

# HAC 5

## Návod k obsluze



## Obsah:

1.	Základní informace	3
2.	Spuštění přístroje	3
2.1.	Nasazení přístroje do pásku na ruku a držáku na řídítka	3
2.2.	Vkládání baterií	3
2.3.	Nastavení / inicializace	3
2.4.	Instalace	4
2.5.	Nasazení hrudního pásu	4
3.	Používání tlačítek	5
3.1.	Používání tlačítek	5
3.2.	Zvláštní funkce tlačítek v běžném režimu	6
3.3.	Zvláštní funkce tlačítek v nastavovacím režimu	7
4.	Spuštění přístroje	7
4.1.	Profily	7
4.2.	Barometrický režim / Režim měření nadmořské výšky	8
4.3.	Vyhledávání vysílače – digitální systém	8
5.	Příklady	9
5.1.	Základní nastavení (čas a datum)	9
5.2.	Inicializace vysílačů	11
6.	Hlavní režim nastavení	13
6.1.	Short menu (Topical)	13
6.2.	Profil Bike a profily RDS, ALPIN, RUN	13
6.3.	Intervaly měření tepové frekvence	17
6.4.	Intervaly měření frekvence šlapání (CAD-Interval)	19
6.5.	Základní nastavení	21
6.5.1.	Nastavení výšky (Set Altitude)	21
6.5.2.	Nastavení jednotek měření (Set units)	22
6.5.3.	Nastavení času (Set Time)	22
6.5.4.	Nastavení osobních údajů (Set personal)	22
6.5.5.	Nastavení celkových hodnot (Set total values)	24
6.6.	Propojení s počítačem (PC-Connection)	24
6.7.	Úsporný režim (Powerdown-mode)	24
7.	Funkce	24
7.1.	Funkce zobrazované v horní části displeje	25
7.2.	Funkce zobrazované ve střední části displeje	28
7.3.	Funkce zobrazované v dolní části displeje	29
7.4.	Základní funkce	35
8.	Zvláštní funkce	36
8.1.	Funkce paměti	36
8.2.	Manažer tepové frekvence (Heat rate time manager)	37
8.3.	Zotavovací tep (Recovery HR)	37
8.4.	Paměť tepu v tepové zóně	38
8.5.	Nastavení značek	38
8.6.	CICLOInZone	38
9.	PC režim	39
9.1.	Instalace interface	39
9.2.	Instalace programu	39
9.3.	Přenos Uložených dat do PC	40
9.4.	Update firmware HAC5	40
10.	Výměna baterie	41
11.	Servis a doporučení	42
12.	Problémy	42
13.	Záruční podmínky	43
14.	Technické údaje	43

## Gratulujeme!

Koupí přístroje **HAC 5** jste získali multifunkční elektronický přístroj nejvyšší kvality využívající nejnovější digitální přenosové technologie.

Hlavní vlastnosti: veškeré přenosy od snímačů k přístroji probíhají digitálně, čímž je zaručena bezpečnost přenosu a ochrana proti rušení.

Můžete tak např. používat přístroj na dvou kolech a přístroj sám rozezná, které z nich používáte.

**HAC 5**, mimo jiné, ukazuje frekvenci šlapání a srdeční tep bez nutnosti drátového spojení.

**HAC 5** je vybaven novým modulem CICLOInZone, který vám pomůže s výpočtem optimálního tepového pásma pro neefektivnější trénink.

**HAC5** může na displeji zobrazovat až 3 funkce zároveň. Pokud by vám to nestačilo, stačí zapnout automatické přepínání jednotlivých zobrazovaných funkcí. Na dolním řádku se vám tak budou automaticky přepínat požadované údaje.

Abyste se seznámili se všemi funkcemi přístroje **HAC 5**, přečtěte si nejprve pečlivě tento návod k použití.

### Obsah balení:



## 1. Základní informace

**Upozornění:** Každý, kdo začíná s tréninkem by měl absolvovat lékařské vyšetření a začít trénovat pod zdravotním dohledem. Toto vyšetření doporučujeme podstoupit zejména lidem nad 35 let a dále lidem, kteří již v minulosti prodělali vážnější nemoci. V individuálních případech kdy hrozí zvýšené riziko, například u kuřáků, osob s vysokým krevním tlakem, se zvýšeným cholesterolem v krvi, diabetiků, osob se sedavým životním stylem, byste měli nevyhnutelně konzultovat trénink s lékařem.

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

**Aby přístroj zobrazoval srdeční tep, rychlost a kadenci, musí se s ním nejprve zinicilizovat všechny vysílače. Více v kapitole 5.2.**

Pro nastavení času, data atp. postupujte podle kapitoly 5.1.

**Kvůli úspoře energie se přístroj v noci automaticky vypne. Displej se o půlnoci vypne a znovu jej zapnete stiskem některého tlačítka.**

Upozornění!

## 2. Spuštění přístroje

### 2.1. Nasazení přístroje do pásku na ruku a držáku na řídítka

Vyjměte přístroj z pásku na ruku jeho otočením o 90 stupňů proti směru hodinových ručiček. Nasadte jej do držáku na řídítka a zajistěte jej otočením o 90 stupňů ve směru hodinových ručiček. Uslyšíte zaklapnutí.



### 2.2. Vkládání baterií

*Vložení baterie do HAC5:*

Odšroubujte kryt na zadní straně přístroje pomocí mince. Baterii CR2032 vložte + pólem nahoru. Baterii vkládejte zešikma z pravé strany na levou tak, aby se dotýkala kontaktů. Pouzdro opět zašroubujte. Na displeji se na chvíli objeví všechny segmenty a pak se přepne do běžného režimu.

*Vložení baterie do hrudního pásu a vysílačů:*

Odšroubujte kryt na zadní straně hrudního pásu (na horní straně přijímače) pomocí mince. Baterie vložte + pólem nahoru a pouzdro opět zašroubujte.

### 2.3. Nastavení / inicializace

Protože HAC5 využívá moderního digitálního přenosu signálu, musí se všechny vysílače nejprve zinicilizovat se samotným přístrojem. Toto doporučujeme udělat ještě před montáží přístroje na kolo. V kapitole 5 naleznete přesný postup krok za krokem.



## 2.4. Instalace

*Nasazení držáku na řídítka:*

**Držák přístroje může být umístěn jak na řídítka, 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 zasuněte do dolní části.**

Sejměte ochrannou fólii ze spodní strany držáku a umístěte držák v požadované poloze na řídítka 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.



*Nasazení snímače rychlosti:*

Přiložte snímač na vidlici a upevněte jej pomocí přiložené gumičky. Označená strana musí směřovat k drátům. Gumičku nejprve zahákněte 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.

*Nasazení snímače frekvence šlapání:*

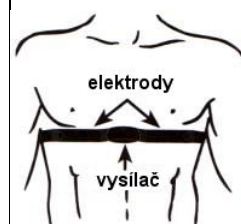
Přiložte snímač na zadní vidlici vlevo naproti klice (potištěná strana se značkou musí směřovat ke klice) a upevněte jej pomocí přiložené gumičky. Gumičku nejprve zahákněte za jednu stranu snímače obtočíte kolem vidlice a zajistíte na druhé straně snímače.

Nasadte magnet na kliku tak, aby byl naproti snímači. Vzdálenost nesmí být větší než 3 mm. Pro kontrolu správnosti montáže otočte několikrát klikami a ujistěte se, že přístroj přijímá signál.

## 2.5. 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 můžou být nečistoty na elektrodách hrudního pásu nebo jeho malé utažení.



### 3. Používání tlačítek

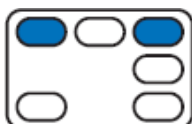
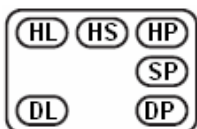
#### 3.1. Používání tlačítek

Displej HAC5 je rozdělen do 3 řádků: horní, střední a dolní. Každý řádek zobrazuje jednu funkci takže současně můžete sledovat 3 hodnoty. Kombinaci zobrazovaných funkcí si určujete sami.

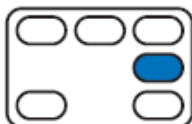
Označení tlačítek v tomto návodu:

Horní levé tlačítko – tlač. **HL**  
Horní střední tlačítko – tlač. **HS**  
Horní pravé tlačítko – tlač. **HP**  
Střední pravé tlačítko – tlač. **SP**  
Dolní levé tlačítko – tlač. **DL**  
Dolní pravé tlačítko – tlač. **DP**

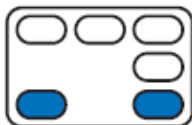
#### Použití tlačítek



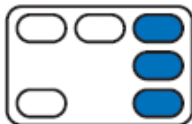
Pro funkce v horní části displeje používejte tlačítka HL a HP,



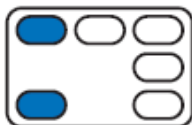
Pro střední část tlačítko SP,



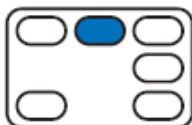
Pro dolní část displeje tlačítka DL a DP.



Tlačítka na pravé straně ovládají hlavní funkce,



Podfunkce hlavních funkcí v horní a dolní části displeje se volí pomocí levých tlačítek.



Stopky a odpočítávání se spouští, přerušuje a zastavuje pomocí tlačítka HS. Stiskem na 3 vteřiny se stopky vynulují.



Dlouhý stisk na 3-6 vteřin.



Krátký stisk asi na 1 vteřinu.



Stisknout jedno nebo druhé tlačítko.

Při každém stisknutí tlačítek se ozve krátké pípnutí. Tento zvukový signál lze vypnout v nastavení přístroje.

### 3.2. Speciální funkce tlačítek v běžném režimu



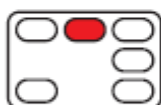
Start/Stop záznamu:  
Současný stisk tlačítek HL a DL na 3 vteřiny.



Nastavení značky / spuštění funkce zotavovacího tepu:  
krátký stisk tlačítek HL a DL současně.



Zapnutí/vypnutí tepového alarmu:  
stisk tlačítka HL na 3 vteřiny.



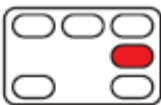
Vrácení stopek/odpočítávání na výchozí hodnotu:  
stisk tlačítka HS na 3 vteřiny.



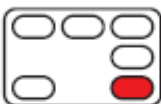
Zobrazení aktuálního nastaveného profilu, začátek vyhledávání vysílače:  
stisk tlačítka DL na 3 vteřiny.



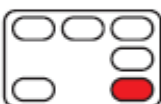
Výběr hlavního menu:  
stisk tlačítka HP na 3 vteřiny.



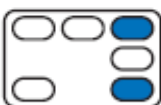
Výběr režimu nastavení:  
stisk tlačítka SP na 3 vteřiny.



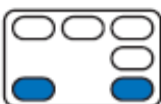
Zapnutí osvětlení (na 5 vteřin):  
stisk tlačítka DP na 3 vteřiny.



Zapnutí manažera osvětlení (na 5 hodin):  
stisk tlačítka DP na 6 vteřin.



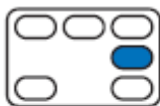
Výběr profilu:  
Krátký stisk HP a DP současně.



Zobrazení jednotek měření:  
Krátký stisk DP a DL současně.



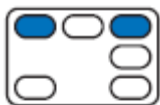
### 3.3. Speciální funkce tlačítek v nastavovacím režimu



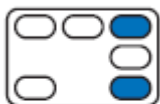
V nastavovacím režimu, podle toho kterou funkci nastavujete, vždy volíte a ukládáte nastavenou hodnotu pomocí krátkého stisku tlačítka SP.



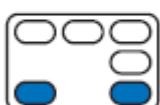
Pomocí tlačítek HP a DP můžete vybírat mezi různým nastavením nebo měnit nastavení (HP – hodnota roste, DP – se snižuje, delší stisk urychluje nastavení).



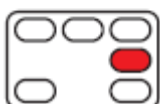
Pro všechna nastavení platí:



Stisk tlačítek DP a HP současně nastaví zobrazenou hodnotu na její maximum.



HP a DP současně - vrátí zobrazenou hodnotu na výchozí nastavení.



DL a DP současně - nastaví zobrazenou hodnotu na její minimum.

Režim nastavení můžete kdykoliv opustit stiskem tlačítka SP na 3 vteřiny.

Upozornění: pokud takto režim nastavení ukončíte, poslední zobrazená hodnota se automaticky neuloží. Abyste ji uložili, stiskněte krátce SP.

