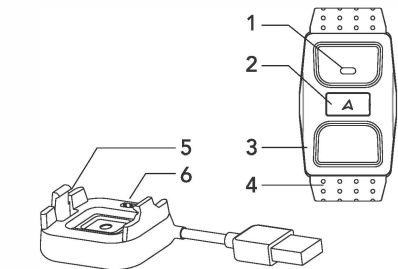


Tunturi Digital Heart Rate Armband (BT/ANT+)

This wearable device monitors your heart rates and the number of steps you take during exercise.

The sensor and armband are less than 20 grams; can be worn on the forearm or upper arm.

* This device is for recreational use only; it is not a medical device.



1. LED indicator
2. Button
3. Sensor
4. Strap
5. USB charging dock
6. Charging contacts

Compatible App

A separate application is required to view heart rate data on the receiving device. It is recommended to use the list Apps but it is also possible to use other applications that support ANT+ and Bluetooth 4.0.

Compatible Apps:

- Tunturi Routes
- Multiple other third party apps.

Check the website for extra information:
www.tunturi.com

Charging

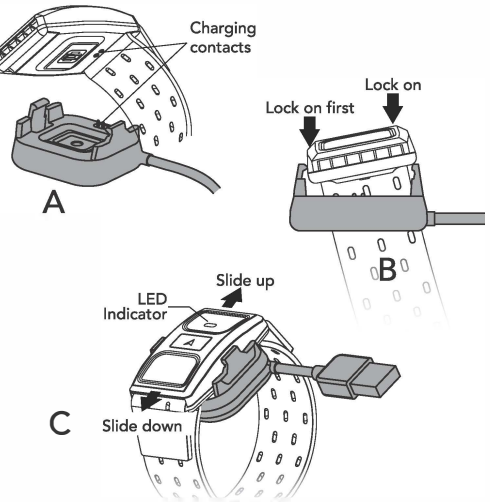
Please charge the sensor in the first use and when the battery is low (red flashing LED). Please make sure the charging contacts on the back of the sensor with that of the charging dock are clean and dry before charging to prevent any poor connection.

A To charge the sensor, align the charging contacts on the back of the sensor with those of the charging dock.

B Put the sensor into the charging dock.

Connect the USB power port to your computer or plug directly into a USB wall charger. The green indicator will flash continuously when charging. Once the battery is fully charged, the green light will stop flashing and remain statically on.

C Take out the sensor from the charging dock by sliding up or down.



Pair with receiving device

Preparing

This product supports any receiving device via ANT+/Bluetooth 4.0 dual mode wireless technology. When using this product for the first time, you need to pair the heart rate sensor with your receiving device. Please make sure your device meets the following system requirements before pairing and use:

- iOS 11.0 or later
- Android 5.0 or later
- Built-in ANT+/Bluetooth 4.0 low power wireless connectivity

Setting

If you would like to use the wireless bluetooth connection, please turn on your device's Bluetooth before pairing and each use. If you would like to use the wireless ANT+ connection, see the App's instructions.

Pairing with TUNTURI ROUTES App

It is possible to use this product as an extra HRM sensor when using Tunturi Routes app. It is not possible to use Tunturi Routes app when not paired with a compatible Tunturi fitness product.

- After you have connected your cardio equipment, go to:
 - ↳ More (menu)
 - ↳ Equipment management
 - ↳ Click on the sprocket icon
 - ↳ Select "Heart Rate"
 - ↳ Tunturi Routes App will search for available Heart Rate Equipment.
 - ↳ Select the preferred device you want to pair.

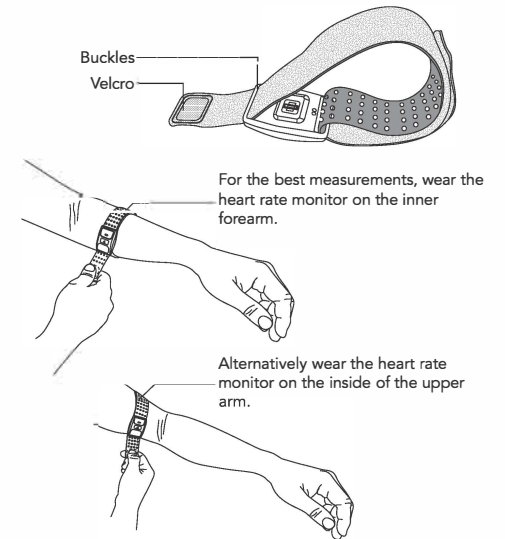
NOTE

- Make sure your sensor is within 10 centimeters of your device/smart-phone and there are no other Bluetooth sensors in the same range of 20 meters while the App is trying to pair with your sensor.

Wear the Heart Rate Armband

- 1 Slide both ends of the armband through the buckles at both ends of the sensor.
- 2 Wear the sensor on the inside of forearm or upper arm. Please do not wear it on the wrist and avoid any tattoo and hair.
- 3 Adjust the tightness to make sure the sensor fits the arm.

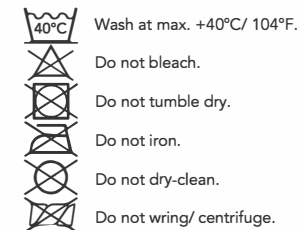
* To ensure the accuracy of the data, you can start wearing it couple minutes before the workout.



