



HRM-Dual™

VAROITUS

Lue lisätietoja varoituksista ja muista tärkeistä seikoista laitteen mukana toimitetusta *Tärkeitä turvallisuus- ja tuotetietoja* -oppaasta.

Sykevyön asettaminen paikalleen

Käytä sykevyötä iholla heti rintalastan alapuolella. Sen pitäisi olla niin lähellä ihoa, että se pysyy paikallaan suorituksen ajan.

1 Liitä sykevyömoduuli ① hihnaan.



Logojen Garmin® (moduulissa ja hinnassa) on oltava ylöspäin.

2 Kostuta hihnan taustapuolen elektrodit ② ja kosketuspinnat ③, jotta sykevyö saa hyvän kontaktin ihoon.



3 Käytä sykevyötä Garmin logot ylöspäin.

Kiinnityksen ④ ja ⑤ pitäisi olla oikean kylkesi puolella.

4 Kierrä hihna rintakehän ympärille ja liitä päät yhteen.

HUOMAUTUS: varmista, että tunniste ei taitu.

Kun sykevyö on paikallaan, se aktivoituu ja alkaa lähettää tietoja.

Sykevyön ja ANT+® laitteen pariliitos

Aseta sykevyö paikalleen, jotta voit pariliittää sen laitteeseen.

Pariliitoksen avulla langattomat ANT+ anturit, kuten laitteen sykevyö, liitetään Garmin ANT+ yhteensopivaan laitteeseen.

HUOMAUTUS: pariliitoksen muodostamista koskevat ohjeet vaihtelevat yhteensopivan Garmin laitteen mukaan. Lisätietoja on käyttöoppaassa.

- Useimpien Garmin yhteensopivien laitteiden yhteydessä laite tuodaan enintään 3 metrin päähän sykevyöstä ja pariliitos muodostetaan manuaalisesti laitteen valikosta.
- Joidenkin Garmin yhteensopivien laitteiden yhteydessä laite tuodaan enintään 1 cm:n päähän sykevyöstä, jolloin pariliitos muodostetaan automaattisesti.

VIHJE: pysy 10 metrin päässä muista ANT+ antureista pariliitoksen muodostamisen aikana.

Kun olet luonut pariliitoksen ensimmäisen kerran, Garmin yhteensopiva laite tunnistaa jatkossa sykevyön automaattisesti aina, kun se aktivoidaan.

Sykevyön ja Bluetooth® laitteen pariliitos

Voit pariliittää sykevyön älypuheliin, tablettiin, älykelloon tai kuntoilulaitteeseen Bluetooth tekniikalla.

1 Aseta sykevyö paikalleen.

2 Tuo laite enintään 3 metrin (10 jalan) päähän sykevyöstä.

3 Avaa laitteen Bluetooth asetukset.

Sykevyön pitäisi ilmestyä käytettävissä olevien laitteiden luetteloon.

4 Valitse HRM-Dual sykevyö.

VIHJE: pysy 10 metrin (33 jalan) päässä muista langattomista antureista pariliitoksen muodostamisen aikana.

Kun olet luonut pariliitoksen ensimmäisen kerran, laite tunnistaa jatkossa sykevyön automaattisesti aina, kun se aktivoidaan.

Vinkkejä, jos syketiedot ovat vääriä

Jos syketiedot ovat vääriä tai eivät näy oikein, kokeile seuraavia toimia.

- Kostuta elektrodit ja kosketuspinnat (jos käytettävissä) uudelleen.
- Kiristä hihna rintakehäsi ympärille.
- Lämmittele 5 - 10 minuuttia.
- Noudata hoito-ohjeita (*Sykevyön huoltaminen*, sivu 1).
- Käytä puuvillaista paitaa tai kastele hihnan molemmat puolet perusteellisesti.
- Synteettiset kankaat, jotka hankaavat tai lepattavat sykevyötä vasten, voivat muodostaa staattista sähköä, joka häiritsee sykesignaaleja.
- Siirry kauemmas kohteista, jotka voivat häiritä sykevyön toimintaa.

