



**Bedienungsan-
leitung**
Guía del usuario



**Cardio
60**

User's Guide
**Guide de
l'utilisateur**
Guida utente
**Gebruikers-
handleiding**
Bruksanvisning
Brugsanvisning
Käyttöopas
Snabbstartguide

Cardio 60



1 Light / Power (☀/⏻)

- Press and hold to turn the device on or off.
- Press to turn on or off the backlight.

2 Back (↩)

- Press to return to the previous page or cancel an operation.
- In Training mode, press to pause or stop recording log. While the recording is paused, press again to stop.

3 OK (OK)

- In Clock view, press to enter the menu mode.
- In Menu, press to enter or confirm a selection.
- When recording, press to mark the lap.

4 Up (▲)

- In Menu, press to move up to scroll through menu options. Press and hold to fast scroll up through menu options.


5 Down (▼/☐)

- In Menu, press to move down to scroll through menu options. Press and hold to fast scroll down through menu options.
- In meter view, press to switch meter screen page.



Note: When the GPS is set to **On**, press to locate the GPS page before you start recording.

Getting Started

Turn On/Off

Press and hold  to turn the device on or off.

Reset

To reset the device, press and hold all three keys (/OK/) at the same time.

Initial Setup

When turning the device on for the first time, the setup wizard appears on screen. Follow the instructions to complete setup.

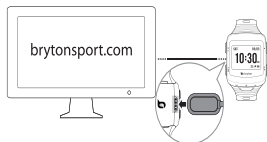
1. Select the display language.
2. Select the daylight saving time.
3. Select the unit of measurement.
4. Enter your "user profile".

It is recommended to input the data. Data accuracy will highly affect your training analysis.

5. Read and accept the Safety Agreement.

Connect, Sync, and Charge

1. Connect the device to a PC using the supplied USB charging clipper.
2. Download the *Bryton Bridge 2* application at brytonsport.com and sync with the device.



Keep the device connected to the PC to charge the battery. Attach the USB charging clipper onto the device and plug the other end to a PC.

Note:

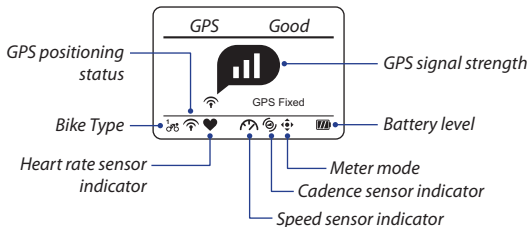
- For first time use, charge the battery for about 3 hours.
- Please send the watch back to local distributor for any battery issues.
- Improper battery replacement may cause an explosion. When replacing a new battery, use only the original battery or a similar type of battery specified by the manufacturer. Disposal of the used batteries must be carried out in accordance to the regulations of your local authority.












For better environmental protection, waste batteries should be collected separately for recycling or special disposal.











View Status Bar

Long press  to display the status bar.



Icons

icon	Description
GPS Signal Strength	
	No signal
	Poor *
	Fair **
	Good **
GPS Positioning Status	
	No signal (not fixed)
	Weak signal
	Strong signal
	Heart Rate Sensor Active
	Cadence Sensor Active

icon	Description
	Speed Sensor Active
	Dual Sensor Active
	Bike Type
	Training mode
	Meter mode
	Log Record in Progress
	Recording is paused
Power Status	
	Full battery
	Half battery
	Low battery

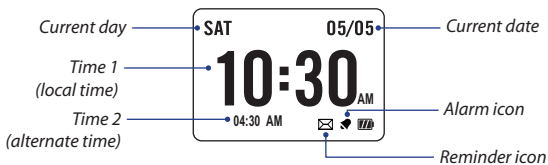
Note:

- Only the active icons are displayed on the screen.
- When the **Dual sensor** is activated, the sensor icon will appear at the **Speed sensor** icon position.

* Please go to an open area for better reception.

** When blinking, please wait until it stops blinking.

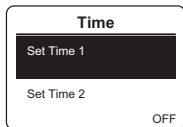
Clock View



EN

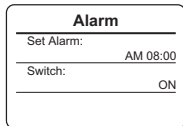
Set Time

1. Press **▼** to enter the menu mode.
2. Press **▲/▼** to select **Settings > Watch > Time > Set Time 1** or **Set Time 2** and press **OK** to enter its submenu.
3. Press **▲/▼** to select the desired setting and press **OK** to confirm.



Set Alarm (Time1)

1. In Menu, press **▲/▼** to select **Settings > Watch > Alarm** and press **OK** to enter its submenu.
2. Press **▲/▼** to select the desired setting and press **OK** to confirm.



Note: To enable the alarm, select **Settings > Watch > Alarm > Switch > ON**.

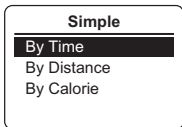
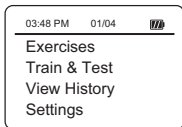
Exercise/Training

During exercise or training, Cardio 60 allows you to measure and record your exercise activities and displays your current performance.

Note: Displayed information varies on exercise mode and user preference.

Ready for Simple Training

1. Press **▼** to enter the menu mode.
2. Press **▲/▼** to select **Train & Test > Running** or **Cycling** and press **OK** to enter Training menu.
3. To set a simple workout, select **To Plan > Simple > By Time, By Distance, or By Calorie.**
4. Set the training target and press **OK** to confirm.
5. Select **Yes** to save the workout. To perform the workout, go to **Train & Test > Running** or **Cycling > My Workout.**
6. Enter the workout name using the on-screen keyboard. When finishing the name, choose **END** to save the workout name.




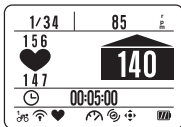


Choose Other Trainings/Workouts

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Train & Test** > **Running** or **Cycling** and press **OK** to enter Training menu.
2. Press ▲/▼ to select **My Workout**, **Bryton WKT**, or **Bryton Test** and press **OK** to enter its submenu.
3. Press ▲/▼ to select the desired setting and press **OK** to confirm.

Note:

- Only the active icons are displayed on the screen.
- When the  icon appears on the screen, press ▲ to skip the current *Interval*.



Interval Workouts

To set an interval workout, select **Train & Test** > **Running** or **Cycling** > **To Plan** > **Interval**. Then set the training target and press **OK** to confirm.





Customize Workouts



To set a customize workout, select **Train & Test** > **Running** or **Cycling** > **To Plan** > **Customize** > **Add New**. Then set the training target and press **OK** to confirm.

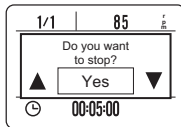
Note: If user does not enter the workout name, the system will automatically label the file name according to the current date and time.

Start / Pause / Stop Exercising/Training

- Press **OK** to start recording the log.
- Press  to pause the recording and press  again to stop the recording.

Note:

- During exercising/training, press and hold  to enter Shortcut menu.
- When recording, press  twice to stop recording.





EN

My Lap

To start a Lap workout, select **Settings > Exercise > Running, Cycling, or Others > My Lap > Distance or Location** and press **OK**. Then set the training target and press **OK** to confirm.

Mark Lap

Start an activity first by pressing **OK**. While recording, press **OK** to mark lap. When using Lap, the Lap screen will be displayed while you are doing exercise or training.

View Exercise/Training Info

To view the activities:

1. In Menu, press **▲/▼** to select **View History > View** and press **OK** to confirm.
2. Use **▲/▼** to view your history. Choose **More** for more details.

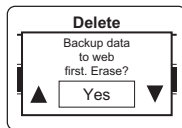
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

To view the summary:

1. In Menu, press **▲/▼** to select **View History > Summary > Running, Cycling, Others, or All >** and press **OK** to confirm.
2. Use **▲/▼** to view the activities summary.

Delete All Exercise/Training Info

1. In Menu, press **▲/▼** to select **View History** and press **OK** to confirm.
2. Press **▲/▼** to select **Delete All** and press **OK** to enter its submenu. A "Backup data to web first. Erase?" message appears on the screen. To delete the data, press **▲/▼** to select **Yes** and press **OK** to confirm.





Setting Reminder

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Exercise** > **Running**, **Cycling**, or **Others** > **Reminder** > select one of the available options and press **OK** to enter the submenu.

