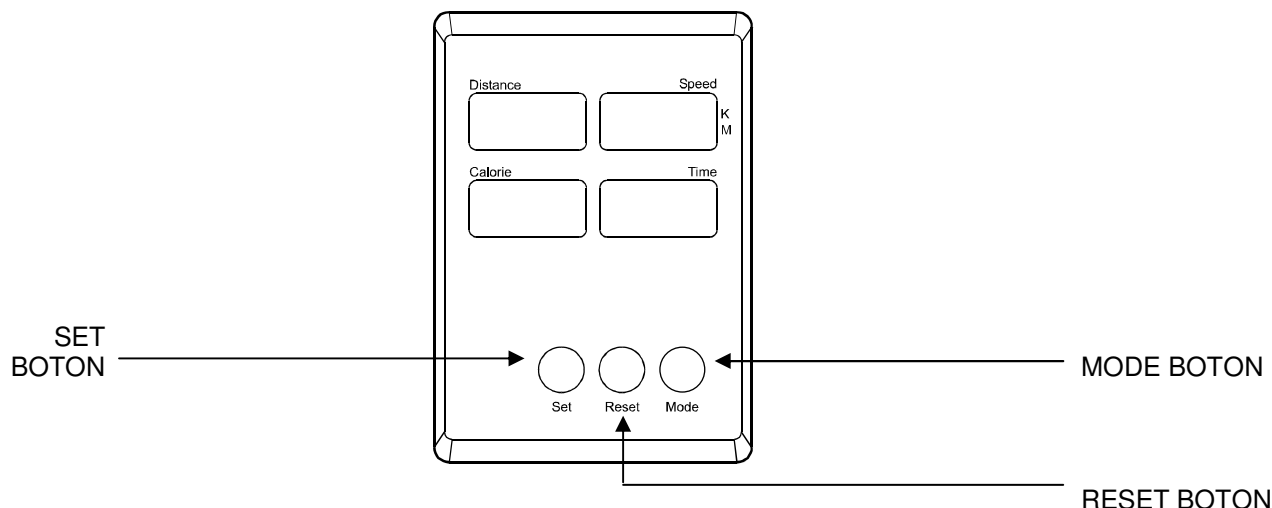


## BOUTONS :

1. ANNULATION : Appuyez une fois pour annuler une valeur. Appuyez pendant 2 secondes pour annuler toutes les données.
2. MODE: Appuyez pour sélectionner les fonctions durée, vitesse, distance ou calories. Les fenêtres clignotent pour indiquer la sélection.
3. REGLAGE : Appuyez pour régler une valeur ciblée dans le mode réglage.

## FONCTIONS :

1. VITESSE : Indique la vitesse pendant l'exercice.
2. DISTANCE :
  - HAUT : Accumule automatiquement la distance parcourue à partir du début de l'exercice.
  - BAS : Préréglez la distance ciblée à parcourir en utilisant la touche réglage quand la valeur clignote. La valeur ciblée se décompte automatiquement jusqu'à 0 avec un signal sonore, puis continue à compter jusqu'à l'arrêt de l'exercice.
3. DUREE:
  - HAUT : Accumule automatiquement la durée à partir du début de l'exercice.
  - BAS : préréglez la durée de l'exercice en utilisant la touche réglage quand la valeur clignote. La valeur ciblée se décompte automatiquement jusqu'à 00:00 avec un signal sonore, puis continue à compter jusqu'à l'arrêt de l'exercice.
4. CALORIES :
  - HAUT : Accumule automatiquement le nombre de calories consommées à partir du début de l'exercice.
  - BAS : Préréglez le nombre de calories ciblé en utilisant la touche réglage quand la valeur clignote. La valeur ciblée se décompte automatiquement jusqu'à 0 avec un signal sonore, puis continue à compter jusqu'à l'arrêt de l'exercice.

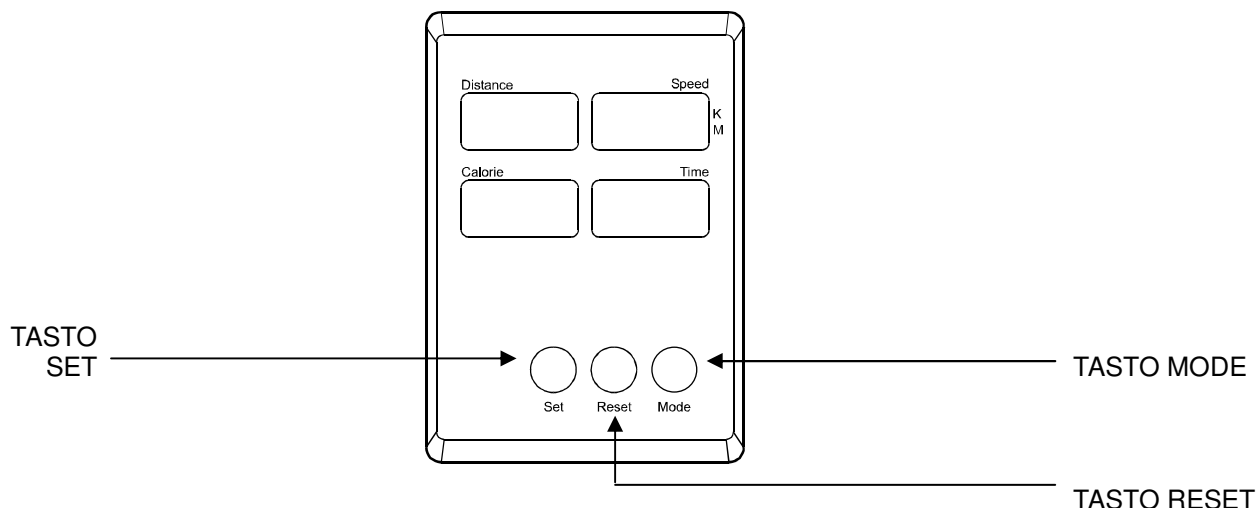


## BUTONES:

1. **RESET:** Presione este botón para regresar cualquier valor. Manténgalo por 2 segundos presionado para regresar todos los valores.
2. **MODE:** Para seleccionar el tiempo, la velocidad, distancia o calorías. La pantalla va a titilar para indicar la función actual.
3. **SET:** Para pre-seleccionar valores.

## FUNCIONES:

1. **SPEED (VELOCIDAD):** Muestra la velocidad actual durante el ejercicio.
2. **DISTANCE (DISTANCIA):**
  - UP: Automáticamente acumula la distancia del ejercicio desde su comienzo.
  - DOWN: Ingrese la distancia meta que quiere realizar en el ejercicio usando el botón "SET" cuando el valor está titilando. El valor ingresado contará automáticamente en forma regresiva hasta 00:00 y sonará un "bip". Luego continuará la cuenta en forma progresiva a menos que pare de realizar el ejercicio.
3. **TIME (TIEMPO):**
  - UP: Acumula automáticamente la distancia del ejercicio desde su comienzo
  - DOWN: Ingrese el tiempo meta que quiere realizar en el ejercicio usando el botón "SET" cuando el valor está titilando. El valor ingresado contará automáticamente en forma regresiva hasta 00:00 y sonará un "bip". Luego continuará la cuenta en forma progresiva a menos que pare de realizar el ejercicio.
4. **CALORIE (CALORIAS):**
  - UP: Acumula automáticamente la calorías quemadas en el ejercicio desde su comienzo.
  - DOWN: Ingrese las calorías meta que quiere quemar en el ejercicio usando el botón "SET" cuando el valor está titilando. El valor ingresado contará automáticamente en forma regresiva hasta 00:00 y sonará un "bip". Luego continuará la cuenta en forma progresiva a menos que pare de realizar el ejercicio.

