

Running Dynamics Pod



Korisnički priručnik

© 2016 Garmin Ltd. ili njezine podružnice

Sva prava pridržana. Sukladno zakonima o zaštiti autorskih prava, ovaj priručnik se ne smije kopirati, u cijelosti niti djelomično, bez prethodnog pismenog odobrenja tvrtke Garmin. Garmin pridržava pravo izmjene ili poboljšanja svojih proizvoda te izmjene sadržaja ovog priručnika, bez obaveze da obavijesti bilo koju osobu ili organizaciju o tim izmjenama ili poboljšanjima. Posjetite www.garmin.com gdje ćete pronaći posljednje nadogradnje i dodatne podatke o korištenju ovog proizvoda.

Garmin®, logotip Garmin, Forerunner® i ANT+® trgovački su znakovi tvrtke Garmin Ltd. ili njezinih podružnica, registrirani u SAD-u i drugim državama. Ovi trgovački znakovi ne smiju se koristiti bez izričitog dopuštenja tvrtke Garmin.

Ovaj proizvod ima certifikat ANT+®. Popis kompatibilnih proizvoda i aplikacija potražite na web-mjestu www.thisisant.com/directory.

Broj modela: RDP

Sadržaj

.....	1
Uvod	1
Uključivanje senzora	1
Uparivanje senzora i kompatibilnog uređaja	1
Dinamika trčanja	1
Specifikacije	1
Zamjena baterije	1
Postupanje s uređajem	2
Indeks	3

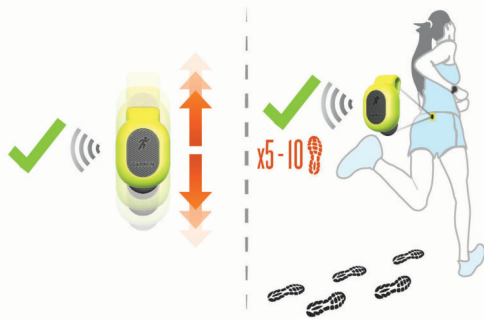
Uvod

⚠ UPOZORENJE

U kutiji proizvoda potražite list *Važni podaci o sigurnosti i proizvodu* koji sadrži upozorenja i druge važne informacije o proizvodu.

Uključivanje senzora

Senzor uključite tako što ćete ga protresti gore-dolje ili otrčati nekoliko koraka.



Uparivanje senzora i kompatibilnog uređaja

Uparivanje je povezivanje ANT+® bežičnih senzora s kompatibilnim uređajem. U ovom se postupku nalaze upute za uređaj Forerunner® 735XT. Ako imate neki drugi kompatibilni uređaj, proučite svoj korisnički priručnik.

1 Uključite senzor.



- 2 Na Forerunner uređaju odaberite ►, a zatim odaberite profil za trčanje.
- 3 Uređaje stavite blizu jedan drugome.
- 4 Pričekajte da se uređaj poveže sa senzorom.

Ako je to potrebno, možete odabrati **Izbornik > Postavke > Senzori i dodaci > Dodaj novo > Pretraži sve** kako biste uparili ANT+ bežične senzore i upravljali njima.

Pojavljuje se poruka. U načinu trčanja 🏃 označuje da je senzor povezan.

Nakon početnog uparivanja uređaj se automatski povezuje sa senzorom kada trčite, a senzor je aktivan i unutar dometa.

Dinamika trčanja

Senzor možete upotrebljavati s kompatibilnim uređajem kako bi vam davao povratne informacije o vašoj trkačkoj kondiciji u stvarnom vremenu. Senzor ima brzinomjer koji mjeri pokrete prsnog koša kako bi izračunao šest parametara trčanja.

NAPOMENA: Značajke dinamike trčanja dostupne su samo na određenim Garmin® uređajima.

Kadencia: Kadencia je broj koraka u minuti. Prikazuje ukupan broj koraka (lijevom i desnom nogom).

Vertikalna oscilacija: Vertikalna oscilacija je odskakivanje dok trčite. Prikazuje okomito kretanje vašeg trupa, mjereno u centimetrima za svaki korak.

Vrijeme dodira s tlom: Vrijeme dodira s tlom je količina vremena u svakom koraku koju provedete na tlu tijekom trčanja. Mjeri se u milisekundama.

NAPOMENA: Vrijeme dodira s tlom i balans vremena dodira s tlom nisu dostupni tijekom hodanja.

