

CM 4.2



MANUAL OPERATIVO

Felicitaciones!

El CICLOMASTER CM 4.2 es un ordenador inalámbrico de bicicleta de mucha presión. Tiene la electrónica mas moderna y esta resistente a la intemperie. Por favor lea las instrucciones de manejo con mucho cuidado. El CM 4.2 tiene la option de medir la frecuencia de pedaleo así como la frecuencia cardiaca. El set para estos funciones se puede comprar en las tiendas especializadas. Además el CM 4.2 tiene un TwoInOne-System que significa que se puede utilizar dos bicicletas al mismo tiempo y muestra los dos valores distintas al mismo tiempo.

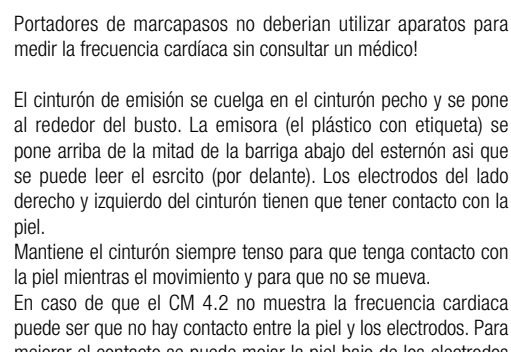
- Contenido del envío: - CICLOMASTER CM 4.2 - Pila del tipo CR 2032 - Tapa de la pila - Soporte de manilla - Emisora - Amarres de cable para la fijación - Imán para los rayos de la rueda

1. Montaje

El Soporte de manilla se puede amarrar en el volante así como en la parte delantera. Imagen A: Montaje en el volante (posición A-1) y en la parte delantera (posición A-2) Imagen B: Para el montaje en la parte delantera (posición B) cambia la parte de arriba. Quita el plástico de protección en la parte de abajo del soporte de manilla Imagen C: Ajusta la emisora en la horquilla con el amarre de cable y corta la parte que sobra (distancia del soporte de manilla máxima de 60 cm, de preferencia en la parte derecha; el soporte de manilla y la emisora tienen que estar en el mismo lado) Imagen D: Amarra y ajusta el imán en un rayo de rueda en frente de la emisora (distancia máxima de 3 mm). Imagen E: Gira el CM 4.2 un cuartillo hacia la izquierda y ponlo en el soporte de manilla. Para ficharlo giralo un cuartillo hacia la derecha (fichase que esta bien ficho). Para quitarlo giralo un cuartillo hacia la izquierda y quitalo.

1.1 Montaje de la frecuencia de pedaleo óptimo Montar el soporte de manilla como explicado en la parte de arriba. El Cable se dirija hacia la manivela (a lo mejor por el lado izquierdo). El sensor del cable se amarra en frente de la manivela con el amarre de cable (no lo pone ficho todavía). Amarra el imán de la frecuencia de pedaleo (distancia máxima 3 mm). Importante: el imán tiene que pasar los rayos de los sensores. Prende la medición de la frecuencia de pedaleo del CM 4.2 (mira cap. 2.1), gira la manivela de la rueda trasera y revisa si el señal llega al CM 4.2. Despues ficha el amarre de cable.

1.2 Poner el cinturón de emisión optional Atención: Cada persona que quiere hacer un entrenamiento deportivo debe someterse a un control médico para verificar su estado de salud, en particular los principiantes y los adultos mayores de 35 años y quienes que hayan sufrido en el pasado de enfermedades. Especialmente factores de riesgo, como fumar cigarrillos, tensión arterial alta, valores altos de colesterol en la sangre, diabetes, falta de movimiento y exceso de peso, se aconseja consultar un médico antes de empezar con el entrenamiento. Portadores de marcapasos no deberían utilizar aparatos para medir la frecuencia cardiaca sin consultar un médico! El cinturón de emisión se cuelga en el cinturón pecho y se pone al rededor del busto. La emisora (el plástico con etiqueta) se pone arriba de la mitad de la barriga abajo del esternón así que se puede leer el escrito (por delante). Los electrodos del lado derecho y izquierdo del cinturón tienen que tener contacto con la piel. Mantiene el cinturón siempre tenso para que tenga contacto con la piel mientras el movimiento y para que no se mueva. En caso de que el CM 4.2 no muestra la frecuencia cardiaca puede ser que no hay contacto entre la piel y los electrodos. Para mejorar el contacto se puede mojar la piel bajo de los electrodos ó para un contacto óptimo utilizar un gel de electrodo (se puede comprar en la farmacia). La Medición de la frecuencia cardiaca se realiza solamente cuando el cinturón de pecho esta en su posición correcta y en alcance de la emisora (distancia máx. 60 cm).



2. Puesta en servicio

Poner la Pila: Pon la pila del tipo CR2032 con el polo positivo hacia arriba. Cierra la tapa con una moneda. Despues de poner la pila el display muestra el modo de funcionamiento normal.

(Si no aparece nada en el display ó valores raros presiona el boton AC en la parte de atras brevemente. Con eso se borra todos los ajustes y valores)

2.1 Ajustes

Por presionar la tecla mediana por 3 segundos se llega al modo de ajustes. En el display aparece SET BIKE1'.

Para salir de est modo, en cualquier ajuste, vuelve a presionar la tecla por 3 segundos

(Para poner el display del CM 4.2 en alemán presiona ahora la tecla de la izquierda brevemente. En el display aparece „LANGUAGE“ (Lenguaje). Confirma con la tecla mediana y despues elige con la tecla izquierda su ajuste y presiona la tecla derecha para ver SET BIKE1' ó SET RAD1' en el display. El CM 4.2 tiene la capacidad de mostrar todo los ajustes en alemán y inglés por eso se explicará de las dos maneras aqui en las instrucciones de manejo.