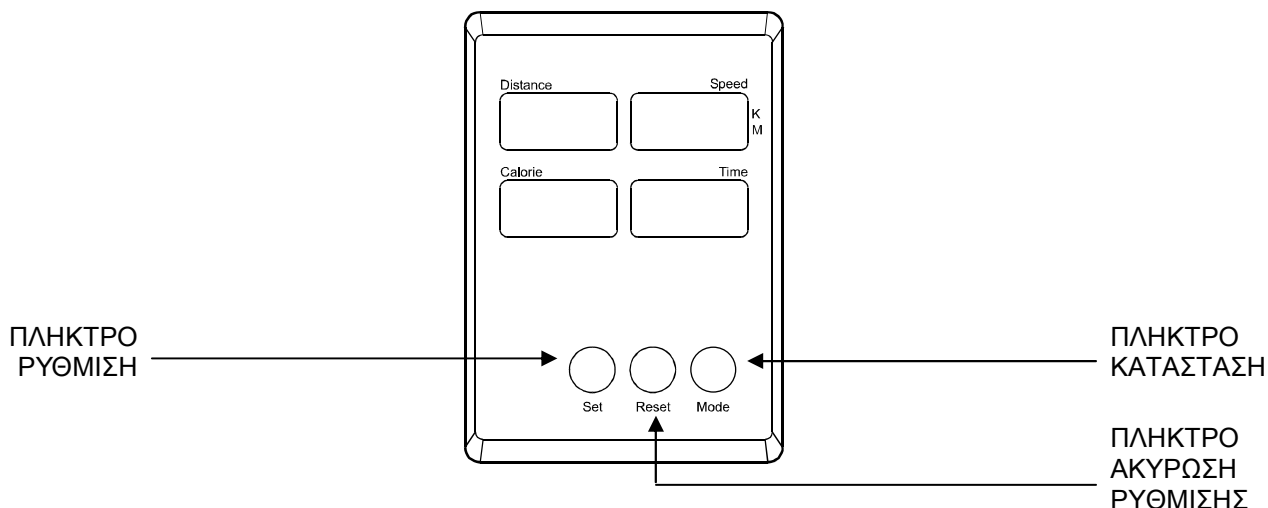
**TASTI:**

1. **RESET:** Premetelo una volta per azzerare un singolo valore funzione. Tenetelo premuto per due secondi per azzerare tutti i valori funzione (reset totale).
2. **MODE:** Premetelo per selezionare le funzioni tempo, velocità, distanza o calorie. La finestra del display lampeggerà per indicare la selezione.
3. **SET:** Premetelo per preselezionare i valori obiettivo delle varie funzioni nella modalità di regolazione.

**FUNZIONI:**

1. **SPEED:** Visualizza la velocità corrente durante l'esercizio.
2. **DISTANCE:**
  - **UP:** Misura automaticamente la distanza accumulata dall'inizio della sessione di allenamento.
  - **DOWN:** Preselezionate la distanza obiettivo usando il tasto "set" quando il valore sta lampeggiando. Inizierà automaticamente il conto alla rovescia con dei beep a partire dal valore immesso fino a 0 e oltre nel caso in cui non si termini l'esercizio.
3. **TIME:**
  - **UP:** Misura automaticamente il tempo trascorso dall'inizio della sessione di allenamento.
  - **DOWN:** Preselezionate il tempo obiettivo della sessione di lavoro usando il tasto "set" quando il valore sta lampeggiando. Inizierà automaticamente il conto alla rovescia con dei beep a partire dal valore immesso fino a 00:00 e oltre nel caso in cui non si termini l'esercizio.
4. **CALORIE:**
  - **UP:** Calcola automaticamente l'ammontare di calorie bruciate dall'inizio della sessione di allenamento.
  - **DOWN:** Preselezionate il valore obiettivo di calorie da consumare usando il tasto "set" quando il valore sta lampeggiando. Inizierà automaticamente il conto alla rovescia con dei beep a partire dal valore immesso fino a 0 e oltre nel caso in cui non si termini l'esercizio.





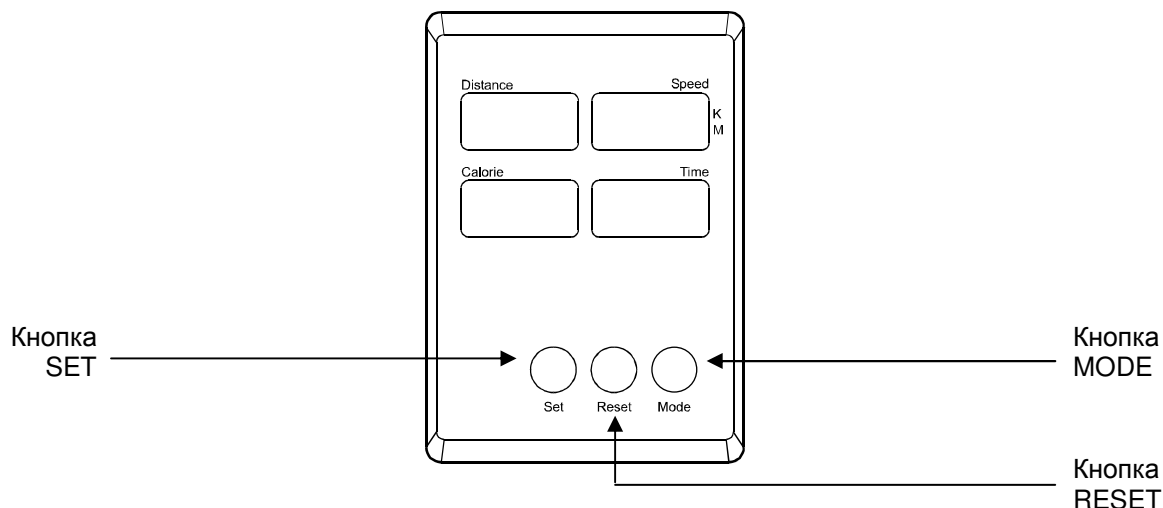
## Λειτουργίες των πλήκτρων:

### Πλήκτρα:

1. Reset: εκκίνηση του υπολογιστή.
2. Mode: Πιέζοντας το πλήκτρο αυτό μπορείτε να πηδάτε μεταξύ των δεικτών των έκαστων αξιών. Εκτός τούτου μπορείτε να ενεργοποιήσετε το Scanner. Κάθε λειτουργία απεικονίζεται για 5 δευτερόλεπτα.
3. Set: Με το πλήκτρο αυτό μπορείτε να ρυθμίσετε τα στοιχεία των διάφορων ενδείξεων.

### Λειτουργίες των ενδείξεων:

1. Speed (Ταχύτητα): απεικονίζει την ταχύτητα σε km/h.
2. Distance (Απόσταση): απεικονίζει τα διανυόμενα χιλιόμετρα
  - Απεικονίζει αυτόματα την διανυόμενη απόσταση κατά την προπόνηση σε χιλιόμετρα και μίλια.
  - Η απόσταση μπορεί να ρυθμιστεί από τα 0.0 έως τα 99,9 σε χιλιόμετρα και μίλια.
3. Time (Χρόνος): απεικονίζει τον περασμένο χρόνο, ενδεχ. τον χρόνο, ο οποίος απομένει.
  - Απαρίθμηση: μετράει αυτόματα από τα 0 do maximάλη 99.59.
  - Αφαίρεση: ρυθμίστε το Timer σε 99.00 – αυτό μετά θα απαριθμεί αυτόματα (ανά δευτερόλεπτα) έως το μηδέν.
4. Calories (Θερμίδες): απεικονίζει πάνω κάτω τις καταναλωμένες θερμίδες

