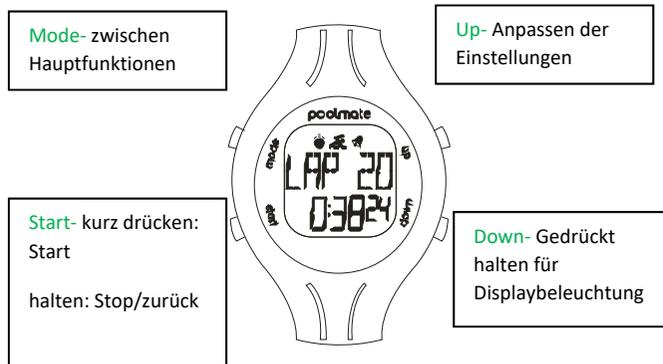


PoolMate Handbuch

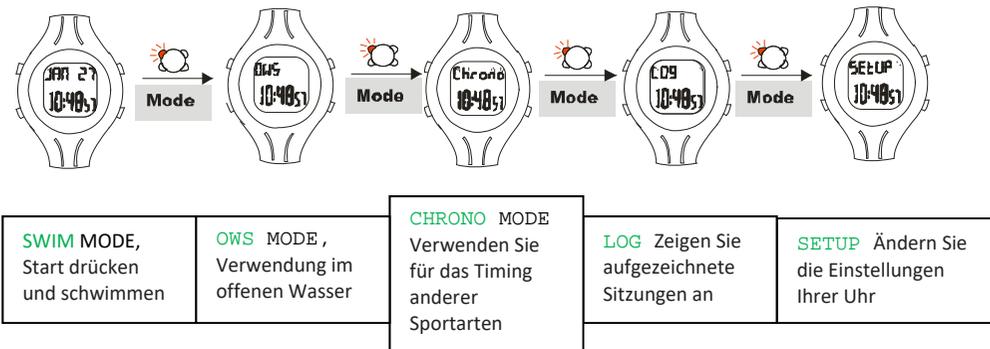
Der PoolMate enthält Bewegungssensoren und zählt automatisch Ihre Runden für Sie im Pool. Alle unsere Uhren bieten Dauer, Runden, durchschnittliche Schläge pro Runde, Geschwindigkeit, Distanz, Kalorien und Effizienz.

1. Warnung: Konsultieren Sie immer Ihren Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen oder ändern.
2. Ihr PoolMate wurde für das Schwimmen in einem Pool konzipiert. Pools müssen über 18m sein. Die Modelle PoolMate, Plus und Live arbeiten auch im Freiwasser.
3. Der PoolMate erkennt regelmäßige Armzüge verschiedener Schwimmstilen wie Kraulschwimmen, Brust, Rücken und Schmetterling, stellen Sie Ihren Pool-Mate auf PAUSE, wenn Sie andere Übungen oder nur Beinschlag schwimmen. Wechseln Sie Ihren Schwimmstil nur nach einer geschwommenen Länge und nicht während einer Länge, da es sonst zu falschen Ergebnissen kommen kann.
4. Wie bei Sportuhren üblich, sollten die Tasten nicht im Wasser betätigt werden. Vergewissern Sie sich, dass Ihr Pool-Mate oberhalb der Wasseroberfläche ist, wenn sie eine der Tasten betätigen. Springen Sie mit Ihrem Pool-Mate nicht ins Wasser. Der hohe Druck beim Eintauchen begünstigt den Wassereintritt ins Gehäuse.
5. Die PoolMateHR-Uhr ist wiederaufladbar und muss vor dem Gebrauch aufgeladen werden. Es wird nur berechnet, wenn die Software installiert und auf Ihrem Computer geöffnet ist.



Overview

Drücken sie **Mode**



Schwimmen- Aufzeichnen einer Einheit- Von der Anzeige der UHRZEIT drücken sie START um die Aufzeichnung zu beginnen (das SWIM Symbol wird abgezeigt). Drücken Sie während oder nach der Einheit Up/Down um Längen, Armzüge, Distanz (m), Kalorien, Effektivitäts-Level und Seriennummer anzuzeigen. Halten Sie die START Taste für 2 Sekunden um die Aufzeichnung zu beenden