Con la tecla dercha ó izquierda se puede elegir entre los diferentes modos de ajustes, por presionar la tecla mediana se accede al modo general de ajustes.

- Posibilidades para ajustar: SET BIKE1 / SET RAD1 (Bicicleta) SET CLOCK / SET UHR (Reloj) SET MISC SET HR / SET HF EXIT / ENDE (Fin) LANGUAGE / SPRACHE (Idioma)

Cada modo de ajuste puede tener varias posibilidades de ajustes.

Para el ajuste: con la tecla derecha se cambia el valor intermitente, con la tecla izquierda se graba el valor y aparece el proximo valor. (Presionar la tecla derecha por unos segundos hace que cuenta mas rapido para arriba).

Para una mejor comprensión se pone los modos de ajuste en negrilla y las posibilidades en cursiva en el siguiente.

Table with 2 columns: Dimension del neumático, Circunferencia. Lists tire sizes like 40-559, 44-559, etc.

Grid of 25 numbered cycling computer displays showing various metrics like time, speed, distance, and heart rate.

- Significado: 1 - no entrenado 2 - poco entrenado 3 - bien entrenado 4 - muy bien entrenado

Sex / Sexo Ajustar el sexo Poner en marcha / Apagar con la tecla derecha, seguir con la tecla izquierda. Aqui se puede ajustar el sexo (necesario para la calculación de CICLOInzone y la calculación de las calorías) M = male / masculino F / W = female / femenino

Weight / Peso Ajustar el peso Preajuste: 070 kg Valores: 20 hasta 220 kg Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda. Aqui se puede ajustar el peso actual del usuario (necesario para la calculación de CICLOInzone y la calculación de las calorías)

Birthday / Fecha de nacimiento Ajustar fecha de nacimiento Preajuste: 1960 Valores: 1920 hasta 2006 Ajustar con la tecla derecha y izquierda, seguir con la tecla izquierda. Aqui se puede ajustar la fecha de nacimiento del usuario (necesario para la calculación de CICLOInzone)

InZone Para calcular la CICLOInzone personal hay que ajustar primero los valores personales como el nivel de fitness, el sexo, el peso, la fecha de nacimiento. Para la calculación se pone el cinturón de emision y se toma una posición de descanso (de preferencia tona asiento), despues se prende la calculación de la CICLOInzone (presionar la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo)

Para calcular la CICLOInzone personal hay que ajustar primero los valores personales como el nivel de fitness, el sexo, el peso, la fecha de nacimiento. Para la calculación se pone el cinturón de emision y se toma una posición de descanso (de preferencia tona asiento), despues se prende la calculación de la CICLOInzone (presionar la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo)

El CM 4.2 empieza ahora con la cuenta atrás de 5 minutos. En este tiempo sigue en la posición de descanso. El CM 4.2 mide solamente la frecuencia cardiaca mas baja de este tiempo de descanso (frecuencia cardiaca de descanso) y toma estos datos para la calculación siguiente. Mientras la cuenta atrás se puede ver en el display de arriba la cuenta atrás de 5 minutos y en el display de abajo la frecuencia cardiaca medida. Despues de los 5 minutos se puede ver el valor inferior de la CICLOInzone personal calculada.

Lower HR / Untere Herzfrequenz (Frecuencia cardiaca inferior) Aqui se puede ajustar la frecuencia cardiaca inferior, según la calculación de la CICLOInzone va a mostrar la frecuencia cardiaca personal inferior calculada. Cuando se pasa esta frecuencia el CM 4.2 va a prender un alarma óptico (indicado por una flecha al lado derecho de la frecuencia cardiaca mostrada en el display de abajo ▼).

Upper HR / Obere Herzfrequenz (Frecuencia cardiaca superior) Aqui se puede ajustar la frecuencia cardiaca superior, según la calculación de la CICLOInzone va a mostrar la frecuencia cardiaca personal superior calculada. Cuando se pasa esta frecuencia el CM 4.2 va a prender un alarma óptico (indicado por una flecha al lado derecho de la frecuencia cardiaca mostrada en el display de abajo ▲).

Max HR / Frecuencia cardiaca máxima Aqui se muestra la frecuencia cardiaca personal máxima calculada. SET MISC Aqui se puede poner el modo de ahorro de electricidad (Power-down) ó hacer un Reset (borrar todos los datos) Elige con la tecla mediana

Powerdown / STROMSPAR Aqui se puede poner el modo de ahorro de electricidad (p.e. para conservar los datos antes de cambiar la pila) Presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo, se apaga el display y el CM 4.2 esta en el modo de ahorro de electricidad. Por presionar cualquier tecla se "prende" el CM 4.2 de nuevo y el modo de funcionamiento normal aparece.

Reset / Löschen (Borrar) Aqui se puede borrar todos los valores (tambien los valores enteros) Presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo, en el display aparece el anuncio „reset“, despues aparece el modo de funcionamiento normal.

Para borrar solo los valores del día presiona la tecla derecha y izquierda al mismo tiempo por 3 seg. en el modo de funcionamiento normal

3. Funcionamientos El CM 4.2 tiene un modo automatico de comenzar y parar (Start/Stop) en el funcionamiento de marcha. Quiere decir que cuando la rueda empieza a rotar aparece el modo de funcionamiento normal y despues de 4 segundos muestra la velocidad actual. 1 minuto despues de la ultima rotación de la rueda ó despues de la ultima presion de cualquier tecla, el display se pone en el modo de descanso y solamente muestra la hora. Por presionar cualquier tecla ó mover la rueda se prende de nuevo.

