

Návod k obsluze

***HAC*4PRO**



Návod k obsluze **HAC4PRO**

Obsah balení:



Obsah:

1.	Základní informace	2
2.	Spuštění přístroje	2
2.1.	Vkládání baterií.....	2
2.2.	Nasazení hrudního pásu	2
2.3.	Montáž držáku na řídítka a vysílače rychlosti.....	2
2.4.	Montáž snímače frekvence šlapání (volitelné)	3
2.4	Nasazení přístroje do držáku na řídítka	3
3.	Používání tlačítek	3
4.	Základní nastavení	4
4.1.	Nastavovací režim 1	4
4.2.	Nastavovací režim 2	8
5.	Funkce přístroje.....	10
5.1.	Údaje zobrazované v horní části displeje.....	11
5.2.	Údaje zobrazované v dolní části displeje	13
5.3.	Základní funkce	17
6.	Zvláštní funkce	18
6.1.	Funkce paměti přístroje a záznamu dat	18
6.2.	Manažer tepové frekvence (MTF)	19
6.3.	Zotavovací tep	19
6.4.	Srovnání časů / vzdáleností	19
6.5.	Paměť tepových limitů / času	20
6.6.	Značení během tréninku.....	20
6.7.	Funkce CICLOInZone.....	20
7.	Výměna baterie	20
8.	Péče o přístroj	20
9.	Řešení problémů :	21
10.	Záruční podmínky.....	22
11.	Technické informace	22
12.	Instalace softwaru pro HAC4 Pro Plus.....	22

Návod k obsluze **HAC4PRO**

1. Základní informace

HAC4Pro je multifunkční přístroj, který v sobě spojuje měřič tepu, výškoměr a bezdrátový cyklistický computer. Díky tomu je to ideální pomůcka pro řízení a vyhodnocování tréninku. Má dvoudílný displej, takže můžete libovolně kombinovat zobrazované hodnoty v dolní a horní části. HAC4Pro nabízí 3 různá nastavení zobrazení tepu, takže tep se může zobrazovat v kombinaci s kterýmkoliv jiným údajem. Přístroj dále umožňuje ukládání naměřených údajů, díky němuž můžete jednotlivé údaje a tréninky vzájemně srovnávat (vyhodnocení probíhá na PC s operačním systémem Windows 98, 2000, NT a XP doplněném o interface a program HACtronic).

Lidé používající kardiostimulátor by se měli před používáním tohoto přístroje poradit se svým lékařem.

2. Spuštění přístroje

Základní údaje:

- Měření tepové frekvence je možné pouze tehdy, pokud není vzdálenost mezi hrudním pásem a přístrojem větší než 60 cm a pás je správně nasazený.
- Pokud chcete přístroj používat jako cyklocomputer, vysílač musí být správně nasazen na vidlici kola a přístroj musí být nasazen v držáku na řídkách, který přijímá signál z vysílače.

2.1. Vkládání baterií

Přístroj je dodáván včetně baterií. Nejprve vložte baterie typu CR2032 do držáku na řídká (přijímače) a do hrudního pásu. Odšroubujte kryt na zadní straně hrudního pásu (a na horní straně přijímače) pomocí mince. Baterie vložte + pólem nahoru a pouzdro opět zašroubujte.

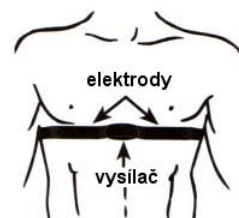
Odšroubujte kryt baterie na vysílači rychlosti a vložte do něj baterii typu 23A opět + pólem nahoře. Potom vysílač zavřete.

Baterii do přístroje HAC4Pro vložte tak, že ji zasunete pod kontakty 1 a 2 a pojistkou 3 ji zajistíte (viz. obrázek na straně 20 návodu).

Krytky baterií neutahujte příliš velkou silou abyste je nestrhli!

2.2. Nasazení hrudního pásu

Nastavte elastický pás tak, aby vysílač těsně přiléhal k tělu. Plastový vysílač musí být umístěn ve výši hrudní kosti (viz. obrázek). Před použitím navlhčete vodou nebo ECG Electrolyte gel (k dostání v lékárně) dvě vodivé gumové elektrody po stranách hrudního pásu. Správné údaje se na displeji objeví se zpožděním několika vteřin, v zimě to může trvat i déle. Blikající symbol srdíčka znamená správný příjem informací o srdečním tepu.



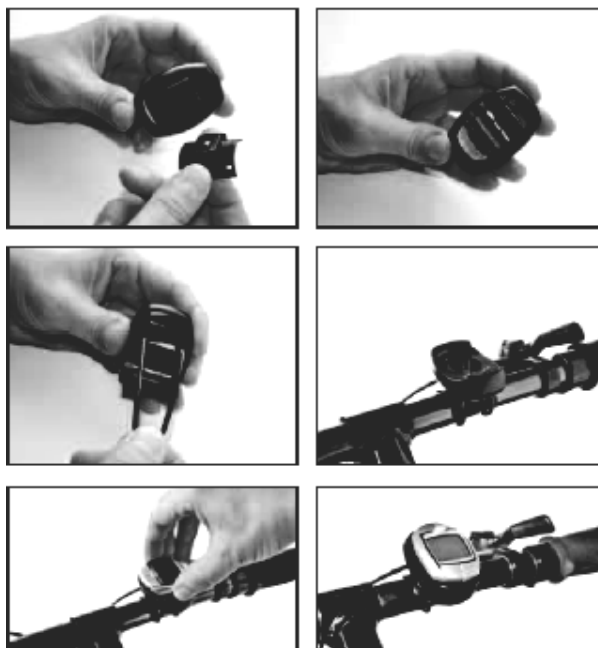
Příčinou špatného snímání tepu mohou být nečistoty na elektrodách hrudního pásu nebo jeho malé utažení.

2.3. Montáž držáku na řídká a vysílače rychlosti

Držák přístroje může být umístěn jak na řídká, tak i na představec. Pro použití na představce nejprve vysuňte horní část držáku z dolní části (musíte stisknout pojistný kolík). Potom horní část otočte o 90 stupňů a znovu ji zasuňte do dolní části.

Sejměte ochrannou fólii ze spodní strany držáku a umístěte držák v požadované poloze na řídká nebo představec. Pozici zajistěte pomocí přiložené gumičky vhodné délky.

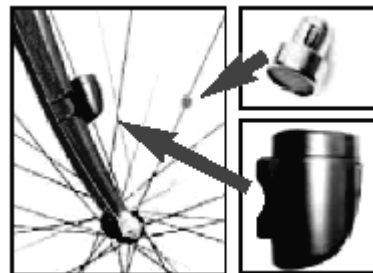
Přístroj nasadte do držáku a otočením o 90 stupňů jej zajistěte. Při jeho vyndávání postupujte opačným způsobem.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

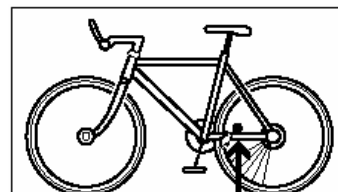
Přiložte snímač na vidlici a upevněte jej pomocí přiložené gumičky. Označená strana musí směřovat k drátům. Gumičku nejprve zaháknete za jednu stranu snímače obtočíte kolem vidlice a zajistíte na druhé straně snímače.

Nyní na dráty kola namontujte magnet, tak aby směřoval proti snímači. Zajišťovací šroubek příliš neutahujte. Natočte snímač tak, aby vzdálenost mezi ním a magnetem nebyla větší než 2 mm. Pro kontrolu správnosti montáže otočte několikrát kolem a ujistěte se, že přístroj přijímá signál. Poté šroubek magnetu dotáhněte.



2.4. Montáž snímače frekvence šlapání (volitelné)

Zapojte drátek snímače kadence do zdířky na držáku na řídítkách. Drátek potom vedte podél rámu až k pedálu na levé straně kola. Přiložte snímač na zadní vidlici vlevo naproti klice a upevněte jej pomocí přiložené gumičky. Gumičku nejprve zaháknete za jednu stranu snímače obtočíte kolem vidlice a zajistíte na druhé straně snímače.



Nasaďte magnet na kliku tak, aby byl naproti snímači. Vzdálenost nesmí být opět větší než 5 mm. Pro kontrolu správnosti montáže otočte několikrát klikami a ujistěte se, že přístroj přijímá signál. Pokud chcete měření kadence využívat, musí být tato funkce zapnuta v přístroji (viz. Kapitola 4.1.).