## 4. Spuštění přístroje

### 4.1. Profily

Přístroj **HAC5** umožňuje nastavení 5 různých profilů, které jsou nazvány jako: Bike1 (Kolo1), Bike2 (Kolo2), RDS, Alpine (Lyže, turistika), Run (Běh), HR-Intv (Tepová frekvence), CAD-Intv (Kadence šlapání), Baro Mode (Barometr), Alti Mode (Nadmořská výška), Exit (Opuštění profilů).

Každý profil umožňuje samostatné nastavení a výběr jednotlivých funkcí (tedy údajů které mají být zobrazeny).

Pokud tedy například nechcete při běhu zobrazovat údaje o nadmořské výšce, můžete tento údaj v profilu Běh vypnout. Nebude se potom při přepínání jednotlivých funkcí zobrazovat.

To znamená že si můžete pro každý profil vybrat jen ty funkce, které považujete za užitečné a ostatní vypnout.

Každý z profilů má navíc dva pod-profilů, HR-Intv (Interval tepové frekvence) a CAD-Intv (Interval frekvence šlapání). Ty se vždy vztahují ke konkrétnímu zvolenému režimu.



Základním nastavením je profil Alpine. Pro přepínání nebo výběr profilu použijte současný stisk HP a DP.



Na displeji se zobrazí menu profilů. Pomocí tlačítek HP a DP volíte mezi jednotlivými profily.

Vyberte požadovaný profil a potvrďte jej

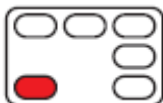


krátkým stiskem SP.

**Bike1**  
**Bike2**  
**RDS**  
**Alpine**  
**Run**  
**HR-Intv**  
**CAD-Intv**  
**Baro Mode**  
**Alti Mode**  
**Exit**



Pokud je vybrán HR-Intv (Interval tepové frekvence) nebo CAD-Intv (Interval frekvence šlapání), interval je platný pro před tím zvolený profil (příklad: Máte zvolený profil Kolo 1. Pokud je vybrán CAD-Intv, je aktivní pro kolo 1).



Který profil je momentálně zvolen zjistíte stiskem DL na 3 vteřiny. Tímto také spustíte vyhledávání vysílače.

Na displeji se zobrazí na 10 vteřin aktivní profil a probíhá vyhledávání vysílače.

#### 4.2. Barometrický režim / Režim měření nadmořské výšky

Přístroj HAC5 umožňuje automatické přepínání mezi měřením nadmořské výšky a barometrem. Toto lze také provádět ručně krátkým stiskem HP a DP současně.

Potom vyberte požadovaný režim a potvrďte jej krátkým stiskem tlačítka SP.



Pokud se hodnota nadmořské výšky nezmění o více než 350 metrů za hodinu (např. během pauzy), přístroj se automaticky přepne do barometrického režimu. Místo symbolu hor se zobrazí na displeji předpověď počasí.

Jakmile pokračujete v pochodu, přístroj se automaticky opět přepne do režimu měření nadmořské výšky a pokračuje v přerušovaném měření.

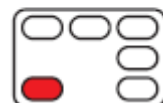
Díky tomuto automatickému přepínání nemusí být vždy dostupné všechny údaje z daného profilu. Např. pokud se přístroj při pauze přepne do barometrického režimu nebude zobrazovat údaje o nadmořské výšce.

#### 4.3. Vyhledávání vysílače – digitální systém

Aby HAC5 zobrazoval údaje o rychlosti nebo frekvenci šlapání, musí se nejprve zinicilizovat s vysílači.



Vyhledávání vysílače se spustí automaticky při zapnutí záznamu dat (stiskem tlačítek HL a DL současně na 3 vteřiny) nebo jej spustíte stiskem DL na 3 vteřiny.



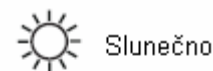
Během vyhledávání se na displeji zobrazí aktuální zvolený profil. Pokud není některý z vysílačů nalezen zobrazí se na displeji např. pro rychlost SPD: no TX.



V takovém případě musíte spustit vyhledávání ještě jednou.

Pokud se na displeji zobrazí např. Speed Bike 2“, znamená to že přístroj vyhledat vysílač kola č. 2.

**Profile  
Alpine  
No Interval**



Slunečno



Oblačno



Proměnlivo



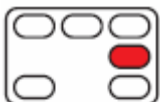
Děšť

**SPD: no TX**

## 5. Příklady

Díky nápovědě je nastavení HAC5 velmi snadné. Při většině úkonů se Vám na displeji bude zobrazovat zkratka pro danou funkci. Přesto jsou zde dva krátké příklady:

### 5.1. Základní nastavení (čas a datum)



Stiskněte tlačítko SP na 3 vteřiny. Tím se dostanete do nastavovacího režimu.



Krátkým stiskem DP/HP tlačítka zvolte režim „basic set = základní nastavení“.



Potvrďte krátkým stiskem tlačítka SP.



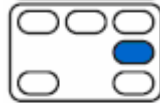
Vyberte „set time“ pro nastavení času pomocí DP/HP.



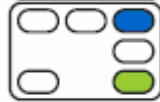
Potvrďte krátkým stiskem tlačítka SP.



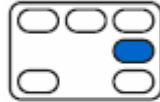
Vyberte „set clock“ pro nastavení hodin pomocí DP/HP.



Potvrďte krátkým stiskem tlačítka SP.



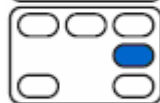
Na displeji v horní části bude blikat aktuální čas, v dolní části se zobrazují vteřiny. Nastavení hodnoty provádíte pomocí DP/HP.



Potvrďte tlačítkem SP, na displeji se opět zobrazí „set time“.



Nyní můžete nastavovat čas (nejprve hodiny) a po jejich nastavení se pomocí DP/HP přepnete na nastavení vteřin a pokračujete jejich nastavením.



Potvrďte krátkým stiskem tlačítka SP.



Pomocí DP/HP vyberte „set date“ pro nastavení data.



Potvrďte krátkým stiskem tlačítka SP.



Na displeji v horní části bude blikat rok. Nastavení hodnoty provádíte pomocí DP/HP.



Potvrďte tlačítkem SP, na displeji v dolní části začne blikat měsíc.

**Topical**  
**Prof. Bike**  
**RDS,Run,Alp**  
**HR-Interval**  
**CAD-Interval**  
**Basic Set.**  
**PC-Connect**  
**Powerdown**  
**Exit**



Opět nastavujete pomocí DP/HP.



Potvrdíte SP. Pokračujete nastavením dne a potvrdíte SP.



Potom zvolíte tlačítkem DP „back“ pro návrat.



A potvrdíte SP. Tím se vrátíte do základních nastavení „basic settings“.

Pokračujete nastavením dalších údajů jako: domácí nadmořská výška (nastavíte aktuální nadm. výšku pro kalibraci přístroje), jednotky měření.

„**Set perso**“ je oblast nastavení kde zadáváte osobní údaje jako datum narození, hmotnost, pohlaví, hranice tepové frekvence a dobu pro odpočítávání. Tato data slouží k výpočtu spotřeby kalorií.

„**Set totals**“ zde nastavujete údaje jako celkové kilometry, celkový čas atp. Mohou být nastaveny nebo vymazány pro každý profil zvlášť.

**Jednotky:**

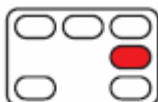
**Unit. Press.** / tlak  
**Unit Dst.** / vzdálenost  
**Unit Speed** / rychlost  
**Unit Temp.** / teplota  
**Unit Time** / čas  
**Unit Weight** / váha  
**Back** / zpět  
**Exit**

**S. Birthdate** / naroz.í  
**Set Weight** / váha  
**Select Sex** / pohlaví  
**In-Zone**  
**HR-Target** / tep  
**Set Count** / odpočet  
**Total kcal** / celk.kal.  
**Total FatBack**/celk.tuky

**Tot.Dst.Bike1**  
**Tot.Dst.Bike2**  
/celk. vzdál. na kole  
**Tot.Tm.Bike1**  
**Tot.Tm.Bike2**  
/celk. čas na kole  
**Back**  
**Exit**

## 5.2. Inicializace vysílačů

Aby přístroj ukazoval srdeční tep, rychlost a frekvenci šlapání, musíte nejprve zinicializovat všechny vysílače s přístrojem tak aby vzájemně komunikovaly.



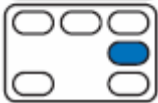
Nasaďte si hrudní pás dále:  
stiskněte SP na 3 vteřiny



Pomocí DP vyberte „Prof.Bike“



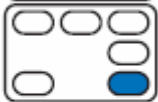
Potvrďte SP



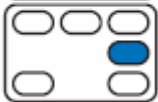
Na displeji se zobrazí „select bike“, potvrďte SP



Na displeji se zobrazí „select bike1“,  
potvrďte SP



Na displeji se zobrazí opět „select bike“  
Stiskněte krátce DP až vyberete „speed“,



potvrďte SP

Zobrazí se „Speed on/off“, označeno je „on“



potvrďte SP

Zobrazí se „Iniscan SPD yes/no“ označeno je „yes“

Nyní aktivujte vysílač rychlosti (vezměte jej a magnetem se několikrát dotkněte označeného místa na vysílači; tím se vysílač zapne a začne vysílat signál).

Pozor: Displej přístroje HAC5 zůstává během aktivace beze změny.

Potvrďte SP, ale až po aktivaci vysílače.

Na displeji se krátce zobrazí procenta a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na režim volby (bude označeno „speed“).



Pokud nebyla inicializace úspěšná, procenta budou pokračovat až do 100% a zobrazí se hlášení „!Iniscn Error retry cancel“.

Musíte tak vysílač aktivovat ještě jednou a celou inicializaci zopakovat zvolením „retry“ pomocí tlačítka DP.



Poté potvrďte SP.



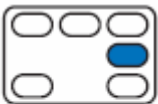
Stisknutím tlačítka DL inicializaci přerušíte.



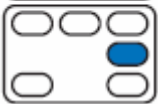
Zvolením „cancel“ inicializaci opustíte a vrátíte se zpět do menu pro nastavení.



Pomocí DP vyberte „CAD“



Potvrďte SP



Zobrazí se „CAD on/off“, označeno je „on“, potvrďte SP.

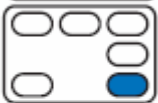
Zobrazí se „Iniscan CAD yes/no“ označeno je „yes“, potvrďte SP.

Nyní aktivujte vysílač kadence (vezměte jej a magnetem se několikrát dotkněte označeného místa na vysílači; tím se vysílač zapne a začne vysílat signál).

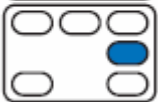
Pozor: Displej přístroje HAC5 zůstává během aktivace beze změny.

Potvrďte SP, ale až po aktivaci vysílače.

Na displeji se krátce zobrazí procenta a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na režim volby (bude označeno „CAD“).



Pomocí DP yberte „HR“



Potvrďte SP



Zobrazí se „HR on/off“, označeno je „on“

potvrďte SP.

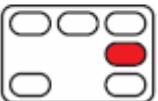
Zobrazí se „Iniscan HR yes/no“ označeno je „yes“

Pokud už máte nasazený hrudní pás, měl by být aktivní. Pokud není, udělejte to ručně tak, že jej vezmete do rukou a třete jej dlaněmi na elektrodách. Hrudní pás se tak zapne a bude vysílat signál.

Pozor: Displej přístroje HAC5 zůstává během aktivace beze změny. potvrďte SP.

Na displeji se krátce zobrazí procenta a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na režim volby (bude označeno „CAD“).

Pokud se inicializace nezdaří, postupujte viz. Výše.



Stiskněte SP na 3 vteřiny abyste opustili režim pro nastavení.

Přístroj teď bude v profilu „Bike 1“ a bude zobrazovat běžné funkce.

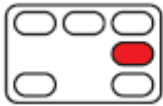
Nyní můžete nasadit vysílače na kolo, protože přístroj HAC5 je s nimi zinicializován.

Nyní můžete nastavit i všechny další údaje jako obvod kola, hmotnost, jednotky měření atd. Postupujte podle výše uvedených příkladů.

**Důležité:** Přístroj umí pracovat s dvěma vysílači rychlosti a kadence, jedním RDSII a jedním hrudním pásem.

To znamená, že pokud jste již zinicializovali hrudní pás pro „Bike 1“, nemůžete jej inicializovat pro „Bike 2“.