La indicación de la frecuencia cardiaca (optional) tambien funciona sin el señal de la rueda: Cuando el CM 4.2 esta en el modo de funcionamiento normal (por presionar cualquier tecla ó por el Auto-Start) el receptor de la frecuencia cardiaca esta prendido automaticamente (si la funcion de la frecuencia cardiaca esta puesta). Mientras el display muestra la frecuencia cardiaca el CM 4.2 no se pone en el modo de descanso automaticamente.

Para cambiar el modo bicicleta 1 a bicicleta 2 (Rad 1 a Rad 2) presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo (al lado izquierdo del display cambia de 1 a 2 y al revés).

Para reponer los valores del día a cero presiona la tecla derecha y izquierda brevemente al mismo tiempo

El CM 4.2 tiene un display de tres lineas. La parte mediana siempre muestra la velocidad, el numero 1 para la bicicleta 1 y el numero 2 para la bicicleta 2.

Los funcionamientos del display de arriba se puede saltar con la tecla derecha, los funcionamientos del display de abajo con la tecla izquierda. Presionar brevemente las teclas medianas muestra las subfuncionamientos de los funcionamientos del display de abajo.

Funcionamientos del display de arriba: TM - Tiempo del recorrido del día (Imagen 2) Frecuencia cardiaca - cuando puesto (Imagen 3) DST - Distancia del recorrido del día (Imagen 4) Uhrzeit - Hora (Imagen 1) (Erläuterung zu diesen Funktionen siehe „Funktionen im unteren Display“)

Funcionamientos del display de arriba: TM - Tiempo del recorrido del día (Imagen 2) Frecuencia cardiaca - cuando puesto (Imagen 3) DST - Distancia del recorrido del día (Imagen 4) Uhrzeit (Hora) (Imagen 1) (Para ver mas informaciones sobre estos funcionamientos mira la parte „Funcionamientos del display de arriba“)

Funcionamientos del display mediano: SPD - Velocidad actual Muestra la velocidad actual en km/h ó m/h Valores: 0 hasta 199.9 km/h ó m/h Las flechas al mano izquierda del display muestran si la velocidad actual esta sobre (flecha hacia arriba) ó debajo (flecha hacia abajo) del promedio de la velocidad actual.

Funcionamiento del display de abajo: DST - Distancia del día (Imagen 5) Muestra la distancia del recorrido hasta ahora en kilómetros ó millas Valores: 0 hasta 999.99 km ó m

TOT - Distancia entera (Imagen 6) Subfuncionamiento del funcionamiento Distancia del día Muestra los kilómetros enteros de todos los recorridos hasta ahora (desde el último reset ó cambio de pila) Valores: 0 hasta 99999 km ó m

Suma entera de la bicicleta 1 y 2 (Imagen 7) Subfuncionamiento del funcionamiento Distancia del día Muestra los kilómetros enteros de todos los recorridos de la bicicleta 1 y 2 hasta ahora (desde el último reset ó cambio de pila) Valores: 0 hasta 99999 km ó m

Promedio de la velocidad (Imagen 8) Muestra el promedio de la velocidad actual en km/h ó m/h (Imagen 6) Valores: 0 hasta 199.9 km/h ó m/h (los numeros despues de la coma estan redondeados)

MAX - Velocidad máxima (Imagen 9) Muestra la velocidad máxima realizada hasta ahora en km/h ó m/h Valores: 0 hasta 199.9 km/h ó m/h (los numeros despues de la coma estan redondeados)

Uhrzeit / Hora (Imagen 10) Muestra la hora actual (Imagen 1) Valores: 00:00:00 hasta 23:59:59 ó 12:00:00 hasta 11:59:59 AM/PM

Datum / Fecha (Imagen 11) Subfuncionamiento del funcionamiento Hora (Imagen 1) Muestra la fecha actual en el formato TT.MM.JJ (Día.Mes.Año) Valores: 0 hasta 9:59:59 h

TM / - Tiempo del recorrido del día (Imagen 12) Muestra el tiempo del recorrido actual. Valores: 0 hasta 9:59:59 h

TOT - Tiempo entera del recorrido (Imagen 13) Subfuncionamiento del funcionamiento Tiempo del recorrido del día. Muestra el tiempo entera del recorrido (desde el último reset ó cambio de pila) Valores: 0 hasta 999:59 h

TOT - Tiempo entera del recorrido de la bicicleta 1 y 2 (Imagen 14) Subfuncionamiento del funcionamiento Tiempo del recorrido del día. Muestra el tiempo entera del recorrido de la bicicleta 1 y 2 (desde el último reset ó cambio de pila). Valores: 0 hasta 999:59 h

Todos estos funcionamientos solamente aparecen si el modo de ajuste esta puesto (para la medición de la frecuencia de pedaleo se necesita el Set de la frecuencia de pedaleo).

CAD - frecuencia de pedaleo (Imagen 15) Muestra la frecuencia de pedaleo actual (en rpm = rotaciones por minuto) Valores: 0 hasta 250 rpm

O - promedio de la frecuencia de pedaleo (Imagen 16) Muestra el promedio de la frecuencia de pedaleo (desde el último reset) Valores: 0 hasta 250 rpm

MAX - frecuencia de pedaleo máxima (Imagen 17) Muestra la frecuencia de pedaleo máxima realizada hasta ahora (desde el último reset) Valores: 0 hasta 250 rpm

Las funciones siguientes (frecuencia cardiaca y consumo de calorías) solo aparecen en el display cuando el modo de la frecuencia cardiaca esta puesta (para la medición de la frecuencia cardiaca se necesita una cinta elástica de plástico que se puede comprar aparte).

