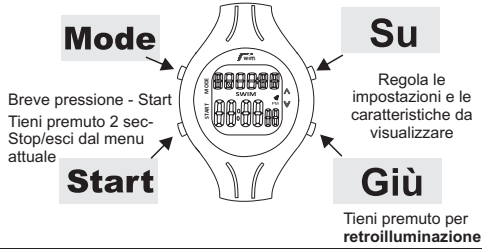


Pool-Mate Manuale Utente

Cicla tra le funzioni principali



Note Importanti:

1. Il Pool-Mate è stato creato per nuotare in piscina. Non è progettato per funzionare in Acque Libere (mare).
2. Il Pool-Mate riconosce solo gli schemi delle bracciate a Crawl, Rana, Dorso e Farfalla, deve pertanto essere messo in modalità PAUSA durante serie di gambe o esercizi tecnici.
3. Per un calcolo accurato delle bracciate non dovrete cambiare stile nel mezzo di una vasca ma solo al termine di essa.
4. Il conteggio delle bracciate visualizzato è relativo al braccio su cui indossate il Pool-Mate. Ricordate che quando nuotate Dorso e Crawl il numero di bracciate visualizzato è la metà di quelle effettive.
5. Come molti orologi sportivi i pulsanti non sono progettati per essere premuti in immersione. Assicuratevi di tenere il Pool-Mate fuori dall'acqua prima di premere i pulsanti.

Guida Rapida

Quando utilizzi il Pool-Mate per la prima volta devi impostare la lunghezza della vasca, il tuo peso e la mano su cui indosserai il Pool-Mate. Le impostazioni predefinite sono 25m, 65Kg e mancino.

Dallo schermo principale OROLOGIO

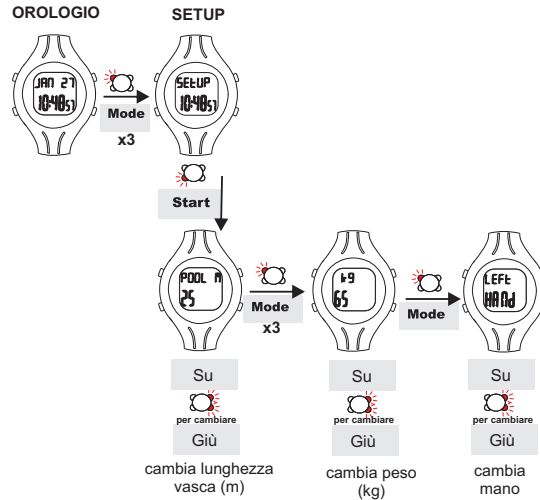
Premi **Mode** 3 volte per visualizzare SETUP, selezionalo premendo **Start**.

Imposta la lunghezza della vasca premendo **Su/Giù** finché non viene visualizzato il valore desiderato in metri.