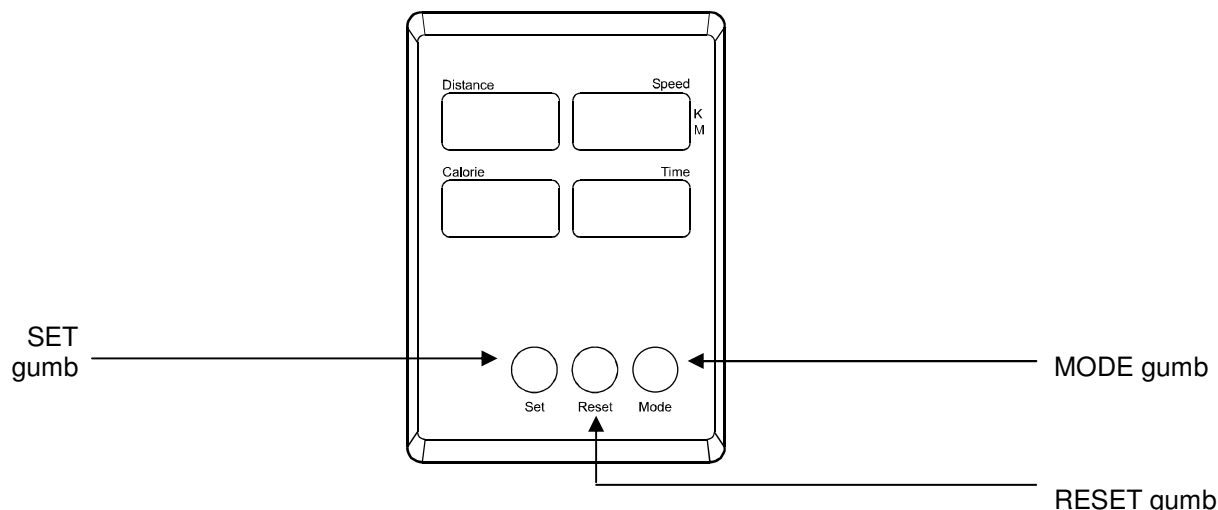


### Функции кнопок:

1. RESET: Нажатием этой кнопки удаляются отдельные показатели. Нажатием и удержанием кнопки в течении 2-х секунд удаляются все показатели.
2. MODE: Нажатием этой кнопки выбираются искомые показатели: время, скорость, расстояние или калории. Активированная функция будет мигать.
3. SET: Этой кнопкой вводятся намеченные показатели .

### Функции показателей:

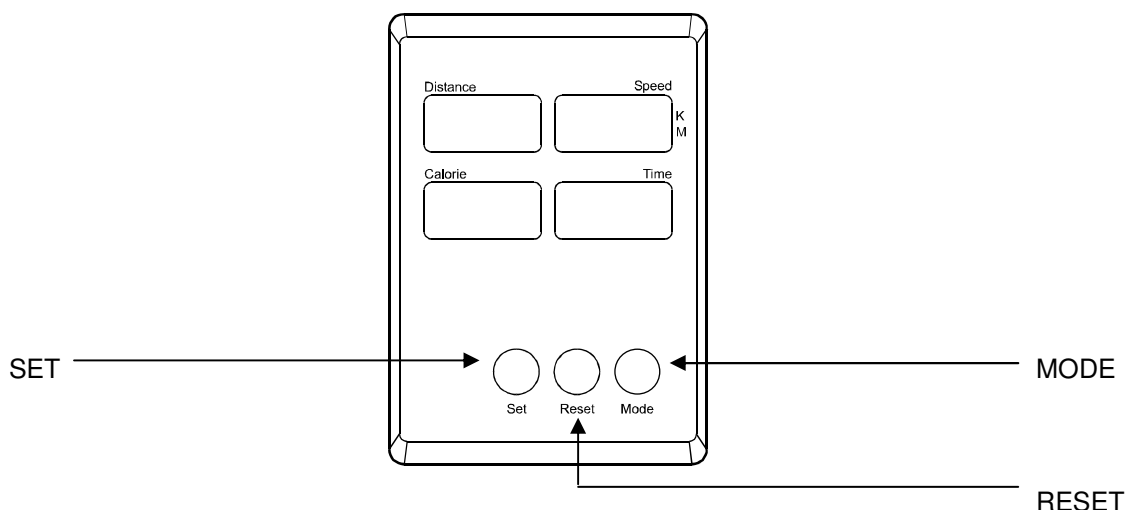
1. СКОРОСТЬ: Показатель скорости во время тренировки.
2. РАССТОЯНИЕ:
  - Суммарно (UP): Суммирует расстояние, пройденное с начала тренировки.
  - Остаток (DOWN): С помощью кнопки SET вводится максимальная дистанция (во время ввода показатель мигает). В течении тренировки показатель уменьшается до нуля. При достижении намеченной дистанции раздастся звуковой сигнал. Если тренировка будет продолжена, то дальнейшее расстояние считается суммарно до конца занятий.
3. ВРЕМЯ:
  - Суммарно (UP): Показывает время тренировки с момента ее начала.
  - Остаток (DOWN): С помощью кнопки SET вводится максимальное время тренировки (во время ввода показатель мигает). В течении тренировки заданный показатель уменьшается до 00:00. При достижении намеченного времени раздастся звуковой сигнал. Если тренировка будет продолжена, то дальнейшее время считается суммарно до конца занятий.
4. КАЛОРИИ:
  - Суммарно (UP): Суммирует израсходованные калории с момента начала тренировки.
  - Остаток (DOWN): С помощью кнопки SET вводится максимальное значение израсходованных калорий. В течении тренировки показатель уменьшается до нуля. При достижении намеченных калорий раздастся звуковой сигнал. Если тренировка будет продолжена, то дальнейшее время считается суммарно до конца занятий.

**GUMBI:**

1. **RESET:** Če pritisnete enkrat se postavi vrednost izbrane funkcije na nič. Če pritisnete in držite gumb 2 sekundi, se vse vrednosti postavijo na nič.
2. **MODE:** S tem gumbom izberete naslednje funkcije: čas, hitrost, razdaljo in porabo energije. Ekranček na zaslonu bo utripal ko boste izbirali funkcijo.
3. **SET:** Pritisnite, da nastavite ciljne želene vrednosti.

**FUNKCIJE:**

1. **SPEED/HITROST:** Prikazuje trenutno hitrost med vašo vadbo.
2. **DISTANCE/RAZDALJA:**
  - **UP/GOR:** Avtomatično sešteva vašo "prevoženo" razdaljo od začetka vaše dnevne vadbe.
  - **DOWN/DOL:** Predhodno lahko nastavite vašo željeno prevoženo razdaljo, tako, da pritisnete SET gumb, ko utripa vrednost pri funkciji razdalje. Nastavljena razdalja se bo avtomatično odštevala do nič z zvočnimi signali in se ponovno začela seštevati, če ne boste prej nehali z vadbo.
3. **TIME/ČAS:**
  - **UP/GOR:** Avtomatično sešteva čas vaše vadbe od začetka vadbe do konca.
  - **DOWN/DOL:** Predhodno lahko nastavite čas vadbe, tako, da pritisnete SET gumb, ko utripa vrednost pri funkciji čas. Nastavljen čas vadbe se bo avtomatično odšteval do 00:00 z zvočnimi signali in se ponovno začel seštevati, če ne boste prej nehali z vadbo.
4. **CALORIE/PORABA ENERGIJE:**
  - **UP/GOR:** Avtomatično sešteva porabo energije vaše vadbe od začetka vadbe do konca.
  - **DOWN/DOL:** Predhodno lahko nastavite porabo kalorij, tako, da pritisnete SET gumb, ko utripa vrednost pri funkciji CALORIE/poraba energije. Nastavljena vrednost porabe se bo avtomatično odštevala do nič z zvočnimi signali in se ponovno začel seštevati, če ne boste prej nehali z vadbo.