* We recommended you to start wearing the heart rate monitor a couple of minutes before exercising to ensure the most accurate data.

Cleaning and maintenance

- This product is waterproofed. Clean your device with water; be sure to dry it with cloth immediately after washing it.
- It is recommended to wash the strap with water (under 40°C) gently and carefully.



Operation

The sensor only comes with one button; the operation of different uses is described as follows:

Charge	Button	LED indicator
Charging		Flashing - Green
Fully charged		On - Green
Low battery ^{Note 1}		Flashing - Red
Use		
Turning on	Long press	On - Red
Turning off	Long press	Off - Red
Restart ^{Note 2}	Long press	On - White
Light Indicate of heart rate		
Heart rate not detected		On - Red
Heart rate detected ^{Note 3}		Flashing - Blue

NOTE

- 1 The red light flashes when the power is turned on, indicating that the battery is low.
- 2 Press and hold the button for more than 8 seconds at any time/mode, the sensor will restart with the white lights turning on. If you would like to start an exercise, please turn it off with a single press, and then press and hold until the red light turns on.
- 3 Once the heart rate is detected, the LED lights will indicate different heart rate zones through different colors.

Heart Rate Zone*	Training Intensity%	LED Indicator	Training Functions
<Z1 Daily Life	~50	~55 Blue	
Z1 Warm Up	50~60	55~60 Aqua	Warm-up and energy recovery
Z2 Fat Burn	60~70	60~65 Green	Improve metabolism
Z3 Aerobic	70~80	65~75 Yellow	Enhance aerobic fitness
Z4 Anaerobic	80~90	75~85 Orange	Increase speed and lactate threshold
Z5 Maximum Effort	90~	85~ Red	Anaerobic. Sprinting pace; unsustainable for a long period of time

- 4 The sensor will automatically turn off for power saving after 10 minutes of no action or connection.

IPX-7

This product is water proof and applies to the IPX 7 standard.

NOTE

- This product is not specifically designed for swimming and thus damage could occur if used.

Specifications

- Article number: 14TUSRU186
- Dimensions (LWH): 4.8 × 3.2 × 1.2 cm | 1.9 x 1.6 x 0.5 inch
- Strap (LW): 38 × 2.5 cm | 15 x 1 inch
- Weight: 13g (strap excluded)
- IP rating: IPX7
- Memory capacity: Up to 25 hours of training. (Single recording file up to 13 hours)
- Operating temperature: -10~60°C (14~140°F)
- Charge temperature:10~45°C (50~113°F)
- Wireless transmission interface: Bluetooth®, ANT+
- Wireless transmission frequency: 2.402~2.480 GHz
- Battery: Rechargeable lithium battery
- Input voltage: 5V
- Run time: 40 consecutive hours (max.)
- In the box: Optical HR Sensor, Strap, Charging Dock, Manual

Declaration of the manufacturer

Tunturi New Fitness BV declares that the product is in conformity with the following standards and directives: Directive 2004/108/EC & R&TTE Directive 1999/5/EC. The product therefore carries the CE label.

12-2021

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

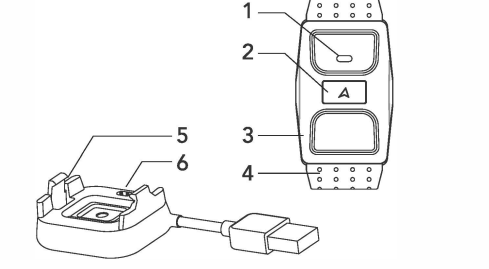
Disclaimer

© 2021 Tunturi New Fitness BV
All rights reserved. The product and the manual are subject to change. Specifications can be changed without further notice.

Tunturi Digitals pulsarmbånd (BT/ANT+)

Denne bærbare enhed overvåger din puls og antal de skridt du tager under træningen. Sensoren og armbåndet vejer mindre end 20 gram og kan bæres på underarmen eller overarmen.

*Denne enhed er kun beregnet til rekreativ brug; det er ikke medicinsk udstyr.



1. LED-indikator
2. Knap
3. Sensor
4. Remme
5. USB-ladestation
6. Kontakter til opladning

Kompatible App

Der kræves en separat applikation for at vise pulsdatabene på den modtagende enhed. Det anbefales at bruge apps på listen, men det er også muligt at bruge andre apps, der understøtter ANT+ og Bluetooth 4.0.

Kompatible Apps:

- Tunturi Routes
- Flere andre tredjepartsapps.