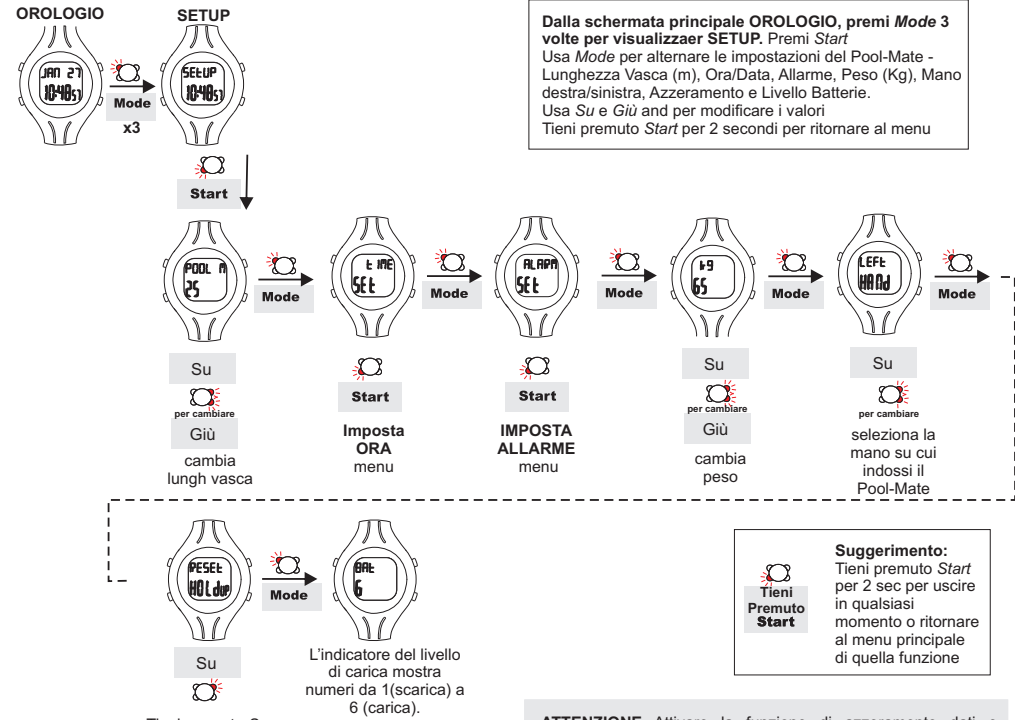
Premi **Mode** 3 volte per impostare il tuo peso in Kg (usa di nuovo **Su/Giù** per selezionare il valore desiderato).
Premi **Mode** una volta per impostare mano sinistra o destra (usa il pulsante **Su** per selezionare).

Tieni premuto **Start** per 2 secondi per ritornare al menu principale e **Mode** per ritornare allo schermo **OROLOGIO**

Ora sei pronto per NUOTARE!



Selezionare le tue impostazioni



Dalla schermata principale **OROLOGIO**, premi **Mode** 3 volte per visualizzaer **SETUP**. Premi **Start** Usa **Mode** per alternare le impostazioni del Pool-Mate - Lunghezza Vasca (m), Ora/Data, Allarme, Peso (Kg), Mano destra/sinistra, Azzeramento e Livello Batterie. Usa **Su** e **Giù** and per modificare i valori Tieni premuto **Start** per 2 secondi per ritornare al menu

Suggerimento:
Tieni premuto **Start** per 2 sec per uscire in qualsiasi momento o ritornare al menu principale di quella funzione

ATTENZIONE Attivare la funzione di azzeramento dati e impostazioni cancellerà la memoria del Pool-Mate e tutti i dati immagazzinati. Le impostazioni Utente saranno rimpiazzate con quelle predefinite di fabbrica

Nuoto

Registrare l'allenamento

Dallo schermo **OROLOGIO**, premi **Start** per iniziare (comparirà l'icona **SWIM**)

Durante o dopo l'allenamento premi **Su** e **Giù** per visualizzare Vasche, Bracciate, Distanza (m), Calorie, Indice di efficienza e numero di serie.

Premi **Mode** per visualizzare il tempo trascorso da quando hai iniziato la registrazione, premi di nuovo per visualizzare l'ora corrente.

Tieni premuto **Start** per 2 secondi per fermare

Registrare serie individuali

In ogni sessione di allenamento potete registrare fino a 99 serie

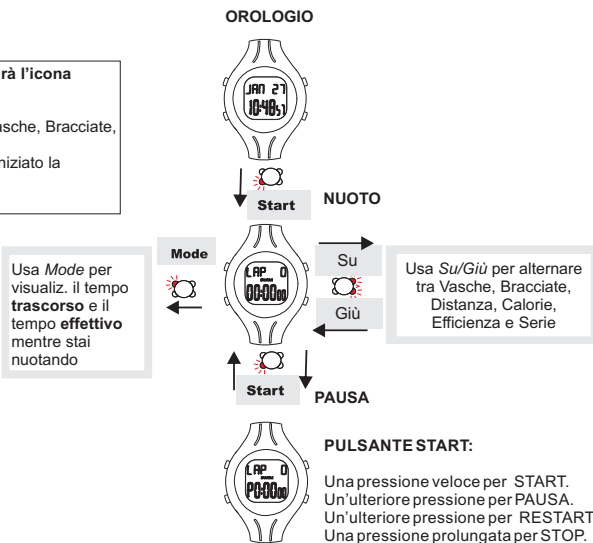
Dallo schermo **OROLOGIO**, premi **Start** - nuota la prima serie