## 6. Hlavní režim nastavení

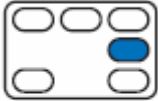


Stisknutím tlačítka SP na 3 vteřiny vyberete hlavní nastavovací režim. Opětovným stiskem SP na 3 vteřiny nastavovací režim kdykoliv opustíte (mimo toho když právě probíhá přenos dat do počítače - PC Connect).

**Pozn.:** Pokud takto opustíte nastavovací režim, poslední zobrazený údaj nebude Uložen. Musíte jej Uložit krátkým stiskem tlačítka SP.



K dalším, dílčím nastavením se dostanete krátkým stiskem DP/HP



a potvrzením volby tlačítkem SP.



Požadované nastavení volíte tlačítkem DP/HP



a potvrzujete SP.

### 6.1. Krátké menu (Topical)

I když většinu hodnot stačí nastavit pouze jednou, některé je nutné nastavovat častěji. Tyto hodnoty mohou být vybrány a nastaveny v krátkém menu.

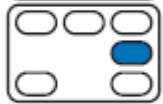
**Pozor:** během nahrávání můžete měnit nastavení pouze v krátkém menu.

Pokud vstoupíte do režimu běžného nastavení (stisk tlačítka SP na 3 sek.) a zvolíte jiný profil, nahrávání se automaticky vypne.

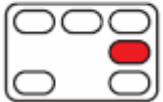
Krátké menu obsahuje následující hodnoty (v závislosti na tom, které funkce máte v daném profilu aktivovány):



Možnosti: tlačítko DP/HP



Uložit a zpět: tlačítko SP



Zrušení: stisk SP na 3 vteřiny

### 6.2. Profil Bike a profily RDS, ALPIN, RUN

Nejprve vyberte požadovaný profil a potom můžete v jeho rámci zapínat nebo vypínat jednotlivé funkce čímž budou i aktivovány nebo deaktivovány jednotlivé vysílače.

#### Nastavení profilů

Protože se nastavení u některých profilů opakují záleží na konkrétním zvoleném profilu.

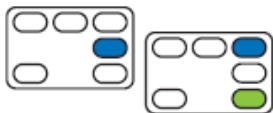
**Topical**  
**Prof.Bike**  
**RDS.Run.Alp**  
**HR-Interval**  
**CAD-Interval**  
**Basic.Set**  
**PC-Connect**  
**Powerdown**  
**Exit**

**Set Altitude / nadm.**  
**výška**  
**Set Pressure / tlak**  
**Set DST / vzdálenost**  
**IN-Zone**  
**HR-Target / tep**  
**Set Countdown /**  
**odpočet**  
**Zone2**  
**Exit**

### Váha (Weight)

Zde nastavíte hmotnost svého vybavení (kola, batohu atp.).

Parametry: Min: 0kg  
Max: 100kg  
Standard: 10kg

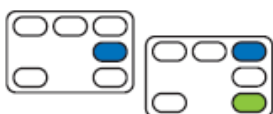


Vyberte tlačítkem SP, požadovanou váhu nastavíte tlačítky DP/HP. Opětovným stiskem SP nastavenou hodnotu uložíte a vrátíte se k dalšímu nastavení.

### Obvod kola

Zde nastavíte obvod kola.

Parametry: Min: 500mm  
Max: 3000mm  
Standard: 2080mm

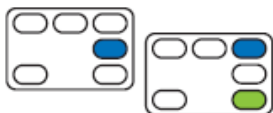


Vyberte tlačítkem SP, požadovanou obvod nastavíte tlačítky DP/HP. Opětovným stiskem SP nastavenou hodnotu Uložíte a vrátíte se k dalšímu nastavení.

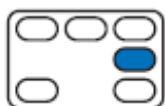
### Rychlost

Zde zapínáte nebo vypínáte měření rychlosti.

Vyberte tlačítkem SP, Zapnuto / vypnuto přepínáte tlačítky DP/HP. Pokud měření rychlosti zapnete, po stisknutí SP (pro Uložení) se zobrazí displej inicializace.



Pokud ještě nebyl vysílač rychlosti zinicializován, můžete to provést nyní. Je důležité, abyste vysílač rychlosti nejprve aktivovali: to uděláte tak, že před označenou stranou vysílače několikrát přejedete magnetem. Pokud už máte vysílač i magnet nasazený na kole, stačí párkrát zatočit kolem.



Krátkým stiskem tlačítka SP spustíte inicializaci. Na displeji se zobrazí procentuelní údaj který bude narůstat a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na menu (Speed).

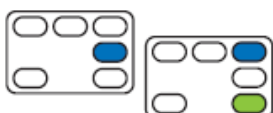
Pokud neproběhne inicializace úspěšně, objeví se na displeji „Iniscan Error“.

Znovu aktivujte vysílač a spusťte inicializaci zvolením „retry“ (volíte pomocí DP a potvrdíte SP ). Volbou „cancel“ můžete inicializaci opustit.

### Kadence (Frekvence šlapání)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření frekvence šlapání (otáčky/min.).

Vyberete tlačítkem SP, a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP.



Pokud je měření kadence zapnuto, po potvrzení tlačítkem SP se objeví obrazovka inicializace.

Pokud ještě nebyl vysílač kadence zinicializován, můžete to provést nyní. Je důležité, abyste vysílač kadence nejprve aktivovali: to uděláte tak, že před označenou stranou vysílače několikrát přejedete magnetem. Pokud už máte vysílač i magnet nasazený na kole, stačí párkrát zatočit klikami.

**12%**  
**Iniscan SPD**  
**Bikel**

**Retry**  
**Iniscan Error**  
**cancel**





Krátkým stiskem tlačítka SP spustíte inicializaci. Na displeji se zobrazí procentuální údaj který bude narůstat a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na menu (CAD).

Pokud neproběhne inicializace úspěšně, objeví se na displeji „Iniscan Error“.

Znovu aktivujte vysílač a spusťte inicializaci zvolením „retry“ (volíte pomocí DP a potvrdíte SP ). Volbou „cancel“ můžete inicializaci opustit.

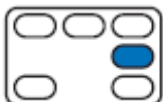
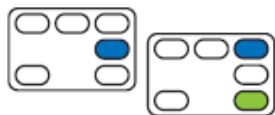
### RDS

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření rychlosti a vzdálenosti pomocí přístroje RDSII (nutno dokoupit samostatně).

Vyberete tlačítkem SP, a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP.

Pokud je použití RDSII zapnuto, po potvrzení tlačítkem SP se objeví obrazovka inicializace.

Před zahájením inicializace je nutné přístroj RDSII zapnout, aby vysílal signál který HAC5 zachytí.



Krátkým stisknutím tl. SP potvrdíte měření pomocí RDSII (musí být zapnuto).

Na displeji se zobrazí procentuální údaj který bude narůstat a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na menu (RDS).

Pokud neproběhne inicializace úspěšně, objeví se na displeji „Iniscan Error“.

Znovu aktivujte vysílač a spusťte inicializaci zvolením „retry“ (volíte pomocí DP a potvrdíte SP ). Volbou „cancel“ můžete inicializaci opustit.

### Tepová frekvence (Heart)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření tepové frekvence.

Vyberete tlačítkem SP, a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP.

Pokud je měření tepové frekvence zapnuto, po potvrzení tlačítkem SP se objeví obrazovka inicializace.

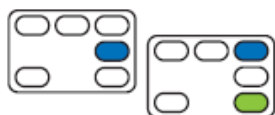
Pokud ještě nebyl snímač tepové frekvence (hrudní pás) zinicializován, můžete to provést nyní. Je důležité, abyste hrudní pás nejprve aktivovali: to uděláte tak, že navlhčíte obě elektrody (vroubkované plochy na vnitřní straně) a pás si nasadíte nebo můžete obě elektrody třít dlaněmi.

Krátkým stiskem tlačítka SP spustíte inicializaci.

Na displeji se zobrazí procentuální údaj který bude narůstat a po úspěšné inicializaci se vrátí zpět na menu (HEART).

Pokud neproběhne inicializace úspěšně, objeví se na displeji „Iniscan Error“.

Znovu aktivujte vysílač a spusťte inicializaci zvolením „retry“ (volíte pomocí DP a potvrdíte SP ). Volbou „cancel“ můžete inicializaci opustit.



**12%**  
**Iniscan CAD**  
**Bikel**

**Retry**  
**Iniscan Error**  
**cancel**

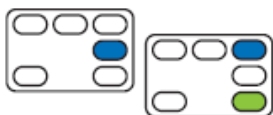
**12%**  
**Iniscan RDS**  
**Bikel**

**Retry**  
**Iniscan Error**  
**cancel**



**12%**  
**Iniscan RDS**  
**Bikel**

**Retry**  
**Iniscan Error**  
**cancel**

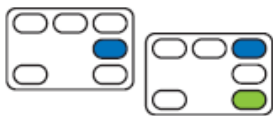


### Rychlost lyžaře (Ski SPD)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření rychlosti při lyžování nebo snowboardingu. Rychlost je měřena na základě vyhodnocení údajů o aktuálním klesání (změna nadmořské výšky).

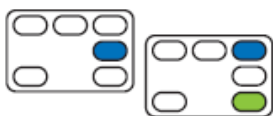
Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

**Pozn.:** Pokud máte současně zapnuto měření rychlosti lyžaře a použití RDSII, přístroj se automaticky přepne a měření probíhá pomocí RDSII:




### Výškoměr

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření nadmořské výšky. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

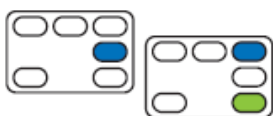


### Zvukový signál (beeper)

Zapnutí nebo vypnutí zvukových signálů a alarmu při překročení nastavených tepových limitů. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

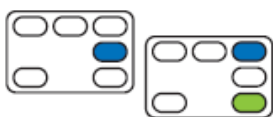
Pokud je zvuková signalizace zapnuta, na displeji je zobrazen symbol .

V běžném uživatelském režimu můžete tepový alarm kdykoliv zapnout nebo vypnout stisknutím tlačítka HL na 3 vteřiny.



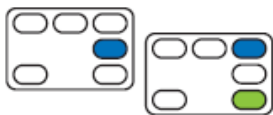
### Zobrazení stoupání (Ascent)

Zapnutí nebo vypnutí zobrazení údajů o stoupání/klesání na displeji. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



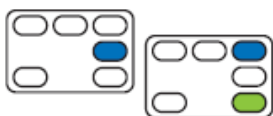
### Stoupání/klesání (Vario)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření stoupání/klesání. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



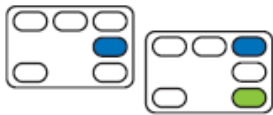
### Stopky (STW)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření pomocí stopek. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



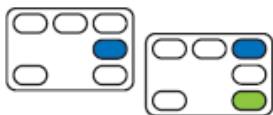
### Odpočítávání (Countdown)

Zapnutí nebo vypnutí funkce odpočtu. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



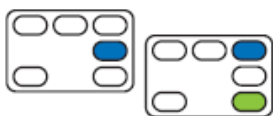
### Výkon (Power)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření výkonu. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



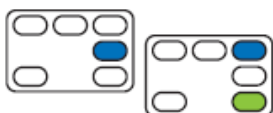
### Spotřeba kalorií (CAL)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření spotřeby kalorií. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



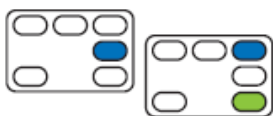
### Spalování tuků (FAT)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření spalování tuků. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



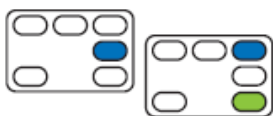
### Teplota (Temp)

Zapnutí nebo vypnutí funkce měření teploty. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### Automatické rolování funkcí (Autoscroll)

Zapnutí nebo vypnutí funkce rolování funkcí na displeji. Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítka HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### Interval záznamu (Mem.Interval)

Nastavení intervalu záznamu dat. Vyberete tlačítkem SP a interval záznamu volíte pomocí tlačítek HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### Zpět (Back)

Návrat zpět do předchozí úrovně (Menu hlavní nastavení). Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

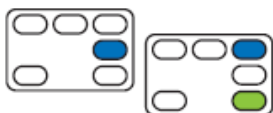


### Exit

Návrat do běžného režimu. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

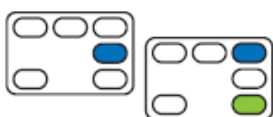
## 6.3. Intervaly měření tepové frekvence

Pokud chcete trénovat s HAC5 podle intervalů, je nutné nejprve nastavit jednotlivé intervaly a manažer tepové frekvence musí být zapnutý (kap. 8.2.).