Du kan finde mere information på hjemmesiden:
www.tunturi.com

Opladning

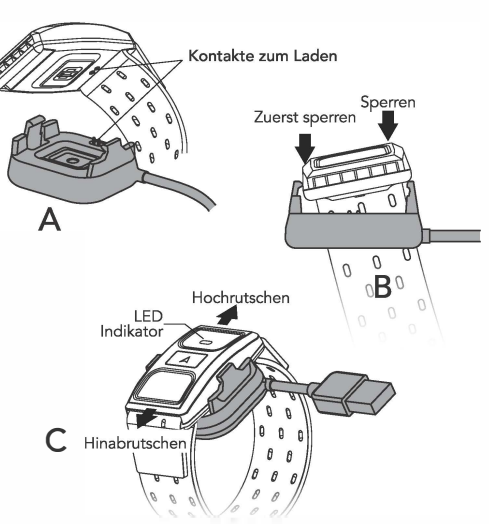
Oplad venligst sensoren, når den bruges første gang, og når batteriet er lavt (rød blinkende LED). Sørg for, at ladekontakterne på bagsiden af sensoren og ladestationen er rene og tørre før opladning for at undgå en dårlig forbindelse.

A For at oplade sensoren skal du justere ladekontakterne på Bagsiden af sensoren matcher ladestationens.

B Indsæt sensoren i ladestationen.

Tilslut USB-strømkablet til din computer, eller tilslut den direkte til en USB-væglader. Den grønne indikator blinker konstant under opladning. Så snart batteriet er fuldt opladet, holder den grønne lampe op med at blinke og forbliver tændt statisk.

C Fjern sensoren fra ladestationen ved at glide op eller ned.



Parring med modtageenhed

Forberede

Dette produkt understøtter enhver modtagende enhed via ANT+/Bluetooth 4.0 dual-mode trådløs teknologi. Første gang du bruger dette produkt, skal du parre pulssensoren med din modtagerenhed. Sørg venligst for det Sørg for, at din enhed opfylder følgende systemkrav, før du parrer og bruger den:

- iOS 11.0 eller nyere
- Android 5.0 eller nyere
- Integreret trådløs ANT +/Bluetooth 4.0 laveffekt
- Konnektivitet

Indstilling

Hvis du gerne vil bruge den trådløse Bluetooth-forbindelse, skal du aktivere Bluetooth-funktionen på din enhed før parring og før hver brug. Hvis du vil bruge den trådløse ANT+-forbindelse, skal du læse app-vejledningen.

Parring med TUNTURI ROUTES app

Det er muligt at bruge dette produkt som en ekstra HRM-sensor, når du bruger Tunturi Routes-appen. Det er ikke muligt at bruge Tunturi Routes-appen, hvis den ikke er parret med et kompatibelt Tunturi fitnessprodukt.

- Åbn Tunturi Routes-appen og gå til:
- Mere (menu)
- Enhedshåndtering
- Klik på tandhjulssikonet
- Vælg puls
- Tunturi Routes-appen søger efter tilgængelige pulsenheder
- Vælg den ønskede enhed, du vil parre.

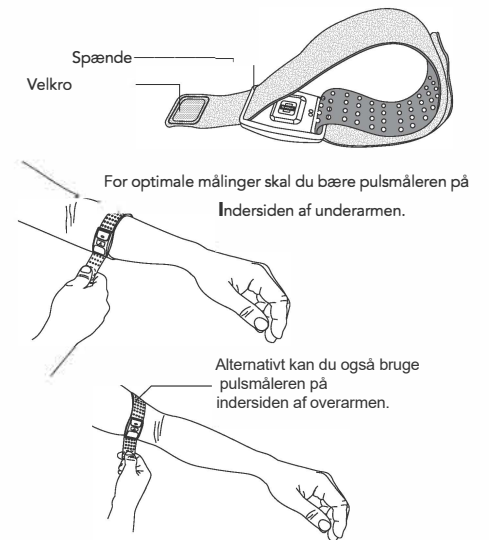
NOTE

Sørg for, at din sensor ikke er længere end 10 centimeter væk fra din enhed/smartphone, og at der ikke er andre Bluetooth-sensorer inden for samme 20 meters radius, mens appen forsøger at oprette forbindelse til din sensor.

Bær pulsarmbåndet

- 1 Skub begge ender af armbåndet gennem spænderne på hver ende af sensoren.
- 2 Bær sensoren på indersiden af din underarm eller overarm. Bær det ikke på dit håndled og undgå tatoveringer og hår.
- 3 Juster spændingen for at sikre sensoren hviler på armen.

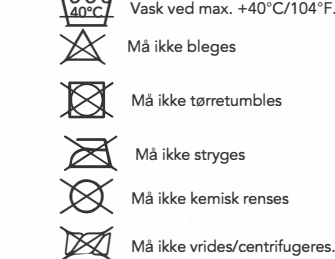
* For at sikre nøjagtigheden af havnen kan du bruge Bær sensoren et par minutter før træning.



* Vi anbefaler, at du bruger og bærer pulsmåleren et par minutter før træning for at opnå de mest nøjagtige data som muligt.

Rengøring og vedligeholdelse

- Dette produkt er vandtæt. Rengør enheden i 1 time med vand; tør det med en klud umiddelbart efter vask.
- Det anbefales at vaske armbåndet omhyggeligt og forsigtigt med vand (under 40°C).