Balans vremena dodira s tlom: Balans vremena dodira s tlom pokazuje balans dodira s tlom lijeve i desne noge za vrijeme trčanja. Prikazuje se kao postotak. Primjerice, 53,2 i strelica koja pokazuje lijevo ili desno.

Duljina koraka: Duljina koraka je duljina izmjerena od jednog mjesta dodira s tlom do drugog. Mjeri se u metrima.

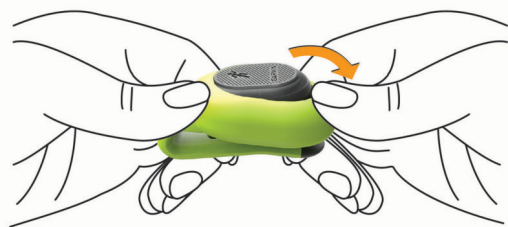
Omjer vertikalne oscilacije: Omjer vertikalne oscilacije je vertikalna oscilacija u odnosu na duljinu koraka. Prikazuje se kao postotak. Manji broj obično ukazuje na bolju trkačku formu.

Specifikacije

Vrsta baterije	Zamjenjiva CR1632
Trajanje baterije	1 godina (otprilike 1 h dnevno)
Raspon radne temperature	Od -10 ° do 50 °C (od 14 ° do 122 °F)
Radijska frekvencija/protokol	ANT+ bežični komunikacijski protokol od 2,4 GHz
Vodootpornost	1 ATM ¹

Zamjena baterije

- 1 Senzor izvadite iz savitljive silikonske spojnice rastezanjem materijala oko senzora.



- 2 Zakrenite poklopac ① sa stražnje strane senzora u smjeru suprotnom od kazaljke na satu kako biste ga otključali.



- 3 Skinite poklopac i izvadite bateriju ②.

SAVJET: Bateriju iz poklopca možete izvaditi pomoću magneta.

¹ Uređaj može izdržati tlak istovjetan onome na dubini od 10 m. Dodatne informacije potražite na web-mjestu www.garmin.com/waterrating.

NAPOMENA: Na baterijama koje su umetnute tijekom postupka tvorničke proizvodnje moglo bi biti ostataka maziva. Ne stavljajte gelove niti maziva na novu bateriju.

4 Pričekajte 30 sekundi.

5 U poklopac umetnite novu bateriju pazeći pritom na polaritet.

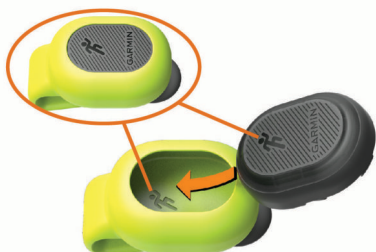
NAPOMENA: Nemojte oštetiti ili izgubiti brtvu o-prsten.

6 Vratite poklopac i zakrenite ga u smjeru kazaljke na satu kako biste ga zaključali.

NAPOMENA: Nemojte pritiskati brtvu O-prsten. Brtva O-prsten ne smije biti vidljiva kad je poklopac zaključan.

7 Senzor umetnite u savitljivu silikonsku spojnicu rastezanjem materijala oko senzora.

Ikona trčanja na senzoru mora biti u ravni s ikonom trčanja unutar spojnice.



Postupanje s uređajem

OBAVIJEST

Izbjegavajte snažne udarce i grubo rukovanje jer to može skratiti vijek trajanja proizvoda.

Izbjegavajte kemijska sredstva za čišćenje, otapala i sredstva za tjeranje kukaca koja mogu oštetiti plastične komponente i površine.

Senzor nemojte prati u perilici rublja. Senzor će izdržati povremeno slučajno pranje u perilici rublja na srednjoj ili niskoj temperaturi. Često pranje u perilici rublja, pranje na visokoj temperaturi ili sušenje u sušilici mogu oštetiti senzor.



Čišćenje uređaja

1 Obrišite uređaj krpom navlaženom blagom otopinom deterdženta.

2 Brišite ga dok ne bude suh.

Indeks

B

baterija, zamjena [1](#)

Č

čišćenje uređaja [2](#)

D

dinamika trčanja [1](#)

duljina koraka [1](#)

K

kadenca [1](#)

O

omjer vertikalne oscilacije [1](#)

S

specifikacije [1](#)

U

uparivanje [1](#)

V

vertikalna oscilacija [1](#)