Häiriöitä voivat aiheuttaa voimakkaat sähkömagneettiset kentät, jotkin 2,4 GHz:n langattomat anturit, voimajohdot, sähkömoottorit, uunit, mikroaaltouunit, 2,4 GHz:n langattomat puhelimet ja langattoman lähiverkon tukiasemat.

Sykevyön huoltaminen

HUOMAUTUS

Irrota moduuli, ennen kuin peset hihnan.

Hihnaan kertynyt hiki ja suola voivat heikentää sykevyön kykyä ilmoittaa tiedot tarkasti.

- Katso yksityiskohtaiset pesuohjeet osoitteesta www.garmin.com/HRMcare.
- Huuhtele hihna aina käytön jälkeen.
- Pese hihna pesukoneessa seitsemän käyttökerran välein.
- Älä laita hihnaa kuivausrumpuun.
- Kun kuivaat hihnaa, ripusta se roikkumaan tai aseta se tasaiselle pinnalle.
- Voit pidentää sykevyön käyttöikää irrottamalla moduulin, kun et käytä sitä.

Liittäminen kuntoilulaitteisiin

Voit yhdistää sykevyön yhteensopiviin kuntoilulaitteisiin ANT+ tai Bluetooth tekniikalla, jotta voit tarkastella syketietoja laitteen konsolissa.

- Etsi logo ANT+LINK HERE yhteensopivasta kuntoilulaitteesta.



- Etsi logo Bluetooth yhteensopivasta kuntoilulaitteesta.





HRM-Dual pariston vaihtaminen

1 Irrota moduulin takana olevat neljä ruuvia mukana toimitetulla ruuvitaltalla (Torx T5).

HUOMAUTUS: ennen syyskuuta 2020 valmistetuissa HRM-Dual lisävarusteissa käytetään ristipääruuveja (nro 00).

2 Irrota kansi ja paristo.



3 Odota 30 sekuntia.

4 Aseta uusi paristo paikalleen pluspuoli ylöspäin.

HUOMAUTUS: älä vahingoita tai hukkaa O-rengastiivistettä.

5 Kiinnitä takakansi ja ruuvit takaisin.

HUOMAUTUS: älä kiristä ruuveja liian tiukalle.

Kun olet vaihtanut sykevyön pariston, tee tarvittaessa pariliitos sen ja laitteen välille uudelleen.

Sykevyön tekniset tiedot

Pariston tyyppi	Käyttäjän vaihdettavissa oleva CR2032, 3 voltia
Paristonkesto	Enintään 3,5 vuotta, kun päivittäinen käyttöaika 1 h
Vesitiiviys	1 ATM ¹ HUOMAUTUS: tämä laite ei lähetä syketietoja uinnin aikana.
Käyttölämpötila	-5–50 °C (23–122 °F)
Langaton taajuus/ yhteyshäiriö	2,4 GHz (nimellinen 2 dBm)

Rajoitettu takuu

Yhtiön Garmin yleinen rajoitettu tuotetakuu pätee tähän lisävarusteeseen. Lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/support/warranty.

© 2019 Garmin Ltd. tai sen tytäryhtiöt
Garmin®, Garmin logo ja ANT+® ovat Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa. HRM-Dual™ on Garmin Ltd:n tai sen tytäryhtiöiden tavaramerkki. Näitä tavaramerkkejä ei saa käyttää ilman yhtiön Garmin nimenomaista lupaa.

Tällä tuotteella on ANT+® sertifiointi. Yhteensopivien tuotteiden ja sovellusten luettelo on osoitteessa www.thisisant.com/directory. BLUETOOTH®-sanamerkki ja -logot ovat Bluetooth SIG, Inc:n omaisuutta, ja Garminilla on niihin käyttöoikeus.

M/N: A03711

¹ Laite kestää painetta, joka vastaa 10 metrin syvyyttä. Lisätietoja on osoitteessa www.garmin.com/waterrating.