Betjening

Sensoren har kun én knap; de forskellige mulige anvendelser er beskrevet nedenfor:

Opladning	Knap	LED indikator
Lader		Blinker - Grøn
Helt opladet		Lyser grøn
Lav batteri		Blinker rød
Brug		
Tænd	Langt tryk	Lyser rød
Sluk	Langt tryk	slukket
Genstart	Langt tryk	Lyser hvid
Lys viser puls		
Puls ikke registreret		Lyser rød
Puls registreret		Flashing - Blå

NOTE

1 Det røde lys blinker, når det tændes, hvilket indikerer, at Batteriet er svagt.

2 Hvis du trykker på knappen og holder den nede i mere end 8 sekunder på et hvilket som helst tidspunkt/tilstand, vil sensoren genstarte, og de hvide lamper vil lyse. Når du vil starte en øvelse, skal du slukke den med et enkelt tryk og derefter holde den nede, indtil det røde lys tændes.

3 Så snart pulsen er registreret, viser LED-lamperne de forskellige puls zoner med forskellige farver.

Herzfrequenz Zone*	Ausbildungsintensität%	LED Indikator	Ausbildungsfunktionen
<Z1 Tägliches Leben	~50	~55 Blau	
Z1 Aufwärmen	50~60	55~60 Aqua	Aufwärmen und Energierückgewinnung
Z2 Fettverbrennung	60~70	60~65 Grün	Verbesserung des Stoffwechsels
Z3 Aerobic	70~80	65~75 Gelb	Verbesserung der aeroben Fitness
Z4 Anaerob	80~90	75~85 Orange	Erhöhung der Geschwindigkeit und der Laktatschwelle
Z5 Maximale Anstrengung	90~	85~ Rot	Anaerob. Sprinttempo; kann nicht über einen längeren Zeitraum aufrechterhalten

4 Der Sensor schaltet sich automatisch aus, um Strom zu sparen, wenn er 10 Minuten lang nicht benutzt wird oder keine Verbindung besteht.

IPX-7

Dieses Produkt ist wasserdicht und entspricht der Norm IPX 7.

NOTE

- Dette produkt er ikke specielt designet til svømning og kan derfor blive beskadiget under brug.

Specifikationer

- Artikel Nummer: 14TUSRU186
- Abmessungen (LBH): 4,8 x 3,2 x 1,2 cm | 1,9 x 1,6 x 0,5 tommer
- Remmen (LB): 38 x 2,5 cm | 15 x 1 tomme
- Vægt: 13g (uden rem)
- IP-klassificering: IPX7
- Lagerkapacitet: Op til 25 timers træning.
- (Enkelt optagefil op til 13 timer) *
- Drifttemperatur: -10~60 C (14~140 F)
- Opladningstemperatur: 10~45 C (50~113 F)
- Interface til trådløs transmission: Bluetooth®, ANT+ Trådløs transmissionsfrekvens: 2.402-2.480 GHz
- .. • Batteri: Genopladeligt lithiumbatteri
- Indgangsspænding: 5V
- Driftstid: 40 sammenhængende timer (maks.)
- Inkluderet i leveringen: Optisk HR-sensor, armbånd, ladestation, manual

Producentens erklæring

Tunturi New Fitness BV erklærer, at produktet er i overensstemmelse med følgende standarder og direktiver: Direktiv 2004/108/EC & R&TTE Direktiv 1999/5/EC. Det gør produktet derfor CE-mærket.

12-2021

T unturi New Fitness BV
Purmervej 1
1311 XEAlmere
Holland

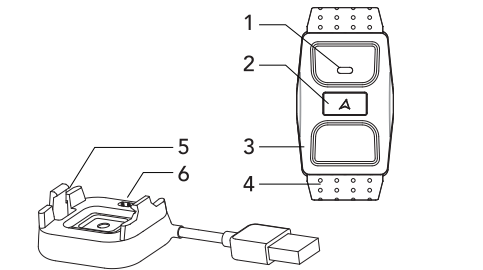
Disclaimer

© 2021 Tunturi New Fitness BV
Alle rettigheder forbeholdes. Produktet og manualen kan ændres. Specifikationer kan ændres uden yderligere varsel.

Tunturi Brassard Numérique De Fréquence Cardiaque (BT/ANT+)

Cet appareil portable surveille votre fréquence cardiaque et le nombre de pas que vous faites pendant l'exercice. Le capteur et le brassard pèsent moins de 20 grammes ; ils peuvent être portés sur l'avant-bras ou le bras.

* Cet appareil est destiné à un usage récréatif uniquement; il ne s'agit pas d'un appareil médical.



- 1. Indicateur LED
- 2. Bouton
- 3. Capteur
- 4. Bracelet
- 5. Station de charge USB
- 6. Contacts de charge

Application compatible

Une application distincte est nécessaire pour afficher les données de fréquence cardiaque sur l'appareil récepteur. Il est recommandé d'utiliser les applications de la liste, mais il est également possible d'utiliser d'autres applications qui prennent en charge ANT+ et Bluetooth 4.0.