Aufzeichnen einzelner Serien- Sie können bis zu 99 Serien in jeder Schwimmereinheit aufzeichnen. Von der Uhranzeige drücken Sie START. Schwimmen Sie die erste Serie. Drücken sie erneut START, wenn Sie eine Pause einlegen (ein P wird im unteren Bereich des Displays angezeigt und die Dauer der Pause wird angezeigt)Drücken Sie erneut START, wenn Sie Ihre Pause beendet haben - Schwimmen Sie weiter. Wiederholen Sie diesen Vorgang bei jeder Pause die Sie einlegen. Halten Sie die START Taste für 2 Sekunden um die Aufzeichnung zu beenden

OWS- Verwenden Sie diesen Modus, wenn Sie draußen schwimmen. Er schätzt Ihre Geschwindigkeit, Entfernung usw. anhand der Entfernung pro Schlag. Wenn Sie zum ersten Mal im offenen Wasser schwimmen, müssen Sie Ihre Uhr kalibrieren. Sie benötigen eine Schwimmstrecke bekannter Distanz > 50m. Es spielt keine Rolle, welche Entfernung es ist, aber Sie müssen wissen, was es ist.

Kalibrieranweisungen. Drücken Sie Modus, um OWS zu sehen, drücken Sie Start. Schwimmen Sie den Kurs nur einmal. Halten Sie die Starttaste 2 Sekunden lang gedrückt, um die Sitzung zu speichern.

Nun drücke UP, bis du die Entfernung siehst, es wird an dieser Stelle nicht korrekt sein, aber mach dir keine Sorgen. Drücken Sie Start, und ändern Sie den Wert mit den Tasten UP und DOWN, bis er der Kursdistanz entspricht. Halten Sie den Startknopf einige Sekunden lang gedrückt, um den Vorgang zu beenden.

Jetzt ist es kalibriert das nächste Mal, wenn Sie im offenen Wasser sind, wählen Sie einfach OWS und drücken Sie Start und Schwimmen, halten Sie den Start-Knopf für 2 Sekunden danach zu stoppen und zu speichern.

Stoppuhr- Nehmen Sie den Pool-Mate in diesem Modus wenn Sie Laufen oder Radfahren. Den Pool-Mate können Sie auch außerhalb des Schwimmbeckens als Stoppuhr mit 99 Rundenzählern verwenden. Von der Uhrzeit drücken Sie MODE um zur Stoppuhr (CHRONO) zu gelangen. Drücken Sie Start .Die Zeit der ersten Runde wird angezeigt. Wie beim Schwimmen aktiviert ein erneutes Drücken von Start die Pause und lässt durch weiteres Drücken die Stoppuhr wieder weiterlaufen. Langes Drücken halt die Stoppuhr an.

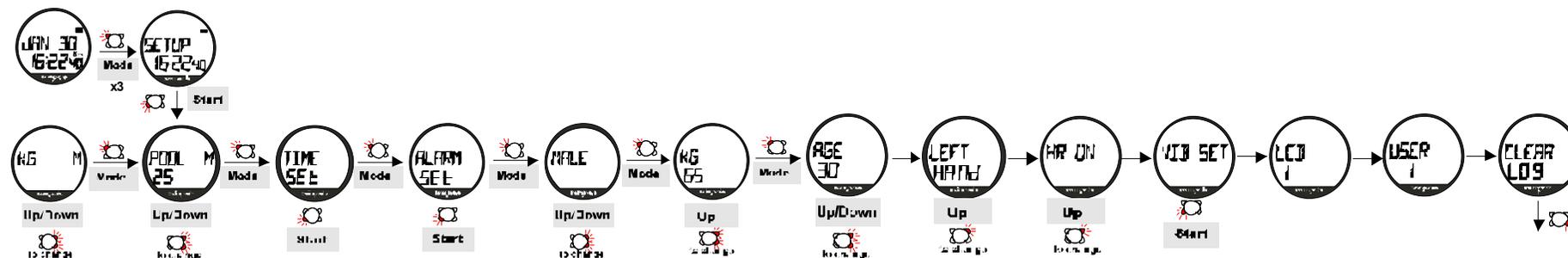
Hinweis: In der Stoppfunktion sind die Bewegungssensoren nicht aktiv, nur die Zeit wird aufgezeichnet, ohne Geschwindigkeit und Distanz.