2.4 Nasazení přístroje do držáku na řídítka

Vyjměte přístroj z pásku na ruku jeho otočení o 90 stupňů proti směru hodinových ručiček. Nasaďte jej do držáku na řídítka a zajistěte ho otočením o 90 stupňů ve směru hodinových ručiček.



3. Používání tlačítek

Display přístroje HAC4Pro je rozdělen do 2 částí: horní část a dolní část. V každé oblasti se zobrazuje jedna funkce, takže současně můžete sledovat funkce. Jednotlivé funkce mohou být různě kombinovány.

Horní dvě tlačítka slouží pro ovládání funkcí na horní části displeje, dolní tlačítka pro dolní část displeje.

Pravé tlačítko vyvolává hlavní funkce, levé tlačítko podfunkce zvolené hlavní funkce.

Pro zjednodušení jsou v návodu použity tyto zkratky:

Horní pravé tlačítko: UR

Dolní pravé tlačítko: LR

Horní levé tlačítko: UL (slouží ke zvýšení nastavované hodnoty)

Dolní levé tlačítko: LL (slouží ke snížení nastavované hodnoty)

Start/Stop: (pomocí tohoto tlačítka spustíte nebo zastavíte stopky a odpočet)

Krátkým stiskem se myslí stisknutí tlačítka na 1 vteřinu, dlouhým potom na 4 až 6 vteřin.

Po stisknutí tlačítka se vždy ozve krátké pípnutí.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

4. Základní nastavení

Přístroj HAC4Pro má 2 nastavovací režimy. Pro přepnutí na režim 1 stiskněte tlačítko UR na 4 vteřiny. Pro přepnutí na režim 2 stiskněte tlačítko LR na 4 vteřiny. Pro opuštění režimu nastavení stiskněte na 4 vteřiny tlačítko UR nebo LR.

Pro jakékoliv nastavení přístroje platí:

Krátkým stisknutím příslušného tlačítka pro ten který režim (1-UR, 2-LR) nastavenou hodnotu uložíte a přepnete se na nastavení další hodnoty, která začne blikat.

Blikající hodnotu změníte pomocí tlačítka UL nebo LL (UL hodnotu zvedá, LL snižuje). Tlačítka slouží také pro zapnutí nebo vypnutí funkce.

Nastavování hodnoty urychlíte stisknutím tlačítek na dobu delší než 1 vteřinu.

4.1. Nastavovací režim 1

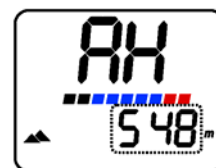
Stiskněte na 4 vteřiny tlačítko UR:

AH – Domácí nadmořská výška (základní nastavení pro měření nadmořské výšky)

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Standardní hodnota = „----“

Rozsah nastavení = -200m až 9000m



HAC4Pro je vybaven barometrickým měřením nadmořské výšky, které se automaticky přizpůsobuje změnám teploty. Může však dojít k odchylkám měření díky změnám tlaku vzduchu (např. během noci). Abyste tyto odchylky minimalizovali, doporučujeme vždy nastavit domácí nadmořskou výšku v místě startu (např. doma pokud vyrážíte vždy ze stejného místa). Na dovolené nastavte za domácí nadmořskou výšku hodnotu místa, na němž se nacházíte.

PC – přenos údajů do počítače

Spustíte současným krátkým stiskem tlačítka UL a LL.

Tím se spustí přenos údajů do PC (pro tento přenos je nezbytné mít přístroj s interfacem HACtronic a dalším příslušenstvím).

Během přenosu se na dolní části displeje zobrazuje procento přenosu dat od 0 do 100%



PC – Interval – nastavení intervalu záznamu

Zde nastavíte interval, v kterém se mají ukládat naměřená data pro vyhodnocení v PC. Čím nastavíte kratší interval záznamu, tím dříve dojde k naplnění kapacity paměti.

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Standardní hodnota = 20 sek.

Rozsah nastavení = 2, 5, 10 nebo 20 sek.



CI 1 - Nastavení obvodu kola 1

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 2080mm

Rozsah nastavení : 500 – 3000 mm



Návod k obsluze **HAC4PRO**

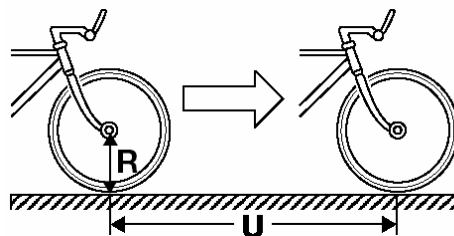
Obvod kola můžete nastavit podle tabulky:

Rozměr pláště		obvod	Rozměr pláště		obvod
40-559	26 x 1,5	2026 mm	40-622	28 x 1,5	2224 mm
44-559	26 x 1,6	2051 mm	47-622	28 x 1,75	2268 mm
47-559	26 x 1,75	2070 mm	40-635	28 x 1 1/2	2265 mm
50-559	26 x 1,9	2026 mm	37-622	28 x 1 3/8	2205 mm
54-559	26 x 2,00	2089 mm	20-622	700 x 20C	2114 mm
57-559	26 x 2,125	2114 mm	23-622	700 x 23C	2133 mm
37-590	26 x 1 3/8	2105 mm	25-622	700 x 25C	2146 mm
32-620	27 x 1 1/4	2199 mm	28-622	700 x 28C	2149 mm
			32-622	700 x 32C	2174 mm

Způsob měření obvodu kola (U)

Přesnější způsob:

Udělejte značku (křídou) na obvodu kola v místě kde stojí na zemi. Popojedte přesně o jedno otočení kola dopředu (pro správné měření zkontroluje tlak v pneumatice před jízdou!) a udělejte další značku na zemi. Změřená vzdálenost obou značek je rovna obvodu kola v milimetrech.



CI 2 - Nastavení obvodu kola 2

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 2080mm

Rozsah nastavení : 500 – 3000 mm



SEX - Nastavení údaje o pohlaví

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

M – muž, F – žena

Tento údaj je nutný k provedení výpočtu pomocí CICLOInZone.



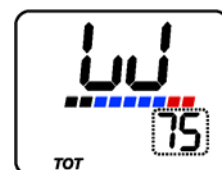
W tot – celková hmotnost

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 75kg

Rozsah nastavení : 30 až 200 kg

Tento údaj je nutný k provedení výpočtu pomocí CICLOInZone a měření spotřeby kalorií. Nastavte vaši hmotnost včetně výstroje.



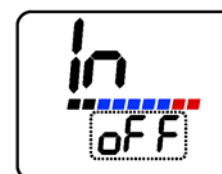
In on/oFF – zapnutí / vypnutí výpočtu CICLOInZone

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Více viz. Kapitola 6.7.

Pokud je funkce CICLOInZone vypnuta (oFF), přejdete na ruční nastavení horního limitu tepu „HL 1“.

Pro přesný výpočet je nezbytné zadat přesné osobní údaje o pohlaví, hmotnosti, věku a úrovni trénovanosti.



Pokud je funkce CICLOInZone zapnuta „on“, zobrazí se následující údaj:



Návod k obsluze **HAC4PRO**

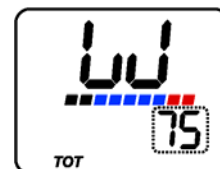
W tot – hmotnost

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 70kg

Rozsah nastavení : 30 až 200 kg

Tento údaj je nutný k provedení výpočtu pomocí CICLOInZone.



AGE – věk

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 30 let

Rozsah nastavení : 0 až 99 let

Tento údaj je nutný k provedení výpočtu pomocí CICLOInZone.



Fit - Úroveň výkonnosti

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 2

Rozsah nastavení je 1-4, dle následujících kritérií:

1 – nízká výkonnost

2 – průměrná zdatnost

3 – dobrá výkonnost

4 – velmi dobrá výkonnost

Je to údaj nezbytný pro výpočet CICLOInZone.



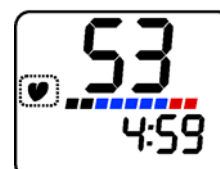
Nyní je přístroj připraven k využívání funkce CICLOInZone.

Nejprve si nasadte hrudní pás do správné pozice. Posadte se a spusťte CICLOInZone výpočet stiskem tlačítka UR.

Měření potrvá asi 5 minut. Během této doby zůstaňte klidně sedět a relaxujte.

Přístroj změří vaši nejnižší tepovou frekvenci a uloží hodnotu pro další výpočet.

Po 5 minutách přístroj pípne a výpočet je hotový. (Stisknutím tlačítka UR ukončíte předčasně výpočet).



V horní části displeje se zobrazí nejnižší naměřený tep.