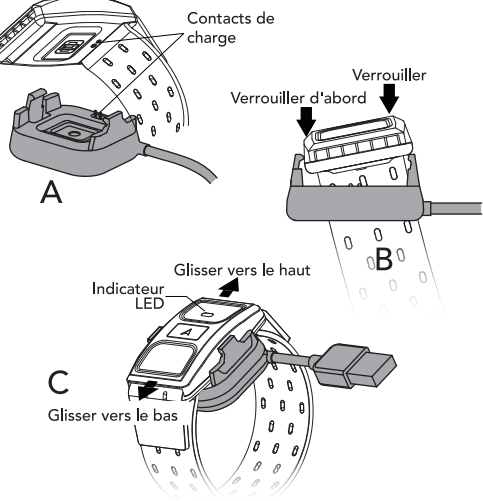
- Apps compatibles:
- Tunturi Routes
 - Plusieurs autres applications tierces.

Consultez le site web pour plus d'informations : www.tunturi.com

Chargement

Veuillez charger le capteur lors de la première utilisation et lorsque la batterie est faible (LED rouge clignotante). Veuillez vous assurer que les contacts de charge à l'arrière du capteur et ceux de la station de charge sont propres et secs avant la charge pour éviter toute mauvaise connexion.

- Pour charger le capteur, alignez les contacts de charge à l'arrière du capteur avec ceux de la station de charge. Placez le capteur dans la station de charge.
- Connectez le port d'alimentation USB à votre ordinateur ou branchez directement le capteur sur un chargeur mural USB. Le voyant vert clignote en continu pendant la charge. Une fois la batterie entièrement chargée, le voyant vert cessera de clignoter et restera allumé de manière statique.
- Retirez le capteur du socle de chargement en le faisant glisser vers le haut ou vers le bas.



Apparier avec le dispositif de réception

Préparation

Ce produit prend en charge n'importe quel appareil récepteur via la technologie sans fil bimode ANT+/Bluetooth 4.0. Lorsque vous utilisez ce produit pour la première fois, vous devez coupler le capteur de fréquence cardiaque avec votre appareil récepteur. Veuillez vous assurer que votre appareil répond à la configuration requise suivante avant de procéder au couplage et à l'utilisation :

- iOS 11.0 ou plus tard
- Android 5.0 ou plus tard
- Connectivité sans fil à faible puissance ANT+/Bluetooth 4.0 intégrée

Réglage

Si vous souhaitez utiliser la connexion sans fil Bluetooth, veuillez activer la fonction Bluetooth de votre appareil avant le couplage et chaque utilisation.

Si vous souhaitez utiliser la connexion sans fil ANT+, consultez les instructions de l'application.

Couplage avec l'application TUNTURI ROUTES

Il est possible d'utiliser ce produit comme un capteur HRM supplémentaire lors de l'utilisation de l'application Tunturi Routes. Il n'est pas possible d'utiliser l'application Tunturi Routes si elle n'est pas associée à un appareil de fitness Tunturi compatible.

- Après avoir connecté votre équipement cardio, allez sur :
 - ↳ Plus (menu)
 - ↳ Gestion des équipements
 - ↳ Cliquez sur l'icône du pignon
 - ↳ Sélectionner "Ceinture cardiaque"
 - ↳ Tunturi Routes App recherchera les équipements de fréquence cardiaque disponibles.
 - ↳ Sélectionnez l'appareil préféré que vous souhaitez coupler.

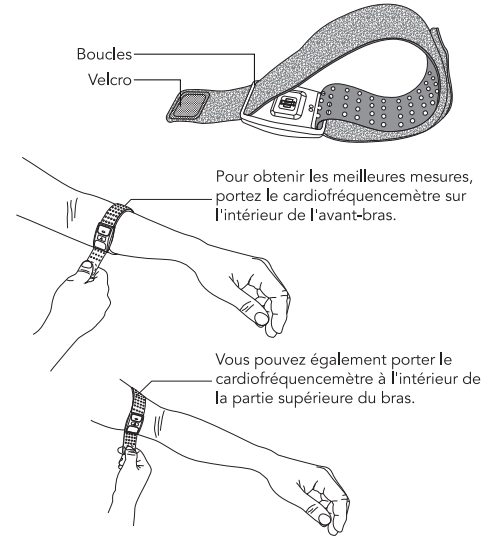
REMARQUE

- Assurez-vous que votre capteur se trouve à moins de 10 centimètres de votre appareil/téléphone intelligent et qu'il n'y a pas d'autres capteurs Bluetooth dans un rayon de 20 mètres pendant que l'application essaie de s'associer à votre capteur.

Portez le Brassard de Fréquence Cardiaque

- Faites glisser les deux extrémités du brassard dans les boucles situées aux deux extrémités du capteur.
- Portez le capteur à l'intérieur de l'avant-bras ou du bras. Veuillez ne pas le porter sur le poignet et éviter les tatouages et les cheveux.
- Ajustez le serrage pour vous assurer que le capteur s'adapte au bras.

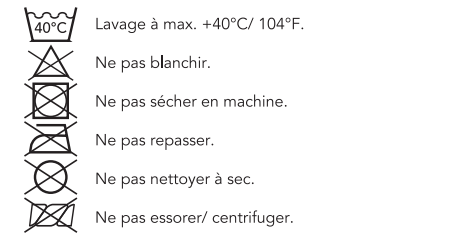
* Pour garantir la précision des données, vous pouvez commencer à le porter quelques minutes avant l'entraînement.