### Výběr profilu (Sel.Profile)

Zvolte, pro který z profilů má být nastavení intervalů platné (můžete je nastavit individuálně pro každý profil zvlášť). Vyberete tlačítkem SP a profil volíte pomocí tlačítek HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### Limit 1 (HR-Limit 1)

Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítek HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

Pokud je Limit 1 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení. Pokud je Limit 1 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 1 (Countdown 1).



Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 1. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.

Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h  
Základní nastavení: 10 min. (10:00)



Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní tepové hranice.

Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.

Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 100 tepů/min.

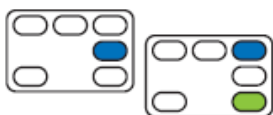
*Sel.Profile*  
*HR-Limit 1*  
*HR-Limit 2*  
*HR-Limit 3*  
*HR-Manager*  
*HR-Counter*  
*Back*  
*Exit*

*Select Bike1*  
*Select Bike2*  
*Select RDS*  
*Select Alp.*  
*Select Run*  
*Back*  
*Exit*

*On*  
*HR-Limit 1*  
*Off*

*Countdown 1*  
*00:10:00*

*100*  
*HR-High 1*  
*80*



Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní tepovou hranici pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 80 tepů/min.

**100**  
**HR-Low 1**  
**80**

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.



### **Limit 2 (HR-Limit 2)**

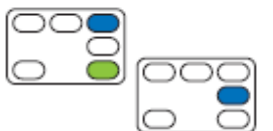
Vyberete tlačítkem DP.  
Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



Funkci můžete zapnout nebo vypnout tlačítky HP/DP. Opětovným stiskem SP Uložíte nastavení.

**On**  
**HR-Limit 2**  
**Off**

Pokud je Limit 2 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení.  
Pokud je Limit 2 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 2 (Countdown 2).



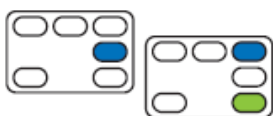
Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 2. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.  
Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h  
Základní nastavení: 20 min. (20:00)

**Countdown 2**  
**00:20:00**



Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní tepové hranice 2. Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.  
Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 120 tepů/min.

**120**  
**HR-High 2**  
**100**



Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní tepovou hranici 2 pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 100 tepů/min.

**100**  
**HR-Low 2**  
**80**

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.



### **Limit 3 (HR-Limit 3)**

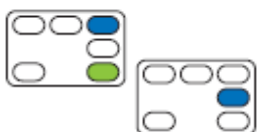
Vyberete tlačítkem DP.  
Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



Funkci můžete zapnout nebo vypnout tlačítky HP/DP. Opětovným stiskem SP Uložíte nastavení.

**On**  
**HR-Limit 3**  
**Off**

Pokud je Limit 3 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení.  
Pokud je Limit 3 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 3 (Countdown 3).



Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 3. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.  
Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h  
Základní nastavení: 30 min. (30:00)

**Countdown 3**  
**00:30:00**



Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní tepové hranice 3. Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.  
Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 140 tepů/min.

**140**  
**HR-High 3**  
**120**



Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní tepovou hranici 3 pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 tepů/min.  
Základní nastavení: 120 tepů/min.

**140**  
**HR-Low 3**  
**120**

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.

### **Manažer tepové frekvence (HR-Manager)**

Vyberte tlačítkem DP „HR-Manager“.



Nyní můžete funkci tepového manažera zapnout (kap. 8.2.). Pokud je zapnuta, odpočítávání daného intervalu bude probíhat pozpátku, ale pouze pokud je aktuální tep mezi nastavenými hranicemi intervalu. Pokud se aktuální tep dostane nad nebo pod nastavenou hranici, odpočet se přeruší dokud se tep opět nevrátí mezi zvolené hranice.

### **Opakování intervalu (INT-Counter)**

Vyberte tlačítkem DP „INT-Counter“.



Nyní můžete nastavit počet, kolikrát se budou nastavené intervaly opakovat.

Hodnoty: 1-99 opakování

### **Zpět (Back)**

Návrat zpět do předchozí úrovně (Menu hlavní nastavení). Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### **Exit**

Návrat do běžného režimu. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



## **6.4. Intervaly měření frekvence šlapání (CAD-Interval)**

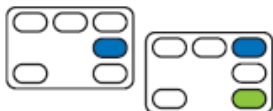
Pokud chcete trénovat s HAC5 frekvenci šlapání podle intervalů, je nejprve nutné nastavit jednotlivé intervaly a funkce „Manažer frekvence šlapání“ musí být zapnutá.

**Sel.Profile**  
**CAD-Limit 1**  
**CAD-Limit 2**  
**CAD-Limit 3**  
**CAD-Manager**  
**DAC-Counter**  
**Back**  
**Exit**

### **Výběr profilu (Sel.Profile)**

Zvolte, pro který z profilů (Bike1 nebo Bike2) má být nastavení intervalů platné.

Vyberete tlačítkem SP a profil volíte pomocí tlačítek HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



**Select Bike1**  
**Selce Bike2**  
**Back**  
**Exit**

### **Limit 1 (CAD-Limit 1)**

Vyberete tlačítkem SP a zvolíte zapnuto /on nebo vypnuto / off pomocí tlačítek HP/DP. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



**On**  
**CAD-Limit1**  
**Off**

Pokud je Limit 1 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení.

Pokud je Limit 1 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 1 (Countdown 1).

Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 1. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.

Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h

Základní nastavení: 10 min. (10:00)

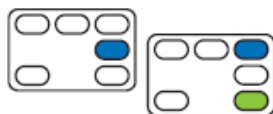


**Countdown 1**  
**00:10:00**



Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní hranice kadence. Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 60 ot./min.

60  
**CAD-High1**  
40



Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní hranici kadence pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 40 ot./min.

60  
**CAD-Low1**  
40

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.

### Limit 2 (CAD-Limit 2)

Vyberete tlačítkem DP.  
Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



Funkci můžete zapnout nebo vypnout tlačítky HP/DP. Opětovným stiskem SP Uložíte nastavení.

On  
**CAD-Limit1**  
Off

Pokud je Limit 2 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení. Pokud je Limit 2 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 2 (Countdown 2).



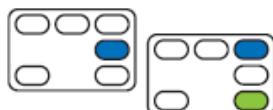
Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 2. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.  
Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h  
Základní nastavení: 20 min. (20:00)

**Countdown 2**  
00:20:00



Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní hranice kadence 2. Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 80 ot./min.

80  
**CAD-High2**  
60



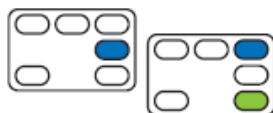
Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní hranici 2 pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 60 ot./min.

80  
**CAD-Low2**  
60

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.

### Limit 3 (HR-Limit 3)

Vyberete tlačítkem DP.  
Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



Funkci můžete zapnout nebo vypnout tlačítky HP/DP. Opětovným stiskem SP Uložíte nastavení.

On  
**CAD-Limit3**  
Off

Pokud je Limit 3 vypnutý, vrátíte se zpět do menu nastavení. Pokud je Limit 3 zapnutý, zobrazí se nastavení odpočtu 3 (Countdown 3).



Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte délku 3. intervalu (odpočtu), hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.  
Nastavení: 00:01:00h – 19:59:59h  
Základní nastavení: 30 min. (30:00)

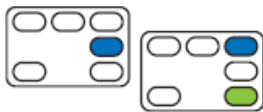
**Countdown 3**  
00:30:00





Na displeji nahoře se zobrazí nastavení horní hranice kadence 3. Pomocí tlačítek HP/DP nastavíte jeho hodnotu.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 100 ot./min.

**100**  
**CAD-High3**  
**80**



Nastavenou hodnotu potvrdíte tlačítkem SP, a v dolní části displeje nastavíte dolní hranici 3 pomocí tlačítek HP/DP.  
Nastavení: 20 – 250 ot./min.  
Základní nastavení: 80 ot./min.

**100**  
**CAD-Low3**  
**80**

Nastavení potvrdíte tlačítkem SP a na displeji se zobrazí zpět menu nastavení.

### Manažer kadence (CAD-Manager)

Vyberte tlačítkem DP „CAD-Manager“.



Nyní můžete funkci manažera kadence zapnout. Pokud je zapnuta, odpočítávání daného intervalu bude probíhat pozpátku, ale pouze pokud je aktuální kadence mezi nastavenými hranicemi intervalu. Pokud se dostane nad nebo pod nastavenou hranici, odpočet se přeruší dokud se tep opět nevrátí mezi zvolené hranice.

### Opakování intervalu (INT-Counter)

Vyberte tlačítkem DP „INT-Counter“.



Nyní můžete nastavit počet, kolikrát se budou nastavené intervaly opakovat.  
Hodnoty: 1-99 opakování

### Zpět (Back)

Návrat zpět do předchozí úrovně (Menu hlavní nastavení). Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



### Exit

Návrat do běžného režimu. Volbu potvrdíte tlačítkem SP.



## 6.5. Základní nastavení

Nyní provedete základní nastavení, která budou společná pro všechny profily.

### 6.5.1. Nastavení výšky (Set Altitude)

Když vyberete tuto funkci, aktuální nadmořská výška bude zobrazena v horní části displeje a tlak v dolní části. Horní údaj o výšce bliká.



Nastavte pomocí tlačítek HP/DP aktuální nadm. výšku.  
Rozsah: -500m – 9000m

**Set Altitude**  
**Set Units**  
**Set Time**  
**Set. Perso.**  
**Set Totals**  
**Back**  
**Exit**

**m +**  
**496**  
**Altitude**  
**1025,5 -**  
**hPa**

### Tlak (Pressure)

Pokud chcete nastavit také hodnotu tlaku, krátce stiskněte současně tlačítka HL a DL. Začne blikat údaj o tlaku a pomocí HP/DP nastavíte požadovanou hodnotu.



Hodnotu potvrdíte tlačítkem SP.







### 6.5.2. Nastavení jednotek měření (Set units)

Volíte jednotky měření tlaku vzduchu, vzdálenost, teploty, formát času, hmotnosti.

Volbu potvrdíte tlačítkem SP.

#### Jednotky tlaku (Unit pressure)

Můžete volit mezi hpa nebo inHg.



#### Jednotky vzdálenosti (Unit distance)

Můžete volit mezi kilometry nebo mílemi.



#### Jednotky rychlosti (Unit speed)

Volba jednotek rychlosti je závislá na volbě jednotek měření vzdálenosti. Vybírat můžete mezi km/h nebo min/km nebo m/h a min/m.



#### Jednotky teploty (Unit temperature)

Můžete volit mezi °C nebo °F.



#### Formát času (Unit time)

Můžete nastavit 24h nebo 12h režim.



#### Jednotky hmotnosti (Unit weight)

Můžete volit mezi kg nebo lb.



### 6.5.3. Nastavení času (Set Time)

Nastavení aktuálního času (vč. druhého časového pásma), data a budíku.

#### Nastavení budíku (Set Alarm)

Zapnutí nebo vypnutí alarmu.

Pokud je alarm nastaven jako zapnutý (on), potvrzením tlačítkem SP se dostane k nastavení času buzení (bude blikat).

#### Nastavení času (Set clock) a datumu (Set date)

Viz. kap. 5.1.

### 6.5.4. Nastavení osobních údajů (Set personal)

Nastavení osobních údajů jako datum narození, váha, pohlaví, tepové limity a odpočítávání. Zapnutí nebo vypnutí výpočtu tepových limitů pomocí CICLOInZone.

#### Datum narození (Set birth date)

Nejprve nastavujete rok (hodnota bliká). Nastavení provádíte pomocí tlačítek HP/DP.

Potom nastavujete stejným způsobem měsíc a nakonec rok. Potvrzujete vždy tlačítkem SP.

*Unit Press.  
Unit Dst.  
Unit Speed  
Unit Temp.  
Unit Time  
Unit Weight  
Back  
Exit*

*Set Alarm  
Set Clock  
Set Date  
Back  
Exit*

*On  
Set Alarm  
Off*

*Set Alarm  
0:00*

*S.Birthdate  
Set Weight  
Select Sex  
In-Zone  
HR-Target  
Set Countdn  
Total kcal  
Total FatBack  
Exit*

*Birthd.  
1990  
Zdar  
01-01  
Monday*



### Hmotnost (Weight)

Nastavení hmotnosti.