HR - Frecuencia Cardiaca (Imagen 18) Muestra la frecuencia cardiaca (en bpm = beats per minute / latidos por minuto) Valores: 0 hasta 250 bpm La flecha al lado de la frecuencia cardiaca en el display de arriba muestra si la frecuencia cardiaca actual se encuentra arriba ▲, dentro ▼▲ ó abajo ▼ de la frecuencia cardiaca ajustada.

O - Promedio de la frecuencia cardiaca (Imagen 19) Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca. Muestra el promedio de la frecuencia cardiaca (despues del último repuesto de los valores) Valores: 0 hasta 250 bpm

MAX - Frecuencia cardiaca máxima (Imagen 20) Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca. Muestra la frecuencia cardiaca máxima realizada hasta ahora (despues del último repuesto de los valores) Valores: 0 hasta 250 bpm

El tiempo debajo de la frecuencia cardiaca ajustada (Imagen 21) Sunfunción del funcionamiento frecuencia cardiaca. Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba debajo de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores). Valores: 0 hasta 9:59:59 h

El tiempo dentro de la frecuencia cardiaca ajustada (Imagen 22) Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca. Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba dentro de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores). Valores: 0 hasta 9:59:59 h

El tiempo arriba de la frecuencia cardiaca ajustada (Imagen 23) Sunfuncionamiento del funcionamiento frecuencia cardiaca. Muestra el tiempo en cual la frecuencia cardiaca estaba arriba de la frecuencia cardiaca ajustada (despues del último repuesto de los valores). Valores: 0 hasta 9:59:59 h

kCal - Consumo de Calorías (Imagen 24) Muestra el consumo de calorías hasta ahora (despues del último repuesto de los valores). Valores: 0 hasta 99999 kCal

TOT - Consumo de Calorías entero (Imagen 25) Sunfuncionamiento del funcionamiento consumo de calorías Muestra el consumo de calorías entera hasta ahora (despues del último repuesto de los valores ó el cambio de pilas).

4. Filosofia de la CICLOInZone y uso

CICLOInZone es un servicio de entrenamiento muy personal en forma de un controlador de entrenamiento. Con ayuda de los datos personales y del pulso de reposo, el CICLOInZone calcula el campo de entrenamiento óptimo. Igual si es Correr, Caminata - Nordic, Biker, Ciclismo-Indoor y muchos más... CICLOInZone maneja el entrenamiento cardiaco individual. ¿Mejorar la condicion? - ¿Perder peso? - ¿Entrenamiento enfocado a la salud? Cada quien tiene una meta diferente con su entrenamiento. ¿Pero como debe entrenar para llegar lo más eficientemente posible a la meta? ¿Como encontrar la intensidad correcta del entrenamiento? CICLOInZone es EL campo de entrenamiento óptimo para fuerza, resistencia y quemar de grasas.

¿Que hace el CICLOInZone? Calcula el campo de entrenamiento óptimo para fuerza, resistencia y quemar de grasas. Este es individual y construye una recomendación de entrenamiento que se encuentra siempre entre el 70 y 85% de la frecuencia máxima cardiaca (+/- 5% de margen de error tomando en cuenta la frecuencia cardiaca de reposo actual y del nivel de condicion fisica).

Con el CICLOInZone se retoma la temática de quemar de grasas y se vuelve a enseñar que menos no siempre es más.

5. Cambio de pilas

CM 4.2: Abre la tapa en la parte de atrás del CM 4.2 con una moneda girando hacia la izquierda. Quita la pila vieja y pon una nueva Pila de 3V-Lithium del tipo CR 2032 con el polo positivo hacia arriba. Ciera la tapa. (El cambio de pilas del cinturón de emision optional funciona tambien de esta manera) Emisora (de la velocidad): Abre la tapa en la parte de arriba de la emisora con una moneda girando hacia la izquierda. Quita la pila vieja y pon una nueva de 12 voltios del tipo 23A con el polo positivo hacia arriba. Ciera la tapa.

Por favor no botes la pila en la basura normal sino en la basura para pilas.

6. Eliminación de avería

Apariencia del valores raros ó ningunos en el display - Revisa si la pila esta bien puesta ó cambiata

No aparece la velocidad actual - Revisa si el sensor esta bien puesta - Revisa si el imán de los rayos de la rueda esta bien puesta (en los rayos en frente del emisor, max. 3mm de distancia) - Revisa si el CM 4.2 esta bien ficho en el soporte de manilla - Revisa el tamaño de la rueda puesta

Velocidad muy alto ó bajo - Revisa el tamaño de la rueda puesta - Revisa unidad de medida

No muestra la frecuencia cardiaca ó muestra valores raros oscilantes - Revisa si el funcionamiento de la frecuencia cardiaca esta puesta (en el modo de ajustes) - Revisa cinturón de emision (Pilas) - Revisa si la piel esta muy seco/frío - Revisa si la distancia entre el CM 4.2 y el cinturón esta muy grande

No muestra la frecuencia de pedaleo ó muestra valores raros oscilantes - Revisa si el funcionamiento de la frecuencia de pedaleo esta puesta (en el modo de ajustes) - Revisa el montaje de la frecuencia de pedaleo - Revisa si la distancia entre la emisora de la frecuencia de pedaleo y el imán de la frecuencia de pedaleo esta muy grande (máx. 3 mm)

7. Garantía

El CM 4.2 tiene una garantía de 24 meses. La garantía esta limitada a defectos del material ó defectos que resultan del ensamblamiento. Las pilas estan excluidos de la garantía. La garantía esta valido solamente en caso de que el aparato ha experimentado un tratamiento adecuado seguído las instrucciones.

En el caso de garantía por favor busca la tienda donde lo compro, un distribuidor cerca ó mandanos el aparato con el recibo (fecha) y todos los accesorios y franqueado suficiente a la dirección de abajo.