* Nous vous recommandons de commencer à porter le moniteur de fréquence cardiaque quelques minutes avant de faire de l'exercice pour obtenir les données les plus précises.

Nettoyage et entretien

- Ce produit est étanche. Nettoyez votre appareil à l'eau ; veillez à le sécher avec un chiffon immédiatement après l'avoir lavé.
- Il est recommandé de laver la sangle avec de l'eau (inférieure à 40°C) en douceur et avec précaution.



Opération

Le capteur ne comporte qu'un seul bouton ; le fonctionnement des différentes utilisations est décrit comme suit :

Charger	Bouton	Indicateur LED
Chargement		☀️-Clignotant - Vert
Chargement		● On - Vert
Batterie faible ^{Remarque 1}		☀️-Clignotant - Rouge
Utiliser		
Mise en marche	Appui long	● On - Rouge
Mise hors tension	Appui long	○ Off - Rouge
Redémarrer ^{Remarque 2}	Appui long	● On - Blanc
Light Indicate of heart rate		
Fréquence cardiaque non détectée		● On - Rouge
		☀️-Clignotant - Bleu
Détection de la fréquence cardiaque ^{Remarque 3}		

REMARQUE

- Le voyant rouge clignote lorsque l'appareil est mis sous tension, indiquant que la batterie est faible.
- Si vous appuyez sur le bouton et le maintenez enfoncé pendant plus de 8 secondes à n'importe quel moment/mode, le capteur redémarre et les lumières blanches s'allument. Si vous souhaitez commencer un exercice, éteignez-le d'une seule pression, puis appuyez sur le bouton et maintenez-le enfoncé jusqu'à ce que la lumière rouge s'allume.
- Une fois la fréquence cardiaque détectée, les voyants lumineux indiquent les différentes zones de fréquence cardiaque par des couleurs différentes.

Zone de fréquence cardiaque*	Intensité d'entraînement %	LED	Fonctions d'entraînement
	%MHR	%HRR	Indicateur
<Z1 Vie quotidienne	~50	~55	Bleu
Z1 Échauffement	50~60	55~60	Aqua
			Échauffement et récupération d'énergie
Z2 Brûlage des graisses	60~70	60~65	Vert
			Améliorer le métabolisme
Z3 Aérobie	70~80	65~75	Jaune
Z4 Anaérobie	80~90	75~85	Orange
			Amélioration de la capacité aérobie
Z5 Effort maximum	90~	85~	Rouge
			Anaérobie. Rythme de sprint ; non soutenable pendant une longue période de temps.

- Le capteur s'éteint automatiquement pour économiser l'énergie après 10 minutes d'inactivité ou d'absence de

IPX-7

Ce produit est étanche et répond à la norme IPX 7.

REMARQUE

- Ce produit n'est pas spécifiquement conçu pour la natation et des dommages pourraient donc survenir en cas d'utilisation.

Spécifications

- Numéro d'article: 14TUSRU186
- Dimensions (LLH): 4,8 × 3,2 × 1,2 cm | 1,9 × 1,6 × 0,5 inch
- Bracelet (LL): 38 × 2,5 cm | 15 × 1 inch
- Poids : 13g (sans le bracelet)
- Indice IP: IPX7
- Capacité de mémoire : Jusqu'à 25 heures d'entraînement. (Fichier d'enregistrement unique jusqu'à 13 heures)
- Température de fonctionnement : -10~60°C (14~140°F)
- Température de charge : 10~45°C (50~113°F)
- Interface de transmission sans fil : Bluetooth®, ANT+
- Fréquence de transmission sans fil : 2,402~2,480 GHz
- Batterie : Batterie rechargeable au Lithium
- Tension d'entrée : 5V
- Durée de fonctionnement : 40 heures consécutives (max.)
- Dans la boîte : Capteur optique HR, sangle, socle de charge, manuel.

Déclaration du fabricant

Tunturi New Fitness BV déclare que le produit est conforme aux normes et directives suivantes: Directive 2004/108/EC & Directive R&TTE 1999/5/EC. Le produit porte donc le label CE.

12-2021

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Désistement

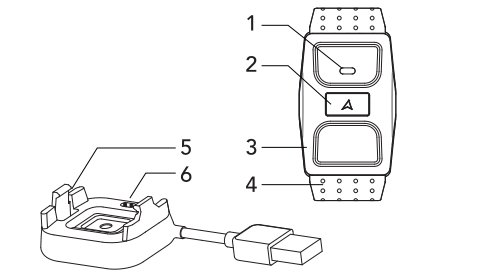
© 2021 Tunturi New Fitness BV
Tous droits réservés. Le produit et le manuel sont susceptibles d'être modifiés. Les spécifications peuvent être modifiées sans préavis.

Tunturi Digitale Hartslagarmband (BT/ANT+)

Dit draagbare apparaat controleert uw hartslag en het aantal stappen dat u zet tijdens het sporten.

De sensor en armband zijn minder dan 20 gram; kan worden gedragen op de onderarm of bovenarm.

* Dit apparaat is alleen bedoeld voor recreatief gebruik; het is geen medisch hulpmiddel.