**Kg**  
**75**  
**Weight**



### Pohlaví (Sex)

Nastavení pohlaví (muž=male / žena=female).

**Male**  
**Select Sex**  
**Female**

### In-Zone

Na základě nastavených údajů o věku, váze, pohlaví atd. vám přístroj může vypočítat doporučené horní a dolní tepové hranice pro trénink pomocí programu CICLOInZone.

**Pozn.:** před začátkem výpočtu musíte mít nasazen hrudní pás a přístroj vám musí snímat tep. Posadte se a během výpočtu zůstaňte v klidu.

V menu vyberte CICLOInZone výpočet.

Po potvrzení tlačítkem SP se zobrazí displej k zadání údajů o věku, váze, úrovni trénovanosti atd. Pokud jste tyto hodnoty už zadali dříve, pouze potvrďte zadané hodnoty tlačítkem SP.



Úroveň trénovanosti (Fitness level) zadáte následovně:

Rozsah: 1-4

- 1 – netrénovaný
- 2 – mírně trénovaný
- 3 – dobře trénovaný
- 4 – špičková forma

Po potvrzení úrovně trénovanosti tlačítkem SP, začne CICLOInZone výpočet.

Na dolní části displeje se zobrazí 5min. odpočet. Během této doby bude probíhat měření vašeho tepu. Ukončení bude signalizováno krátkým pípnutím. V horní části displeje se zobrazí váš nejnižší naměřený tep.

Během měření zůstaňte klidně sedět.

**4**  
**Fitness**

**Yes**  
**CalcInZone**  
**No**



Potvrďte naměřenou hodnotu tlačítkem SP. Přístroj zobrazí opět menu pro výběr (CICLOInZone výpočet probíhal interně a můžete jej vyvolat v menu „HR Target“).

### Cílové tepové pásmo (HR-Target)

Zobrazí CICLOInZone vypočtenou optimální horní tepovou hranici nebo hranici zadanou ručně.

**197**  
**HR Max**



### Osobní maximální tep (HR Max)

Zobrazuje vypočtený maximální tep.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.



### Horní tepová hranice

Zobrazuje vypočtenou horní hranici tepu (pomocí CICLOInZone).

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.



### Dolní tepová hranice

Zobrazuje vypočtenou dolní hranici tepu (pomocí CICLOInZone).

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.



### Odpočet (Countdown)

Nastavení doby odpočtu.

Rozsah: 0 – 23:59:59

**High**  
**171**  
**HR-Target**  
**137**  
**Low**

**Contodown**  
**00:10:00**





### 6.5.5. Nastavení celkových hodnot (Set total values)

Nastavení nebo vymazání celkových hodnot pro zvolený profil.



### Celková vzdálenost (Total distance)

Nastavení celkové vzdálenosti v daném profilu.



### Celková doba jízdy (Total time)

Nastavení celkové doby v daném profilu.



### Celková spotřeba kalorií (Total kcal)

Nastavení celkově spotřebovaných kalorií v daném profilu.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### Celkově spálené tuky (Total Fat)

Nastavení celkově spálených tuků v daném profilu.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### Vymazání všech celkových hodnot (Reset all)

Všechny celkové hodnoty budou vymazány na 0.



### 6.6. Propojení s počítačem (PC-Connection)

Umožňuje propojení HAC5 s počítačem a přenos dat (kap. 9)..



### 6.7. Úsporný režim (Powerdown-mode)

Přístroj HAC5 můžete přepnout do úsporného režimu. Využít heh můžete např. při výměně baterie nebo pokud přístroj nebudete delší dobu používat.

Po přepnutí přístroje do úsporného režimu jej znovu zapnete stisknutím libovolného tlačítka.

*Tot.Dst.Bike1  
Tot.Dst.Bike2  
Tot.Tm.Bike1  
Tot.Tm.Bike2  
Back  
Exit*

*Powerdown  
Really?  
No*

## 7. Funkce

V této kapitole budou vysvětleny všechny možné způsoby použití. Zobrazované údaje jsou vždy závislé na tom, které funkce jsou v daném profilu zapnuty a které vypnuty.

Některé hodnoty se zobrazují pouze v režimu výškoměru (altimeter) [A], některé pouze v režimu barometru [B].

Režim je indikován prostřednictvím symbolu.

Funkce zobrazované v horním displeji (kapitola 5.1.) můžete vyvolat tlačítkem HP, s nimi související podfunkce tlačítkem HL.

Funkce zobrazované v dolním displeji (kapitola 5.3.) můžete vyvolat tlačítkem DP, s nimi související podfunkce tlačítkem DL.

Funkce zobrazované ve střední části displeje (kapitola 5.2.) můžete vyvolat tlačítkem SP. Tyto funkce již nemají žádné podfunkce.

Důležité: Aby HAC5 vypočítával a zobrazoval všechny údaje (a ukládal je pro případné vyhodnocení v počítači), musí být zapnutý záznam údajů (nahrávání) viz. kapitola 8.1. Spustíte jej současným stiskem obou levých tlačítek na 3 vteřiny (na displeji se zobrazí na 10 vteřin aktuální profil a na horním displeji bude blikat symbol „REC“ jako symbol nahrávání).

Nahrávání zastavíte (na konci tréninku) opět současným stiskem obou levých tlačítek na 3 vteřiny. „REC“ přestane blikat.



Všechny minimální (MIN), maximální (MAX) a průměrné (AV) hodnoty a také denní naměřené hodnoty (DAY) se vypočítávají pouze pokud je zapnuto nahrávání.

To znamená, že pokud během tréninku nezapnete záznam údajů, zůstanou v paměti přístroje údaje z posledního zaznamenaného tréninku.

Podfunkce zůstávají na displeji zobrazeny na 10 vteřin a potom se zobrazí zpět hlavní funkce.

## 7.1. Funkce zobrazované v horní části displeje

### Srdeční tep

Zobrazuje váš aktuální srdeční tep.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.



**Pozn.:** Aby přístroj HAC5 zobrazoval tep, musíte mít nasazen hrudní pás a zapnutu funkci měření srdečního tepu. Měření tepu je také vybaveno úsporným režimem. Pokud přístroj nedostane žádný impuls od hrudního pásu po 10 min., tato funkce se vypne. Na displeji se zobrazí „HR: no TX“.

Znovu ji spustíte buď opětovným nasazením hrudního pásu nebo výběrem funkce měření tepu v menu.

### Průměrný srdeční tep (Average HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje vypočítanou průměrnou tepovou frekvenci od začátku tréninku.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

V dolní části displeje se zobrazuje průměrný tep v procentech z maximálního tepu.

Rozsah: 0 – 100%



*Value*  
**139**  
*Ø-Heartr.*  
**71,6**  
*%Pers.Max*

### Maximální srdeční tep (Maximum HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje nejvyšší dosaženou tepovou frekvenci od začátku tréninku.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

V dolní části displeje se zobrazuje aktuální maximální tep v procentech z maximálního tepu.

Rozsah: 0 – 100%



*Value*  
**192**  
*Max-Heartr.*  
**99,0**  
*%Pers.Max*

### Zotavovací srdeční tep (Recovery HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje zotavovací tep (kap. 8.3.).

Srdeční tep naměřený při spuštění této funkce je zobrazen v horní části displeje, zotavovací tep naměřený po uplynutí 3 min. se zobrazí v dolní části displeje.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.



*High*  
**174**  
*Recovery HR*  
**86**  
*Low*

### Doba tréninku pod nastaveným minimálním tepem

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep pod nastavenou minimální hranicí. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



*Time %*  
**31,5**  
*HR-Target ▼*  
**17:00**  
*Time abs.*



### Doba tréninku v rozmezí nastaveného tepového pásma

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep mezi nastavenými tepovými hranicemi. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



### Doba tréninku nad nastaveným maximálním tepem

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep nad nastavenou maximální hranicí. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



### Časový tepový manažer

*Zobrazuje aktuální srdeční tep..*

Rozsah 20 – 250 tepů/min.

Více v kap. 8.2.



### Doba tréninku v rozmezí nastaveného tepového pásma 1

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep mezi nastavenými tepovými hranicemi pásma 1. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



### Doba tréninku v rozmezí nastaveného tepového pásma 2

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep mezi nastavenými tepovými hranicemi pásma 2. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



### Doba tréninku v rozmezí nastaveného tepového pásma 3

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep mezi nastavenými tepovými hranicemi pásma 3. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.



### Aktuální rychlost (Current speed [A])

*Ukazuje aktuální rychlost v km/h (m/h)*

Pro rychlost lyžaře platí, že se rychlost klesání přepočítává na skutečnou rychlost (zobrazovaná rychlost tak může vykazovat odchylku asi  $\pm 10\%$ ).

Rozsah: 0 – 199,9 km/h



### Průměrná / Maximální rychlost

*Podfunkce měření rychlosti*

V horní části displeje se zobrazuje průměrná rychlost, v dolní potom nejvyšší dosažená rychlost.

Rozsah: 0 – 199,9 km/h



### Aktuální nadmořská výška [A]

*Zobrazuje aktuální nadmořskou výšku v metrech nebo stopách.*

Protože se výška vypočítává na základě tlaku vzduchu, může dojít při změnách počasí k odchylkám měření.

Rozsah: -100m – 9000m

*Time %*

**69,9**

**HR-Target ▲ ▼**

**34:00**

**Time abs.**

*Time %*

**5,6**

**HR-Target ▲**

**3:00**

**Time abs.**

**Ø-Speed**

**31,4**

**Bike1 km/h**

**78,1**

**Max.Speed**



### Denní/celkový přírůstek nadmořské výšky

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje suma vystoupaných výškových metrů během aktuální trasy, v dolní potom celkově vystoupané metry (od posledního resetu atp.).

Rozsah: 0 – 300000m

Tour\_  
2011  
Altitude  
20356  
Total\_



### Denní/celkový úbytek nadmořské výšky

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje suma sestoupaných výškových metrů během aktuální trasy, v dolní potom celkově sestoupané metry (od posledního resetu atp.).

Rozsah: 0 – 300000m

**Pozn.:** Z technických důvodů se započítávají pouze taková stoupání nebo klesání, která jsou nejméně 2 po sobě a jsou absolvována v kuse.

Tour\_  
237  
Altitude  
3048  
Total\_



### Maximální dosažená nadmořská výška

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje nejvyšší dosažená výška během aktuální trasy, v dolní potom celkově nejvyšší dosažená výška dosud (od posledního resetu atp.).

Rozsah: -100m – 9000m

Tour\_  
2116  
Max.Altitude  
3942  
Total\_



### Čas

Zobrazuje aktuální čas

Rozsah: 00:00 – 23:59



### Datum (Date)

*Podfunkce aktuálního času*

Zobrazuje v horní části displeje rok, ve střední den v týdnu a dole datum v dolní.

Rozsah: 00:00 – 23:59

Year  
2006  
Thursday  
01-06  
Day Month



### Druhý čas

*Podfunkce aktuálního času*

Zobrazuje čas v druhé nastavené časové zóně.



### Stopky

Měření spustíte, zastavíte nebo přerušíte krátkým stiskem UM.



### Start / Stop

Stopky vynulujete stiskem tlačítka HS na 3 vteřiny (budou vymazány i všechny Uložené mezičasy a časy na kolo).

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)



### Mezičas / čas na kolo

Krátký stisk tlačítka HL.

*Podfunkce při měření stopkami.*

Změří aktuální mezičas a čas na jeden okruh. Čas na jeden kruh se zobrazí na 3 vteřiny na horním displeji, mezičas na dolním.

Můžete změřit a Uložit až 100 mezičasů a časů na kolo

Mezičas je doba od začátku měření, čas na jeden okruh je doba od posledního měřeného mezičasu.

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)





#### *Podfunkce po zastavení stopek.*

Krátký stisk tlačítka HL.

Zobrazuje Uložené mezičasy a časy na kolo s odpovídajícím pořadovým číslem, průměrným tepem na kolo a procentuálním vyjádřením z max. tepu.

Proto se nejprve zobrazí mezičas / čas na kolo a po 3 vteřinách se zobrazí průměrný tep na kolo a jeho procentuální vyjádření.

Stiskem tlačítka HL vyvoláte hodnoty z dalšího okruhu.

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)



#### **Odpočítávání**

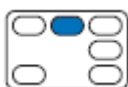
Odpočítávání (nebo manažer tepové frekvence nebo kadence) spustíte tlačítkem UM.