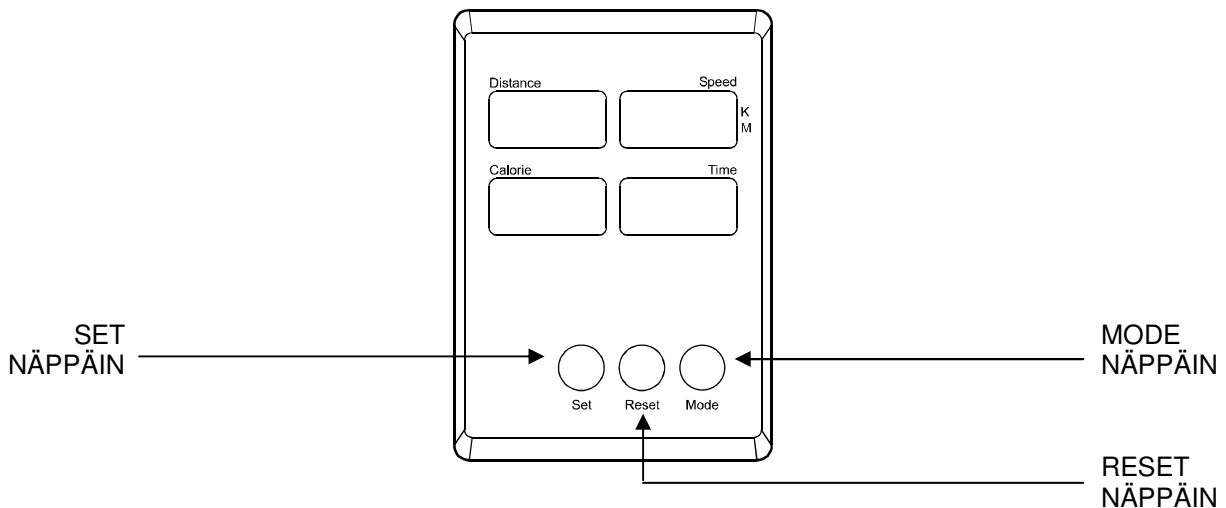


## FUNKTIONSKNAPPAR

1. RESET – Tryck RESET en gång för att nollställa ett värde. Håll knappen intryckt under ca 2 sekunder för att nollställa samtliga värden (Total Reset).
2. MODE – Tryck MODE för att ställa in time/tid, speed/hastighet, distance/distans och calories/kaloriförbrukning. Blinkande display för resp. funktion.
3. SET – Tryck SET för att förinställa önskade träningsvärden.

## FUNKTIONER

1. SPEED – Visar hastighet under pågående träning.
2. DISTANCE
  - UP: Visar sammanlagd träningssträcka från början av aktuellt träningspass.
  - DOWN: Ställ in distans med SET när denna funktion blinkar i displayen. Inställt värde räknas ner till 0. och datorn varnar. Datorn fortsätter sedan att räkna upp tills träningen avbryts.
3. TIME:
  - UP: Visar sammanlagd träningstid från början av aktuellt träningspass.
  - DOWN: Ställ in önskad träningstid med SET när denna funktion blinkar i displayen. Inställt värde räknas
4. CALORIES:
  - UP: Visar sammanlagd kaloriförbrukning från början av aktuellt träningspass.
  - DOWN: Ställ in önskat värde med SET när denna funktion blinkar i displayen. Inställt värde räknas ner till 0 medan datorn larmar. Den fortsätter sedan att räkna upp tills träningen avbryts.

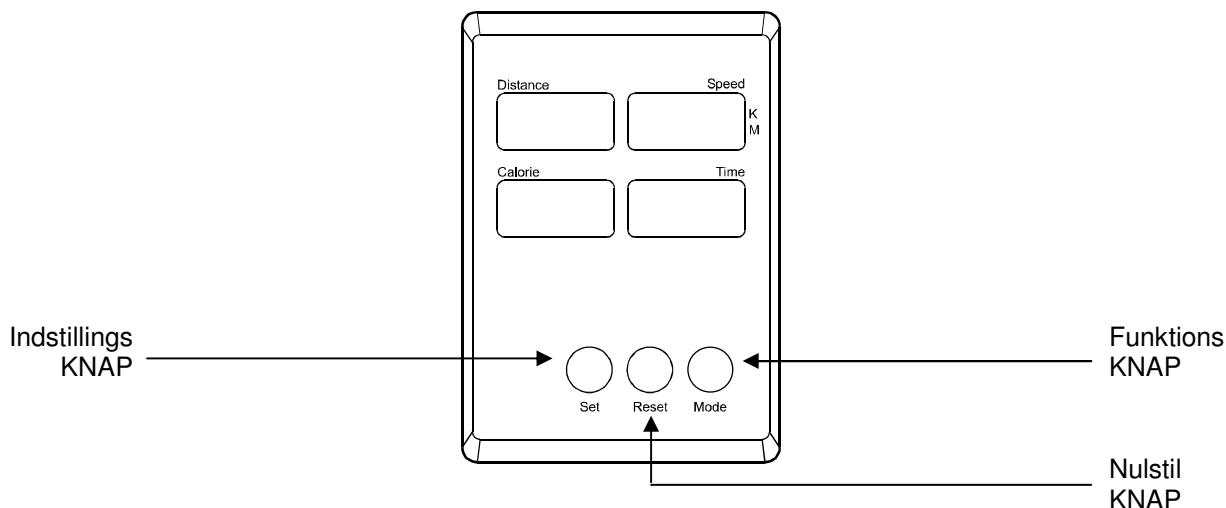


## NÄPPÄIMET:

1. **RESET:** Paina tätä näppäintä nollataksesi arvot/tiedot. Kun pidät tätä näppäintä painettuna kahden sekunnin ajan nollautuvat kaikki tiedot.
2. **MODE:** Paina tätä näppäintä valitaksesi ajan, nopeuden, etäisyyden ja kalorimäärän. Valitsemasi toiminto vilkkuu.
3. **SET:** Paina tätä näppäintä syöttääksesi tavoittelemasi arvot (syöttämoduksessa).

## TOIMINNOT:

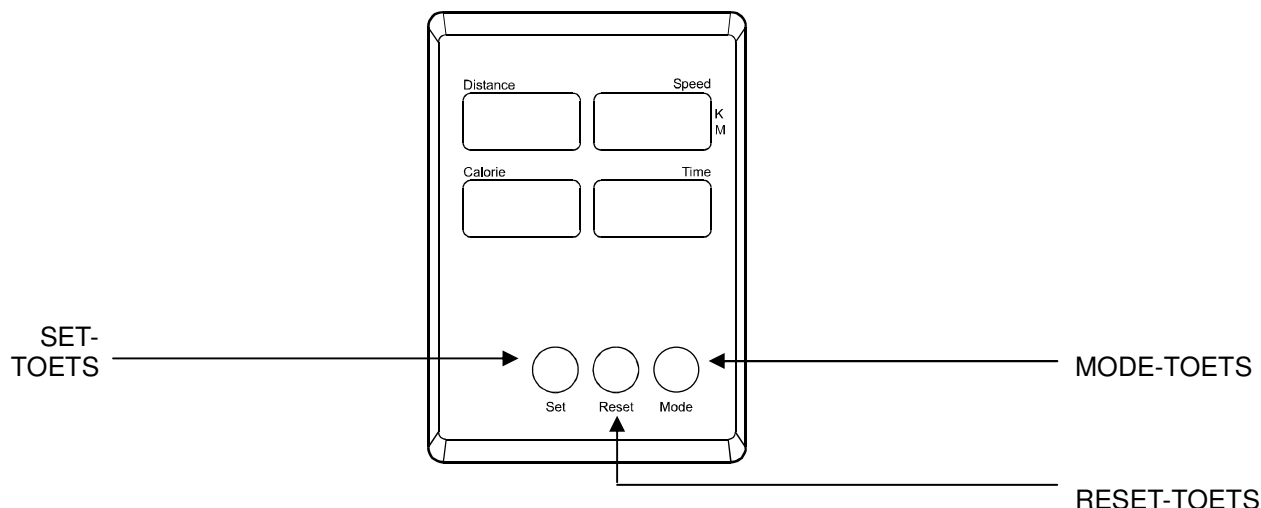
1. **NOPEUS:** Nopeus on näkyvillä harjoittelun aikana.
2. **ETÄISYYS:**
  - **ETEENPÄIN (UP):** Mittaa automaattisesti etäisyyden harjoittelun alusta alkaen.
  - **TAAKSEPÄIN (DOWN):** Arvo annetusta etäisyyden ylärajasta on näkyvillä syöttömoduksessa (se vilkkuu). Syötä arvo SET-näppäimellä. Syöttämäsi yläraja mitataan automaattisesti nollaan asti. Kun syötetty tieto/arvo on saavutettu, kuulet äänimerkin. Harjoittelun jatkuessa laskee mittari etäisyyden eteenpäin kunnes lopetat harjoittelun.
3. **AIKA:**
  - **ETEENPÄIN (UP):** Mittaa automaattisesti ajankäytön harjoittelun alusta alkaen.
  - **TAAKSEPÄIN (DOWN):** Arvo annetusta ajankäytön ylärajasta on näkyvillä syöttömoduksessa (se vilkkuu). Syötä arvo SET-näppäimellä. Syöttämäsi yläraja mitataan automaattisesti nollaan asti. Kun syötetty tieto/arvo on saavutettu, kuulet äänimerkin. Harjoittelun jatkuessa laskee mittari etäisyyden eteenpäin kunnes lopetat harjoittelun.
4. **KALORIMÄÄRÄ:**
  - **ETEENPÄIN (UP):** Arvo annetusta kalorimäärän ylärajasta mitataan automaattisesti harjoittelun alusta alkaen.
  - **TAAKSEPÄIN (DOWN):** Arvo annetusta kalorimäärän ylärajasta on näkyvillä syöttömoduksessa (se vilkkuu). Syötä arvo SET-näppäimellä. Syöttämäsi yläraja mitataan automaattisesti nollaan asti. Kun syötetty tieto/arvo on saavutettu, kuulet äänimerkin. Harjoittelun jatkuessa laskee mittari etäisyyden eteenpäin kunnes lopetat harjoittelun.