Stisknutím tlačítka UR pokračujete v dalším nastavování.

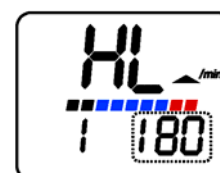


HL 1 – horní hranice tepové frekvence 1

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 180 tepů / min. nebo hodnota vypočtená CICLOInZone

Rozsah: 30 – 240 tepů/min.



Pro lepší kontrolu tréninku můžete zadat 2 různé hranice tepové frekvence (horní i dolní). V režimu nastavení 2 si můžete zvolit, který z těchto limitů budete používat při současném tréninku. Pro aktivaci akustického alarmu překročení tepových limitů (pokud bude aktuální tep nižší než dolní nastavená hranice nebo vyšší než horní nastavená hranice) čtěte kapitolu 5.3. Tyto limity musíte mít také nastaveny pokud používáte manažera tepové frekvence a graf tepové frekvence (viz. kapitola 6, „Speciální funkce“).

HL 1 – dolní hranice tepové frekvence 1

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 120 tepů / min. nebo hodnota vypočtená CICLOInZone

Rozsah: 30 – 240 tepů/min.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

HL 2 – horní hranice tepové frekvence 2

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 120 tepů / min. nebo hodnota vypočtená CICLOInZone

Rozsah: 30 – 240 tepů/min.



HL 2 – dolní hranice tepové frekvence 2

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 120 tepů / min. nebo hodnota vypočtená CICLOInZone

Rozsah: 30 – 240 tepů/min.



Cd 1 – Odpočítávání 1

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 10 min.

Rozsah: 0 – 99.59 min.



1. Odpočítávání 1 / Odpočítávání 2 jsou vlastně stopky, které běží pozpátku (viz. kapitola 5.2. „funkce odpočítávání“). Příklad vydá krátké pípnutí, když CD1 dosáhne 0. Potom se automaticky spustí odpočet 2 (CD2). Jakmile dosáhne CD2 0, bude 20 vteřin pípat. Pokud chcete použít pouze jeden odpočet, druhý musí být nastaven na nulu.
2. Nastavení odpočtů je nezbytné, pokud používáte manažera tepové frekvence (viz. kapitola 6).

Cd 2 – Odpočítávání 2

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 10 min.

Rozsah: 0 – 99.59 min.



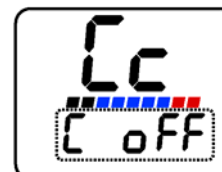
Cc oFF/on - Zapnutí a vypnutí měření kadence

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = oFF (vypnuto)

Rozsah: 0 – 99.59 min.

Měření kadence mějte zapnuté pouze tehdy, pokud je nasazen snímač kadence.



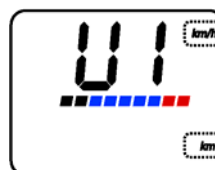
U1 – jednotky vzdálenosti a rychlosti km/m

Měníte pomocí UL nebo LL.

U2 – formát času 12 / 24 hod.

Měníte pomocí UL nebo LL.

Pokud zvolíte 12-hodinový formát, automaticky se nastaví formát data měsíc/den a hmotnost bude nastavena na libry.



U3 – jednotky teploty °C/°F

Měníte pomocí UL nebo LL.



U4 – jednotky měření nadmořské výšky (m) / (stopy x100)

Měníte pomocí UL nebo LL.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

UPL – Aktualizace firmwaru

Spustíte ji krátkým současným stiskem tlačítek UL a LL.

Zjišťuje novější verzi firmwaru pro HAC4Pro. Pokud jsou aktualizace k dispozici (www.ciclosport.de), spustíte nahrávání stiskem tlačítek UL a LL. Tuto funkci můžete využívat pouze pokud máte přístroj vybavený interfacem umožňujícím propojení s počítačem a nainstalován program HACtronic.

Jakmile aktualizace skončí, na displeji se zobrazí běžný režim.



Pd – Režim úspory energie

Zapnete krátkým současným stiskem tlačítek UL a LL.

Pro podrobnosti viz. kapitola 5.3.

Pro ukončení úsporného režimu stiskněte libovolné tlačítko.



4.2. Nastavovací režim 2

Krátkým stiskem obou pravých tlačítek (UR a LR) přepnete přístroj na 5 minut do cyklistického režimu, i když není upnut v držáku. Bez tohoto přepnutí byste nemohli nastavit hodnoty DST a r.

Stiskněte na 4 vteřiny tlačítko LR.

A – Nastavení nebo přenastavení aktuální nadmořské výšky

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: -200m – 9000m

Díky změnám tlaku může být údaj o nadmořské výšce nepřesný. V takovém případě doporučujeme přednastavit aktuální nadmořskou výšku podle skutečnosti. Tato změna nemá vliv na další funkce výškoměru. Pouze pokud je nastavovaný vyšší než max. nadmořská výška, dojde k její změně.



DST – nastavení denní ujeté vzdálenosti

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Počáteční hodnota = 0 km

Rozsah: 0 – 999,99 km

Desetinná čárka se zobrazuje jako dvojtečka.



JS oFF/on – lyžařský režim zapnut / vypnut

Měníte pomocí UL nebo LL.

Pokud přístroj používáte na lyžích, rychlost sjezdu bude vypočítávána pouze pokud je lyžařský režim zapnutý (on).

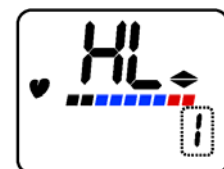


HL – tepová hranice 1 / 2

Měníte pomocí UL nebo LL.

Zde si můžete zvolit, zda chcete jet trénink podle nastavených tepových limitů 1 nebo 2.

Pozn. Manažer tepové frekvence se vždy řídí nastavenými limity 1.



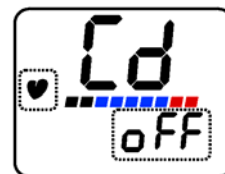
Návod k obsluze **HAC4PRO**

Cd OFF/on – manažer tepové frekvence zapnut / vypnut

Měníte pomocí UL nebo LL.

Manažer tepové frekvence vám pomáhá při tzv. intervalovém tréninku (dva odpočty a dvě tepová pásma). Trénujte ve dvou různých intenzitách (tepových pásmech) v intervalech, které se stále a nepřetržitě opakují.

Další informace viz. kapitola 6.2.



CL - Čas

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 00:00 až 23:59 / 00:00 až 12:59 AM/PM

Nastavíte aktuální čas.



M - Měsíc

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 1 - 12

Nastavíte aktuální měsíc.

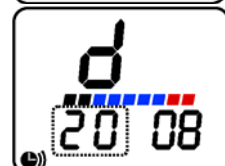


d - Den

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 1 - 31

Nastavíte aktuální den.



y - Rok

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 2005 - 2100

Nastavíte současný rok.



CA OFF/on - Budík

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Pokud je budík zapnut (on), budete dále volit čas buzení.



CA – Nastavení času buzení

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.



r – nastavení celkových ujetých kilometrů / vymazání celkové hodnoty

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 0 – 99999 km

Údaj vymažete současný krátkým stiskem tlačítek UL a LL.

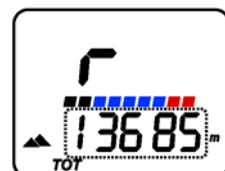


r – nastavení celkového převýšení (nastoupaných metrů) / vymazání celkové hodnoty

Nastavujte hodnoty pomocí UL nebo LL.

Rozsah: 0 – 99999 m

Údaj vymažete současný krátkým stiskem tlačítek UL a LL.



Nyní jsou všechny nezbytné údaje nastaveny a přístroj je tak připraven k použití.

5. Funkce přístroje

Důležité:

Aby přístroj HAC4Pro vypočítával a zobrazoval všechny údaje (a ukládal je pro pozdější přenos do počítače), musí být zapnut záznam údajů (viz. kapitola 6.1.)!

Pro zahájení záznamu údajů stiskněte současně obě levá tlačítka (UL a LL) na 4 vteřiny. Na displeji začne blikat symbol hor, což je signalizace záznamu dat.

Záznam zastavíte opětovným stiskem obou levých tlačítek na 4 vteřiny. Symbol hor přestane blikat.

Všechny minimální, maximální a průměrné hodnoty (MIN / MAX / AV), kromě průměrné a maximální rychlosti, a denní hodnoty (DAY) o čase jízdy a ujetých kilometrech, jsou vypočítávány pouze pokud je zapnut záznam údajů (viz. kap. 6.1.).