CICLO SPORT SERVICE K. W. Hochschörner GmbH Konrad-Zuse-Bogen 8 D-82152 Krailing Teléfono: 089 / 895 270 31 Telefax: 089 / 859 63 01 Correo electrónico: ciclo-service@ciclosport.de

Antes de mandamos el aparato por favor revisalo bien de nuevo y lee las instrucciones de manejo con cuidado ó revisa la pila. En caso de garantía le mandamos el aparato reparado ó cambiado gratuito de nuevo a su casa.

Reparación: Si nos manda el aparato para repararlo ó en caso de que no aceptamos al garantía lo reparamos hasta un total de 20 - euros automaticamente. El envío del aparato seria en este caso por Apellido.

Cupón de garantía form with fields for Remitente, Apellido, Nombre, Calle, No., CP/Lugar, Teléfono (durante el día), E-Mail, and Razon de la devolución. Includes a signature line and a note about the warranty value.

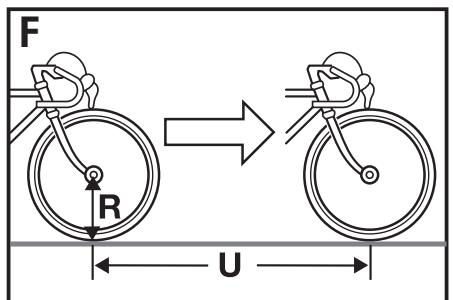
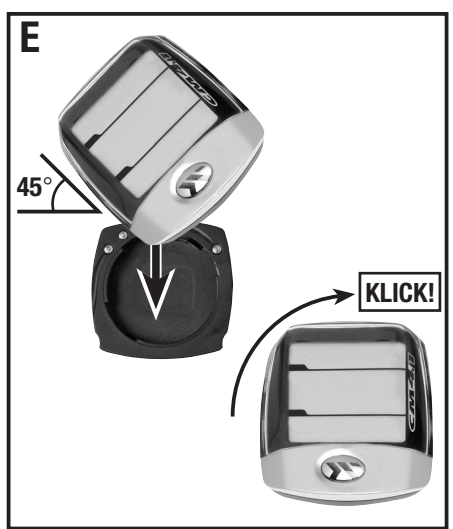
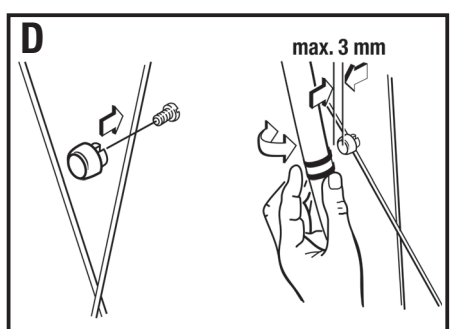
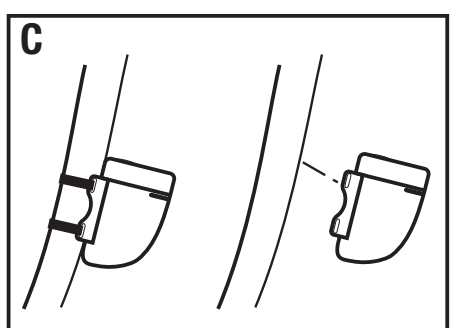
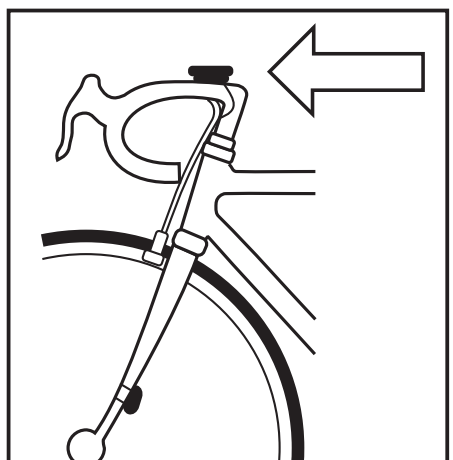
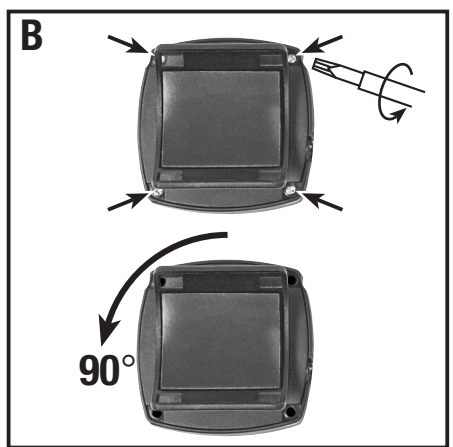
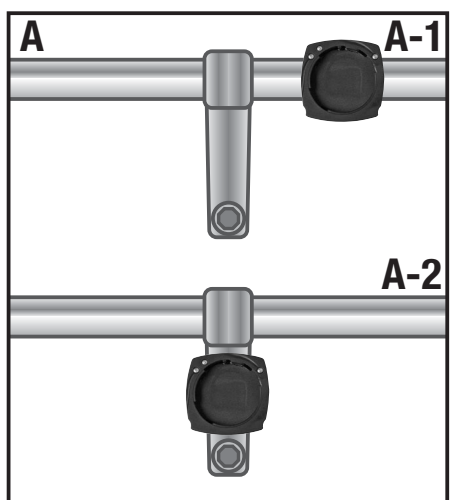


Table with 2 columns: Afmetingen luchtband, Ontrek. Lists various tire sizes and their corresponding spoke counts.

Hartelijk gefeliciteerd!