**Knapper:**

1. NULSTIL: Tryk én gang for at nulstille en hvilken som helst funktionsværdi. Tryk og hold knappen nede i 2 sekunder for at nulstille alle funktionsværdier (total nulstilling).
2. FUNKTION: Tryk for at vælge tid, hastighed, distance eller kalorie funktionen. Displayvinduet vil blinke for at vise valget.
3. INDSTILLING: Tryk for at forud indstille mål funktionens værdien under indstilling af funktion.

**Funktioner:**

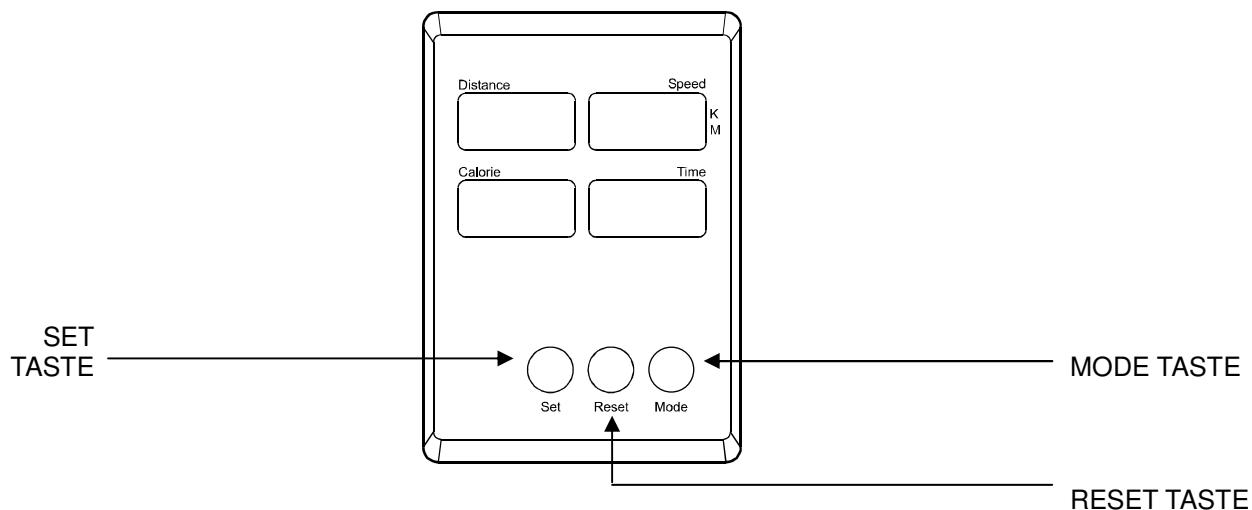
1. HASTIGHED: Viser den aktuelle hastighed under brug.
2. STRÆKNING:
  - OP: Akkumulerer automatisk træningsdistancen fra begyndelsen træningssektionen.
  - NED: Forud indstil træningsdistancen som et mål ved at bruge "Indstillings" knappen, når værdien blinker. Mål værdien vil automatisk tælle ned til 0 med bip lyde og derefter fortsætte med at tælle op medmindre træningen stopper.
3. TID:
  - OP: Akkumulerer automatisk trænings tiden fra begyndelsen træningssektionen.
  - NED: Forud indstil øvelses tiden som en tidsindstillet trænings session ved at bruge "Indstillings" knappen, når værdien blinker. Mål værdien vil automatisk tælle ned til 00:00 med bip lyde og derefter fortsætte med at tælle op medmindre træningen stopper.
4. KALORIE:
  - OP: Akkumulerer automatisk kalorie mængden forbrugt fra begyndelsen træningssektionen.
  - NED: Forud indstil workout kalorie mængden som et mål ved at bruge "Indstillings" knappen, når værdien blinker. Mål værdien vil automatisk tælle ned til 0 med bip lyde og derefter fortsætte med at tælle op medmindre træningen stopper.

**TOETSEN:**

1. **RESET:** Druk één keer om de waarde van een functie op 0 te zetten. Druk de toets 2 seconden in om alle waarden van alle functies op 0 te zetten.
2. **MODE:** Druk hierop om de tijd-, snelheid-, afstand- of calorie-functie te selecteren. Op het display knippert de geselecteerde functie.
3. **SET:** Druk hierop om de waarde van de functie van tevoren in te stellen.

**FUNCTIONIES:**

1. **SNELHEID:** Toont de huidige snelheid gedurende een training.
2. **AFSTAND:**
  - **OMHOOG (UP):** De trainingsafstand wordt automatisch vergroot vanaf het begin van de trainingssessie.
  - **OMLAAG (DOWN):** Stel de trainingsafstand van tevoren in door op de "set"-toets te drukken als de waarde knippert. De doelwaarde zal automatisch aftellen tot 0 en een pieptoon laten horen. Daarna zal er opgeteld worden tenzij de training wordt afgebroken.
3. **TIJD:**
  - **OMHOOG (UP):** De trainingstijd wordt automatisch vergroot vanaf het begin van de trainingssessie.
  - **OMLAAG (DOWN):** Stel de trainingstijd in door op de "set"-toets te drukken als de gewenste waarde knippert. De doelwaarde zal automatisch aftellen tot 00:00 en zal dan een pieptoon laten horen. Daarna zal er worden opgeteld tenzij de training wordt afgebroken.
4. **CALORIEËN:**
  - **OMHOOG (UP):** Het aantal calorieën dat is verbruikt sinds het begin van de training wordt automatisch opgeteld.
  - **OMLAAG (DOWN):** Stel de doelwaarde van de calorieën in door de op de "set"-toets te drukken als de waarde knippert. De doelwaarde zal automatisch aftellen tot 0 en een pieptoon laten horen. Daarna zal er opgeteld worden tenzij de training wordt afgebroken.