LOG- Von der Uhr Anzeige drücken Sie MODE zweimal um ins LOG Menü zu gelangen. Drücken Sie START um das Menü zu öffnen. Mit UP und DOWN können Sie durch die aufgezeichneten Einheiten blättern (der Pool-Mate speichert jede Einheit mit LOG Nummer und Datum). Drücken Sie START, um die Details anzuzeigen. Verwenden Sie MODE um durch die Ergebnisse der Einheit zu blättern – Schwimmzeit (ohne Pausen), Längen, Distanz, Kalorien und durchschnittliche Zugzahl.

Von der Uhr Anzeige drücken Sie MODE zweimal um ins LOG Menü zu gelangen. Drücken Sie START um das Menü zu öffnen. Mit UP und DOWN können Sie durch die aufgezeichneten Einheiten blättern (der Pool-Mate speichert jede Einheit mit LOG

Löschen von Einheiten Alle Einheiten werden automatisch im LOG Menü gespeichert, sie können einzelne Einheiten löschen, die sie nicht länger behalten möchten. Wählen Sie die LOG Einheit, die sie löschen möchten und drücken Sie MODE. ERASE wird angezeigt. Drücken Sie MODE ein weiteres Mal um die gewählte Datei zu löschen. HINWEIS: Einmal gelöscht lassen sich gelöschte Einheiten nicht wieder herstellen.

SETUP- Von der Anzeige der Uhrzeit drücken Sie X mal MODE um zu den Einstellungen zu gelangen. Drücken Sie START (Halten Sie für Stop die Start Taste für 2 Sekunden gedrückt, um das aktuelle Menü zu verlassen)



Ändern Sie zu Höfen und Pfund	Ändern der Beckenlänge (m)	ZEIT EINSTELLEN *	ALARM EINSTELLEN **	Ändere dein Geschlecht 1	Ändern des Körpergewichts (kg)	Stellen Sie Ihr Alter ein 1	Hand ändern	Schalten Sie die Herzfrequenz z ein oder aus 1	Stellen Sie den Vibrationsalarm ein 1, 2	Stellen Sie den Kontrast des Displays ein, 1 ist niedrig	Benutzer einstellen	Speicher löschen (Halten Sie die Abwärtstaste für 2 Sekunden gedrückt)
-------------------------------	----------------------------	-------------------	---------------------	--------------------------	--------------------------------	-----------------------------	-------------	--	--	--	---------------------	--

1- PoolMateHR
2- PoolMateLive

<p>* ZEIT EINSTELLEN</p> <p>Von TIME SET im SETUP Menü Drücken Sie START – die Stundenanzeige blinkt, mit UP und DOWN können Sie den Wert erhöhen oder verringern.. Drücken Sie MODE, um zu den Minuten zu wechseln, durch wiederholtes drücken der MODE Taste gelangen Sie zu Jahr, Monat, Tag, 12/24 Stunden Anzeige. Mit UP und DOWN können Sie die Werte wiederum ändern. Halten Sie START für 2 Sekunden gedrückt um zum SETUP zurückzukehren. Halten Sie START nochmals für 2 Sekunden gedrückt um zum Hauptmenü zu gelangen.</p>	<p>** ALARM EINSTELLEN</p> <p>Vom ALARM SET im SETUP Menü Drücken Sie START – die Stundenanzeige blinkt, drücken Sie UP und DOWN um den Wert zu ändern. Drücken Sie MODE um zu den Minuten zu gelangen, drücken Sie erneut MODE, um die Weckfunktion zu Aktivieren (ON) und zu Deaktivieren (OFF). Nützen Sie dafür die UP und DOWN Tasten wie bisher um die Einstellung zu verändern.Halten Sie START für 2 Sekunden gedrückt um zum SETUP zurückzukehren.Halten Sie START nochmals für 2 Sekunden gedrückt um zum Hauptmenü zu gelangen.</p>	<p>***VIB SET- PoolMateLive, PoolMateHR</p> <p>Stellt beim Schwimmen einen Vibrationsalarm ein. Kann auf eine bestimmte Anzahl von Runden oder Zeitintervallen eingestellt werden. Die Standardeinstellung ist alle 4 Runden.</p> <p>Drücken Sie im VIB SET auf Start und dann auf UP, um zwischen Runden, Entfernung oder Zeitintervallen zu wählen oder auszuschalten. Dann drücke Start. Ändern Sie den Wert mit der Up-Taste, halten Sie Start für 2 Sekunden, um zu beenden.</p>
--	---	--