#### **Spuštění odpočítávání**

Po spuštění začne čas ubývat pozpátku směrem k 0. Jakmile uplyne nastavená doba, zazní zvukový alarm. Odpočet pak zůstane na 0.

Pokud trénujete s pomocí časového manažera tepu nebo kadence, po ukončení odpočtu 1 a zvukovém signálu se hned spustí odpočet 2 a pak 3. Poté se opět spustí odpočet 1. To se bude opakovat podle toho, kolik opakování odpočtu jste si nastavili.



#### **Pause / Stop**

Odpočet můžete přerušit nebo zastavit stiskem tlačítka UM.



Jeho stiskem na 3 vteřiny odpočet vrátíte zpět na začátek odpočtu1.



#### **Teplota**

Zobrazuje aktuální teplotu. Pokud je přístroj nasazen v pásku na ruce, může dojít k odchylce měření způsobené teplotou těla.



#### **Minimální a maximální teplota**

*Podfunkce měření teploty.*

V horní části displeje zobrazuje nejvyšší naměřenou teplotu a nejnižší v dolní části.

**Max.**  
**28 °C**  
**Temperature**  
**21 °C**  
**Min.**

## **7.2. Funkce zobrazované ve střední části displeje**

Střední část displeje má pouze informační funkci. Nemůžete zde zobrazovat, spouštět ani zastavovat funkce nebo podfunkce.

Při některých funkcích se zde zobrazí na 3 vteřiny název funkce a pak se zobrazí hodnoty.

#### **Graf srdečního tepu (HR-bargraph)**

Ukazuje aktuální tep v grafickém znázornění založeném na zadaných hranicích tepu. Dolní a horní nastavená tepová hranice je jsou zobrazeny vedle grafu.

Jakmile se aktuální tep dostane nad dolní tepovou hranici, graf zčerná v závislosti na rychlosti tepu.





Díky tomu je kdykoliv možné, nezávisle na jiných zobrazovaných funkcích, kontrolovat zda je aktuální tep v nastaveném pásmu.

#### **% z maximálního tepu (% MAX HR)**

Zobrazuje aktuální tep v procentech z nastaveného max. tepu.

Rozsah: 0 – 250%

99% MAX HR

#### **Průměrná rychlost [A] (Ø SPD)**

Rozsah: 0 – 250km

Ø SPD

#### **Frekvence šlapání (Kadence)**

Zobrazuje aktuální kadenci.

Rozsah: 0 – 250ot./min.

CADENCE

#### **Výkon (Power)**

Rozsah: 0 – 2000 wattů

POWER

#### **Tlak vzduchu [B] (Pressure)**

Zobrazuje aktuální tlak vzduchu přepočtený na hladinu moře.

Rozsah: 990.0 – 1100.0 hpa

PRESSURE

#### **Teplota (Temperature)**

Rozsah: -20 - 60°C

TEMPERATURE

#### **Spotřeba kalorií [A] (Calorie)**

Zobrazuje aktuální spotřebu kalorií v současném tréninku (trase).

Rozsah: 0 – 999999 kcal

CALORIE

#### **Stopky (Stopwatch)**

Rozsah: 00:00:00 – 23:59:59

STOPWATCH

#### **Odpočet (Countdown)**

Rozsah: 00:00:00 – 23:59:59

COUNTDOWN

#### **Počítadlo intervalů (Int. Counter)**

Zobrazuje se pokud je zapnut manažer tepové frekvence nebo kadence a ukazuje pokolikáté se již interval opakuje.

INT. COUNTER

#### **Varovný displej baterie**

Zobrazuje zbývající kapacitu baterie v %. Pokud je pod úrovní 30% baterie by měla být během několika dní vyměněna.

BATTERY

#### **Čas (Clock)**

Rozsah: 00:00:00 – 23:59:59

CLOCK

### **7.3. Funkce zobrazované v dolní části displeje**



#### **Srdeční tep**

Zobrazuje váš aktuální srdeční tep.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

**Pozn.:** Aby přístroj HAC5 zobrazoval tep, musíte mít nasazen hrudní pás a zapnutu funkci měření srdečního tepu. Měření tepu je také vybaveno úsporným režimem. Pokud přístroj nedostane žádný impuls od hrudního pásu po 10 min., tato funkce se vypne. Na displeji se zobrazí „HR: no TX“.

Znovu ji spustíte buď opětovným nasazením hrudního pásu nebo výběrem funkce měření tepu v menu.



### Průměrný srdeční tep (Average HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje vypočítanou průměrnou tepovou frekvenci od začátku tréninku.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

V dolní části displeje se zobrazuje průměrný tep v procentech z maximálního tepu.

Rozsah: 0 – 100%

**Value**  
139  
**Ø-Heartr.**  
71,6  
**%Pers.Max**



### Maximální srdeční tep (Maximum HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje nejvyšší dosaženou tepovou frekvenci od začátku tréninku.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

V dolní části displeje se zobrazuje aktuální maximální tep v procentech z maximálního tepu.

Rozsah: 0 – 100%

**Value**  
192  
**Max-Heartr.**  
99,0  
**%Pers.Max**



### Zotavovací srdeční tep (Recovery HR)

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Ukazuje zotavovací tep (kap. 8.3.).

Srdeční tep naměřený při spuštění této funkce je zobrazen v horní části displeje, zotavovací tep naměřený po uplynutí 3 min. se zobrazí v dolní části displeje.

Rozsah: 20 – 250 tepů/min.

**High**  
174  
**Recovery HR**  
86  
**Low**



### Doba tréninku pod nastaveným minimálním tepem

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep pod nastavenou minimální hranicí. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.

**Time %**  
31,5  
**HR-Target** ▼  
17:00  
**Time abs.**

### Doba tréninku v rozmezí nastaveného tepového pásma

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep mezi nastavenými tepovými hranicemi. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.

**Time %**  
69,9  
**HR-Target** ▲ ▼  
34:00  
**Time abs.**



### Doba tréninku nad nastaveným maximálním tepem

*Podfunkce funkce měření tepu.*

Zobrazuje dobu (čas i v %), po kterou byl během tréninku váš srdeční tep nad nastavenou maximální hranicí. Procentuální vyjádření se zobrazuje na horním displeji, naměřený čas dole.

**Time %**  
5,6  
**HR-Target** ▲  
3:00  
**Time abs.**



### Aktuální rychlost (Current speed [A])

*Ukazuje aktuální rychlost v km/h (m/h)*

Pro rychlost lyžaře platí, že se rychlost klesání přepočítává na skutečnou rychlost (zobrazovaná rychlost tak může vykazovat odchylku asi ± 10%).

Rozsah: 0 – 199,9 km/h

**Ø-Speed**  
31,4  
**Bike1 km/h**  
78,1  
**Max.Speed**



### Průměrná / Maximální rychlost

*Podfunkce měření rychlosti*

V horní části displeje se zobrazuje průměrná rychlost, v dolní potom nejvyšší dosažená rychlost.

Rozsah: 0 – 199,9 km/h



### Aktuální vzdálenost

Zobrazuje aktuální (denní) dosaženou vzdálenost v daném profilu.  
Rozsah: 0,00 – 999999km



### Celková vzdálenost [A]

*Podfunkce aktuální vzdálenosti*

Zobrazuje celkově dosaženou vzdálenost v daném profilu.  
Rozsah: 0,00 – 999999km



### Čas

Zobrazuje dobu, po kterou byl přijímán signál ze snímače rychlosti v daném profilu.



### Celkový čas

*Podfunkce času*

Zobrazuje celkovou dobu, po kterou byl přijímán signál ze snímače rychlosti v daném profilu.



### Aktuální frekvence šlapání [A]

Zobrazuje aktuální frekvenci šlapání.  
Rozsah: 20 – 250 ot./min.



### Průměrná / maximální kadence

*Podfunkce kadence*

Na horní části displeje se zobrazuje průměrná kadence, v dolní maximální.

Rozsah: 20 – 250 ot./min.



### Aktuální výkon [A]

Zobrazuje aktuální podávaný výkon.  
Rozsah: 0 – 2000 Wattů



### Průměrný / maximální výkon

*Podfunkce měření výkonu*

Na horní části displeje se zobrazuje průměrný výkon, v dolní maximální.

Rozsah: 0 – 2000 Wattů

**Pozn.:** Zobrazované hodnoty jsou pouze přibližné. Jsou ovlivněny rychlostí větru, povrchem vozovky a hmotností vybavení při tréninku.



### Aktuální nadmořská výška [A]

Zobrazuje aktuální nadmořskou výšku v metrech nebo stopách.  
Protože se výška vypočítává na základě tlaku vzduchu, může dojít při změnách počasí k odchylkám měření.  
Rozsah: -100m – 9000m



### Denní/celkový přírůstek nadmořské výšky

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje suma vystoupaných výškových metrů během aktuální trasy, v dolní potom celkově vystoupané metry (od posledního resetu atp.).

Rozsah: 0 – 300000m

Tour\_  
2011  
Altitude  
20356  
Total\_



### Denní/celkový úbytek nadmořské výšky

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje suma sestoupaných výškových metrů během aktuální trasy, v dolní potom celkově sestoupané metry (od posledního resetu atp.).

Rozsah: 0 – 300000m

**Pozn.:** Z technických důvodů se započítávají pouze taková stoupání nebo klesání, která jsou nejméně 2 po sobě a jsou absolvována v kuse.

Tour\_  
237  
Altitude  
3048  
Total\_



### Maximální dosažená nadmořská výška

*Podfunkce měření nadmořské výšky*

V horní části displeje se zobrazuje nejvyšší dosažená výška během aktuální trasy, v dolní potom celkově nejvyšší dosažená výška dosud (od posledního resetu atp.).

Rozsah: -100m – 9000m

Tour\_  
2116  
Max.Altitude  
3942  
Total\_



### Aktuální tlak vzduchu [B]

Rozsah: 900 – 1100,00 Hpa



### Záznam vývoje tlaku

*Podfunkce měření tlaku vzduchu*

Zobrazuje vývoj tlaku během posledních 24 hodin a předpověď počasí na příštích 24 hodin. Na dolním displeji se zobrazuje naměřený tlak a na horním okamžik, kdy bylo měření provedeno. Každý údaj na 3 vteřiny.



### Rychlost výstupu / sestupu [A] (Vario)

Zobrazuje aktuální rychlost výstupu nebo sestupu v metrech za minutu. Šipka na displeji zobrazuje zda stoupáte nebo klesáte.

Rozsah: 0 – 1000 m/min

**Pozor:** z technických důvodů je zobrazovaná hodnota mírně opožděná oproti skutečnosti.



### Průměrná rychlost výstupu / sestupu

*Podfunkce rychlosti výstupu / sestupu*

Zobrazuje průměrnou rychlost výstupu nebo sestupu v aktuální túře. Na horním displeji se zobrazuje průměr. stoupání, na dolním průměr. klesání.

Rozsah: 0 – 1000 m/min

Tour  
11  
Ø-Vario  
13  
Tour



### Maximální rychlost výstupu / sestupu

*Podfunkce rychlosti výstupu / sestupu*

Zobrazuje maximální rychlost výstupu nebo sestupu v aktuální túře. Na horním displeji se zobrazuje max. stoupání, na dolním max. klesání.

Rozsah: 0 – 1000 m/min

Tour  
15  
Max. Vario  
19  
Tour



### Počet výstupů / sestupů

*Podfunkce rychlosti výstupu / sestupu*

Zobrazuje počet výstupů nebo sestupů v aktuální túře. Na horním displeji se zobrazuje počet stoupání, na dolním pak klesání.

Rozsah: 0 – 1000

**Pozn.:** Přístroj HAC5 počítá pouze stoupání / klesání při nichž byl rozdíl v nadmořské výšce větší než 50 m.

Up  
1  
Vario  
0  
Down



### **Aktuální stoupání / klesání [A] (Ascent / Descent)**

Zobrazuje současný sklon stoupání / klesání v procentech.

Rozsah: 0 – 99%

**Pozor:** z technických důvodů je zobrazovaná hodnota mírně opožděná oproti skutečnosti.

### **Průměrné / maximální stoupání**

*Podfunkce aktuálního stoupání / klesání*

Na dolním displeji se zobrazuje průměrné stoupání na horním maximální stoupání během aktuální túry.

Rozsah: 0 – 99%



### **Průměrné / maximální klesání**

*Podfunkce aktuálního stoupání / klesání*

Na dolním displeji se zobrazuje průměrné klesání na horním maximální klesání během aktuální túry.