## Funkce tlačítek:

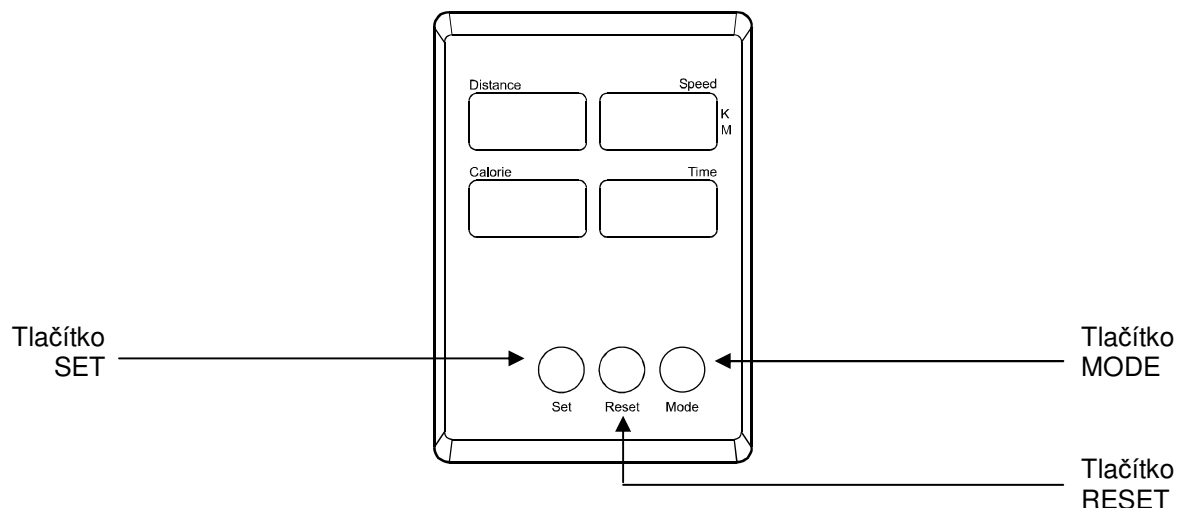
### Tlačítka:

4. Reset: startuje počítač.
5. Mode: Stisknutím tohoto tlačítka můžete přeskakovat mezi ukazateli jednotlivých hodnot. Kromě toho jím můžete aktivovat Scanner. Každá funkce se pak ukazuje po dobu 5 vteřin.
6. Set: tímto tlačítkem můžete nastavit údaje u různých ukazatelů.

### Funkce ukazatelů:

5. Speed: ukazuje rychlost v km/h.
6. Distance: ukazuje ujetou vzdálenost v kilometrech
  - Ukazuje automaticky vzdálenost ujetou při tréninku v kilometrech a mílích.
  - Vzdálenost lze nastavit od 0.0 do 99,9 v kilometrech nebo mílích.
7. Time: ukazuje uplynulý tréninkový čas, resp. čas, který ještě zbývá.
  - Načítání: počítá automaticky od 0 do maximálně 99.59.
  - Odčítání: nastavte Timer na 99.00 – ten pak odčítá automaticky (po vteřinách) do nuly.
8. Calories: ukazuje přibližně spotřebované kalorie



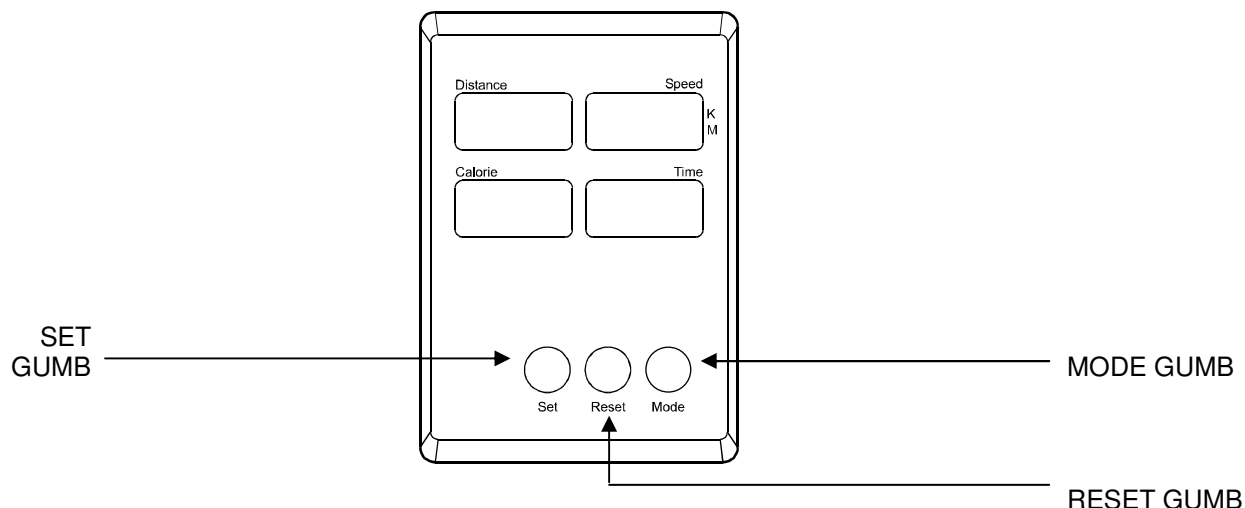


## TLAČÍTKA:

1. RESET (vynulovanie): Stlačte toto tlačítko, keď chcete vymazať jednotlivú ľubovoľnú hodnotu. Ak pridržíte toto tlačítko, tak sa vymažú všetky hodnoty (úplné vynulovanie).
2. MODE (režim): Stlačte toto tlačítko a vyberte si čas, rýchlosť, vzdialenosť, alebo kalórie. Displej sa rozsvieti a zobrazí Vami vybranú funkciu.
3. SET (nastavenie): Stlačte toto tlačítko v režime zadávania údajov, aby ste mohli zadať cieľové hodnoty.

## FUNKCIE:

1. SPEED (rýchlosť): zobrazuje sa rýchlosť počas tréningu
2. DISTANCE (vzdialenosť):
  - UP (vzostupne): automaticky pripočítava vzdialenosť od začiatku tréningu.
  - DOWN (zostupne): preddefinovaná horná hranica vzdialenosti ako cieľová hodnota v režime zadávania údajov prostredníctvom tlačidla "set" (rozsvieti sa zobrazenie na displeji). Cieľová hodnota sa automaticky odčítava až do stavu 0. Pri dosiahnutí tohto stavu počítač zapípa a začne načítavať hodnoty vzostupne až do ukončenia tréningu.
3. TIME (čas):
  - UP (vzostupne): automaticky pripočítava čas od začiatku tréningu
  - DOWN (zostupne): preddefinovaná horná hranica času ako cieľová hodnota v režime zadávania údajov prostredníctvom tlačidla "set" (rozsvieti sa zobrazenie na displeji). Cieľová hodnota sa automaticky odčítava až do stavu 00:00. Pri dosiahnutí tohto stavu počítač zapípa a začne načítavať hodnoty vzostupne až do ukončenia tréningu.
4. CALORIE (kalórie):
  - UP (vzostupne): automaticky pripočítava kalórie od začiatku tréningu.
  - DOWN (zostupne): preddefinovaná horná hranica kalórií ako cieľová hodnota v režime zadávania údajov prostredníctvom tlačidla "set" (rozsvieti sa zobrazenie na displeji). Cieľová hodnota sa automaticky odčítava až do stavu 0. Pri dosiahnutí tohto stavu počítač zapípa a začne načítavať hodnoty vzostupne až do ukončenia tréningu.

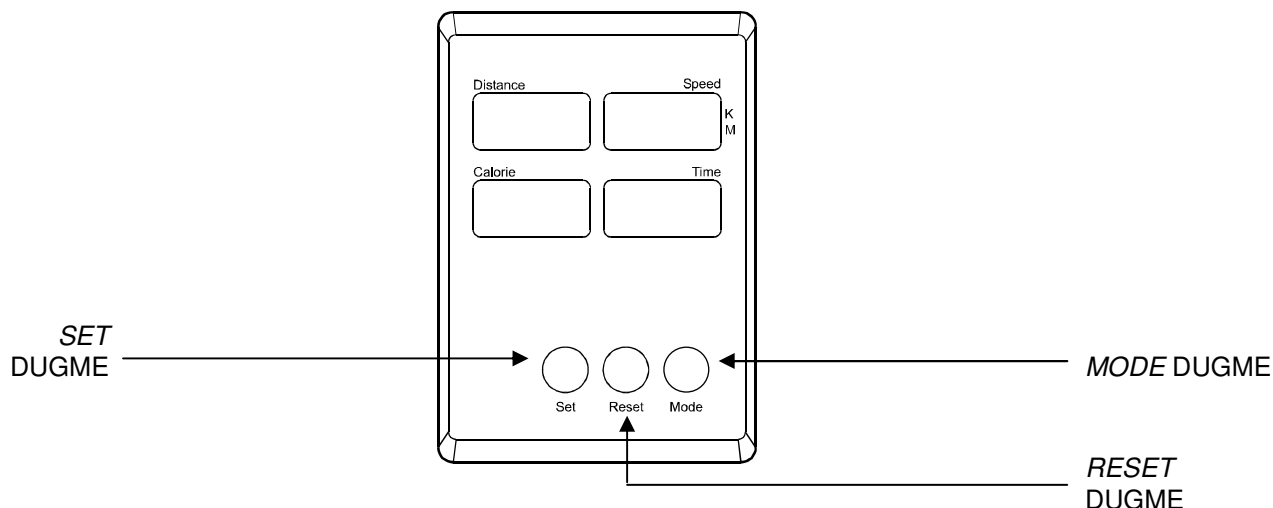


## GUMBOVI:

1. **RESET:** Ovaj gumb pritisnite ako želite da svaku pojedinačnu vrijednost izbrisate. Ako ga držite pritisnut 2 sek. svi podaci će bit izbrisani.
2. **MODE:** Pritiskom na ovaj gumb birate između prikaza vremena, brzine, pređene razdaljine ili potrošenih kalorija. Prkazana funkcija trepće.
3. **SET:** U modu za unos pritisnite ovaj gumb za unos ciljnih podataka.