Pokud záznam údajů na začátku tréninku nezapnete, zobrazované naměřené údaje se budou vztahovat k poslednímu tréninku se zapnutým záznamem dat.

HAC4Pro je vybaven dvěma režimy: „cyklistickým režimem“ který se spustí sám v okamžiku, kdy je přístroj vložen do držáku na řídítkách kola a necyklistickým režimem, který je využíván např. při lyžování nebo běhání. Krátkým stiskem obou pravých tlačítek (UR a LR) přepnete přístroj na 5 minut do cyklistického režimu, i když není upnut v držáku. Takto můžete kdykoliv vyvolat naměřené údaje o tréninku na kole.

Ne všechny funkce jsou dostupné ve všech režimech. Pokud není přístroj upnut v držáku na řídítkách, některé funkce se nebudou zobrazovat.

Pokud je na displeji vpravo zobrazen symbol (1), znamená to že přístroj je přepnut na používání s kolem č. 1. Pro přepnutí na druhé kolo stiskněte současně obě pravá tlačítka (UR a LR). Toto přepnutí je možné pouze tehdy, je-li aktuální rychlost rovna 0. Na displeji se zobrazí indikace kola č. 2 (2).

Hlavní funkce zobrazované v horní části displeje můžete měnit pomocí tlačítka UR. Údaje zobrazované v dolní části displeje přepínáte pomocí tlačítka LR. Pod funkce hlavních funkcí přepínáte příslušným levým tlačítkem (UL nebo LL).

Pro všechny podfunkce platí:

Podfunkce se zobrazí na 10 vteřin, potom se zobrazí zpátky hlavní hodnota. Pro urychlené vrácení se na hlavní hodnotu stiskněte krátce tlačítko UL nebo LL.

Okamžitá rychlost (SPD)

Udává okamžitou rychlost v daných jednotkách. Zobrazena je se všemi hlavními funkcemi v horní části displeje. Šipky ▼ a ▲ zobrazují zda okamžitá rychlost je nižší nebo vyšší než průměrná rychlost. Rozsah měření 0 – 999 km/h (624 mph)

Přístroj zobrazuje rychlost do 200 km/h s desetinným místem, nad tuto rychlost bez něj.

Pokud se na displeji zobrazí „-“, znamená to že nebyl nalezen aktivní snímač rychlosti. Automatické vyhledávání snímače rychlosti proběhne po zasunutí přístroje do držáku na řídítkách. Na displeji začne blikat 0.

Pokud se ani poté neobjeví hodnota rychlosti znamená to, že snímač rychlosti nebyl nalezen. Otočte tedy kolem a spusťte znovu vyhledávání snímače ručně, stisknutím obou tlačítek.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

5.1. Údaje zobrazované v horní části displeje

Hlavní funkce přepínáte tlačítkem UR, jednotlivé podfunkce tlačítkem LR. Pro snadnější odlišení hlavních funkcí od podfunkcí jsou podfunkce zvýrazněny kurzívou.

RYCHLOST

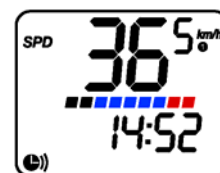
(zobrazuje se pouze v cyklistickém nebo lyžařském režimu)

Zobrazuje se aktuální rychlost v km/h nebo m/h.

Pro lyžařský režim platí: rychlost je vypočítávána z hodnoty průměrného klesání.

Vypočítaný údaj se tak může od skutečného lišit o $\pm 10\%$).

Rozsah měření = 0 – 199,9 km/h nebo 124,4 m/h



Podfunkce:

Průměrná rychlost jízdy (AV)

(zobrazuje se pouze v cyklistickém nebo lyžařském režimu)

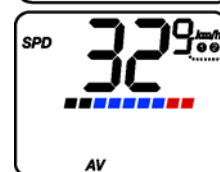
Rozsah měření = 0 – 199,9 km/h nebo 124,4 m/h



Celková průměrná rychlost jízdy (AV) – pro obě kola

(zobrazuje se pouze v cyklistickém nebo lyžařském režimu)

Rozsah měření = 0 – 199,9 km/h nebo 124,4 m/h



Maximální rychlost během jízdy

(zobrazuje se pouze v cyklistickém nebo lyžařském režimu)

Zobrazuje nejvyšší dosaženou rychlost na obou kolech.

Rozsah měření = 0 – 199,9 km/h nebo 124,4 m/h

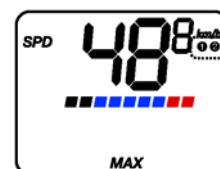


Maximální rychlost během jízdy pro kolo 1 nebo 2

(zobrazuje se pouze v cyklistickém nebo lyžařském režimu)

Zobrazuje nejvyšší dosaženou rychlost na určitém kole.

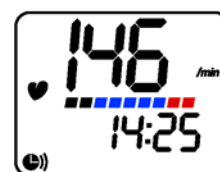
Rozsah měření = 0 – 199,9 km/h nebo 124,4 m/h



AKTUÁLNÍ TEPOVÁ FREKVENCE

Rozsah měření 30 – 240 tepů / min.

Pozn.: Tepové funkce mohou být měřeny pouze pokud máte nasazený hrudní pás. Tepové funkce mají režim úspory energie. Pokud během 5 minut přístroj nepřijme signál z hrudního pásu, tepové funkce se automaticky vypnou (symbol srdíčka zmizí). Pro opětovné spuštění měření tepu, vyberte tuto funkci znovu.



Podfunkce:

Průměrný tep

Rozsah měření 30 – 240 tepů / min.



Maximální tep

Rozsah měření 30 – 240 tepů / min.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

Zotavovací tep

Jedná se o tep měřený po dobu 3 minut od spuštění této funkce pomocí tlačítek UL a LL současně. Po 3 minutách zazní signál, který oznámí že měření je skončeno. Na displeji se zobrazí naměřený tep na začátku měření a po jeho skončení.

Rozsah: 30 – 240 tepů / min.



AKTUÁLNÍ STOUPÁNÍ / KLESÁNÍ

(zobrazuje se pouze v cyklistickém režimu)

Zobrazuje aktuální stoupání nebo klesání v %. Symbol vpravo zobrazuje, zda jde o stoupání nebo klesání.

Rozsah: 0% až 99%



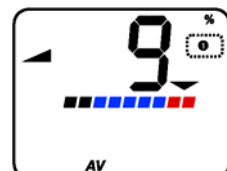
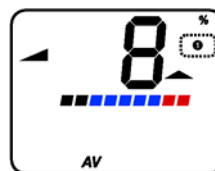
Pozn. Hodnota se zobrazí až několik sekund po začátku stoupání nebo klesání. Je to způsobeno technologickým omezením měření.

Podfunkce:

Průměrné stoupání / klesání

(zobrazuje se pouze v cyklistickém režimu)

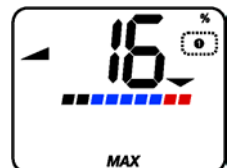
Rozsah: 0% až 99%



Maximální stoupání / klesání

(zobrazuje se pouze v cyklistickém režimu)

Rozsah: 0% až 99%



AKTUÁLNÍ VÝSTUPU NEBO SESTUPU

Zobrazuje aktuální vystoupané nebo sestoupané výškové metry za minutu. Symbol vpravo zobrazuje, zda jde o výstup nebo sestup.

Rozsah: 0 – 199m / min.

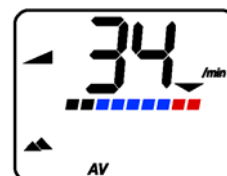
Pozn. Hodnota se zobrazí až několik sekund po spuštění této funkce. Je to způsobeno technologickým omezením měření.

Podfunkce:

Průměrná rychlost stoupání / klesání

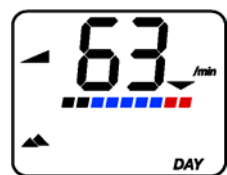
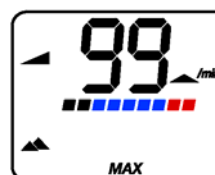
Rozsah: 0 až 199 m/min.

Pozn.: Pomocí tohoto údaje můžete zjistit čas potřebný k dosažení vrcholu kopce nebo k sestupu do údolí.



Maximální rychlost stoupání / klesání

Rozsah: 0 až 199 m/min.



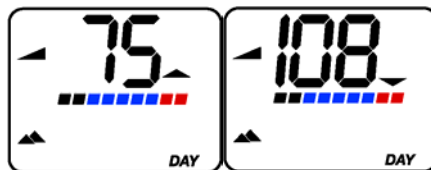
Návod k obsluze **HAC4PRO**

Souhrn výstupů / sestupů

Rozsah: 0 až 199

Zobrazuje počet výstupů / sestupů od začátku záznamu (tůry).