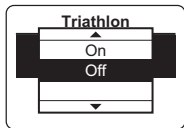
Note: The available options vary depending on the *selected mode*:

- **Running** mode: Off/Time/Distance/StrideRate/HR/Pace
- **Cycling** mode: Off/Time/Distance/Speed/HR/Cadence
- **Others** mode: Off/Time/Distance

2. Press ▲/▼ to set the desired setting and press **OK** to confirm.

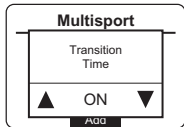
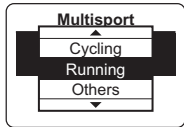
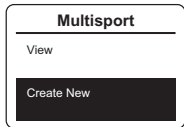
Enable Triathlon Transition Time

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Exercise** > **Triathlon** and press **OK** to enter the submenu.
2. Press ▲/▼ to select **ON** and press **OK** to enable the setting.



Multisport Setup

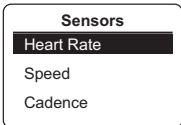
1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Exercise** > **Multisport** > **Create New** and press **OK** to enter the submenu.
2. Press ▲/▼ to select the desired sports and press **OK** to confirm.
3. To add more sports, press **OK** and repeat Step 2.
4. After the setup is complete, select **Save** to enter the transition time submenu. Then press ▲/▼ to select **ON** and press **OK** to enable the setting.



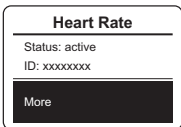
Link Sensors

Use the Link setting to pair sensors to Cardio 60.

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Sensors** > **Heart Rate, Speed, Cadence**, or **Speed/CAD** and press **OK** to enter its submenu.

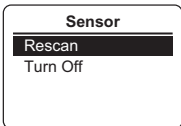


2. Press ▲/▼ to select **More** and press **OK** to enter the selected sensor submenu.
3. When the sensor is successfully connected, the sensor ID will be displayed on the screen. Verify that the sensor ID is correct.



Note: The information on the sensors ID are included in the package.

4. Press ▲/▼ to select the desired option and press **OK** to confirm.
 - **Rescan:** rescan to detect the sensor.
 - **Turn Off** (*only if the device has paired with the sensor): disable the sensor.

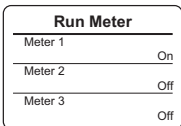


Customize the Display Settings

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Exercise** > **Running**, or **Cycling** > **Meter** > **Meter** > **Meter 1, Meter 2, Meter 3**, or **Meter 4** and press **OK** to enter its submenu.

Note: Lap and Others only have two options (Meter 1 / Meter 2).

2. Press ▲/▼ to select the number of data fields and press **OK** to confirm.





3. Press ▲/▼ to select the item field that you want to customize, and press **OK** to confirm the selection.
4. Press ▲/▼ to select the desired setting and press **OK** to confirm.

Note: After the setting is complete, the Lap screen appears only when Lap function starts.

EN

Personalize User Profile

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Profile** > **User** and press **OK** to enter its submenu.
2. Press ▲/▼ to select the setting that you want to change and press **OK** to confirm.

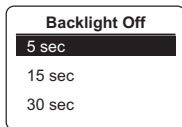
Personalize Bike Profile

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **Profile** > **Bike** > **Bike 1** or **Bike 2** and press **OK** to enter its submenu.
2. Press ▲/▼ to select the setting that you want to change and press **OK** to confirm.

Note: To view the bike profile(s), select **Settings** > **Profile** > **Bike**.

Change Backlight Off Settings

1. In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **General** > **System** > **Backlight Off** and press **OK** to enter its submenu.
2. Press ▲/▼ to select the desired setting and press **OK** to confirm.



**EN**

Enable Key Tone

In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **General** > **System** > **Key Tone** and press **OK** to enter its submenu. Then press ▲/▼ to select **ON** and press **OK** to enable the setting.

Enable Notification Alert

In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **General** > **System** > **Alert** or **Vibrate** and press **OK** to enter its submenu. Then press ▲/▼ to select **ON** and press **OK** to enable the setting.

Note: When the alert is set **OFF**, the sound will go off during workout and free exercise.

Set the Unit/Language

In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **General** > **System** > **Unit** or **Language** and press **OK**. Then press ▲/▼ to select the desired setting and press **OK** to confirm.

View GPS

In Menu, press ▲/▼ to select **Settings** > **General** > **GPS** and press **OK**.

- **Off:** disable the GPS.
- **Full Power:** GPS is set on and provide more accurate position but consume more power.
- **PowerSaving:** GPS is set on. The GPS positioning will be less accurate but battery hours can be last longer.



Specifications

EN

Item	Description
Display	1.4" Mono LCD
Physical size	42.9 x 48.4 x 13.95 mm
Weight	54 g
Operating temperature	-10°C ~ 50°C
Battery charge temperature	0°C ~ 40°C
Battery life	Up to 28 days in clock mode Up to 16 hours in training mode at open-sky environment
GPS	Integrated high-sensitivity receiver with embedded antenna
RF transceiver	2.4 GHz ANT+ transceiver with embedded antenna
G-Sensor	3-axis acceleration sensor

**Design and specifications are subject to change without prior notice.*

Cardio 60

FR



1 Voyant / Alimentation (☀/🔌)

- Appuyez pendant plusieurs secondes pour allumer ou éteindre l'appareil.
- Appuyez pour allumer ou éteindre le rétro-éclairage.

2 Retour (↩)

- Appuyez pour retourner à la page précédente ou pour annuler une opération.
- En mode entraînement, appuyez pour mettre en pause ou arrêter le journal d'enregistrement. Lorsque que l'enregistrement est en pause, appuyez de nouveau pour arrêter.

3 OK (OK)

- En mode Horloge, appuyez pour entrer dans le mode menu.
- Dans le Menu, appuyez pour ouvrir ou confirmer une sélection.
- Lorsque vous enregistrez, appuyez pour marquer le tour.

4 Haut (▲)

- Dans le Menu, appuyez pour aller vers le haut dans les options du menu. Appuyez sans arrêter pour aller rapidement vers le haut dans les options du menu.

5 Bas (▼/☐)

- Dans le Menu, appuyez pour aller vers le bas dans les options du menu. Appuyez sans arrêter pour aller rapidement vers le bas dans les options du menu.
- Dans la vue Instr. Mesure, appuyez pour changer la page de l'écran Instr. Mesure.


Remarque : Lorsque le GPS est réglé sur **Marche**, appuyez pour localiser la page GPS avant de commencer l'enregistrement.

Cardio 60 Guide de l'utilisateur





Mise en route

Allumer/éteindre

Appuyez pendant plusieurs secondes sur  pour allumer ou éteindre l'appareil.

Réinitialiser

Pour réinitialiser l'appareil, appuyez sans arrêter sur les trois boutons (/OK/) en même temps.

Configuration initiale

A la première mise sous tension de l'appareil, l'assistant de configuration apparaît sur l'écran. Suivez les instructions pour effectuer la configuration.

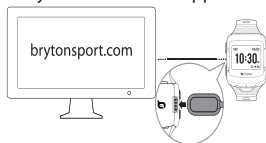
1. Choisissez la langue de l'affichage.
2. Choisissez l'heure d'été.
3. Choisissez l'unité de mesure.
4. Entrez votre "profil util."

Il est conseillé de saisir les données. La précision des données aura un impact important sur l'analyse de vos entraînements.

5. Lisez et acceptez l'accord relatif à la sécurité.

Connexion, synchro et chargement

1. Connectez l'appareil à un PC avec le câble USB fourni.
2. Téléchargez l'application *Bryton Bridge 2* sur brytonsport.com et synchronisez avec l'appareil.



Laissez l'appareil connecté au PC pour recharger la batterie. Reliez le câble du chargeur USB à l'appareil et branchez l'autre extrémité à un PC.

Remarque :

- La première fois, chargez la batterie pendant au moins 3 heures.
- Veuillez renvoyer la montre au distributeur local pour tous les problèmes de batterie.
- Un remplacement inadéquat de la batterie peut provoquer une explosion. Lors du remplacement par une batterie neuve, utilisez uniquement une batterie d'origine ou un type semblable spécifié par le fabricant. L'élimination des batteries usagées doit être effectuée conformément aux prescriptions de l'autorité locale.