Rozsah: 0 – 99%



### **Teplota**

Zobrazuje aktuální teplotu. Pokud je přístroj nasazen v pásku na ruce, může dojít k odchylce měření způsobené teplotou těla.

### **Minimální a maximální teplota**

*Podfunkce měření teploty*

Na horním displeji se zobrazuje nejvyšší a na dolním nejnižší naměřená teplota při aktuální túře.

**Pozn.** Následující hlavní funkce spotřeba kalorií a spalování tuků jsou vypočítávány pouze pokud byly nahrány záznamy z tréninku.

### **Aktuální spotřeba kalorií [A]**

Zobrazuje spotřebované kalorie při aktuálním tréninku až dosud.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### **Celková spotřeba kalorií**

Zobrazuje celkově spotřebované kalorie až dosud.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### **Aktuální spalování tuku [A]**

Zobrazuje počet spálených kalorií tuku při aktuálním tréninku až dosud.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### **Celková spalování tuku**

*Podfunkce aktuálního spalování tuku*

Horní displej zobrazuje celkový počet spáleného tuku ve vztahu k celkové spotřebě kalorií, dolní celkový počet spálených kalorií tuku.

Rozsah: 0 – 999999kcal



### **Čas**

Zobrazuje aktuální čas

Rozsah: 00:00 – 23:59



Ø  
7  
Ascent  
12  
Max.

Ø  
5  
Descent  
9  
Max.

Max.  
28 °C  
Temperature  
21 °C  
Min.

Total kcal  
2780  
Absolute

Percent  
20  
Total Fat  
556  
Absolute



### **Datum (Date)**

#### *Podfunkce aktuálního času*

Zobrazuje v horní části displeje rok, ve střední den v týdnu a dole datum v dolní.

Rozsah: 00:00 – 23:59



### **Druhý čas**

#### *Podfunkce aktuálního času*

Zobrazuje čas v druhé nastavené časové zóně.



### **Stopky**

Měření spustíte, zastavíte nebo přerušíte krátkým stiskem UM.



### **Start / Stop**

Stopky vynulujete stiskem tlačítka HS na 3 vteřiny (budou vymazány i všechny Uložené mezičasy a časy na kolo).

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)



### **Mezičas / čas na kolo**

Krátký stisk tlačítka HL.

#### *Podfunkce při měření stopkami.*

Změří aktuální mezičas a čas na jeden okruh. Čas na jeden kruh se zobrazí na 3 vteřiny na horním displeji, mezičas na dolním.

Můžete změřit a Uložit až 100 mezičasů a časů na kolo

Mezičas je doba od začátku měření, čas na jeden okruh je doba od posledního měřeného mezičasu.

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)



#### *Podfunkce po zastavení stopek.*

Krátký stisk tlačítka HL.

Zobrazuje Uložené mezičasy a časy na kolo s odpovídajícím pořadovým číslem, průměrným tepem na kolo a procentuálním vyjádřením z max. tepu.

Proto se nejprve zobrazí mezičas / čas na kolo a po 3 vteřinách se zobrazí průměrný tep na kolo a jeho procentuální vyjádření.

Stiskem tlačítka HL vyvoláte hodnoty z dalšího okruhu.

Rozsah: 0 – 999:59 (zobrazení M:SS:1/100 do 10-ti min.; S:MM:SS do 10-ti hodin; SSS:MM nad 10 hodin)



### **Odpočítávání**

Odpočítávání (nebo manažer tepové frekvence nebo kadence) spustíte tlačítkem UM.



### **Spuštění odpočítávání**

Po spuštění začne čas ubývat pozpátku směrem k 0. Jakmile uplyne nastavená doba, zazní zvukový alarm. Odpočet pak zůstane na 0.



Pokud trénujete s pomocí časového manažera tepu nebo kadence, po ukončení odpočtu 1 a zvukovém signálu se hned spustí odpočet 2 a pak 3. Poté se opět spustí odpočet 1. To se bude opakovat podle toho, kolik opakování odpočtu jste si nastavili.



### Pause / Stop

Odpočet můžete přerušit nebo zastavit stiskem tlačítka UM.

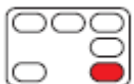
Jeho stiskem na 3 vteřiny odpočet vrátíte zpět na začátek odpočtu1.



### Automatické rolování funkcí (Autoscroll)

Zobrazuje postupně na dolním displeji všechny funkce v 3-vteřinových intervalech.

## 7.4. Základní funkce



### Osvětlení

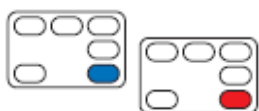
Stisknutím tlačítka DP na 4 vteřiny zapnete osvětlení asi na 5 vteřin.



### Automatické osvětlení – zapnutí

Stisknutím tlačítka DP na 6 vteřin zapnete automatické osvětlení. Na příštích 5 hodin tak stisknutí libovolného tlačítka zapne osvětlení displeje na 5 vteřin.

*Lightmng.  
On  
For 5 hours*



### Automatické osvětlení – vypnutí

Stisknutím tlačítka DP na 6 vteřin automatické osvětlení vypnete.

*Lightmng.  
Off*

**Pozn.:** Pokud je automatické osvětlení zapnuto, tak stisknutím libovolného tlačítka pouze zapnete osvětlení. Pokud chcete ovládat jednotlivé funkce, musíte dané tlačítko stisknout ještě jednou.

**Pozor:** časté zapínání osvětlení má podstatný vliv na výdrž baterie.

### Budík

Pokud si nastavíte budík, tak po dosažení daného času začne přístroj zvonit na 20 vteřin. Zvonění vypnete stisknutím libovolného tlačítka. Pokud je budík aktivován, tak se v dolní části displeje zobrazí symbol zvonku.



### Alarm srdečního tepu

Zapnutí nebo vypnutí zvukových signálů a alarmu při překročení nastavených tepových limitů můžete vypnout nebo zapnout v režimu nastavení (Beeper on/off) stisknutím tlačítka HL na 3 vteřiny. Pokud je zvuková signalizace zapnuta, na displeji je zobrazen symbol "🔔".

*HR-Beep | HR Beep  
On | Off*

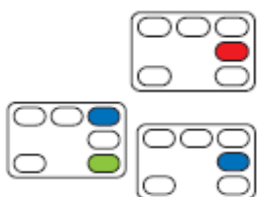
### Úsporný režim (Powerdown-mode)

(Více v kap. 6)

Přístroj HAC5 můžete přepnout do úsporného režimu. Na displeji nebude nic zobrazeno, ale všechna nastavení a údaje zůstanou Uloženy (kromě času a data).

Pro zapnutí úsporného režimu vyberte v hlavním menu nastavení „powerdown“ a potvrďte tlačítkem SP. Na displeji se zobrazí

*Powerdown  
Really?  
No*



Vyberte tlačítka DP/HP a potvrďte tlačítkem SP.

Pro opětovné spuštění přístroje stiskněte libovolné tlačítko.



## 8. Zvláštní funkce

### 8.1. Funkce paměti

Přístroj HAC5 má kapacitu paměti až 120 hodin (v závislosti na zvoleném intervalu záznamu údajů). V předem zadaných intervalech se automaticky ukládají všechny důležité údaje jako nadmořská výška, tepová frekvence, rychlost, teplota, kadence, výkon, čas a vzdálenost. Tato data je potom možné, pomocí interface, převádět do počítače a zobrazovat si je v přehledných grafech nebo tabulkách.

HAC5 má přepisovatelnou paměť což znamená, že jakmile je paměť přístroje zaplněna začnou nová data přepisovat ta nejstarší.



Nahrávání dat spustíte a zastavíte současným stiskem tlačítek HL a DL na 3 vteřiny.

Při spuštění nahrávání uslyšíte pípnutí a na horní části displeje se zobrazí „REC“ a bude blikat. Zobrazí se také vybraný profil a zároveň přístroj začne vyhledávat snímače. Po ukončení záznamu se opět ozve pípnutí a symbol „REC“ zmizí.

**REC**  
**Profile**  
**Alpine**  
**No Interval**

Jakmile spustíte záznam, všechny průměrné, max. a min. hodnoty budou vynulovány.

**Důležité: všechny min, max a průměrné (MIN, MAX, AVG) hodnoty a denní hodnoty jsou vypočítávány pouze při zapnutém nahrávání.**

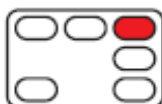
**To znamená, že pokud na začátku nového tréninku nespustíte nahrávání, v přístroji budou stále zobrazeny tyto hodnoty z předešlého tréninku.**

Aby se šetřila paměť a baterie přístroje, zastaví se po určité době nahrávání automaticky v závislosti na intervalu záznamu.

Při intervalu záznamu 10 resp. 20 vteřin se zastaví po 24 hodinách, při intervalu 2 a 5 vteřin po 6 hodinách.

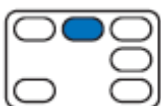
**Upozornění:** pokud během nahrávání změníte profil, nahrávání se automaticky přeruší a začne znovu v novém profilu.

Pokud během nahrávání změníte nastavení (stiskem SP na 3 vteřiny) a je vyberete nový profil. Nahrávání se automaticky zastaví a začne od znova v novém profilu.



Během nahrávání lze měnit pouze údaje pomocí stisku tlačítka HP na 3 vteřiny (např. nadm. výška). Tím nebude nahrávání přerušeno.

## 8.2. Manažer tepové frekvence (Heat rate time manager)



Tuto funkci zapínáte a vypínáte v hlavním nastavení (kap. 6.3.). Spouští a zastavuje se v rámci odpočítávání stiskem SP.

Abyste mohli využívat funkce manažera tepové frekvence, musí být zadány tyto údaje (kap. 6.3.):

Horní a dolní limit tepové frekvence 1

Horní a dolní limit tepové frekvence 2

Horní a dolní limit tepové frekvence 3

Odpočet 1

Odpočet 2

Odpočet 3

Manažer tepové frekvence vám umožňuje trénovat ve 3 různých intervalech (odpočet 1 / 2 / 3) a 3 různých tepových zónách (dle nastavených horních a dolních tepových limitů).

### Příklad:

Zadané hodnoty:

Horní limit TF: 1=120

Dolní limit TF: 1=160

Odpočet: 1=30 min.

Horní limit TF: 2=160

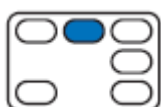
Dolní limit TF: 2=180

Odpočet: 2=5 min.

Horní limit TF: 3=80

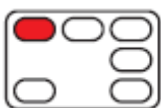
Dolní limit TF: 3=120

Odpočet: 3=5 min.



Po spuštění odpočítávání bude trénovat – 30 min. v tepovém pásmu 1 (aerobní trénink), potom budete trénovat 5 min. v pásmu 2 (anaerobní trénink) a na závěr bude 5 min. interval v pásmu 3 pro vydýchání. Jednotlivé intervaly jsou odděleny pípnutím.

Manažera tepové frekvence předčasně ukončíte stiskem tlačítka HS.



Odpočítávání jednotlivých intervalů běží pouze pokud se aktuální tep pohybuje mezi nastavenými limity. Jinak se odpočítávání automaticky přeruší a spustí se až v okamžiku kdy se váš tep opět dostane do aktuální tepové zóny.

Pro lepší kontrolu toho, že se pohybujete ve zvolené tepové zóně doporučujeme zapnout tepový alarm. Ten začne pípat pokud se Váš tep dostane mimo nastavené hodnoty.

## 8.3. Zotavovací tep (Recovery HR)



Díky této funkci můžete sledovat zlepšování fyzické kondice. Jedná se o měření tepu po dobu 3 minut od spuštění této funkce. Po 3 minutách zazní signál, který oznámí že měření je skončeno. Čím nižší je tep po uplynutí 3 minut, tím lepší je vaše kondice.



#### **Příklad:**

Po dlouhém výstupu (běhu atp.) je váš tep 170 tepů/min. Krátkým stiskem HL a DL spustíte funkci zotavovacího tepu. Zazní pípnutí a v do paměti se uloží značka pro další vyhodnocení v počítači. Aby bylo měření co nepřesnější, zůstaňte v klidu. Po 3 minutách opět zazní signál a měření je skončeno.

V hlavním menu tepové frekvence zvolíte v podmenu zotavovací tep (recovery heart rate). Na horním displeji se zobrazí tep na začátku měření a dole po jeho skončení.