Premi **Start** per Pausa (una **P** apparirà nella parte bassa del display e il timer si azzererà così potrai anche cronometrare il tuo riposo).

Press **Start** di nuovo per ricominciare il conteggio - nuota la serie successiva. Ripeti finché necessario

Tieni premuto **Start** per 2 sec per fermare

Il Pool-Mate deve essere messo in **Modità Pausa** quando fate serie di gambe o tecniche. Per prolungare la vita delle batterie, se l'orologio **NON** è in **PAUSA** e nessuna vasca viene registrata per 5 minuti, il Pool-Mate smetterà di registrare e tornerà alla modalità orologio.

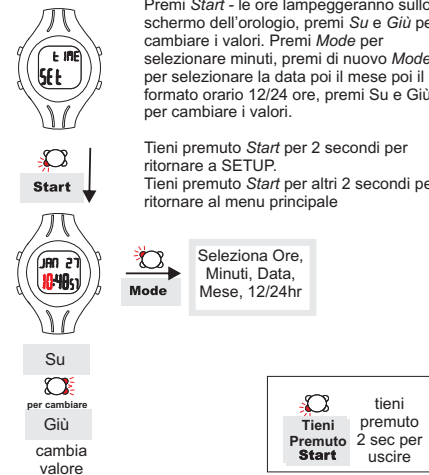


Impostare DATA/ORA

Da Imposta Data/Ora nel menu SETUP

Premi **Start** - le ore lampeggeranno sullo schermo dell'orologio, premi **Su** e **Giù** per cambiare i valori. Premi **Mode** per selezionare minuti, premi di nuovo **Mode** per selezionare la data poi il mese poi il formato orario 12/24 ore, premi **Su** e **Giù** per cambiare i valori.

Tieni premuto **Start** per 2 secondi per ritornare a **SETUP**.
Tieni premuto **Start** per altri 2 secondi per ritornare al menu principale

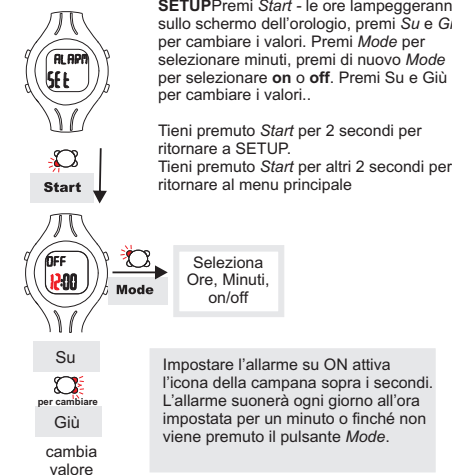


Impostare l'ALLARME

Da Imposta ALLARME nel menu SETUP

Premi **Start** - le ore lampeggeranno sullo schermo dell'orologio, premi **Su** e **Giù** per cambiare i valori. Premi **Mode** per selezionare minuti, premi di nuovo **Mode** per selezionare **on** o **off**. Premi **Su** e **Giù** per cambiare i valori.