Pozn.: Přístroj započítává do tohoto počtu pouze stoupání a klesání, u nichž je rozdíl v nadmořské výšce nejméně 50m. Tato funkce je určena hlavně pro lyžaře a pro sjezdy na kole.



TEPLOTA

Ukazuje aktuální teplotu. Pokud máte přístroj nasazen na ruce, může dojít ke zkreslení měření vlivem teploty těla.

Rozsah: -20 až 60 °C

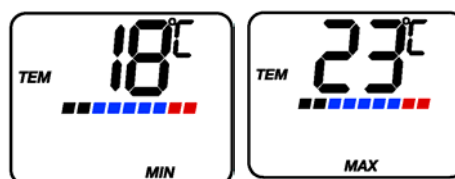


Podfunkce:

Minimální / maximální teplota

Nejnižší / nejvyšší naměřená teplota během výletu.

Rozsah: -20 až 60 °C



5.2. Údaje zobrazované v dolní části displeje

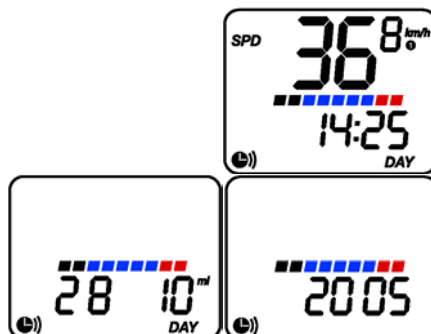
Hlavní funkce přepínáte tlačítkem LR, jednotlivé podfunkce tlačítkem LL. Pro snadnější odlišení hlavních funkcí od podfunkcí jsou podfunkce zvýrazněny kurzívou.

ČAS

Rozsah: 00:00 až 23:59 / 00:00 až 12:59 AM/PM

Podfunkce:

Datum / Rok



STOPKY

Pro spuštění stopek stiskněte krátce tlačítko Start/Stop. Pro jejich vynulování (a současně vynulování všech naměřených mezičasů) podržte tlačítko Start/Stop na 3 vteřiny.

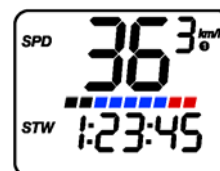
Rozsah: 0 – 999:59 (od 10 minut se zobrazují desetiny sekundy, od 10 hodin měření pouze sekundy)

Podfunkce:

Mezičas / čas na jedno kolo

Stiskněte krátce tlačítko LL

Tato funkce se používá když běží stopky. V cíli kola tak můžete uložit dosažený mezičas (čas na dané kolo). Údaj se zobrazí na 3 vteřiny a poté se pokračuje měření. Můžete si uložit až 100 těchto mezičasů.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

Mezičas je čas od začátku měření, čas na jedno kolo je čas od posledního zastavení stopek funkcí mezičas / čas na jedno kolo.

Rozsah: 0 – 999:59 (od 10 minut se zobrazují desetiny sekundy, od 10 hodin měření pouze sekundy)

pokud stopky neběží:

můžete si zpětně vyvolat uložené údaje o dosažených časech. Nejprve se ukáže uložený mezičas a po 3 vteřinách se na displeji zobrazí čas na jeden okruh. Krátkým stiskem tlačítka LL se posunete na údaje z dalšího okruhu.



ODPOČÍTÁVÁNÍ

Pro spuštění stopek (resp. Manažera tepové frekvence) stiskněte krátce tlačítko Start/Stop.

Po spuštění začne ubývat nastavený čas k nule. Po dosažení nuly zazní krátký signál a automaticky se spustí odpočet 2. Po skončení odpočtu 2, vydá přístroj dlouhý signál (vypnete ho stisknutím jakéhokoliv tlačítka).



Stiskem tlačítka Start/Stop na 3 vteřiny vrátíte odpočet zpět na výchozí hodnotu odpočtu 1.

Funkce odpočítávání se také využívá při funkci manažera tepové frekvence (viz. kapitola 6.2.).

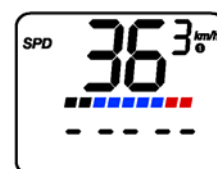
POROVNÁVÁNÍ

(pouze v cyklistickém režimu)

Více také v kapitole 6.4. Aktuální trasu můžete porovnat s předchozí (stejnou) trasou. Během srovnávání se na displeji zobrazí, zda jste jel rychleji nebo pomaleji (s přesností na 1 vteřinu).

Pro výběr trasy, kterou chcete srovnávat čtete níže. Na konci srovnání zazní krátký signál a záznam se automaticky ukončí. Poslední srovnávaný čas zůstane zobrazen a nová trasa (trénink) se uloží pro další srovnávání.

Pro spuštění srovnání stiskněte současně tlačítka UL a LL na 4 vteřiny. Srovnání přerušíte stejně.



Výběr trasy ke srovnání

(pouze v cyklistickém režimu)

Stiskem tlačítka LL vyvoláváte všechny předchozí uložené trasy (mění se i datum a čas startu). Vyberte trasu, kterou chcete srovnávat.

Až ji vyberete, stiskněte současně tlačítka UL a LL na 4 vteřiny a začne srovnávání.

Pozn. Výběr trasy pro srovnání je možný pouze tehdy, jestliže ještě nebyl spuštěn záznam nové trasy.

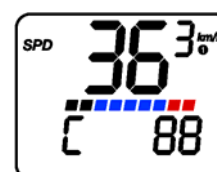


FREKVENCE ŠLAPÁNÍ (KADENCE)

(pouze v cyklistickém režimu)

Funkce snímání kadence „Cc“ musí být zapnutá (viz. kapitola 4.1.) a na kole musíte mít nasazenu sadu pro snímání frekvence šlapání (volitelné příslušenství).

Rozsah: 0 – 240 ot./min.

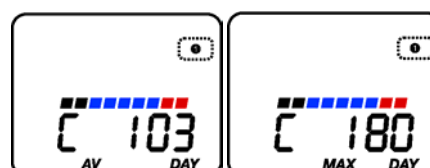


Podfunkce:

Průměrná kadence (AV) / Maximální kadence (MAX)

Rozsah: 0 – 240 ot./min.

Vztahují se vždy k aktuální jízdě.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

DENNÍ DOBA JÍZDY

(pouze v cyklistickém režimu)

Ukazuje čistou dobu jízdy za den. V případě zastavení se kola, přestává měřit čas. Měření začne s první otočkou kola a skončí 4 vteřiny po poslední otočce kola.

Rozsah: 0 – 999:59 min.



Podfunkce:

Denní doba jízdy pro obě kola (DAY)

Zobrazuje součet doby jízdy na kole 1 a na kole 2.

Rozsah: 0 – 999:59 min.



Celková doba jízdy (TOT)

Zobrazuje celkový ujetý čas na příslušném kole.

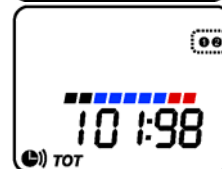
Rozsah: 0 – 999:59 min.



Celková doba jízdy na obou kolech (TOT)

Zobrazuje celkový ujetý čas na kole 1 a na kole 2.

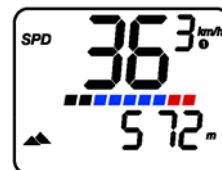
Rozsah: 0 – 999:59 min.



AKTUÁLNÍ NADMOŘSKÁ VÝŠKA

Jednotkou je 1m. Protože tato hodnota se vypočítává podle změny tlaku vzduchu, přesnost měření je závislá na vývoji počasí a správném nastavení domácí nadmořské výšky.

Rozsah: -200 – 9000m

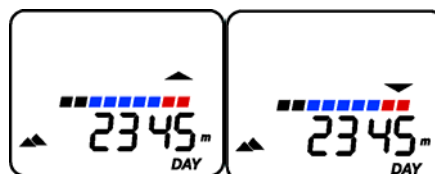


Podfunkce:

Vystoupané / sestoupané metry za den

Zobrazuje kolik výškových metrů jste vystoupali / sestoupali za den.

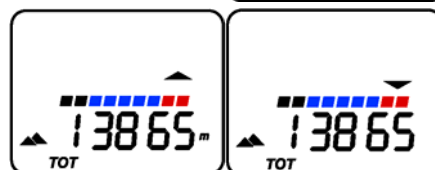
Rozsah: 0 – 9000m



Vystoupané / sestoupané metry celkem

Zobrazuje kolik výškových metrů jste vystoupali / sestoupali za den.

