

Brugsvejledning Seagull Lux Sjippetov

Sjippetovet er et professionelt sjippetov med kalorietæller. Svingtælleren indeholder en microcomputer med et display.

- Tæller antallet af gange, man svinger sjippetovet.
- Måler tiden, aktiviteten foregår
- Beregner forbrændte kalorier
- Beregner forbrændt fedt
- Ur
- Indstilling af enkelt- eller dobbelthop
- Bruger 2 x AAA batterier

Indstilling af længde på sjippetovet.

Længden på sjippetovet kan justeres ved at trække den ”løse” ende længere igennem holderen. Tovet skal stikkes igennem fra den side hvor der er en kvadratisk fordybning. Se nedenstående billede.



Batterier

Skru batteridækslet af og sæt 2 AAA batterier i sjippetovet. Vær opmærksom på, at de sidder som vist. Når LCD displayet bliver svagt eller der intet vises, så skal batterierne skiftes.



Knapperne

[MODE/▲] benyttes til at skifte mellem de forskellige funktioner i følgende rækkefølge:

Svingtæller → tidsforbrug → kaloriertæller → forbrændt fedt

[SET] benyttes til at indstille de forskellige funktioner

[▼] og [▲] benyttes til at skifte op og ned når der indstilles værdier

Vejledning

Kalorietæller

Indstil din vægt ved at trykke på [MODE/▲] og herefter [▼] indtil WEIGHT blinker i bunden af displayet. Indstil vægten med [▼] og [▲] tryk [SET] for at gemme det indtastede.

Forbrændte kalorier og fedtforbrænding beregnes på baggrund af din vægt og aktivitet.

Hop

Indstil om du vil benytte enkelt- eller dobbelthop ved at trykke på [MODE/▲] og herefter [▼] indtil MODE blinker i bunden af displayet. Brug [▼] til at vælge hop. Afslut med [SET] for at gemme indtastningen.

Indstil tid

Tiden indstilles ved at trykke på [MODE/▲] og herefter [▲] indtil CLOCK blinker i bunden af displayet. Tryk [SET] for at indstill timer. Tryk [SET] igen for at indstille minutter. Afslut med [SET] for at gemme indtastningen.