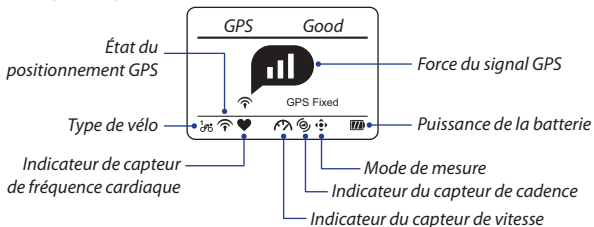
Pour une meilleure protection de l'environnement, piles et accumulateurs usagés doivent être collectés séparément à des fins de recyclage ou d'élimination particulière.





Afficher la barre d'état

Appuyez longuement sur ☀ pour afficher la barre d'état.



Icônes

icône	Description
Force du signal GPS	
	Pas de signal
	Mauvais *
	Juste **
	Bon **
État du positionnement GPS	
	Pas de signal (pas de fix)
	Signal faible
	Signal fort
	Capteur de fréquence cardiaque actif
	Capteur de cadence actif

icône	Description
	Capteur de vitesse actif
	Capteur double actif
	Type de vélo
	Mode d'entraînement
	Mode de mesure
	Enregistrement du journal en cours
	Enregistrement en pause
Etat de l'alimentation	
	Batterie pleine
	Batterie à moitié déchargée
	Batterie faible

Remarque :

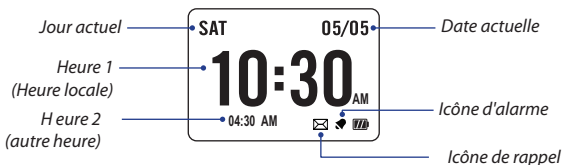
- Seulement les icônes actives sont affichées sur l'écran.
- Lorsque le **Capteur double** est activé, l'icône de capteur apparaît à la position de l'icône **Capteur de vitesse**.

* Veuillez aller dans un endroit dégagé pour une meilleure réception.

** En cas de clignotement, veuillez attendre jusqu'à ce que ce clignotement cesse.

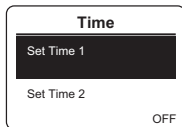


Affichage Horloge



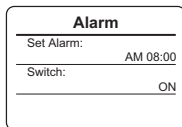
Réglez l'heure

1. Appuyez sur ▼ pour entrer en mode menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour choisir **Réglages** > **Horloge** > **Heure** > **Régler temps** ou **Régler temps 2** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
3. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.



Régler alarme (Heure 1)

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Horloge** > **Alarme** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.



Remarque : Pour activer l'alarme, sélectionnez **Réglages** > **Horloge** > **Alarme** > **Changer** > **Marche**.





Exercice / Entraînement

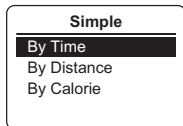
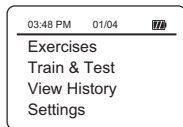
Pendant l'exercice ou l'entraînement, Cardio 60 vous permet de mesurer et d'enregistrer vos activités d'entraînement et d'afficher vos performances actuelles.

FR

Remarque : Les informations affichées varient selon le mode d'exercice et les préférences de l'utilisateur.

Prêt pour l'entraînement simple

- Appuyez sur ▼ pour entrer en mode menu.
- Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Train & essai** > **Course** ou **Cyclisme** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le menu Entraînement.
- Pour faire un entraînement simple, sélectionnez **A planifier** > **Simple** > **Par heure, Par distance, ou Par calorie.**
- Définissez la cible de l'entraînement et appuyez sur **OK** pour confirmer.
- Sélectionner **Oui** pour enregistrer la séance d'entraînement. Pour effectuer la séance d'entraînement, allez à **Train & essai** > **Course** ou **Cyclisme** > **Mon essai.**
- Entrez le nom de l'entraînement en utilisant le clavier à l'écran. En finissant le nom, choisissez **FIN** pour enregistrer le nom de l'entraînement.



Choisissez Autres entraînements / essais

- Dans le Menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Train & essai** > **Course** ou **Cyclisme** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le menu Entraînement.

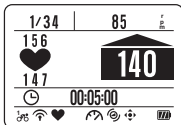




- Appuyer ▲/▼ pour sélectionner **Mon essai, Bryton WKT** ou **Bryton Test** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
- Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.

Remarque :

- Seulement les icônes actives sont affichées sur l'écran.
- Lorsque l'icône 🏠 apparaît sur l'écran, appuyez sur ▲ pour sauter l'*intervalle* en cours.



Entraînements à intervalle

Pour définir un intervalle d'entraînement, sélectionnez **Train & essai** > **Course** ou **Cyclisme** > **A planifier** > **Intervalle**. Définissez ensuite la cible de l'entraînement et appuyez sur **OK** pour confirmer.

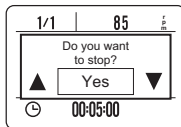
Personnalisation des entraînements

Pour définir un intervalle d'entraînement, sélectionnez **Train & essai** > **Course** ou **Cyclisme** > **A planifier** > **Person.** > **Ajouter nouveau**. Définissez ensuite la cible de l'entraînement et appuyez sur **OK** pour confirmer.

Remarque : Si l'utilisateur n'entre pas de nom d'entraînement, le système nomme automatiquement le fichier en fonction de la date et de l'heure.

Démarrer / Pause / Interrompre exercices / Entraînement

- Appuyez **OK** pour commencer à enregistrer le journal.
- Appuyez sur ↻ pour mettre en pause l'enregistrement et appuyez sur ↻ à nouveau pour arrêter l'enregistrement.



Remarque :

- Au cours de l'entraînement / de l'exercice, appuyez et maintenez 🏠 pour accéder au menu des court-circuit.
- Lors de l'enregistrement, appuyez sur ↻ deux fois pour arrêter l'enregistrement.





Mon tour

Pour démarrer une séance d'entraînement Lap, sélectionnez **Réglages** > **Exercices** > **Course, Cyclisme** ou **Autres** > **Mon tour** > **Distance** ou **Emplacement** et appuyez sur **OK**. Définissez ensuite la cible de l'entraînement et appuyez sur **OK** pour confirmer.

FR

Marquer le tour

Commencez une activité en appuyant en premier sur **OK**. Pendant l'enregistrement, appuyez sur **OK** pour marquer le tour. Lors de l'utilisation de Tour l'écran Tour s'affiche pendant que vous faites l'exercice ou l'entraînement.

Afficher les infos de l'exercice / entraînement

Pour voir les activités :

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Aff. Hist.** > **Afficher** et appuyez sur **OK** pour confirmer.
2. Utilisez ▲/▼ pour voir votre historique. Choisissez **Plus** pour plus de détails.

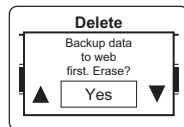
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Pour voir le résumé :

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Aff. Hist.** > **Résumé** > **Course, Cyclisme, Autres** ou **Tous** > et appuyez sur **OK** pour confirmer.
2. Utilisez ▲/▼ pour voir le résumé des activités.

Supprimer tout exercice / Info d'entraînement

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Aff. Hist.** et appuyez sur **OK** pour confirmer.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Supp. Tout** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu. Un message "Données de sauvegarde vers le Web. Effacer?" s'affiche à l'écran. Pour supprimer les données, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Oui** et appuyez sur **OK** pour confirmer.





Réglage du rappel

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Exercices** > **Course, Cyclisme** ou **Autres** > **Rappel** > sélectionnez l'une des options disponibles et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.

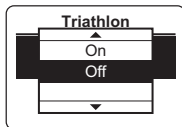
Remarque : Les options disponibles varient en fonction du mode *sélectionné* :

- Mode **Course** : Off / Heure / Distance / Vit pas / FC / Cadence
- Mode **Cyclisme** : Off / Heure / Distance / Vitesse / FC / Cadence
- Mode **Autres** : Off / Heure / Distance

2. Appuyez sur ▲/▼ pour définir le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.

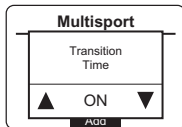
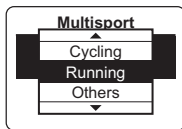
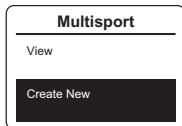
Activer Heure Transition Triathlon

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Exercices** > **Triathlon** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Ensuite, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **ON** et appuyez sur **OK** pour activer le réglage.



Configuration Multisport

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Exercices** > **Multisport** > **Créer Nouv** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.
3. Pour ajouter d'autres sports, appuyez sur **OK** et répétez l'étape 2.
4. Une fois la configuration terminée, sélectionnez **Enr.** pour entrer dans le sous-menu temps de transition. Ensuite, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **ON** et appuyez sur **OK** pour activer le réglage.