Rozsah: 0 – 9000m

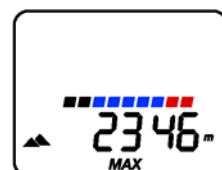


Pozn. Díky konstrukci přístroje se celkové naměřené údaje o nadmořské výšce mění až po dosažení nejméně 2 m.

Maximální dosažená výška

Nejvyšší dosažená výška za den.

Rozsah: -200 – 9000m



Návod k obsluze **HAC4PRO**

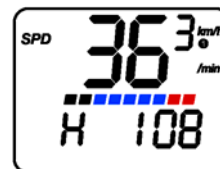
AKTUÁLNÍ TEPOVÁ FREKVENCE

Rozsah: 30 – 240 tepů / min.

Podfunkce:

Doba tréninku strávená pod dolní nastavenou hranicí

Zobrazuje dobu, kterou jste během tréninku měli nižší tep než je nastavená dolní hranice. Na horní části displeje se zobrazuje nastavený dolní limit, na dolní části displeje doba strávená pod touto hranicí.



Doba tréninku strávená v rozmezí nastaveného pásma

Zobrazuje dobu, kterou jste během tréninku měli tep v rozmezí nastavené dolní a horní hranice.



Doba tréninku strávená nad horní nastavenou hranicí

Zobrazuje dobu, kterou jste během tréninku měli vyšší tep než je nastavená horní hranice. Na horní části displeje se zobrazuje nastavený horní limit, na dolní části displeje doba strávená nad touto hranicí.



Aktuální spotřeba kalorií

Zobrazuje spotřebu kalorií během tréninku.

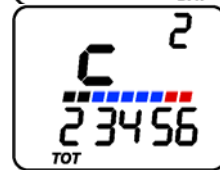
Rozsah: 0 – 99999 kcal



Celková spotřeba kalorií

Zobrazuje celkovou spotřebu kalorií.

Rozsah: 0 – 99999 kcal



AKTUÁLNÍ VÝKON

(pouze v cyklistickém režimu)

Zobrazuje aktuální výkon ve Wattech.

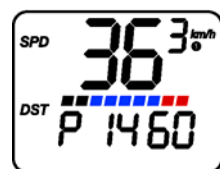
Rozsah: 0 – 9980 W (po 20 Wattech)

Podfunkce:

Průměrný výkon

Průměrný výkon během tréninku.

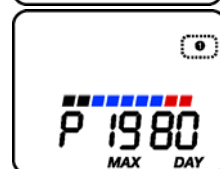
Rozsah: 0 – 9980 W (po 20 Wattech)



Maximální výkon

Nejvyšší dosažený výkon během tréninku.

Rozsah: 0 – 9980 W (po 20 Wattech)



Pozn. Zobrazované údaje o výkonu jsou pouze přibližné. Vypočítávají se na základě průměrných hodnot, které mohou být ovlivněny řadou faktorů jako je rychlost větru, povrch silnice, celkovou vahou vás a kola atd.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

DENNÍ UJETÁ VZDÁLENOST

(pouze v cyklistickém režimu)

Zobrazuje dosud ujeté kilometry.

Rozsah: 0 – 999,99 km (desetinná čárka je zobrazena jako dvojtečka)



Podfunkce:

Aktuální ujetá vzdálenost

Pokud jste si individuálně nastavili hodnotu denních kilometrů, zde se vám bude zobrazovat údaj o ujetých kilometrech za den. Pokud nebyl údaj o denních kilometrech nastaven, zobrazuje se zde součet ujetých kilometrů za den pro obě kola.

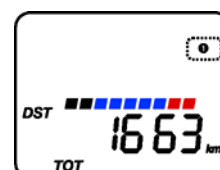
Rozsah: 0 – 999,99 km (desetinná čárka je zobrazena jako dvojtečka)



Celková ujetá vzdálenost

Počet ujetých kilometrů na příslušném kole.

Rozsah: 0 – 999,99 km (desetinná čárka je zobrazena jako dvojtečka)



Celková ujetá vzdálenost na obou kolech

Počet ujetých kilometrů na obou kolech.

Rozsah: 0 – 999,99 km (desetinná čárka je zobrazena jako dvojtečka)



5.3. Základní funkce

Měření tepové frekvence

Tepové funkce mají režim úspory energie. Pokud přístroj HAC4Pro během 5 minut nepřijme signál z hrudního pásu (nebo je hrudní pás mimo dosah), tepové funkce se automaticky vypnou (symbol srdíčka zmizí). Přijímač se znovu zapne, až po příjmu signálu z hrudního pásu.

Osvětlení displeje

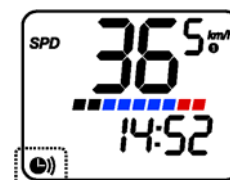
Stisknutím tlačítka LL na 4 vteřiny zapnete podsvícení displeje na 5 vteřin.

Stisknutím tlačítka LL na 6 vteřin zapnete noční režim displeje. V tomto režimu se displej rozsvítí na 5 vteřin stisknutím libovolného tlačítka. Stejným způsobem tento režim deaktivujete.

Pozn. Osvětlení displeje spotřebovává velké množství energie. Pokud je budete často používat, negativně se to projeví na životnosti baterie v přístroji.

Budík

Čas buzení můžete nastavit v režimu 2. V tomto režimu jej také můžete zapnout nebo vypnout. Buzení probíhá pípáním přístroje po dobu 20 vteřin. Vypnete jej stisknutím libovolného tlačítka.



Graf tepové frekvence

Přístroj HAC4Pro je vybaven barevným grafem ve střední části displeje (7 modrých a 2 červená políčka). Pokud aktuální tep dosáhne spodní nastavené hranice, zčerná první modré políčko vlevo. V závislosti na výši tepové frekvence budou postupně černat další modrá políčka směrem doprava. Pokud se váš tep dostane nad nastavenou horní tepovou hranici, zčernají i krajní dvě červená políčka.

Tento graf vám pomáhá jednoduše kontrolovat aktuální tep, když na dolním displeji máte zobrazeny jiné údaje.



Návod k obsluze **HAC4PRO**

Alarm tepové frekvence

Alarm tepové frekvence zapnete a vypnete stiskem tlačítka UL na 4 vteřiny. Když je funkce aktivována, na displeji se zobrazí symbol reproduktoru. Zvuková signalizace se ozve jakmile váš aktuální tep klesne pod dolní nebo přesáhne horní nastavenou hranici.



Varování o stavu baterií

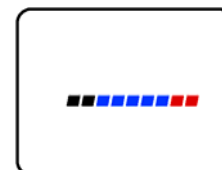
Pokud napětí baterie v přístroji klesne pod 2,8 V, na displeji se bude každých 5 vteřin zobrazovat hlášení „bat low“. V tomto případě baterii okamžitě vyměňte.



Režim úspory energie

Přístroj umožňuje přepnutí do režimu úspory energie. Údaje z displeje zmizí, ale veškeré uložené údaje zůstanou zachovány. Tento režim je vhodný např. při výměně baterie, nebo když přístroj nepoužíváte delší dobu.

Pro přepnutí přístroje do tohoto režimu nastavte v režimu 1 funkci „Pd“. Současným stiskem tlačítek UL a LL spustíte úsporný režim. Do normálního režimu přístroj přepnete stiskem libovolného tlačítka.



6. Zvláštní funkce

6.1. Funkce paměti přístroje a záznamu dat

Důležité:

Aby přístroj HAC4Pro vypočítával a zobrazoval všechny údaje (a ukládal je pro pozdější přenos do počítače), musí být zapnut záznam údajů (viz. kapitola 6.1.)!

Přístroj umí zaznamenat údaje o max. 120 hodinách tréninku (pokud je nastaven interval záznamu 20 vteřin). Záznam dat spustíte současným stiskem tlačítek UL a LL na 4 vteřiny. Během záznamu dat se ukládají všechny důležité údaje jako je tep, nadmořská výška, teplota, kadence, čas, rychlost, ujetá vzdálenost atd. v nastavených krátkých intervalech (po 2, 5, 10 nebo 20 vteřinách). Interval záznamu dat nastavujete v režimu 1. Všechny uložené údaje můžete přenést k vyhodnocení do počítače. Složí k tomu interface se softwarem HACtronic.

Jakmile dojde k naplnění paměti přístroje, data se začnou zaznamenávat znovu od začátku. Nejstarší zaznamenaná data jsou tak přepsána.