Met de CICLOMASTER CM 4.2 heeft u een draadloze fietscomputer met de hoogst mogelijke nauwkeurigheid verkregen. Hij beschikt over de modernste elektronica en is tegen weer en wind bestand. Leest u de gebruiksaanwijzing a.u.b. nauwkeurig door.

Inhoud van de verpakking:

- CICLOMASTER CM 4.2
- Batterij type CR 2032
- Batterijafdekking
- Stuurhouder
- Zender
- Snoerbinder voor de bevestiging
- Spaakmagneet

Voor deze instellingen geldt: met de rechter toets wordt de knipperende waarde veranderd (door de rechter toets lang in te drukken wordt sneller naar boven geteld), met de linker toets wordt de waarde opgeslagen en naar de volgende waarde overgegaan, resp. de volgende instelling aangegeven.

Om beter onderscheid te kunnen maken, zijn in het navolgende de instellingsmodi vet gedrukt en de instellingsmogelijkheden vet en cursief.

SET BIKE1 / SET RAD1

Hier kunnen de instellingen voor fiets 1, zoals totaal aantal km, wielomtrek, meeteenheid, etc. worden ingegeven. Uitkiezen met de middelste toets.

DAY DST / TAGES-DST

Het instellen van het aantal km per dag. Ingestelde waarde: 000.00 km. Meetbereik: 000,00 tot 999,99 km resp. mijl.

TOT DST / GES. DST

Instellen van het totale aantal km. Ingestelde waarde: 0000 km. Meetbereik: 0 tot 99999 km resp. m.

Wheel/Rad.mf.

Instellen van de wielomtrek. Ingestelde waarde: 2080 mm. Meetbereik: 0000-3999 mm.

De wielomtrek kan uit de tabel (Afb. G) worden genomen of kan zelf worden gemeten.

Indien de wielomtrek zelf moet worden gemeten, een markering aan de voorband en op de grond (b.v. met krijt) maken.

Met het wiel rechtuit, precies één wielomdraaiing (met de juiste luchtdruk en gewicht van de fiets) vooruit rijden en de plaats op de grond markeren.

Unit km bzw. Unit mi. Instellen van de meeteenheid km of mijl.

CAD OFF/TRITT AUS. In-/uitschakelen van de trapfrequentie (ON/AN - OFF/AUS).

SET CLOCK / SET UHR. Hier kan de tijd, datum, tijdsomvang worden ingesteld.

Time / Uhrzeit. Instellen van de tijd. Meetbereik: 00:00 tot 23:59 resp. 12:00 tot 11:59 AM/PM.

Year / Jahr. Instellen van het jaar. Ingesteld jaar: 2007. Meetbereik: 2007 tot 2099.

Month / Monat. Instellen van de maand. Ingestelde waarde: 01. Meetbereik: 01 tot 12.

Day / Tag. Instellen van de dag. Ingestelde waarde: 01. Meetbereik: 01 tot 31.

Clock / Zeit. Instellen van de tijd. Ingestelde waarde: 24. Instellen met rechter toets, verder met linker toets.

HR OFF/ON / HF EIN/AUS. In-/uitschakelen van de hartslagmeting.

Fitness / Fitness. Instellen van het fitnessniveau. Ingesteld niveau: 3. Meetbereik: 1 tot 4.

Hier kan het actuele fitnessniveau worden ingesteld (nodig voor de berekening van de persoonlijke hartslaggrenzen door CicloInzone), daarbij betekend: 1 - ongetraind, 2 - matig getraind, 3 - goed getraind, 4 - topvorm.

Sex / Geschlecht (geslacht). Instellen van het geslacht. Instellen met de rechter toets, verder met de linker toets.

Weight / Gewicht. Instellen van het gewicht. Ingesteld is: 070 kg. Bereik van de waarde: 20 tot 220 kg.

Birtheate / Gebjahr (Geboortjaar). Instellen van het geboortjaar. Ingesteld staat: 1960. Meetbereik: 1920 tot 2006.

InZone. Hier kan door kort de rechter en linker toets tegelijk in te drukken de CicloInzone-berekening worden gestart.

Opdat de persoonlijke CicloInzone goed vastgesteld kan worden, moeten van tevoren de persoonlijke waarden, zoals fitnessniveau, geslacht, gewicht en geboortjaar worden ingegeven.

Ter berekening van de CicloInzone de zenderband aanbrengen, een rustpositie innemen (het beste zijnde ontspannen), dan de CicloInzone-berekening starten (door kort de rechter en linker toets tegelijkertijd in te drukken starten).

De CM 4.2 begint nu met een countdown van 5 minuten. Gedurende deze tijd steeds ontspannen en rustig blijven zitten.

De CM 4.2 meet nu de laagste hartslag die binnen deze tijd wordt bereikt (hartslag in rust) en neemt deze voor de verdere berekening. Gedurende de countdown wordt op het bovenste gedeelte van het display een 5 minuten-countdown en in het onderste gedeelte van het display de gemeten hartslag aangegeven.

Lower HR / Untere Herzfrequenz. Hier kan een hartslag-ondergrens worden ingesteld, resp. na de CicloInzone-berekening wordt hier de individueel berekende hartslag-ondergrens aangegeven.

Upper HR / Obere Herzfrequenz. Hier kan een hartslag-bovengrens worden ingesteld, resp. na de CicloInzone-berekening wordt hier de individueel berekende hartslag-bovengrens aangegeven.

Max HR / Max HF. Hier wordt de door de CicloInzone®-berekening individueel vastgestelde maximale hartslag aangegeven.

SET MISC. Instellen van de stroomspaar-modus (Powerdown) ingeschakeld worden of een Reset (wissen van alle gegevens) worden doorgevoerd.