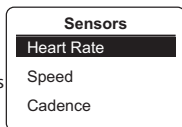


Connecter les capteurs

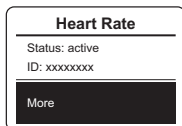
Utilisez le réglage Lien pour jumeler les capteurs avec le Cardio 60.

FR

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages > Capteurs > FréqCard, Vitesse, Cadence** ou **Vit./cadence** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.

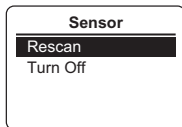


2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Plus** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu du capteur sélectionné.
3. Lorsque le capteur est connecté avec succès, l'ID du capteur s'affiche sur l'écran. Vérifiez que l'ID du capteur est correcte.



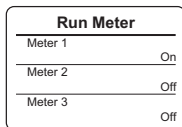
Remarque : Les informations sur les ID des capteurs sont incluses dans l'emballage.

4. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner l'option désirée et appuyez sur **OK** pour confirmer.
 - **Rebalayer** : Rebalaye pour détecter le capteur.
 - **Désactiver** (* Uniquement si l'appareil est couplé avec le capteur) : désactive le capteur.



Personnaliser les réglages d'affichage

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages > Exercices > Course** ou **Cyclisme > Mètre > Mètre > Mètre 1, Mètre 2, Mètre 3** ou **Mètre 4** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.



Remarque : **Tour et Autres** n'ont que deux options (Mètre 1 / Mètre 2).

2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le nombre de champs de données et appuyez sur **OK** pour confirmer.





3. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le champ de données que vous voulez personnaliser et appuyez sur **OK** pour confirmer la sélection.
4. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.

Remarque : Lorsque le réglage est terminé, l'écran Tour apparaît uniquement lorsque la fonction Tour démarre.

FR

Personnaliser le profil de l'utilisateur

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Profil** > **Utilisateur** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage que vous voulez changer et appuyez sur **OK** pour confirmer.

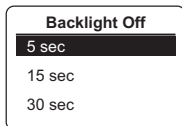
Personnaliser le profil du vélo

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Profil** > **Vélo** > **Vélo 1** ou **Vélo 2** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage que vous voulez changer et appuyez sur **OK** pour confirmer.

Remarque : Pour consulter les profils de vélo, sélectionnez **Réglages** > **Profil** > **Vélo**.

Changement des paramètres d'arrêt du rétroéclairage

1. Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Général** > **Système** > **lumière sur** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu.
2. Appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.





Activer la tonalité

Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Général** > **Système** > **Tonalité** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu. Ensuite, appuyez sur p/q pour sélectionner **ON** et appuyez sur **OK** pour activer le réglage.

FR

Activer la notification d'alerte

Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Général** > **Système** > **Alarme** ou **Vibrer** et appuyez sur **OK** pour entrer dans le sous-menu. Ensuite, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **ON** et appuyez sur **OK** pour activer le réglage.

Remarque : Lorsque l'alerte est réglée sur **OFF**, le son s'éteint pendant l'entraînement et l'exercice libre.

Réglez l'unité / la langue

Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Général** > **Système** > **Unité** ou **Langue** et appuyez sur **OK**. Appuyez ensuite sur ▲/▼ pour sélectionner le réglage désiré et appuyez sur **OK** pour confirmer.

Afficher le GPS

Dans le menu, appuyez sur ▲/▼ pour sélectionner **Réglages** > **Général** > **GPS** et appuyez sur **OK**.

- **Off :** Désactiver le GPS.
- **Pleine alim. :** Le GPS est allumé et fournit une position plus précise, mais consomme plus d'énergie.
- **Econ. Én.:** Le GPS est allumé. Le positionnement GPS est moins précis mais l'autonomie de la batterie dure peut être plus longtemps.



Spécifications

Élément	Description
Affichage	LCD mono de 1,4"
Taille physique	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Poids	54 g
Température d'utilisation	-10°C ~ 50°C
Température de charge de la batterie	0°C ~ 40°C
Durée de la batterie	Jusqu'à 28 jours en mode d'horloge Jusqu'à 16 heures en mode d'entraînement avec ciel dégagé
GPS	Récepteur intégré à haute sensibilité avec antenne incorporée
Émetteur RF	Émetteur-récepteur ANT+ 2,4 GHz avec antenne incorporée
G-Sensor	Capteur d'accélération 3 axes

FR

** La conception et les spécifications sont sujettes à modifications sans préavis.*

Cardio 60



1 Luce / Alimentazione



- Tenere premuto per accendere/spengere il dispositivo.
- Premere per accendere e spegnere l'illuminazione.

2 Indietro (↶)

- Premere per tornare alla pagina precedente o per annullare l'operazione.
- In modalità Allenamento, premere per arrestare la registrazione. Mentre la registrazione è in pausa, premere di nuovo per interromperla.

3 OK (OK)

- In visualizzazione Orologio, premere per accedere al menu.
- In Menu, premere per accedere o confermare una selezione.
- Durante la registrazione, premere per segnare il giro.

4 Su (▲)

- In Menu, premere per spostarsi verso l'alto e scorrere tra le opzioni del menu. Tenere premuto per spostarsi rapidamente verso l'alto tra le opzioni di menu.

5 Giù (▼/☐)

- In Menu, premere per spostarsi verso il basso e scorrere tra le opzioni del menu. Tenere premuto per spostarsi rapidamente verso il basso tra le opzioni di menu.
- In visualizzazione Griglia Info, premere per passare alla schermata misuratore.

Nota: Quando il GPS è impostato su **On**, premere per trovare la pagina GPS prima di avviare la registrazione.





Operazioni preliminari

Accensione/spengimento

Tenere premuto  per accendere/spengere il dispositivo.

Ripristina

Per ripristinare il dispositivo, tenere premuti contemporaneamente i tre tasti (/OK/).

Installazione iniziale

La prima volta che si accende il dispositivo, sullo schermo appare la procedura guidata d'installazione. Seguire le istruzioni su schermo per completare l'installazione.

1. Selezionare la lingua da visualizzare.
2. Selezionare l'ora legale.
3. Selezionare l'unità di misura.
4. Inserire il proprio "profilo utente".

Si consiglia di immettere i dati. La precisione dei dati influenza notevolmente l'analisi dell'allenamento.

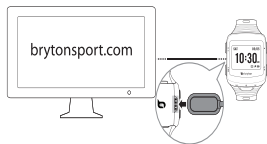
5. Leggere ed accettare l'Accordo sulla sicurezza.

Collegamento, sincronizzazione e carica

1. Collegare il dispositivo ad un PC usando dispositivo di

caricamento USB fornito in dotazione.

2. Scaricare l'applicazione *Bryton Bridge 2* dal sito brytonsport.com e sincronizzare il dispositivo.



Tenere il dispositivo collegato al PC per caricare la batteria. Collegare dispositivo di caricamento USB al dispositivo e l'altra estremità ad un PC.

Nota:

- La prima volta, caricare la batteria per almeno 3 ore.
- Inviare l'orologio al distributore locale per eventuali problemi relativi alle batterie.
- La sostituzione impropria della batteria può provocare esplosioni. Quando si sostituisce la batteria, usare solo la batteria originale o una di tipo simile specificata dal produttore. Lo smaltimento delle batterie usate deve essere eseguito osservando le leggi emanate dalle autorità locali.



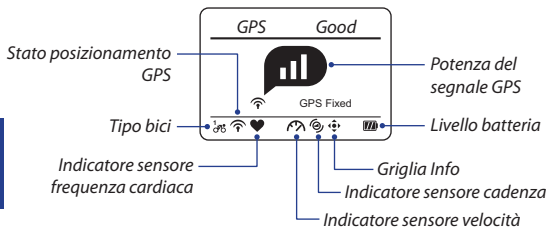
Per garantire la protezione dell'ambiente, le batterie usate devono essere smaltite separatamente dai rifiuti urbani usando i punti di raccolta o lo smaltimento differenziato per il riciclaggio.





Visualizzare la barra di stato

Premere a lungo  per visualizzare la barra di stato.