Po spuštění záznamu dat se na displeji v dolní části zobrazí symbol hor a začne blikat. Záznam zastavíte stejným způsobem, jakým se spouští.

Po spuštění záznamu dat se všechny minimální, maximální, průměrné a denní hodnoty vymažou a hodnota o aktuální nadmořské výšce se přepne na domácí nadmořskou výšku (pokud tato není nastavena, zůstane nadmořská výška nezměněna).

Údaje zaznamenané v paměti přístroje nelze vymazat, mohou být pouze přepsány.

Všechny minimální, maximální a průměrné hodnoty (MIN / MAX / AV), kromě průměrné a maximální rychlosti, a denní hodnoty (DAY) o čase jízdy a ujetých kilometrech, jsou vypočítávány pouze pokud je zapnut záznam údajů.

Pokud záznam údajů na začátku tréninku nezapnete, zobrazované naměřené údaje se budou vztahovat k poslednímu tréninku se zapnutým záznamem dat.

Aby byla šetřena energie baterie, záznam dat se automaticky zastaví po určité době (např. po 24 hod. při nastaveném intervalu záznamu 20 vteřin).

Návod k obsluze **HAC4PRO**

6.2. Manažer tepové frekvence (MTF)

MTF se spouští v režimu 2 (viz. kapitola 4.2.). Spustíte jej krátkým stiskem tlačítka Start/Stop když je na displeji zobrazena funkce odpočítávání. Abyste mohli využívat funkce MTF, musí být zadány tyto hodnoty:

Horní a dolní tepový limit 1

Horní a dolní tepový limit 2

Odpočet 1

Odpočet 2

MTF vám pomáhá při řízení tzv. intervalového tréninku. Kdy trénujete ve dvou časových úsecích s různou intenzitou zátěže.

Příklad:

Dolní tepový limit 1 = 120

Horní tepový limit 1 = 160

Odpočet 1 = 30 min.

Dolní tepový limit 2 = 80

Horní tepový limit 2 = 120

Odpočet 2 = 5 min.

Spuštěním odpočtu 1 budete trénovat 30 min. v tepovém pásmu 1. Po těchto 30 minutách zazní krátký signál a začne odpočet 2, kdy budete trénovat v tepovém pásmu 2. Po jeho skončení můžete opět pokračovat odpočtem 1 atd.

Jakmile odpočet skončí, zazní krátký signál a automaticky se spustí odpočet 2. Oba odpočty začínají hned po sobě, stále dokola dokud funkci nezastavíte stiskem tlačítka Start/Stop.

Odpočet probíhá pouze tehdy, jestliže se váš tep pohybuje v rámci nastaveného pásma. Pokud se dostanete mimo ně, dojde k přerušení (pauze) odpočítávání. Odpočet bude pokračovat, až tep opět dosáhne nastavených hodnot.

6.3. Zotavovací tep

Tato funkce vám pomáhá určit aktuální výkonnost. Měření trvá 3 minuty. Čím nižší tep po těchto 3 minutách máte, tím lepší je vaše kondice. Měření může probíhat pouze pokud je spuštěn záznam dat.

Příklad:

Aktuální tep na konci tréninku je 170 tepů / min. Krátkým stiskem tlačítek UL a LL spustíte funkci zotavovacího tepu. Při spuštění se ozve krátký signál. Aby bylo měření přesné, zůstaňte v klidu po celou dobu měření. Po 3 minutách opět zazní signál a měření je hotové.

Naměřené hodnoty si můžete vyvolat jako podfunkci tepové frekvence (kap. 5.1.). V horní části displeje se zobrazuje výchozí tep a v dolní části pak klidový tep po 3 minutách.

6.4. Srovnání časů / vzdáleností

Tato funkce vám umožňuje srovnat aktuální trasu s předchozí (stejnou) trasou. Displej zobrazuje jestli jste v daném okamžiku rychlejší nebo pomalejší než posledně.

Použití:

- Nejprve vyberte z paměti přístroje trasu, s níž chcete srovnávat.
- Trasa musí být stejná jako ta, kterou pojedete.
- Srovnání spustíte na začátku trasy (nejlépe ve stejném době) současným stiskem UL a LL na 4 sek.
- Na displeji se vám bude zobrazovat srovnání aktuálního času s časem vybraného tréninku. Pokud se zobrazují záporná čísla, jedete pomaleji než posledně.
- Po skončení tréninku přístroj sám zastaví měření a ukáže vám rozdíl obou časů. Funkci můžete vypnout i předčasně současným stiskem UL a LL na 4 sek.
- Abyste mohli jednotlivé trasy srovnávat, musíte si je nejprve uložit do paměti přístroje.

Pozn. Zvolená trasa zůstane vybraná, dokud se ve srovnávacím režimu neobjeví „---“.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

6.5. Paměť tepových limitů / času

Tuto funkci můžete používat s nastavenými tepovými limity:

- Nastavte dvě tepová pásma a vyberte si to, podle něhož chcete nyní trénovat.
- Paměť tepových limitů / času vám ukáže kolik času v tréninku jste byli pod, v a nad nastaveným tepovým pásmem.
- Pokud máte aktivován alarm tepu, při překročení tepových limitů bude přístroj vydávat signál.

6.6. Značení během tréninku

Přístroj HAC4Pro umožňuje označovat určitá místa během záznamu tréninku (vzdálenost min. 2 minuty mezi dvěma značkami při intervalu záznamu 20 sek.). Tyto značky vám mohou pomoci při vyhodnocování tréninku na počítači. Můžete si tak označit důležitá místa v tréninku, např. začátek stoupání nebo dosažení vrcholu, pauzu atp.

Značení se nastavuje stejně jako zotavovací tep, stiskem tlačítek UL a LL současně.

6.7. Funkce CICLOInZone

CICLOInZone je program, který usnadňuje řízení vašeho tréninku. Vypočítá vám individuální tepové hranice na základě vámi zadaných údajů.

Je tak ideálním doplňkem při tréninku ať už na kole, při běhu nebo na spinningu.

Chcete zlepšit svoji kondici? Zhubnout? Trénujte efektivně podle vašich individuálních parametrů. Zbytečně se nepřetěžujte a během tréninku se snažte respektovat programem CICLOInZone vypočítané tepové hranice.

Tyto hranice má každý člověk jiné. Platí však pravidlo, že byste se měli během tréninku pohybovat na úrovni 70 – 85% vašeho maximálního tepu.

7. Výměna baterie

Před výměnou baterie si raději poznamenejte naměřené celkové údaje (celkovou ujetou vzdálenost, čas jízdy atd.) a nastavený obvod kola. Přístroj přepněte do úsporného režimu. Novou baterii musíte do přístroje vložit do 20 sek. jinak dojde k smazání uložených údajů.

HAC4Pro

Životnost baterie je asi 1 rok při používání 1 hod. denně. Pro demontáž krytu baterie použijte minci. Vyměňte starou baterii a vložte novou lithiovou 3V baterii CR-2032 tak, že ji zasunete pod kontakty 1 a 2 a pojistkou 3 ji zajistíte (pozor na polaritu, „+“ pólem nahoru). Krytku baterie opatrně utáhněte. Při výměně nepoškozte gumové těsnění!

Pokud se na displeji nezobrazí žádné údaje, vyjměte znovu baterii, počkejte 10 vteřin a vložte ji znovu.



Hrudní pás a držák na řídítka (přijímač)

Ve vysílači je použita baterie typ CR2032. Odšroubujte kryt baterie na horní straně vysílače a vyměňte baterii za novou (pozor na polaritu, „+“ pólem nahoru). Krytku baterie opatrně utáhněte.

Snímač rychlosti

Odšroubujte kryt baterie pomocí mince. Vyměňte starou baterii a vložte novou 12V baterii 23A (pozor na polaritu, „+“ pólem nahoru). Krytku baterie opatrně utáhněte.

Použité baterie nevyhazujte mezi domovní odpad !

8. Péče o přístroj

Přístroj nevystavujte přímému slunci ani nízkým teplotám (pod -25 °C a nad 50 °C).

Hrudní pás udržujte čistý. Neperte jej v pračce, ale pouze jej očistěte mýdlovou vodou. Nesušte jej na přímém slunci. Elastický pás můžete prát, ale před použitím musí být dokonale suchý.

9. Řešení problémů :

Špatné nebo žádné zobrazení na displeji.

- Stiskněte tlačítko LL nebo UL.
- Zkontrolujte baterii nebo ji vyměňte za novou.

Displej je černý nebo se hodnoty zobrazují zpomaleně.