Tieni premuto **Start** per 2 secondi per ritornare a **SETUP**.
Tieni premuto **Start** per altri 2 secondi per ritornare al menu principale

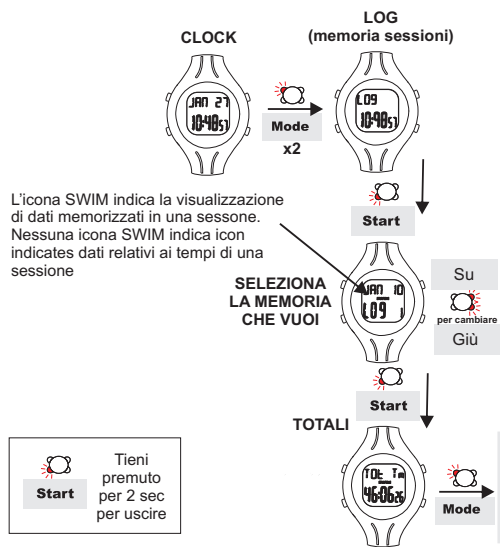


Rivedere le sessioni

Il Pool-Mate contiene memoria sufficiente a immagazzinare fino a **400 sessioni** di dati

Sessione precedente

Le informazioni possono essere viste dopo l'allenamento direttamente dallo schermo OROLOGIO semplicemente usando i pulsanti *Su/Giù* per scorrere tra Vasche, Media bracciate per Vasca, Distanza (metri), Velocità (secondi per 100m), Calorie, Efficienza e Tempo.



Altre sessioni

Dallo schermo **OROLOGIO** premi **Mode** due volte per la memoria sessioni (LOG)

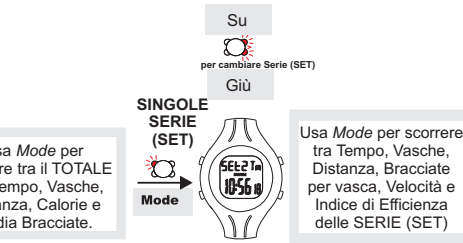
Premi **Start** per entrare. Usa *Su* e *Giù* per scorrere attraverso le sessioni registrate (il Pool-Mate archivia ogni sessione nella memoria sessioni (LOG) con numero e data).

Premi **Start** per visualizzare i dettagli della memoria di sessione (LOG) selezionata.

Usa **Mode** per scorrere tra i TOTALI per questa sessione - Tempo nuotato (senza recuperi), Vasche, Distanza, Calorie e media bracciate. Poi puoi visualizzare i dettagli di ogni singola Serie (SET). Scorri tra Tempo, vasche, Distanza, Media Bracciate, Velocità, Indice di Efficienza delle singole Serie (SET) con il pulsante **Mode**.

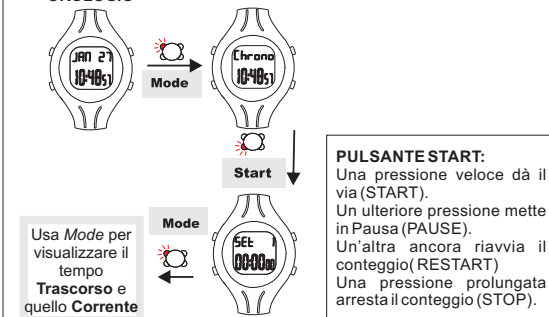
Tieni premuto **Start** per uscire

SUGGERIMENTO: Per vedere in che modo le i valori specifici cambiano tra le varie Serie (SET) (Tempo, Velocità etc) seleziona il valore che ti interessa (es Tempo) con il pulsante **Mode** e scorri le varie Serie (Set) con *Su/Giù*. Verrà mostrato il valore per ogni Serie (Set) in modo da poterlo confrontare.



Cronometro

OROLOGIO CRONOMETRO



Usa il Pool-Mate in questa modalità quando corri o in bicicletta

Il Pool-Mate può essere usato come contagiri (fino a 99 giri) quando non sei in piscina

Dallo schermo **OROLOGIO** premi **Mode** per passare a modalità **CRONOMETRO**

Premi **Start**

Sul display comparirà Set 1. Come in modalità Swimming, premere di nuovo **Start** metterà in Pausa il conteggio, un'altra pressione farà ripartire il conteggio e il conteggio serie incrementerà.

Una lunga pressione arresterà il conteggio.