Powerdown / STROMSPAR. Hier kan de stroomspaar-modus ingeschakeld worden (bijv. voor het wisselen van de batterij, om gegevens te behouden).

Reset / Löschen. Hier kunnen alle waarden (ook de totale waarden) worden gewist. Daarvoor de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken, op het display verschijnt kort de aanduiding 'reset', vervolgens verschijnt de normale gebruiksmodus.

Om alleen de dagwaarden te wissen, in de normale gebruiksmodus de rechter en linker toets 3 sec. lang indrukken.

3. Functies

De CM 4.2 heeft een automatische Start/Stop bij actie. D.w.z. bij de eerste om draaiing van het wiel verschijnt de normale gebruiksmodus en na ca. 4 sec. wordt de actuele snelheid aangegeven.

De (optionele) hartslagaanduiding functioneert ook zonder wiel-signaal: zodra de CM 4.2 in de normale gebruiksmodus staat (door druk op een toets of door auto-start), is ook automatisch de hartslagonvanger ingeschakeld (als de hartslagfunctie in de instellingsmodus ingeschakeld is).

Om de aanduiding van fiets 1 (Rad 1) te wisselen naar de aanduiding van fiets 2 (Rad 2) (en omgekeerd), de rechter en linker toets tegelijkertijd kort indrukken (op het display wisselt dan de aanduiding van 1 naar 2 en omgekeerd).

Om de dagwaarde op nul terug te zetten, rechter en linker toets tegelijkertijd 3 seconden lang indrukken.

De CM 4.2 heeft een driedelig display. Op het middelste deel wordt steeds de snelheid aangegeven, daarbij wordt links van de snelheid met een kleine 1 resp. 2 aangegeven of de waarden voor fiets 1 of fiets 2 gelden.

De functies, die op het bovenste gedeelte van het display aangegeven worden, kunnen met de rechter toets doorgeschakeld worden, de functies van het onderste gedeelte van het display met de linker toets.

Door steeds kort op de middelste toets te drukken worden de nevenfuncties van de functie op het onderste gedeelte van het display aangegeven.

Functies van het bovenste gedeelte van het display: TM - Rijtijd per dag (afb. 2), Hartslag (indien ingeschakeld) (Afb. 3), DST - Dagafstand (Afb. 4).

Functie van het middelste gedeelte van het display: SPD - Actuele snelheid. Geeft de snelheid in km/h resp. m/h aan.

DST - Dagafstand (Afb. 5). Geeft de tot dan toe afgelegde afstand in km of mijl aan. Meetbereik: 0 tot 999,99 km resp. m.

TOT - Totale afstand (Afb. 6). Nevenfunctie van de functie dagafstand. Geeft de totale (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) tot dan toe afgelegde afstand in km aan.

ΣTOT - Som totale afstand van fiets 1 en fiets 2 (Afb. 7). Nevenfunctie van de functie dagafstand. Geeft de som van de totale (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) afgelegde afstand van fiets 1 en fiets 2 aan.

Ø - Gemiddelde snelheid (Afb. 8). Geeft de actuele gemiddelde snelheid in km/h resp. m/h aan. Meetbereik: 0 tot 199,9 km/h resp. m/h (waarbij de decimalen hoger vermeld staan).

MAX - Maximale snelheid (Afb. 9). Geeft de hoogste tot dan toe bereikte snelheid in km/h resp. m/h aan. Meetbereik: 0 tot 199,9 km/h resp. m/h (waarbij de decimalen hoger vermeld staan).

Tijd (Afb. 10). Geeft de actuele tijd aan. Meetbereik: 00:00:00 tot 23:59:59 resp. 12:00:00 tot 11:59:59 AM/PM.

Datum (Afb. 11). Nevenfunctie van de functie tijd. Geeft de actuele datum in de vorm DD.MM.JJ (dag, maand, jaar) aan.

TM / Rijtijd per Dag (Afb. 12). Geeft de actuele rijtijd aan. Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h.

TOT - Totale Rijtijd (Afb. 13). Nevenfunctie van de functie Rijtijd per Dag. Geeft de totale rijtijd (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) aan. Meetbereik: 0 tot 999,99 h.

ΣTOT - Som totale rijtijd van fiets 1 en fiets 2 (Afb. 14). Nevenfunctie van de functie Rijtijd per Dag. Geeft de som van de totale rijtijd (sinds het terugzetten, of sinds het wisselen van de batterij) van fiets 1 en fiets 2 aan. Meetbereik: 0 tot 999,99 h.

De volgende functie verschijnt alleen dan, als deze in de instellingsmodus ingeschakeld werd (voor het meten van de trapfrequentie is het apart verkrijgbare trapfrequentie-setje nodig).

CAD - Trapfrequentie (Afb. 15). Geeft de actuele trapfrequentie aan (in rpm = omdraaiingen per minuut). Meetbereik: 0 tot 250 rpm.

Ø - Gemiddelde Frequentie (Afb. 16). Geeft de gemiddelde trapfrequentie aan (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 250 rpm.

MAX - Maximale Trapfrequentie (Afb. 17). Geeft de hoogste tot dan toe bereikte trapfrequentie aan (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 250 rpm.

De volgende functies (hartslag en calorieën-verbruik) verschijnen alleen dan, als de hartslag in de instellingsmodus ingeschakeld is (voor het meten van de hartslag is de apart verkrijgbare zenderband met elastische gordel nodig).

HR - Hartslag (Afb. 18). Geeft de actuele hartslag aan (in bpm = beats per minute / Schläge pro Minute / slagen per minuut). Meetbereik: 0 tot 250 bpm.