- 1. LED indicator
- 2. Knop
- 3. Sensor
- 4. Band
- 5. USB oplaadstation
- 6. Laadcontacten

Compatibele App

Er is een aparte applicatie nodig om de hartslaggegevens op het ontvangende apparaat te bekijken. Het wordt aanbevolen om de lijst Apps te gebruiken, maar het is ook mogelijk om andere applicaties te gebruiken die ANT+ en Bluetooth 4.0 ondersteunen.

Compatibele Apps:

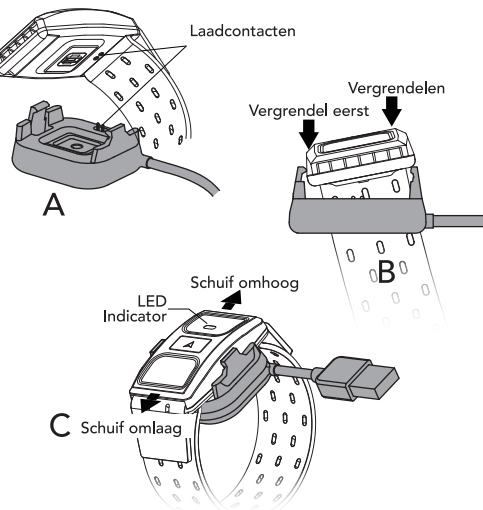
- Tunturi Routes
- Meerder andere third-party apps.

Bekijk de website voor extra informatie: www.tunturi.com

Opladen

Laad de sensor op bij het eerste gebruik en wanneer de batterij bijna leeg is (rode knipperende LED). Zorg ervoor dat de oplaadcontacten op de achterkant van de sensor met die van het oplaadstation schoon en droog zijn voordat u gaat opladen om een slechte verbinding te voorkomen.

- Om de sensor op te laden, lijnt u de oplaadcontacten op de achterkant van de sensor uit met die van het oplaadstation
- Plaats de sensor in het oplaadstation. Sluit de USB-voedingspoort aan op uw computer of steek de stekker rechtstreeks in een USB-wandlader. Het groene lampje knippert continu tijdens het opladen. Zodra de batterij volledig is opgeladen, stopt het groene lampje met knipperen en blijft het statisch branden.
- Haal de sensor uit het oplaadstation door hem omhoog of omlaag te schuiven.



Koppel met ontvangend apparaat

Voorbereiden

Dit product ondersteunt elk ontvangend apparaat via ANT+/Bluetooth 4.0 dual mode draadloze technologie. Wanneer u dit product voor de eerste keer gebruikt, moet u de hartslagsensor koppelen met uw ontvangende apparaat. Zorg ervoor dat uw apparaat voldoet aan de volgende systeemvereisten voordat u het koppelt en gebruikt:

- iOS 11.0 of nieuwer
- Android 5.0 or nieuwer
- Ingebouwde ANT+/Bluetooth 4.0 laag vermogen draadloze connectiviteit

Instelling

Indien u de draadloze bluetooth verbinding wenst te gebruiken, schakel dan de Bluetooth van uw toestel in alvorens te koppelen en elk gebruik.

Als u de draadloze ANT+ verbinding wilt gebruiken, raadpleeg dan de instructies van de App.

Koppelen met de TUNTURI ROUTES app

Het is mogelijk om dit product te gebruiken als een extra HRM sensor wanneer u Tunturi Routes app gebruikt.

Het is niet mogelijk om Tunturi Routes app te gebruiken wanneer deze niet gekoppeld is met een compatibel Tunturi fitness product.

- Nadat u uw cardio-apparatuur hebt aangesloten, gaat u naar:
 - ↳ Meer (menu)
 - ↳ Apparatuurbeheer
 - ↳ Klik op het tandwiel icoon
 - ↳ Selecteer "Hartslag"
 - ↳ Tunturi Routes App zal gaan zoeken naar beschikbare hartslag monitoren.
 - ↳ Selecteer het apparaat dat je wilt koppelen.

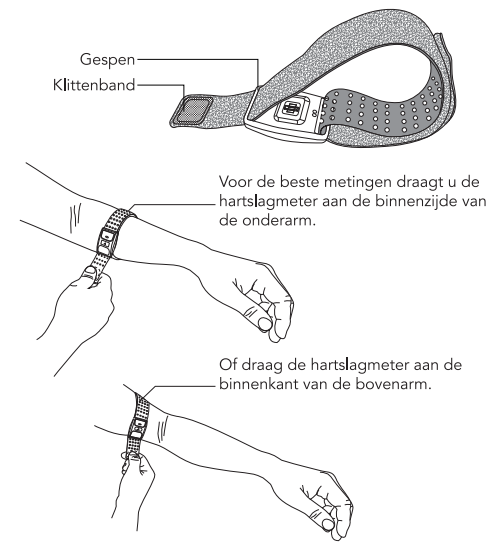
OPMERKING

- Zorg ervoor dat uw sensor zich binnen 10 centimeter van uw apparaat/telefoon bevindt en dat er zich geen andere Bluetooth-sensoren binnen hetzelfde bereik van 20 meter bevinden terwijl de app probeert te koppelen met uw sensor.