La Sessione può essere richiamata alla memoria allo stesso modo delle sessioni di nuoto, usando *Su/Giù* subito dopo la fine della Sessione o dalla modalità memoria sessioni (LOG). Ti accorgerai di essere in lettura dei dati Cronometro perché l'icona SWIM non comparirà

NOTA: In modalità Cronometro il sensore di movimento non sarà attivo - solo il tempo viene registrato, non la velocità né la distanza.

Cura e manutenzione

Il Pool-Mate è impermeabile fino a 50m, comunque i pulsanti non sono progettati per essere attivati in immersione. Accertatevi di attivare i pulsanti tenendo il Pool-Mate fuori dall'acqua. Il Pool-Mate non dovrebbe essere utilizzato se compare della condensa all'interno. Non tentate mai di riparare da soli il vostro Pool-Mate.

Proteggete il vostro Pool-Mate da urti e oggetti affilati, calore estremo e prolungata esposizione alla luce del sole.

Quando non lo utilizzi riponi il tuo Pool-Mate in un luogo asciutto e a temperatura ambiente. Non conservarlo in ambienti umidi come borse sportive. Non pulirlo con detergenti che potrebbero danneggiare lo chassis o le guarnizioni.

Detteri il Pool-Mate con un panno umido e sapone delicato se necessario.

L'Indice di Efficienza è calcolato dalla distanza percorsa per bracciata e il tempo per bracciata. Questo indice si abbassa quando la tua efficienza sale.

meno di 30	Eccellente - Atleta Professionale
30-40	Molto buono
40-50	Sopra la Media
50-70	Medio
più di 70	Sotto la Media

Sostituire la batteria

La batteria del The Pool-Mate (CR2025) ha una durata media di oltre 12 mesi. Più ore lo utilizzi e meno la batteria durerà. Per mantenere l'impermeabilità e perché la garanzia sia valida, il Pool-Mate deve essere inviato a Swimovate Ltd per il cambio batterie.

FAQs (Domande Frequenti)

D Come funziona il Pool-Mate?

R Il Pool-Mate contiene sofisticati sensori che riconoscono il movimento del tuo braccio. Il nostro software poi, tramite algoritmi e segnali digitali analizza le informazioni e calcola Vasche, Bracciate, Distanza, Velocità e Calorie automaticamente.

D Ho bisogno di premere un pulsante alla fine di ogni vasca come nel caso di molti contavasche?

R No, il Pool-Mate è completamente automatico e percepisce quando inizi una nuova vasca senza che tu debba fare nulla.

D Perché devo inserire il mio Peso?

R Il Pool-Mate utilizza quest'informazione per calcolare le Calorie bruciate.

D Io voglio allenarmi con delle Serie, il Pool-Mate può tenerle in memoria?

R Sì, Puoi richiamare dalla memoria del Pool-Mate tutti i dettagli delle singole Serie come anche i dettagli dell'intero allenamento.

D Il Pool-Mate non mi conta tutte le vasche

R Se hai risultati imprecisi assicurati che l'orologio sia ben fissato al polso e non sia largo. Prova anche a aumentare il tempo di scivolamento all'inizio di ogni vasca. Questo dà al Pool-Mate un intervallo corretto per registrare in cambio di vasca.

D Il Pool-Mate non funziona quando faccio solo gambe o serie di esercizi di tecnica.

R Il Pool-Mate deve essere messo in modalità Pausa quando fai le gambe o la tecnica.

D Il Pool-Mate funziona in Acque Libere?

R Il Pool-Mate è progettato per la piscina e questa versione non funziona in Acque Libere.

D Posso indossare il Pool-Mate sul polso destro?

R Certo, il Pool-Mate funzionerà su entrambi i polsi, basta cambiare impostazioni nel menu SETUP.

D Il Pool-Mate mi dà strane letture quando cambio bracciata nel bel mezzo di una vasca.

R Il Pool-Mate non è progettato per riconoscere cambi di bracciata a metà di una vasca. Se devi cambiare stile lo devi fare quando finisci la vasca. Se ci sono interruzioni nelle bracciate a metà vasca il Pool-Mate darà letture scorrette.