Icone

Icona	Descrizione
Potenza del segnale GPS	
	Nessun segnale
	Mediocre *
	Fiera **
	Buona **
Stato posizionamento GPS	
	Nessun segnale (non fisso)
	Segnale debole
	Segnale potente
	Sensore di frequenza cardiaca attivo
	Sensore di cadenza attivo

Icona	Descrizione
	Sensore di velocità attivo
	Doppio sensore attivo
	Tipo bici
	Modo allenamento
	Griglia Info
	Registrazione log in corso
	Registrazione interrotta
Stato alimentazione	
	Batteria carica
	Batteria mezza carica
	Batteria scarica

Nota:

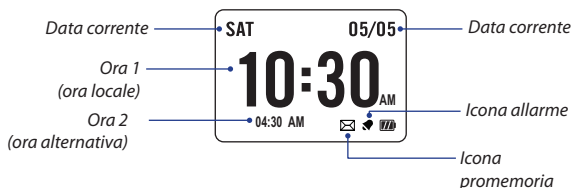
- Sullo schermo vengono visualizzate solo le icone attive.
- Quando il **Sensore Dual** è attivato, l'icona del sensore apparirà al posto dell'icona del **Sensore velocità**.

* Portarsi in uno spazio aperto per una migliore ricezione.

** Quando lampeggia, attendere finché non smette di lampeggiare.



Visualizzazione orologio



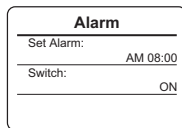
Impostare l'ora

1. Premere ▼ per accedere al menu.
2. Premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni > Orologio > Ora > Imp. ora** o **Imposta ora 2**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
3. Premere il tasto ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.



Imp. Allarme (Ora 1)

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni > Orologio > Allarme**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere il tasto ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.



Nota: Per abilitare l'allarme, selezionare **Impostazioni > Orologio > Allarme > Commuta > ON**.

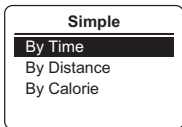
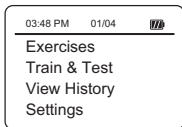
Esercizio/Allenamento

Durante l'esercizio fisico o l'allenamento, Cardio 60 permette di misurare e registrare le attività e visualizza le prestazioni correnti.

Nota: Le informazioni visualizzate variano in base alla modalità di allenamento ed alle preferenze dell'utente.

Prepararsi per l'allenamento semplice

1. Premere **▼** per accedere al menu.
2. Premere **▲/▼** per selezionare **Train & Test** > **Corsa** o **Ciclismo**, quindi premere **OK** per accedere al menu Allenamento.
3. Per impostare un allenamento semplice, selezionare **To Plan** > **Semplice** > **Per tempo**, **Per distanza** o **Per calorie**.
4. Impostare l'obiettivo dell'allenamento, quindi premere **OK** per confermare.
5. Selezionare **Si** per salvare il programma. Per eseguire l'allenamento, andare a **Train & Test** > **Corsa** o **Ciclismo** > **Allenamento**.
6. Inserire il nome dell'esercizio tramite la tastiera su schermo. Dopo avere dato un nome al programma d'allenamento, scegliere **FINE** per salvare il nome.




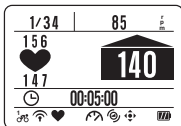


Scegliere altri Allenamenti/Programmi d'allenamento

1. Nel Menu, premere ▲/▼ per selezionare **Train & Test > Corsa o Ciclismo**, quindi premere **OK** per accedere al menu Allenamento.
2. Premere ▲/▼ per selezionare **Allenamento, Bryton WKT o Bryton prova**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
3. Premere il tasto ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.

Nota:

- Sullo schermo vengono visualizzate solo le icone attive.
- Quando sullo schermo appare l'icona , premere ▲ per ignorare l'Intervallo corrente.



Esercizi d'intervallo



Per impostare un allenamento a intervalli, selezionare **Train & Test > Corsa o Ciclismo > To Plan > Intervallo**. Impostare l'obiettivo dell'allenamento, quindi premere **OK** per confermare.

Esercizi personalizzati



Per impostare un programma d'allenamento personalizzato, selezionare **Train & Test > Corsa o Ciclismo > To Plan > Person.** **Aggiungi nuovo**. Impostare l'obiettivo dell'allenamento, quindi premere **OK** per confermare.

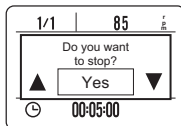
Nota: Se l'utente non inserisce il nome per l'allenamento, il sistema assegna automaticamente la data e l'ora corrente come nome del file.

Avvio/Sospensione/Arresto esercizio/allenamento

- Premere **OK** per avviare la registrazione.
- Premere  per mettere in pausa la registrazione e premere di nuovo  per arrestare la registrazione.

Nota:

- Durante l'esercizio/allenamento, tenere premuto  per accedere al menu Colleg.
- Durante la registrazione, premere due volte  per arrestare la registrazione.





Il mio giro

Per avviare un programma d'allenamento a giri, selezionare **Impostazioni > Esercizi > Corsa, Ciclismo o Altro > Mio giro > Distanza o Posizione**, quindi premere **OK**. Impostare l'obiettivo dell'allenamento, quindi premere **OK** per confermare.

Segna giro

Per prima cosa avviare un'attività premendo **OK**. Durante la registrazione, premere **OK** per contrassegnare il giro. Quando si usa Frazione, la schermata Frazione sarà visualizzata mentre si sta facendo eseguendo l'esercizio o l'allenamento.



Vedi info Esercizio/Allenamento

Per visualizzare le attività:

1. Nel menu, premere **▲/▼** per selezionare **Vis. cronol > Vis.**, quindi premere **OK** per confermare.
2. Usare **▲/▼** per visualizzare la cronologia. Scegliere **di più** per altri dettagli.

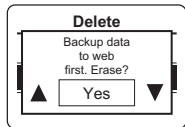
12/25	12:23	
00:06:00		run
12		km
5		min/km
512		kcal
5		laps
		More 2/5

Per visualizzare il riepilogo:

1. Nel menu, premere **▲/▼** per selezionare **Vis. cronol > Riep. > Corsa, Ciclismo, Altro o Tutto**, quindi premere **OK** per confermare.
2. Usare **p/q** per visualizzare il riepilogo delle attività.

Eliminare tutte le informazioni esercizio/allenamento

1. Nel menu, premere **▲/▼** per selezionare **Vis. cronol**, quindi premere **OK** per confermare.
2. Premere **▲/▼** per selezionare **Elimina tutto**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario. Sullo schermo è visualizzato il messaggio. "I dati di backup alla prima web. Cancellare?". Per eliminare i dati, premere **p/q** per selezionare **Sì**, quindi premere **OK** per confermare.





Impostazione del promemoria

1. Nel Menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Esercizi** > **Corsa**, **Ciclismo** o **Altro** > **Promemoria**, quindi selezionare una delle opzioni disponibili e premere **OK** per accedere al menu secondario.

Nota: Le opzioni disponibili variano in base alla modalità *selezionata*:

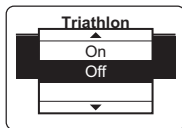
- Modalità **Corsa**: Off/Ora/Distanza/ritmo and/FC/Andat.
- Modalità **Ciclismo**: Off/Ora/Distanza/Velocità/FC/Cadenza
- Modalità **Altro**: Off/Ora/Distanza

2. Premere ▲/▼ per configurare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.



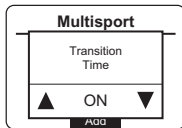
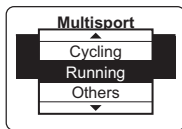
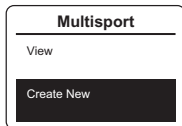
Abilitare il tempo di transizione Triathlon

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Esercizi** > **Triathlon**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere ▲/▼ per selezionare **ON**, quindi premere **OK** per abilitare l'impostazione.



Impostazione di Multisport

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Esercizi** > **Multisport** > **Crea nuovo**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere ▲/▼ per selezionare gli sport voluti, quindi premere **OK** per confermare.
3. Per aggiungere altri sport, premere **OK** e ripetere la e ripetere il passo Fase 2.
4. Una volta completata l'impostazione, selezionare **Salva** per accedere al menu secondario tempo di transizione. Premere p/q per selezionare **ON**, quindi premere **OK** per abilitare l'impostazione.

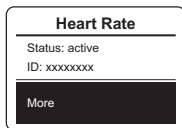
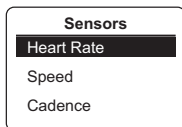




Collega sensori

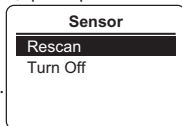
Usare l'impostazione Link per accoppiare i sensori a Cardio 60.