Abkürzungen

PoolMate2 or PoolMatePlus	PoolMateLive or PoolMateHR	
Tot Tm	TOTAL	Schwimmzeit
	REST	Ruhezeit
Tot M	METRES	Entfernung in Metern
Tot L	LAPS	Runden insgesamt
Tot CA	KCAL	Kalorien
AV ST		Durchschnittliche Schläge pro Runde
AV SPd		Durchschnittsgeschwindigkeit (Anzahl der Sekunden zum Schwimmen 100m)
AV EFF		Durchschnittliche Effizienz (Zeit bis zum Schwimmen 25m plus Anzahl der Schläge)
SET 1Tm	S1 TM	Stellen Sie 1 Zeit ein
	S1 RST	Ruhe nach Satz 1
SET 1 L	S1 LAPS	Stellen Sie 1 Runden
SET 1 M	S1 M	Stellen Sie 1 Entfernung ein
SET 1 S	S1 STK	Stellen Sie 1 durchschnittliche Schläge pro Runde
SET 1SP	S1 SPD	Stellen Sie 1 Geschwindigkeit ein
SET 1EF	S1 EFF	Stellen Sie 1 Effizienz
	S1 KC	Stellen Sie 1 Kalorien
	S1 MIN	Mindestherzfrequenz
	S1 AVG	Durchschnittliche Herzfrequenz
	S1 MAX	Maximale Herzfrequenz

Wenn Sie Daten für Gruppe 1 anzeigen, drücken Sie auf Nach oben oder Nach unten, um dieselben Daten für andere Gruppen anzuzeigen.

Software installation - Windows XP, Vista, 7, 8, Mac OS X 5.8+

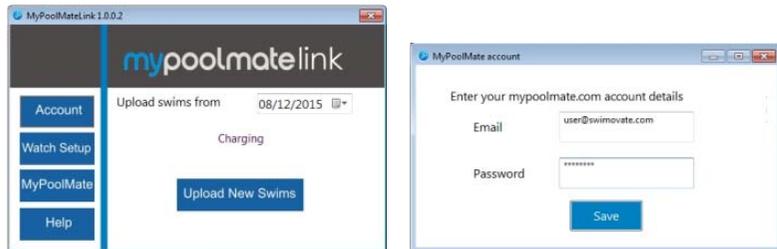
Die Modelle PoolMatePlus, Live und HR können heruntergeladen werden

Vollständige Anweisungen finden Sie unter <https://mypoolmate.com/help>

1, Registrieren Sie sich für ein Konto bei <https://mypoolmate.com/>

2Laden Sie die Software MyPoolMateLink.exe von www.swimovate.com/downloads/ herunter und speichern Sie sie auf Ihrem Computer. Wählen Sie Ausführen, um das Installationsprogramm zu starten, und folgen Sie den Anweisungen. Nach der Installation stecken Sie den USB-Pod in den Computer und die Pod-Treiber werden installiert. PC-Benutzer können im Gerätemanager einchecken, dass der Pod unter Ports als Swimovate Pool-Mate Download-Port gefolgt von einer COM-Port-Nummer erkannt wird). Wenn das gelbe Ausrufezeichen daneben steht, werden die Treiber nicht korrekt installiert. Bitte kontaktieren Sie Swimovate um Hilfe.

Software 1, Öffne die mypoolmatelink App, klicke auf den Account Button und füge deine mypoolmate Account Details hinzu



2. Wenn die Verbindung den Pod erkannt hat, zeigt die Nachricht in der Mitte des Fensters an, dass sie verbunden ist.

- PoolMatePlus sagt "Regelmäßiger Pod verbunden"
- PoolMateLive sagt Connected und die Uhr wird LINKED auf dem Bildschirm sagen
- PoolMateHR sagt Laden und die Uhr wird CONNECT sagen

(Wenn es Plug-in-Pod heißt, dann sind die Treiber nicht korrekt installiert, siehe www.swimovate.com/downloads für Hilfe)