D Che cosa misura l'indice di efficienza?

R L'indice di efficienza è basato sul metodo The efficiency index is based on the recognized Swim Golf method that you may be familiar with. It is the number of strokes plus the time taken to swim 25 metres. Concentrate on reducing this number to increase your efficiency and improve your swimming.

D Come viene misurata la velocità?

R Abbiamo appurato che il tempo per nuotare 100m per un nuotatore è più significativo dei metri al secondo o delle miglia orarie. Quindi la velocità mostrata dal Pool-Mate è la media del tempo in secondi per 100 metri.

D Il Pool-Mate funziona se faccio le virate?

R Sì, il Pool-Mate funziona sia che tu faccia virate sia che tu ti spinga dal muro normalmente.

D Quanto è preciso il Pool-Mate?

R L'orologio è stato testato su un'ampio campione di nuotatori per un periodo di oltre 18 mesi prima della commercializzazione. Abbiamo ricavato un indice di accuratezza del 99.75% dal nostro database di migliaia di vasche di molti nuotatori con tempi tra i 22 e i 40 minuti su distanza di 1500 metri. Non si garantisce una tale percentuale sul singolo nuotatore e i calcoli possono variare per nuotatori la cui abilità natatoria sia fuori dalla norma.

D L'orologio funziona in ogni piscina?

R L'orologio funziona in tutte le piscine più lunghe di 10 metri. Basta impostare la lunghezza della vasca prima dell'uso (valore predefinito 25 m). Considerate che per riconoscere che state nuotando il Pool-Mate necessita di diverse bracciate e se nuotate in una piscina molto corta potreste raggiungere il bordo prima che il Pool-Mate capisca che state nuotando



Pool-Mate

Computer Automatico per Nuotatori

Manuale Utente



Garanzia

Nessuna garanzia viene concessa sull'accuratezza del Pool-Mate o della sua capacità di contare correttamente vasche e bracciate di nuotatori con nuotate non corrette o particolari. Se questo prodotto dovesse presentare difetti di fabbricazione, Swimovate Ltd lo sostituirà gratuitamente per un periodo di 12 mesi dall'acquisto (è richiesta una prova d'acquisto). Questa garanzia è valida solo nei confronti dell'acquirente originale e in difetti di fabbricazione che emergono durante il normale uso del prodotto. La garanzia non copre le batterie, il rimpiazzo delle stesse, danni o difetti causati dall'uso improprio o del prodotto, a distrazione o negligenza, alterazioni o modifiche del prodotto e qualsiasi malfunzionamento dovuto ad un uso non previsto del prodotto. Swimovate Ltd non sarà responsabile in ogni caso di qualsiasi danno causato dall'uso improprio del prodotto. Swimovate Ltd non si assume responsabilità per perdite o rivendicazioni di terze parti che possono sorgere in conseguenza dell'uso di questo prodotto. Se è necessaria una qualsiasi rivendicazione o garanzia scrivete una mail a: support@swimovate.com (o chiamate il +44 (0)1784 481562) per ottenere un codice di sostituzione prodotto (returns number) prima di rispedire indietro il Pool-Mate. Non si accettano resi sprovvisti di codice di sostituzione prodotto (returns number).

Certificazione

Il marchio CE è utilizzato per indicare la conformità alle direttive 89/336/EEC della Comunità Europea.

Questo Manuale Utente e i suoi Contenuti sono diretti a fornire le istruzioni di utilizzo al cliente in merito alle possibilità di utilizzo del Pool-Mate. Ne è vietata la riproduzione anche parziale senza il consenso della Swimovate Ltd. Molta cura è stata dedicata all'accuratezza di questo manuale ma i suoi contenuti sono soggetti a mutamento senza preavviso. L'ultima versione di istruzioni può essere scaricata da www.pool-mate.com.



Copyright © 2009 Swimovate Ltd

www.pool-mate.com