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni > Sensori > Freq. card., Velocità, Cadenza o Vel./Cad.**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere ▲/▼ per selezionare **di più**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario del sensore selezionato.
3. Quando il sensore è collegato correttamente, l'ID del sensore è visualizzato sullo schermo. Verificare che l'ID del sensore sia corretto.



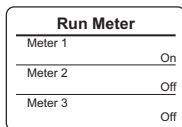
Nota: Le informazioni sull'ID dei sensori sono incluse nella confezione.

4. Premere ▲/▼ per selezionare l'opzione voluta, quindi premere **OK** per confermare.
 - **Ricerca:** ricerca per rilevare il sensore.
 - **Turn Off** (* solo se il dispositivo è accoppiato al sensore): disabilita il sensore.



Personalizzare le Impostazioni di visualizzazione

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni > Esercizi > Corsa o Ciclismo > Griglia Info > Griglia Info > Metro 1, Metro 2, Metro 3 o Metro 4**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.



Nota: **La voce Frazione e Altro** hanno solo due opzioni (Metro 1 / Metro 2).

2. Premere ▲/▼ per selezionare il numero di campi di dati, quindi premere **OK** per confermare.





3. Premere ▲/▼ per selezionare il campo delle voci che si vuole personalizzare, quindi premere **OK** per confermare la selezione.
4. Premere il tasto ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.

Nota: Al termine dell'impostazione, la schermata Frazione appare solo quando si avvia la funzione Frazione.

Personalizza il profilo utente

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Profilo** > **Utente**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione che si vuole modificare, quindi premere **OK** per confermare.



Personalizzare il profilo della bici

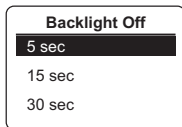
1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Profilo** > **Bici** > **Bici 1** o **Bici 2**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione che si vuole modificare, quindi premere **OK** per confermare.



Nota: Per visualizzare i profili bici, selezionare **Impostazioni** > **profilo** > **Bici**.

Modificare le impostazioni di spegnimento dell'illuminazione

1. Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Generale** > **Sistema** > **Retroill Off**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario.
2. Premere il tasto ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.





Abilitare il tono tasti

Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Generale** > **Sistema** > **Tono tasti**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario. Premere p/q per selezionare **ON**, quindi premere **OK** per abilitare l'impostazione.

Abilitare la barra di notifica



Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Generale** > **Sistema** > **Avviso** o **Vibr.**, quindi premere **OK** per accedere al menu secondario. Premere p/q per selezionare **ON**, quindi premere **OK** per abilitare l'impostazione.

Nota: Quando l'avviso è impostato su **OFF**, il suono si spegne durante l'allenamento e l'esercizio libero.

Impostare le unità / la lingua

Nel menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Generale** > **Sistema** > **Unità** o **Lingua**, quindi premere **OK**. Premere ▲/▼ per selezionare l'impostazione voluta, quindi premere **OK** per confermare.

Visualizzare il GPS

Nel Menu, premere ▲/▼ per selezionare **Impostazioni** > **Generale** > **GPS**, quindi premere **OK**.

- **Off:** disabilita il GPS.
- **Piena pot.:** Il GPS è attivato e fornisce una posizione più precisa, ma consumano più energia.
- **Risp. energ.:** Il GPS è attivato. Il posizionamento GPS sarà meno accurato ma la batteria può durare più a lungo.



Specifiche

Voce	Descrizione
Visual. griglia	LCD Mono 1,4"
Dimensioni fisiche	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Peso	54 g
Temperatura di funzionamento	-10°C ~ 50°C
Temperatura di carica batteria	0°C ~ 40°C
Durata batteria	Fino a 28 giorni in modo Orologio Fino a 16 ore in modalità di allenamento in condizioni di cielo aperto
GPS	Ricevitore ad alta sensibilità integrato con antenna incorporata
Ricetrasmittitore RF	Ricetrasmittitore ANT+ a 2,4 GHz con antenna incorporata
Sensore G	Sensore di accelerazione a 3 assi

** Il design e le specifiche sono soggette a cambiamenti senza preavviso.*

Cardio 60



IN

1 Licht / Voeding (☀ / ⏻)

- Ingedrukt houden om het apparaat in en uit te schakelen.
- Kort indrukken om de achtergrondverlichting in of uit te schakelen.

2 Vorige (↶)

- Indrukken om terug te keren naar de vorige pagina of om een handeling te annuleren.
- In de trainingsmodus indrukken om de training en de logboekregistratie te onderbreken of stoppen. Nogmaals indrukken als de registratie is onderbroken om deze te stoppen.

3 OK (OK)

- In de klokmodus indrukken om de menumodus te openen.
- In Menu, indrukken om een selectie te openen of te bevestigen.
- Tijdens opnemen indrukken om de ronde te markeren.

4 Omhoog (▲)

- In Menu, indrukken om de menuopties opwaarts te doorlopen. Ingedrukt houden om de menuopties snel opwaarts te doorlopen.

5 Omlaag (▼ / ▢)

- In Menu, indrukken om de menuopties neerwaarts te doorlopen. Ingedrukt houden om de menuopties snel neerwaarts te doorlopen.
- In het meterscherm, indrukken om het meterscherm te verwisselen.

Opmerking: Als de GPS Aan is, indrukken om de GPS-pagina te localiseren voordat u met registreren start.



Aan de slag

In/uitschakelen

⏻ ingedrukt houden om het apparaat in en uit te schakelen.

Resetten

Om het apparaat te resetten houdt u alle drie de knoppen (☼/OK/▼) tegelijk ingedrukt.

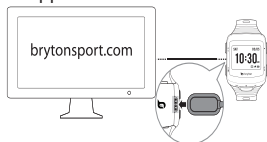
Initiële installatie

Als u het apparaat voor het eerst inschakelt, verschijnt de installatiewizard. Volg de aanwijzingen om de installatie te voltooien.

1. Selecteer de schermtaal.
2. Selecteer de zomertijd.
3. Selecteer de maateenheid.
4. Voer uw "gebr.profiel" in.
Het is raadzaam de gegevens in te voeren. Nauwkeurige gegevens beïnvloeden de analyse van de training sterk.
5. Lees en aanvaard de Veiligheidsovereenkomst.

Aansluiten, synchroniseren en laden

1. Sluit het apparaat met het meegeleverde USB-laadsnoer aan op een computer.
2. Download de toepassing *Bryton Bridge 2* op brytonsport.com en synchroniseer met het apparaat.



Houd het apparaat aangesloten op de pc om de batterij op te laden. Bevestig de USB-laadklem op het apparaat en steek het andere einde in een pc.

Opmerking:

- Laad de batterij voor het eerste gebruik ongeveer 3 uur op.
- Stuur het horloge terug naar de verkoper als er problemen zijn met de batterij.
- Onjuist vervangen van de batterij kan een ontploffing veroorzaken. Bij het vervangen van de batterij alleen de originele batterij of een door de fabrikant opgegeven gelijksoortig type gebruiken. Het verwijderen van gebruikte batterijen moet gebeuren in overeenstemming met de voorschriften van uw lokale instanties.

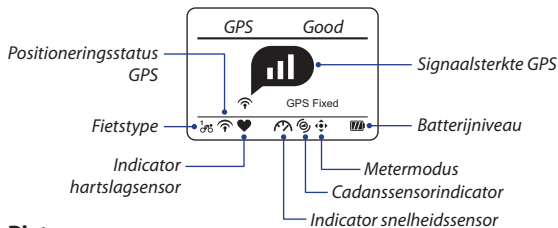


Voor een betere bescherming van het milieu, moeten lege batterijen afzonderlijk worden gesorteerd voor recyclingdoeleinden of voor een speciale afvalverwijdering. 39


















Statusbalk weergeven

Houd  lang ingedrukt om de statusbalk weer te geven.