Ø - Gemiddelde Hartslag (Afb. 19). Nevenfunctie van de functie Hartslag. Geeft de gemiddelde hartslag aan (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 250 bpm.

MAX - Maximale hartslag (Afb. 20). Nevenfunctie van de functie Hartslag. Geeft de hoogste tot dan toe bereikte hartslag aan (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 250 bpm.

Tijd onder de ingestelde hartslag-grens (Afb. 21). Nevenfunctie van de functie Hartslag. Geeft de tijd aan, waarin de hartslag onder de ingestelde hartslag-ondergrens lag (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h.

Tijd binnen de ingestelde hartslag-grens (Afb. 22). Nevenfunctie van de functie Hartslag. Geeft de tijd aan, waarin de hartslag binnen de ingestelde hartslag-grens lag (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h.

Tijd boven de ingestelde hartslag-grens (Afb. 23). Nevenfunctie van de functie Hartslag. Geeft de tijd aan, waarin de hartslag boven de ingestelde hartslag-grens lag (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 9:59:59 h.

kCal - Calorieën-verbruik (Afb. 24). Geeft de tot dan toe verbruikte calorieën aan (sinds het terugzetten). Meetbereik: 0 tot 99999 kCal.

TOT - Totale Calorieën-verbruik (Afb. 25). Nevenfunctie van de functie Calorieën-verbruik. Geeft de totale tot dan toe verbruikte calorieën aan (sinds het terugzetten, resp. wisselen van de batterij). Meetbereik: 0 tot 99999 kCal.

4. CICLOInZone - Filosofie en toepassing. CICLOInZone is een zeer persoonlijke fitness-service in de vorm van het sturen van de training. AM de hand van persoonlijke gegevens en de pols in rust wordt met de CICLOInZone het optimale trainingsbereik berekend.

Wat kan de CICLOInZone? Hij berekent het optimale trainingsbereik voor kracht, uithoudingsvermogen en vetafbouw. Deze is individueel en vormt een aanbeveling voor de training, die steeds tussen 70 en 85% van de maximale hartslag aangestreefd wordt.

Met de CICLOInZone wordt het thema vetverbranding weer in het juiste licht gesteld en wordt getoond dat minder niet altijd meer is.

5. Wisselen van de batterij. CM 4.2: Schroefsluiting op de achterzijde van de computer m.b.v. een munt naar links open draaien. Oude batterij verwijderen en de nieuwe 3V-lithium-batterij type CR 2032 met de pluspool naar boven inzetten. Schroefsluiting weer dichtdraaien.

(Snelheids-)zender: Batterijafdekking aan de bovenzijde van de zender m.b.v. een munt naar links draaien, oude batterij verwijderen en de nieuwe 12 Volt batterij, type 23A met de pluspool naar boven inzetten. Batterijafdekking weer dicht draaien. Batterijafdekking niet doordraaien!

A.u.b. de oude batterij niet in het gewone afval gooien, maar naar de batterijbak brengen.

6. Storingen verhelpen. Verkeerde of geen aanduiding op het display - Controleer of de batterij goed geplaatst is, resp. batterij vervangen.

Actuele snelheid wordt niet aangegeven - Sensor op correcte montage controleren - Controleer, of de spaakmagneet goed aan de spaak gemonteerd is (direct tegenover de zender met max. 3 mm afstand) - Controleer of de CM 4.2 goed in de stuurhouder verankerd zit - Ingestelde wielomtrek controleren

Snelheid te hoog, resp. te laag - Ingestelde wielomtrek controleren - Meeteenheid controleren

Hartslag wordt niet aangegeven, resp. de aangegeven hartslag is verkeerd, resp. wisselend - Controleer, of de hartslagfunctie in het instellingsmodus ingeschakeld is - Zenderband (batterij) controleren - De huid is te droog / te koud - De afstand tussen CM 4.2 en de zenderband is te groot

Trapfrequentie wordt niet aangegeven, resp. de aangegeven trapfrequentie is verkeerd, resp. wisselend - Controleer, of de trapfrequentiefunctie in het instellingsmodus ingeschakeld is - Montage van de trapfrequentie controleren - Afstand tussen trapfrequentiesensor en trapfrequentiemagneet is te groot (max. 3 mm)

7. Garantie. Wij geven op de CM 4.2 een garantie van 24 maanden. De garantie beperkt zich tot materiaal- en montagefouten. De batterij valt niet onder de garantie.

De garantie geldt alleen dan, als de computer met accessoires volgens voorschrift en zorgvuldig is behandeld.

Bij aanspraak op garantie wordt u zich a.u.b. tot uw handelaar of uw lokale distributeur of stuur u de computer met de kassaband (datum) en alle accessoires, voldoende gefrankeerd, aan:

CICLO SPORT SERVICE K. W. Hochschorner GmbH Konrad-Zuse-Bogen 8 D-82152 Krailing

Telefoon: +49 89 / 89 52 70 31 Telefax: +49 89 / 8 59 63 01 E-Mail: ciclo-service@ciclosport.de

Leest u voor het inzenden van het apparaat nog eens zorgvuldig de gebruiksaanwijzing door en controleer u de batterij. Bij recht op garantie wordt het gerepareerde apparaat of een vervangend apparaat kosteloos toegestuurd.

Reparatie: Wordt het apparaat ter reparatie ingezonden of kan geen aanspraak op garantie gedaan worden, wordt een reparatie tot Euro 20,- automatisch doorgevoerd. Terugzending van het gerepareerde apparaat geschiedt onder rembours.

Garantiebewijs: Atzender: Naam: Voornaam: Straat, nr.: Postcode/Plaats: Telefoon (overdag): Fax: E-mail: Reden van inzending: Na afloop van de garantie zullen reparaties tot Euro doorgevoerd worden.