## FUNKCIJE:

1. **BRZINA:** Prikazuje ostvarenu brzinu u toku treninga.
2. **RAZDALJINA:**
  - **UNAPRIJED (UP):** Automatski sabira pređeni put od početka treninga.
  - **UNAZAD (DOWN):** Unijeta gornja granica ili distanca (prikaz trepće) se odbrojava unazad do nule. Unos podataka u modu za unos, pritisnom na gumb SET. Pri nastavku treninga računalo će brojati unaprijed sve do kraja treninga.
3. **VRIJEME:**
  - **UNAPRIJED (UP):** Broji vrijeme unaprijed od početka treninga.
  - **UNAZAD (DOWN):** Unijeta je gornja vremenska granica (prikaz trepće) u modu za unos, unos pritisnom na gumb SET. Vrijeme se mjeri unazad sve do 00:00. Pri tome se računalo oglasi i zvučnim signalom. Pri nastavku treninga računalo će brojati unaprijed sve do svršetka treninga.
4. **KALORIJE:**
  - **NAVIŠE (UP):** Broji potrošene kalorije automatski od početka treninga.
  - **NANIŽE (DOWN):** U modu za unos pritisnom na SET unijeta je gornja vrijednost. U toku treninga se ta gornja vrijednost broji unazad sve dok ne dostigne nulu, tada ćete čuti zvučni signal. Ako nastavite sa treningom računalo će automatski nastaviti da broji unaprijed do kraja treninga.

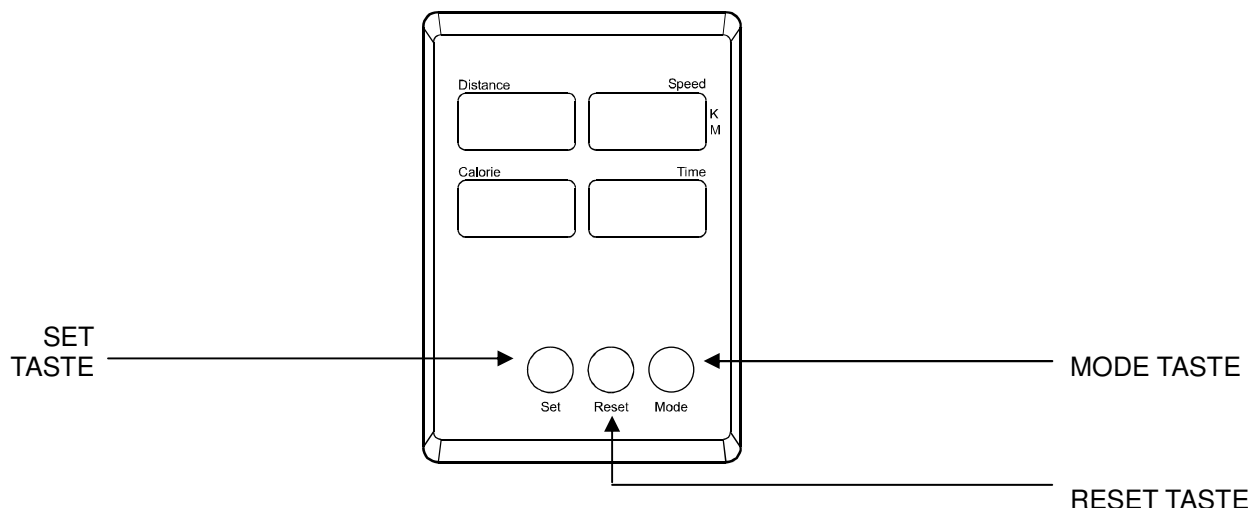


## RASPORED DUGMIĆA:

1. RESET: Pritisnite ovo dugme da biste poništili vrednost. Ako ovo dugme držite pritisnuto duže od 2 sekunde SVI podaci će biti obrisani.
2. MODE: Pritiskom na ovo dugme birate između prikaza vremena, brzine, razdaljine ili kalorija. Prikaz odabrane funkcije trepće.
3. SET: Pritiskom na ovo dugme u modu unosa možete uneti željene podatke.

## FUNKCIJE:

1. BRZINA: Prikazuje brzinu u toku vežbanja
2. RAZDALJINA:
  - GORE (UP): Automatski sabira pređenu razdaljinu od početka treninga.
  - DOLE (DOWN): Unošenje gornje granice razdaljine (prikaz trepće na ekranu) u modu za unos. Odabir razdaljine pritiskom na dugme SET. Unešena razdaljina se broji unazad do nule. Kada stigne na nulu oglašiće se zvučno. Ako nastavite sa treningom, računar će početi da broji unapred dokle god trenirate.
3. VREME:
  - GORE (UP): Automatski meri vreme unapred od početka treninga.
  - DOLE (DOWN): Unošenje gornje granice vremena (prikaz trepće na ekranu) u modu za unos. Odabir dužine trajanja pritiskom na dugme SET. Unešena vreme se broji unazad do 00:00. Kada stigne na nulu oglašiće se zvučnim signalom. Ako nastavite sa treningom, računar će početi da broji unapred dokle god trenirate.
4. KALORIJE:
  - GORE (UP): Automatski sabira potrošene kalorije od početka treninga.
  - DOLE (DOWN): Unošenje gornje granice potrošenih kalorija (prikaz trepće na ekranu) u modu za unos. Odabir broja kalorija pritiskom na dugme SET. Unešena količina kalorija koje treba da se potroše se broji unazad do nule. Kada stigne na nulu oglašiće se zvučno. Ako nastavite sa treningom, računar će početi da broji kalorije unapred dokle god trenirate.

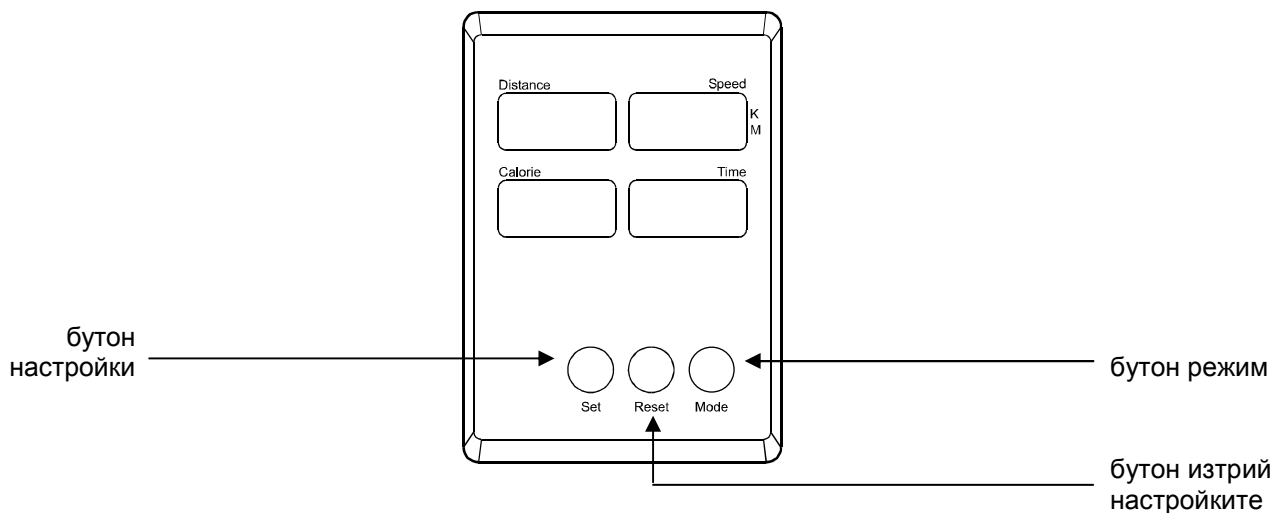


## FUNKCIJE TIPKI:

1. **RESET:** Za brisanje svake pojedinačne vrijednosti pritisnite ovu tipku. Ukoliko ovu tipku držite pritisnutu u trajanju oko 2 sekunde, brišu se svi podaci.
2. **MODE:** za biranje vremena, brzine, udaljenosti ili kalorija pritisnite ovu tipku. Odabrana funkcija na displeju svjetluca.
3. **SET:** Za unošenje ciljnih vrijednosti pritisnite ovu tipku.