UPLOADING PoolMatePlus	PoolMateLive	PoolMateHR
<p>Klicken Sie auf Neue Swims hochladen und warten Sie, bis das Fenster sagt: Bitte platzieren Sie die Watch im Pod im Upload-Modus.</p> <p>Drücken Sie Mode auf der Uhr, bis Sie UPLOAD sehen, und legen Sie dann die Uhr auf den Pod, damit die Logos auf beiden Geräten angezeigt werden.</p> <p>PoolMatePlus stellt auch eine Verbindung zu Android-Geräten her, lädt die App von Google Play auf Ihr Android-Gerät herunter und folgt den Anweisungen, um die Daten mit einer einfachen Berührung mit der App zu synchronisieren.</p>	<p>Ihre Uhr sollte LINKED sagen, dann klicken Sie einfach auf die Schaltfläche Upload New swims</p> 	<p>Ihre Uhr sollte CONNECT sagen, dann klicken Sie einfach auf die Schaltfläche Upload New swims</p> 

PoolMateHR- Legen Sie die Uhr in den Pod, so dass die Auf- und Ab-Tasten sichtbar sind, und laden Sie sie vor dem Gebrauch für 2 Stunden auf. Um den Plastikaufkleber aufzuladen, muss er von der Rückseite der Uhr entfernt werden, der Pod muss eingesteckt sein und die Software muss laufen.

Aufnahme Herzfrequenz mit dem Brustgurt



Elektrodenkontakte

Um Ihre Herzfrequenz zu überwachen, befeuchten Sie die Elektrodenkontakte auf der Rückseite des Brustgurtes mit Wasser oder Speichel. Mit dem Swimovate-Logo in der Brustmitte tragen Sie Ihre Brust unterhalb Ihrer Brustmuskulatur.

Wenn HR eingeschaltet ist, sucht die Uhr nach Drücken von Start nach einem Herzfrequenzsignal und zeigt SEEKING HR an. Warten Sie, bis in der oberen Displayzeile eine gültige Herzfrequenz angezeigt wird und die Uhr START START anzeigt. Drücken Sie die Starttaste erneut, um mit der Aufnahme zu beginnen.

Richtigkeit

Wenn der PoolMate Ihre Runden nicht genau zählt, stellen Sie sicher, dass er auf die richtige Hand eingestellt ist. Versuchen Sie, zu Beginn einer Runde eine Sekunde lang zu gleiten. Sie können die Uhr auch an Ihrem anderen Arm versuchen, stellen Sie jedoch sicher, dass Sie zuerst die Armeinstellung ändern.

Batterie- Vorsicht ist beim Batteriewechsel geboten, damit die Wasserdichtigkeit nicht beeinträchtigt wird

- ***PoolMate2, PoolMatePlus-** Der Akku ist ein CR2032 und dauert normalerweise etwa 24 Monate. Bitte überprüfen Sie auf www.swimovate.com Ihr nächstgelegenes Servicecenter.
- ***PoolMateLive-** Die Batterie ist ein CR2032, Sie können dies selbst ändern, es dauert normalerweise 6-12 Monate.
- ***PoolMateHR-** Die Batterie ist wiederaufladbar und nicht zum Entfernen geeignet. Öffnen Sie die Rückabdeckung nicht selbst.

Pflege und Garantie

- Versuchen Sie niemals, Ihren PoolMate selbst zu demontieren.
- Schützen Sie das Gerät vor harten Stößen, Hitze und Stößen.
- Lagern Sie das Gerät nicht an einem feuchten Ort wie zB einer Sporttasche
- Setzen Sie PoolMates keinen starken Chemikalien und Reinigungsmitteln aus.
- Bei bestimmten Schwimmern oder Schlagarten wird keine Garantie für die Genauigkeit der Uhr übernommen.
- Sollte dieses Produkt aufgrund von Material- oder Herstellungsfehlern ausfallen, ersetzt Swimovate Ltd es für einen Zeitraum von 12 Monaten ab Kaufdatum kostenlos. Dies beinhaltet nicht die Batterie, Batteriewechsel, Schäden oder Fehlfunktionen, die durch unsachgemäßen Gebrauch, Unfall oder Nachlässigkeit entstehen.
- Swimovate Ltd haftet in keiner Weise für zufällige oder Folgeschäden, die sich aus der Verwendung oder der Unfähigkeit zur Verwendung des Produkts ergeben. Swimovate Ltd übernimmt keine Verantwortung für eventuelle Verluste oder Ansprüche Dritter.
- Wenn ein Garantiefall erforderlich erscheint, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler, bevor Sie ein Produkt zurücksenden.

PoolMates haben CE - und FCC - Konformität - Patent geschützt - Entworfen in Großbritannien, hergestellt in China - Copyright 2018 Swimovate Ltd

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website www.swimovate.de