Draag de Hartslagarmband

- Schuif beide uiteinden van de armband door de gespen aan beide uiteinden van de sensor.
- Draag de sensor aan de binnenkant van de onderarm of bovenarm. Draag hem niet op de pols en vermijd tatoeages en haar.
- Pas de spanning aan om ervoor te zorgen dat de sensor op de arm past.

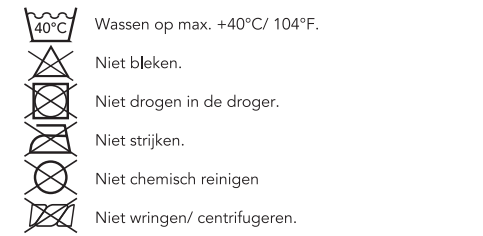
* Om de nauwkeurigheid van de gegevens te garanderen, kunt u het een paar minuten voor de training beginnen te dragen.



* Wij raden u aan de hartslagmeter een paar minuten voor het sporten te dragen om de meest nauwkeurige gegevens te verkrijgen.

Schoonmaken en onderhoud

- Dit product is waterdicht. Maak uw toestel schoon met water; zorg ervoor dat u het onmiddellijk na het wassen droogt met een doek.
- Het wordt aanbevolen om het bandje voorzichtig met water (onder 40°C) te wassen.



Werking

De sensor wordt geleverd met slechts één knop; de werking van de verschillende gebruiksmogelijkheden wordt als volgt beschreven:

Opladen	Knop	LED indicator
Opladen		☀️-Knipperend - Groen
Volledig opgeladen		● Aan - Groen
Lage batterij ^{Opmerking 1}		☀️-Knipperend - Rood
Gebruik		
Aanzetten	Lang indrukken	● Aan - Rood
Uitzetten	Lang indrukken	○ Uit - Rood
Herstart ^{Opmerking 2}	Lang indrukken	● Uit - Wit
Licht Indicatie van hartslag		
Hartslag niet gedetecteerd		● Aan - Rood
Hartslag gedetecteerd ^{Opmerking 3}		☀️-Knipperend - Blauw

OPMERKING

- Het rode lampje knippert wanneer de stroom wordt ingeschakeld, om aan te geven dat de batterij bijna leeg is.
- Als u de knop langer dan 8 seconden ingedrukt houdt, zal de sensor opnieuw starten en gaan de witte lampjes branden. Als u een oefening wilt beginnen, schakel hem dan uit met één druk op de knop, en houd hem dan ingedrukt totdat het rode lampje gaat branden.
- Zodra de hartslag is gedetecteerd, zullen de LED-lampjes de verschillende hartslagzones met verschillende kleuren

Hartslag Zone*	Trainingsintensiteit %	LED	Trainingsfuncties
	%MHR	%HRR	Indicator
<Z1 Dagelijks leven	~50	~55	Blauw
Z1 Warm-up	50~60	55~60	Aqua
			Opwarming en energieherstel
Z2 Vet verbranding	60~70	60~65	Groen
			Verbetering van het metabolisme
Z3 Aerobic	70~80	65~75	Geel
			Verbeter aerobische conditie
Z4 Anaerobic	80~90	75~85	Oranje
			Verhoog snelheid en lactaatdrempel
Z5 Maximale inspanning	90~	85~	Rood
			Anaeroob. Sprinttempo; niet vol te houden voor een lange periode van tijd

- De sensor schakelt automatisch uit om energie te besparen na 10 minuten zonder actie of verbinding.

IPX-7

Dit product is waterbestendig en voldoet aan de IPX 7-norm.

OPMERKING

- Dit product is niet specifiek ontworpen om mee te zwemmen en kan dus bij gebruik schade oplopen.

Specificaties

- Artikelcode: 14TUSRU186
- Afmetingen (LBH): 4,8 × 3,2 × 1,2 cm | 1,9 × 1,6 × 0,5 inch
- Band (LB): 38 × 2,5 cm | 15 × 1 inch
- Gewicht: 13g (exclusief band)
- IP rating: IPX7
- Geheugencapaciteit: Tot 25 uur training. (Eén opnamebestand tot 13 uur)
- Bedrijfstemperatuur: -10~60°C (14~140°F)
- Laadtemperatuur: 10~45°C (50~113°F)
- Draadloze transmissie-interface: Bluetooth®, ANT+
- Draadloze transmissiefrequentie: 2.402~2.480 GHz
- Batterij: Oplaadbare lithium batterij
- Input voltage: 5V
- Looptijd: 40 opeenvolgende uren (max.)
- In de doos: Optische HR-sensor, riem, oplaadstation, handleiding

Verklaring van de fabrikant

Tunturi New Fitness BV verklaart dat het product in overeenstemming is met de volgende normen en richtlijnen: Richtlijn 2004/108/EC & R&TTE Richtlijn 1999/5/EC. Het product draagt daarom het CE label.

12-2021

Tunturi New Fitness BV
Purmerweg 1
1311 XE Almere
The Netherlands

Disclaimer

© 2021 Tunturi New Fitness BV
Alle rechten voorbehouden. Het product en de handleiding zijn aan wijzigingen onderhevig. Specificaties kunnen zonder voorafgaande kennisgeving worden gewijzigd.