- Okolní teplota je příliš vysoká (nad 60°C) nebo byl přístroj dlouho vystaven přímému slunci.
- Okolní teplota je příliš nízká (pod -10°C).

Nezobrazuje se aktuální rychlost. Rychlost je příliš vysoká nebo nízká.

- Ověřte, že je snímač rychlosti i magnet správně nastaven.
- Očistěte kontakty na zadní straně přístroje HAC4Pro alkoholem.
- Baterie ve snímači rychlosti nebo přijímači může být vybitá nebo je rozbitý.
- Zkontrolujte, zda vzdálenost mezi snímačem rychlosti a držákem na řídkách není větší než 60 cm.
- Zkontrolujte nastavený obvod kola.
- Zkontrolujte jednotky měření.

Nezobrazuje se kadence šlapání.

- Ověřte, že je měření kadence zapnuto.
- Ověřte, že je snímač rychlosti i magnet správně nastaven.
- Baterie ve snímači kadence může být vybitá nebo je snímač rozbitý.

Nezobrazuje se tepová frekvence nebo jsou údaje nestabilní nebo nesmyslné

- Ověřte, že je měření srdečního tepu zapnuto (viz. kapitola 5.3.).
- Zkontrolujte baterii v hrudním pásu.
- Vaše pokožka může být příliš suchá nebo studená.
- Vzdálenost mezi hrudním pásem a přístrojem je větší než 60cm.
- Signál může být rušen vlivem vysokého napětí, rozvodu elektřiny atp.

Záznam dat se automaticky vypíná

- Zkontrolujte, jaký okruh jste zvolili k porovnání (kap. 5.2.).

V pravidelných intervalech se ozývá pípání

- Ujistěte se, zda není zapnuto odpočítávání nebo alarm tepové frekvence.

Po zapnutí záznamu údajů přístroj ukazuje chybnou nadmořskou výšku

- Zkontrolujte nastavenou domácí výšku (nastavovací režim 1), může být špatně zadána.

Odpočítávání nefunguje

- Zkontrolujte, zda je zapnut manažer tepové frekvence.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

10. Záruční podmínky

Na přístroj se vztahuje 24 měsíců od data prodeje. Záruka se vztahuje pouze na materiálové a výrobní vady. Záruka se nevztahuje na baterii.

Záruka je platná v případě zacházení s přístrojem dle návodu. Vadný přístroj (včetně veškerého příslušenství) zašlete spolu s kopií dokladu o koupi a popisem závady na adresu svého prodejce.

Před odesláním přístroje znovu přečtěte a zkontrolujte případné možnosti poruch.

V případě uznání záruky bude vyměněný nebo opravený přístroj vrácen bezplatně poštou.

V případě neuznání záruky nebo pozáruční opravy budou účtovány servisní náklady, poštovné a balné spojené s vyřešením reklamace.

11. Technické informace

Přístroj HAC4Pro

Vodotěsnost: přístroj není určen k plavání; je odolný vůči dešti a venkovní vlhkosti

Pracovní teplota: -20°C až 50°C

Baterie: Lithium CR2032

Životnost baterie: 9 – 12 měsíců (při průměrném používání 1 hodinu denně)

Využívání osvětlení displeje výrazně zkracuje životnost baterie.

Hrudní pás:

Pracovní teplota: -10°C až 50°C

Baterie: Lithium CR2032

Přenosová frekvence: 5,3 kHz

Snímač rychlosti:

Pracovní teplota: -10°C až 50°C

Baterie: 12V, typ 23A LRV08

Přenosová frekvence: 121 kHz

Držák na řídítka (přijímač):

Pracovní teplota: -10°C až 50°C

Baterie: Lithium CR2032

12. Instalace softwaru pro HAC4 Pro Plus

Instalace hardwaru

Díky „Plug & Play“ systému je instalace softwaru velmi jednoduchá. Prostě jen následujte pokyny na monitoru vašeho počítače.

Pozor: Rozdíly mezi jednotlivými verzemi operačního systému Windows jsou důvodem odlišného postupu. Postupujte tedy prosím podle níže uvedených instrukcí.

- Zapněte počítač a zapojte USB konektor interface do volného USB portu vašeho počítače.
- Operační systém rozpozná nový hardware a začne vyhledávat vhodný ovladač pro připojené zařízení.
- Otevře se okno pro výběr ovladače. Vyberte „Vyhledat nejvhodnější ovladač“ a pokračujte tlačítkem „Další“. Nyní zvolíte odkud chcete daný ovladač nainstalovat. Vložte tedy přiložené CD do počítače a vyberete jako zdroj CD mechaniku s tímto CD. Pokračujete volbou „Další“.
- Dále pokračujete podle instrukcí vašeho operačního systému.
- Při dalším připojení interface k počítači bude toto zařízení automaticky rozpoznáno.

Pokud používáte Windows XP

- Jakmile je instalace kompletní, neodpojujte interface od počítače a nechte instalační CD v mechanice.
- Windows XP požadují provést (opakovanou) instalaci – postupujte instrukcí popsanych výše.
- Pouze pokud provedete celou instalaci znovu, budete moci zařízení používat.

Návod k obsluze **HAC4PRO**

Ověření instalace

Jestli celá instalace interfacu proběhla správně si můžete ověřit

- Zapojte USB konektor interfacu do volného USB portu vašeho počítače.
- Klikněte na ikonu „Start“ v levé dolní části obrazovky.
- Vyberte „Nastavení“ a „Ovládací panely“.
- Zvolte ikonu „Systém“. Vyberte záložku „Hardware“ a „Správce zařízení“.
- Rozbalte položku „Porty COM a LPT“.
- Pokud instalace proběhla úspěšně naleznete zde „USB Serial Port (COMx)“, kde x by mělo být v rozmezí 1-4. Pokud je vyšší je třeba ho změnit (viz. níže).

V případě potíží

- Zapojte USB konektor interfacu do volného USB portu vašeho počítače.
- Klikněte na ikonu „Start“ v levé dolní části obrazovky.
- Vyberte „Nastavení“ a „Ovládací panely“.
- Zvolte ikonu „Systém“. Vyberte záložku „Hardware“ a „Správce zařízení“.
- Rozbalte položku „Porty COM a LPT“.
- Vyberte položku „USB Serial Port (COMx)“.
- Dvojklikem zvolte „Vlastnosti“ a klikněte na záložku „Nastavení portu“.
- Ve vlastnosti „Řízení toku“ zvolte „XON/XOFF“.
- Zvolte tlačítko „Upřesnit“. Programy Ciclosport podporují porty COM 1-4. Pokud je zde jiné číslo, je třeba jej změnit.
- Zavřete všechna okna potvrzením „OK“.

Podrobný popis instalace programů naleznete na www.pells.cz v sekci Ciclosport.

Instalace softwaru

CD která jsou součástí obsahu obsahují instalační program, který usnadňuje instalaci softwaru. Stačí jen následovat pokyny na monitoru.

- Vložte CD do počítače.
- Klikněte na tlačítko „Start“ a zvolte „Spustit“ a „Procházet“.
- Vyberte CD mechaniku a objeví se vám adresář.
- Vyberte složku s programem, který chcete nainstalovat (např. CicloTour) a otevřete ji dvojklikem.
- Instalaci spustíte dvojklikem na soubor „CicloTour-Setup“ a potvrzením „OK“.
- Nyní jen následujte pokyny na monitoru.
- Po ukončení instalace můžete program ihned spustit nebo ji ukončit bez spuštění programu.
- Nainstalovaný program naleznete v menu „Start“ a „Programy“.

Přenos dat do počítače

Spustíte příslušný program. Při prvním použití musíte zvolit příslušný komunikační port, který jste vybrali při instalaci (viz. výše). Klikněte na symbol hodin. Vložte přístroj do interface připojeného k počítači a přepněte jej do módu přenosu dat do počítače (viz. manuál).

Na displeji přístroje se objeví PC a stiskněte současně obě levá tlačítka (u CM436M obě tlačítka). Začne tak přenos dat.

Na displeji se budou zobrazovat procenta přesunutých dat. Po ukončení přenosu se přístroj přepne do běžného režimu a na monitoru počítače se objeví nahraná data.

Pomoc

Každý z příložených programů má funkci Help. Tato funkce vám pomůže lépe porozumět programu a zodpoví vaše případné dotazy. Pokyny si můžete snadno vytisknout. Tuto funkci naleznete v menu programu.

Registrační kód

Před prvním použitím programů CicloTour a CicloTrainer budete muset zadat registrační kód. V případě jeho ztráty se na nás obraťte. Tel. 545242631 nebo e-mail sport@pells.cz