Pictogrammen

pictogram	Beschrijving
Signaalsterkte GPS	
	Geen signaal
	Slecht *
	Fair **
	Goed **
Positioneringsstatus GPS	
	Geen signaal (niet gefixeerd)
	Zwak signaal
	Krachtig signaal
	Hartslagsensor actief
	Cadanssensor actief

pictogram	Beschrijving
	Snelheidssensor actief
	Dubbele sensor actief
	Fietstype
	Trainingmodus
	Metermodus
	Logboekregistratie bezig
	Opnemen is onderbroken
Energiestatus	
	Volle batterij
	Halfvolle batterij
	Lege batterij

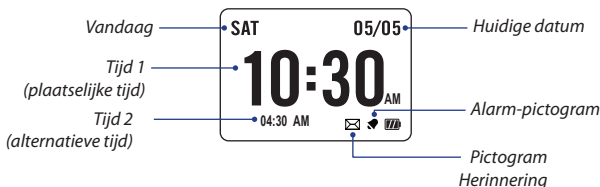
Opmerking:

- Alleen de actieve pictogrammen worden weergegeven op het scherm.
- Wanneer de **Dubbele sensor** is geactiveerd, verschijnt het sensorpictogram op de positie van het pictogram voor de **Snelheidssensor**.

* Ga naar open terrein voor een betere ontvangst.

** Bij knippen, wachten tot dit ophoudt.

Klokweergave



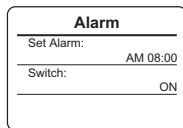
Tijd instellen

1. Druk op ▼ om naar de menustand te gaan.
2. Druk op ▲/▼ om **Instellingen > Klok > Tijd > Tijd instellen** of **Tijd2 instellen** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
3. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.



Alarm instellen (Tijd1)

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Klok > Alarm** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.



Opmerking: Selecteer om het alarm in te schakelen **Instellingen > Klok > Alarm > Wisselen > AAN**.



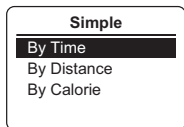
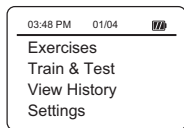
Oefening/Training

Tijdens een oefening of training kunt u met de Cardio 60 uw trainingsactiviteiten meten en opnemen en uw huidige prestatie weergeven.

Opmerking: De weergegeven informatie verschilt naargelang de oefenmodus en de gebruikersvoorkeuren.

Klaar voor eenvoudige training

1. Druk op ▼ om naar de menustand te gaan.
2. Druk op ▲/▼ om **Train & Test** > **Hardlopen** of **Fietsen** te selecteren en druk op **OK** om het menu Training te openen.
3. Voor een eenvoudige workout selecteert u **Naar plan** > **Simpel**, **Op tijd**, **Op afstand** of **Op calorie**.
4. Stel het doel van de training in en druk op **OK** om te bevestigen.
5. Druk op **Ja** om de positie op te slaan. Ga voor het uitvoeren van de training naar **Train & Test** > **Hardlopen** of **Fietsen** > **Mijn workout**.
6. Voer de naam van de workout in met behulp van het toetsenbord op het scherm.
Als u klaar bent met de naam, kiest u **INDE** om de naam van de workout op te slaan.



Andere trainingen/workouts kiezen

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Train & Test** > **Hardlopen** of **Fietsen** te selecteren en druk op **OK** om het menu Training te openen.

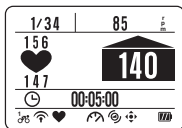




2. Druk op ▲/▼ om **Mijn workout, Bryton WKT** of **Bryton Test** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
3. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.

Opmerking:

- Alleen de actieve pictogrammen worden weergegeven op het scherm.
- Wanneer het pictogram verschijnt op het scherm, drukt u op ▲ om het huidige *interval* over te slaan.



Intervalworkouts

Selecteer **Train & Test** > **Hardlopen** of **Fietsen** > **Naar plan** > **Interval** om een intervalworkout in te stellen. Stel het doel van de training in en druk op **OK** om te bevestigen.



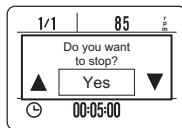
Aangepaste workouts

Selecteer **Train & Test** > **Hardlopen** of **Fietsen** > **Naar plan** > **Aanpassen** > **Nieuwe toevoegen** om een aangepaste workout in te stellen. Stel het doel van de training in en druk op **OK** om te bevestigen.

Opmerking: Als de gebruiker geen naam voor de training invoert, geeft het systeem het bestand automatisch een naam aan de hand van de huidige datum en tijd.

Start/Pauze/Stop oefenen/Training

- Druk op **OK** om de registratie van het logboek te starten.
- Druk op om het opnemen te onderbreken en druk nogmaals op om de registratie te stoppen.



Opmerking:

- Houd tijdens het oefenen/trainen ingedrukt om het Snelkoppeling-menu te openen.
- Druk tijdens de opname twee keer op om de opname te stoppen.





Mijn Lap

Om een Ronde-workout te starten, selecteert u **Instellingen** > **Oefeningen** > **Hardlopen, Fietsen** of **Overige** > **Mijn Lap** > **Afstand** of **Locatie** en drukt u op **OK**. Stel het doel van de training in en druk op **OK** om te bevestigen.

Ronde markeren

Start een activiteit door eerst op **OK** te drukken. Druk tijdens het registreren op **OK** om de ronde te markeren. Wanneer u Ronde gebruikt, verschijnt het scherm Ronde terwijl u oefent of traint.

Oefening/Traininginfo weergeven

De activiteiten weergeven:

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Gesch. weerg.** > **Weergave** te selecteren en druk op **OK** ter bevestiging.
2. Gebruik ▲/▼ om de geschiedenis te bekijken. Kies **Meer** voor meer details.

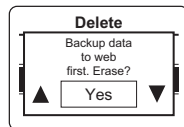
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Het overzicht weergeven:

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Gesch. weerg.** > **Overzicht** > **Hardlopen, Fietsen, Overige** of **Alle** weer te geven en druk op **OK** ter bevestiging.
2. Gebruik ▲/▼ om het activiteitenoverzicht te bekijken.

Alle trainingen wissen/traininginfo

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Gesch. weerg.** te selecteren en druk op **OK** ter bevestiging.
2. Druk op ▲/▼ om **Alles wissen** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen. Het bericht "Back-up van gegevens naar web eerst. Wissen?" verschijnt op het scherm. Om de gegevens te wissen, drukt u op ▲/▼ om **Ja** te selecteren en op **OK** om te bevestigen.





Herinnering instellen

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Oefening** > **Hardlopen, Fietsen** of **Overige** > **Herinnering** > te selecteren. Kies een van de beschikbare opties en druk op **OK** om het submenu te openen.

Opmerking: De beschikbare opties verschillen afhankelijk van de *geselecteerde* modus: - Modus **Hardlopen:** Uit/Tijd/Afstand/Stptmpo/HR/Tempo

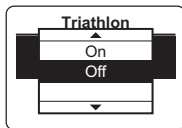
- Modus **Fietsen:** Uit/Tijd/Afstand/Snelheid/HR/Ritme

- Modus **Andere:** Uit/Tijd/Afstand

2. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.

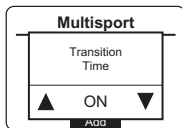
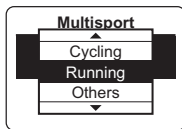
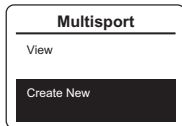
Overgangstijd triatlon inschakelen

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Oefening** > **Triathlon** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om **AAN** te selecteren en druk op **OK** om de instelling te activeren.



Instelling MultiSport

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Oefening** > **MultiSport** > **Maak Nieu** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om de gewenste sport te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.
3. Druk op **OK** en herhaal stap 2 om meer sporten toe te voegen.
4. Nadat de instelling is voltooid, selecteert u **Opsl.** om het submenu voor de overgangstijd te openen. Druk vervolgens op ▲/▼ om **Aan** te selecteren en druk op **OK** om de instelling te activeren.

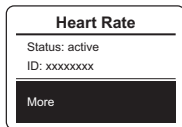
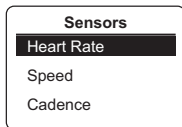




Sensoren koppelen

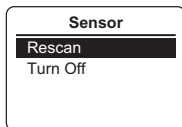
Gebruik de instelling Koppeling om sensoren met de Cardio 60 te koppelen.

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Sensoren > Hartslag, Snelheid, Ritme of Snelh./Ritme** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om **Meer** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
3. Wanneer de sensor is verbonden, verschijnt de sensor-ID op het scherm. Controleer of de sensor-ID juist is.



Opmerking: De informatie over de sensor-ID vindt u in de verpakking.