## FUNKCIJE:

1. **BRZINA:** Brzina se prikazuje u toku treninga.
2. **UDALJENOST:**
  - **UČITAVANJE (UP):** Od početka treninga automatski se čita udaljenost.
  - **ODUZIMANJE (DOWN):** Unesena gornja granica udaljenosti (prikaz na displeju svjetluca) u režimu unošenja, unos pomoću tipke SET. Unesena gornja granica se automatski oduzima do nule. Kada je vrijednost postignuta pojavi se akustički signal. Kod nastavljanja treninga računalo učitava čak do završetka treninga.
3. **VRIJEME:**
  - **UČITAVANJE (UP):** Od početka treninga automatski se čita vrijeme.
  - **ODUZIMANJE (DOWN):** Unesena gornja vremenska granica (prikaz na displeju svjetluca) u režimu unošenja, unos pomoću tipke SET. Unesena gornja granica se automatski oduzima na 00:00. Kada je vrijednost postignuta je pojavi se akustički signal. Kod nastavljanja treninga računalo čita čak do završetka treninga.
4. **KALORIJE:**
  - **UČITAVANJE (UP):** Od zahájení treninga automatski se čitaju kalorije .
  - **ODUZIMANJE (DOWN):** Unesena gornja granica udaljenosti kalorija (prikaz na displeju svjetluca) u režimu unošenja, unos pomoću tipke SET. Unesena gornja granica se automatski oduzima do nule. Kada je vrijednost postignuta je pojavi se akustički signal. Kod nastavljanja treninga računalo čita čak do završetka treninga.



### Функция на бутоните:

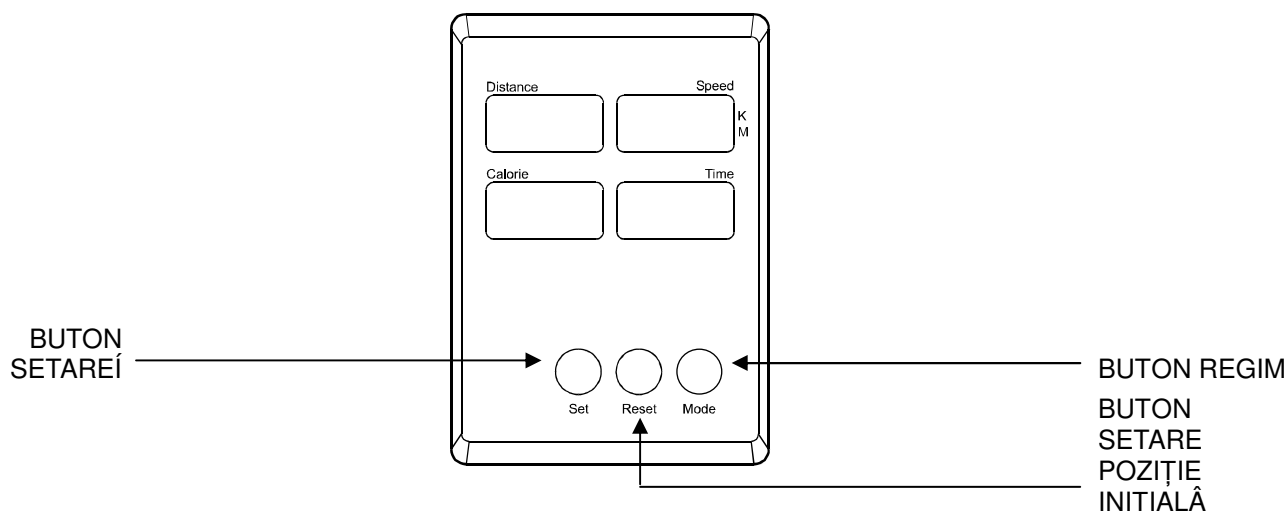
#### Бутони:

7. Reset: стартира компютъра.
8. Mode: С натискането на този бутон може да се прескача между отделните показатели на отделните стойности. Освен това с него може да се активира Scanner. Така всяка функция се изобразява в течение на 5 секунди.
9. Set: с този бутон могат да се настройват данните при различните показатели.

### Функция на показателите:

9. Speed (скорост): показва скоростта в км/ч.
10. Distance (разстояние): показва изминатото разстояние в километри
  - Показва автоматично разстоянието, което е изминато при тренировката в километри и мили.
  - Разстоянието може да се настрои от 0.0 до 99,9 в километри или мили.
11. Time (време): показва изминалото време на тренировката, ев. времето, което остава.
  - Нарастване: смята се автоматично от 0 до максимално 99.59.
  - Намалване: настройте Timer на 99.00 – след това почва отчитането автоматично (по секунди) до нула.

Calories (калории): показва приблизително изразходваните калории



## BUTOANE:

1. **RESET (SETARE POZIȚIE INIȚIALĂ):** Apăsând acest buton o dată pentru ștergerea valorilor fiecărei funcții. Pentru ștergerea tuturor valorilor apăsați și țineți apăsat timp de 2 secunde. (resetare completă).
2. **MODE (REGIM):** Apăsați acest buton pentru a selecta timpul, viteza, distanța sau numărătoarea caloriilor. Displayul începe să lumineze și afișează funcția selectată.
3. **SET (SETARE):** Apăsați acest buton pentru setarea datelor finale în regimul de setare.

## FUNCȚII:

1. **SPEED (VITEZA):** Arată viteza actuală a exercițiului.
2. **DISTANCE (DISTANȚA):**
  - UP (crescător): Aduă în mod automat distanța de la începutul antrenamentului.
  - DOWN (descrescător): Cu ajutorul butonului "set" setați limita superioară a distanței ca și valoare finală (pornește afișajul). Valoarea finală pornește automat numărătoarea inversă până la atingerea valorii 0, în momentul atingerii valorii zero se aude un piuit iar calculatorul începe să afișeze distanța în mod crescător până la terminarea antrenamentului.
3. **TIME (TIMP):**
  - UP (crescător): Aduă în mod automat timpul de la începutul antrenamentului.
  - DOWN (descrescător): Cu ajutorul butonului "set" setați limita de timp a antrenamentului (pornește afișajul). Valoarea finală începe numărătoarea inversă până în momentul atingerii valorii 00:00, în acel moment auzindu-se un piuit iar calculatorul începe să afișeze timpul în mod crescător până la terminarea antrenamentului.
4. **CALORIE (CALORIE):**
  - UP (crescător): Aduă în mod automat caloriile consumate de la începutul antrenamentului.
  - DOWN (descrescător): Cu ajutorul butonului "set" setați limita superioară a caloriilor ca și valoare finală (pornește afișajul). Valoarea finală începe în mod automat numărătoarea inversă până la atingerea valorii 0, în acel moment auzindu-se un piuit iar calculatorul începe să afișeze în mod crescător până la terminarea antrenamentului.



**Woelflistrasse 2  
CH-3006 Bern  
Switzerland**

**[www.energetics.eu](http://www.energetics.eu)**

**© Copyright ENERGETICS 2012**