Doporučujeme funkci spustit vždy při přestávce nebo po skočení cvičení a při stejném výchozím tepu (např. 140 tepů/min.). Čím nižší bude váš tep po uplynutí doby měření tím lepší je vaše kondice.

**High**  
**156**  
**Recovery HR**  
**98**  
**Low**

#### **8.4. Paměť tepu v tepové zóně**

Pomocí nastavení dolní a horní hranice tepové frekvence je možné

- nastavit požadované zóny tepové frekvence pro trénink,
- sledovat aktuální tep mezi těmito limity v grafu tepové frekvence v prostřední části displeje (viz. 7.2.),
- analyzovat jak dlouho jste se během tréninku pohybovali v dané tepové zóně (pod menu aktuální TF v horní a dolní části displeje, viz. 7.1. a 7.3.),
- dostávat varovný akustický signál při překročení nastavených limitů TF (viz. 7.4.).

#### **8.5. Nastavení značek**

HAC5 umožňuje použití libovolného počtu značek (při 20 vteřinovém intervalu záznamu dat je min. doba mezi dvěma značkami 2 min.). Díky těmto značkám je snadnější analyzovat následně trénink na PC. Můžete si tak označit např. začátek stoupání nebo sjezdu, výjezd z města atp.

Značku nastavíte současným stiskem HL a DL (současně spustíte i výpočet zotavovacího tepu).

#### **8.6. CICLOInZone**

CICLOInZone je funkce, která usnadňuje řízení vašeho tréninku. Vypočítá vám optimální 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 pomocí 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. Budete tak nejúčinněji spalovat tuky zlepšovat kondici.

## 9. PC režim

Abyste mohli využívat propojení HAC5 s počítačem, musíte mít nainstalovány na počítači nezbytné programy (nejméně jeden) a připojen interface s nainstalovaným ovladačem.

### 9.1. Instalace interface

**Pozn.:** než nainstalujete ovladač interfacu, zavřete všechny ostatní programy a také vypněte antivirový program.

Zapojte interface přímo do počítače (pokud používáte USB-Hub nebo jiný rozbočovač mohou se vyskytnout problémy).

Používáte-li novější verze Windows, zařízení bude automaticky rozpoznáno a spustí se průvodce připojením nového hardwaru. Následujte prosím instrukce a vložte do mechaniky přiložené CD Cicloport. Po dokončení instalace může se opět objevit průvodce přidáním nového hardwaru (např. u Windows XP). V tomto případě proveďte celý postup ještě jednou.

Jakmile proběhne celá instalace úspěšně, najděte ve správci zařízení vašeho počítače, v odrážce „Porty“ (COMP a LTP) připojení interface – bude označeno jako „USB serial port“ nebo podobné zařízení. Poznamenejte si číslo, které mu bylo přiděleno. Budete jej později potřebovat.

#### **Problémy:**

Může se stát, že interface mezi porty nenajdete. Podívejte se, jestli u některé položky není zobrazen vykřičník nebo otazník (interface bude zřejmě zobrazen jako „neznámé zařízení“ nebo „USB-seriál“). Udělejte dvojklik na vykřičníku nebo otazníku a potom nainstalujte ovladač z CD znovu.

### 9.2. Instalace programu

Po úspěšném nainstalování interfacu, je nutné nainstalovat další programy. Otevřete přiložené CD a vyberte program, který chcete nainstalovat. Dvojklikem spustíte instalaci a bude následovat pokyny.

Po skončení instalace spustíte program:

CICLOtour: v nastavení vyberte příslušný port, kterým je označen připojený interface (nalezli jste jej ve správci zařízení).

V případě že mají být importovány také údaje z ostatních zařízení – jako HAC4 Pro nebo CXXM – vyberte „confirm“ tabulce výběru zařízení. CICLOtour vám na začátku nahrávání dat dát vybrat zařízení, z něž chcete nahrávat.

Klikněte na „save“ vpravo dole a potom „OK“ vlevo.

HACtronic: v nastavení nastavte příslušný komunikační port (ze správce zařízení).

V případě že mají být importovány také údaje z ostatních zařízení – jako HAC4 Pro nebo CXXM – vyberte „confirm“ tabulce výběru zařízení. CICLOtour vám na začátku nahrávání dat dát vybrat zařízení, z něž chcete nahrávat.

### 9.3. Přenos Uložených dat do PC

Pro přenos údajů z HAC5 do počítače stiskněte tlačítko SP na 3 vteřiny (v hlavním režimu). Vyberte „PC-connect“ pomocí tlačítek HP/OR a potvrďte SP. Na displeji se zobrazí číslo verze na horním displeji a ID číslo přístroje na dolním displeji.

Nyní spojte kleštičky interfacu s HAC5 tak, aby se dotýkaly kontakty na kleštičkách s výstupy na zadní straně přístroje (viz. obrázek).

Přenos se spustí, jakmile kliknete v liště programu CICLOtour nebo HACtronic na ikonku hodin (případně zvolíte „data“ a vyberete přenos do PC)

Program zobrazí obrazovku přenosu a „watt“ – čekejte. Po několika vteřinách se spustí přenos dat (nehýbejte HAC5 během přenosu). V případě problémů postupujte viz. níže.

Po ukončení přenosu se zobrazí tabulka se všemi nahranými údaji.

Odpojte kleštičky interfacu, HAC5 stále zobrazuje displej přenosu. Stiskem tlačítka SP opustíte PC režim.

Poznámka: Pokud přístroj přenáší data a je zobrazen displej přenosu dat nelze přenos předčasně ukončit stisknutím SP na 3 vteřiny. Vše musíte provést ručně.

#### **Potíže:**

Jestliže se přenos dat nespustí automaticky, vyberte v programu „cancel“, odpojte interface od HAC5 a připojte jej znovu. Potom spusťte přenos znovu. Automatický přenos se nespustí, jestliže není interface připojen správně. Proto se ujistěte, že kleštičky v výstupky sedí přesně na kontaktech přístroje.

Přenos dat se může přerušit a zobrazí se hlášení o chybě „Error“. V takovém případě odpojte interface z přístroje, opusťte displej přenosu dat a v přístroji stiskem SP a znovu jej zvolte stiskem SP. Potom znovu připojte interface k přístroji a znovu spusťte přenos dat.

### 9.4. Update firmware HAC5

Pro update (aktualizace) firmwaru přístroje HAC5 nastavte přístroj do režimu přenosu dat (viz. kap. 9.3.). Připojte jej pomocí interface k PC.

**Pozn.:** Firmware můžete aktualizovat pouze pokud je stav baterie nad 50%.

Použít můžete pouze program HACtronic. Vyberte funkci aktualizace firmwaru (firmware update) a stiskněte start. Aktualizace proběhne automaticky.

**Version**  
**0.0061**  
**PC Connect**  
**033751**  
**ID-Code**



## 10. Výměna baterie

### HAC5:

Odšroubujte pomocí mince krytku baterie na zadní straně přístroje. Vyjměte starou baterii a vložte novou **3V-Lithiovou baterii typ CR2032 plusovým pólem nahoru**. Ujistěte se, že se kontakty dotýkají baterie. Zašroubujte zpět krytku baterie. Pozor abyste nestrhli závit.

Upozornění: Pokud chcete zachovat Uložené údaje a nastavení i po výměně baterie, přepněte přístroj před výměnou do úsporného režimu (viz. kapitola 6.7. Power down mode). Pokud se po vložení nové baterie na displeji nezobrazí žádné údaje, vyjměte ji, počkejte 10 vteřin a vložte ji znovu.

### Snímač rychlosti a frekvence:

Odšroubujte pomocí mince krytku baterie. Vyjměte starou baterii a vložte novou 3V-Lithiovou baterii **typ CR2032 plusovým pólem nahoru**. Zašroubujte zpět krytku baterie. Pozor abyste nestrhli závit.

### Hrudní pás:

Odšroubujte pomocí mince krytku baterie. Vyjměte starou baterii a vložte novou 3V-Lithiovou baterii **typ CR2032 plusovým pólem nahoru**. Zašroubujte zpět krytku baterie. Pozor abyste nestrhli závit.

Nevyhazujte prosím použité baterie do domovního odpadu, ale odneste je do recyklačního střediska.



## 11. Servis a doporučení

Chraňte přístroj před přímým sluncem, horkem a mrazem, nevystavujte teplotám pod 0°C a nad 50°C.

### Udržujte hrudní pás čistý:

Neperte jej v automatické pračce, mohli by se poškodit elektrody. K čištění používejte pouze mýdlovou vodu a po umytí jej osušte. Nenechávejte jej sušit na přímém slunci. Elastický pás můžete prát, ale před použitím musí být dokonale suchý.

## 12. Problémy

### Špatné nebo žádné zobrazení na displeji

#### Nereaguje na stisk tlačítek

- Zkontrolujte baterii nebo ji vyměňte za novou.

#### Nezobrazuje se aktuální rychlost

##### Rychlost je příliš vysoká nebo nízká

- Zkontrolujte zda je měření rychlosti zapnuto.
- Ověřte, že je snímač rychlosti i magnet správně nastaven.
- Zkontrolujte že vzdálenost mezi snímačem a baterií není větší než 3mm.
- Baterie ve snímači rychlosti nebo přijímači může být vybitá nebo je rozbitý.
- Zkontrolujte, zda vzdálenost mezi snímačem rychlosti a přístroje není větší než 2 m.
- Zkontrolujte nastavený obvod kola.
- Zkontrolujte jednotky měření.
- Zopakujte inicializace vysílače.

#### 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.
- Zopakujte inicializace vysílače.

#### Nezobrazuje se tepová frekvence nebo jsou údaje nestabilní nebo nesmyslné

- Ověřte, že je měření srdečního tepu.
- Zkontrolujte baterii v hrudním pásu.
- Vaše pokožka může být příliš suchá nebo studená.
- Vzdálenost mezi hrudním pásem a přístrojem je větší než 10 m.
- Zopakujte inicializace vysílače.

#### Nelze ručně přístroj přepnout na 2. kolo

- Zkontrolujte, zda je rychlost 0.

#### Inicializace probíhá velmi pomalu nebo je přerušována chybou (error)

- Baterie ve snímači je slabá nebo je vadný.
- Snímač už je zinicizován s jiným kolem. V takovém případě opakujte inicializaci s druhým kolem bez snímače. Při ní dojde k chybě a snímač bude možné zinicizovat znovu s jakýmkoliv kolem.

#### Displej je černý nebo se hodnoty zobrazují zpomaleně.

- Okolní teplota je příliš vysoká nebo byl přístroj dlouho vystaven přímému slunci.
- Okolní teplota je příliš nízká.

#### Individuální hodnoty (vzdálenost, průměr. rychlost) se mění i když kolo nejede a rychlost je 0

- HAC5 je vybaven opravnou funkcí, takže po zastavení jsou všechny údaje znovu kontrolovány a opravovány, pokud je to nutné.

#### Některé funkce se nezobrazují, i když jsou v profilu aktivovány

- HAC5 umožňuje v barometrickém režimu (na displeji jsou zobrazeny ikony počasí): zvolit ve výběru profilu režim výškoměru (stisk HP a DP současně).



#### **Displej ukazuje „HR/SPD/CAD: no TX“**

- Nebyl nalezen žádný vysílač a přijímač v HAC5 se vypnul: proveďte restart stisknutím tlačítka DL na 3 vteřiny.

#### **Aktuální nadmořská výška se mění, i když se poloha HAC5 nemění**

- Aktuální nadmořská výška se může měnit v důsledku změn počasí a změn atmosférického tlaku. Natavení můžete ručně změnit v nastavovacím režimu „set altitude“.

### **13. 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.

### **14. Technické údaje**

#### **Přístroj HAC5**

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

Pracovní teplota: -20°C až 60°C

Baterie: Lithium CR2032

Životnost baterie: 9 – 12 měsíců (při průměrném používání 1 hodinu denně). Záleží i na kapacitě nové baterie.

Využívání osvětlení displeje výrazně zkracuje životnost baterie.

#### **Hrudní pás:**

Dosah: 10m

Pracovní teplota: 0°C až 50°C

Baterie: Lithium CR2032

Přenosová frekvence: 868 MHz

#### **Snímač rychlosti a kadence:**

Dosah: 2m

Pracovní teplota: -10°C až 50°C

Baterie: Lithium CR2032

Přenosová frekvence: 868 MHz

---

**Žádná část této příručky nesmí být v jakékoli formě reprodukována bez písemného povolení firmy PELL'S s.r.o.**