4. Druk op ▲/▼ om de gewenste optie te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.
 - **Opn.scannen:** opnieuw scannen om de sensor te detecteren.
 - **Uitschakelen** (*alleen als het apparaat met de sensor is gekoppeld): de sensor uitschakelen.

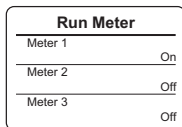


De scherminstellingen aanpassen

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Oefening > Lopen of Fietsen > Meter > Meter > Meter 1, Meter 2, Meter 3 of Meter 4** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.

Opmerking: Ronde en Overige hebben slechts twee opties (Meter 1 / Meter 2).

2. Druk op ▲/▼ om het aantal gegevensvelden te selecteren en op **OK** om te bevestigen.



TIN





3. Druk op ▲/▼ om het gegevensveld dat u wilt aanpassen te selecteren en op **OK** om de selectie te bevestigen.
4. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.

Opmerking: Nadat de instelling is voltooid, verschijnt het scherm ronde alleen wanneer de functie Ronde start.

Gebruikersprofiel personaliseren

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Profiel > Gebruiker** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om de instelling te selecteren die u wilt wijzigen en druk op **OK** om te bevestigen.



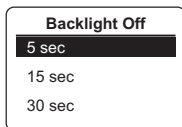
Fietsprofiel personaliseren

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Profiel > Fiets > Fiets 1** of **Fiets 2** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om de instelling te selecteren die u wilt wijzigen en druk op **OK** om te bevestigen.

Opmerking: Om een of meer fietsprofielen weer te geven, selecteert u **Instellingen > Profiel > Fiets**.

Instellingen Achtergrondverlichting uit wijzigen

1. Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen > Algemeen > Systeem > Acht.verl.uit** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen.
2. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.





Toetstoon inschakelen

Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Algemeen** > **Systeem** > **Toetstoon** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen. Druk vervolgens op ▲/▼ om **Aan** te selecteren en druk op **OK** om de instelling te activeren.

Meldingsalarm inschakelen

Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Algemeen** > **Systeem** > **Alarm of Trillen** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen. Druk vervolgens op ▲/▼ om **Aan** te selecteren en druk op **OK** om de instelling te activeren.

Opmerking: Als de waarschuwing is ingesteld op **UIT**, gaat het geluid uit tijdens trainingen en vrije oefeningen.

NI

Eenheid/taal instellen

Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Algemeen** > **Systeem** > **Eenheid** of **Taal** te selecteren en druk op **OK** om het submenu te openen. Druk op ▲/▼ om de gewenste instelling te selecteren en druk op **OK** om te bevestigen.

GPS weergeven

Druk in het menu op ▲/▼ om **Instellingen** > **Algemeen** > **GPS** te selecteren en druk op **OK**.

- **Uit:** de GPS uitschakelen.
- **Volle kracht:** GPS is ingeschakeld en biedt een nauwkeurigere positie maar verbruikt meer vermogen.
- **Stroombesp:** GPS is ingeschakeld. De GPS-positionering zal minder nauwkeurig zijn maar de levensduur van de batterij is langer.



Specificaties

Item	Beschrijving
Scherf	1,4 inch mono LCD
Afmetingen	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Gewicht	54 g
Bedrijfstemperatuur	-10°C ~ 50°C
Laadtemperatuur batterij	0°C ~ 40°C
Levensduur van de batterij	Maximaal 28 dagen in klokmodus Tot 16 uur in trainingsmodus in de open lucht
GPS	Ingebouwde hooggevoelige ontvanger met interne antenne
RF-zendontvanger	2,4 GHz ANT+ zendontvanger met interne antenne
G-sensor	3-assige versnellingsensor

**Het ontwerp en de specificaties zijn onderhevig aan wijzigingen zonder voorafgaande kennisgeving.*

Cardio 60



ON

1 Lys / Strømbryter (☀️ / ⏻)

- Trykk og hold for å slå enheten av eller på.
- Trykk for å slå av eller på baklyset.

2 Tilbake (↶)

- Trykk for å gå tilbake til den forrige siden eller avbryte en operasjon.
- I treningsmodus, trykk for å ta en stoppe opptaket eller sette det på pause. Mens opptaket er på pause, trykk igjen for å stoppe.

3 OK (OK)

- I klokkevisningen, trykk for å gå inn i menymodus.
- I menyen, trykk for å gå inn eller bekrefte et valg.
- Når du tar opp, trykk for å merke etappene.

4 Opp (▲)

- I menyen, trykk for å flytte opp og bla i menyalternativene. Trykk og hold for å bla raskt opp gjennom menyalternativer.

5 Ned (▼ / □)


- I menyen, trykk for å flytte ned og bla i menyalternativene. Trykk og hold for å bla raskt ned gjennom menyalternativer.
- I målervisning, trykk for å bytte målerskjermside.

Merk: Når GPS-en er satt til **På**, trykk for å finne GPS-siden før du begynner opptaket.





Komme i gang

Skru på/av

Trykk og hold  for å slå enheten av eller på.

Tilbakestill

For å nullstille enheten, trykk og hold alle de tre knappene ( / **OK** / ) samtidig.

Oppsett for første gang

Når du skruer på enheten for første gang, vil en oppsettveiviser dukke opp på skjermen. Følg anvisningene for å fullføre oppsettet.

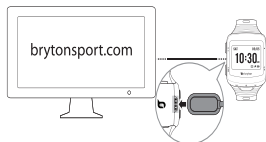
1. Velg visningsspråket.
2. Velg sommer-/vintertid.
3. Velg måleenhet.
4. Angi "brukerprofilen" din.

Det anbefales å skrive inn disse opplysningene. Dataenes nøyaktighet påvirker treningsanalysen i høy grad.

5. Les og godta sikkerhetsavtalen.

Koble til, synkronisere og lade opp

1. Koble enheten til en datamaskin ved hjelp av den medfølgende USB-laderen.
2. Last ned *Bryton Bridge* 2-programmet på brytonsport.com og synkroniser med enheten.



Hold enheten koblet til datamaskinen for å lade batteriet. Koble USB-laderen til enheten, og koble den andre enden til en datamaskin.

Merk:

- Ved første gangs bruk, lad batteriet i ca. 3 timer.
- Send klokken tilbake til den lokale distributøren ved eventuelle problemer med batteriet.
- Feil ved bytte av batteri kan føre til eksplosjon. Når du skifter batteri, må du bare bruke originalt batteri eller en lignende type batteri som er spesifisert av produsenten. Deponering av brukte batterier må utføres i henhold til lokale forskrifter.




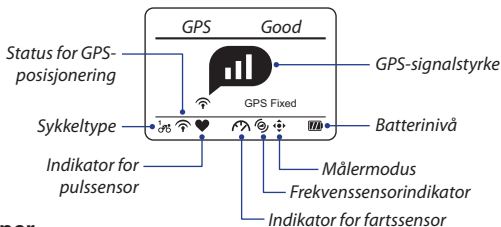
Av miljøhensyn, bør oppbrukte batterier samles inn separat for gjenvinning eller spesiell deponering.
























Vis statuslinje

Trykk lenge på  for å vise statuslinjen.



Ikoner

ikon	Beskrivelse
GPS-signalstyrke	
	Intet signal
	Dårlig *
	Greit **
	Bra **
Status for GPS-posisjonering	
	Intet signal (ikke fast)
	Svakt signal
	Sterkt signal
	Pulssensor aktiv
	Frekvenssensor aktiv

ikon	Beskrivelse
	Fartssensor aktiv
	Dobbel sensor aktiv
	Sykkeltype
	Treningsmodus
	Målermodus
	Loggføring pågår
	Opptak er pauset
Strømstatus	
	Fullt batterinivå
	Halvt batterinivå
	Lavt batterinivå

Merk:

- Bare de aktive ikonene vises på skjermen.
- Når **Dobbel sensor** er aktivert, vil sensorikonet vises på ikonposisjonen til **Fartssensoren**.

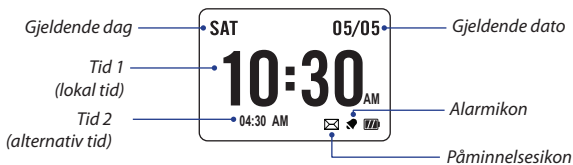
* Gå til et åpent område for bedre mottaksstyrke.

** Når det blinker, vennligst vent til det slutter å blinke.



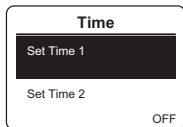


Klokkevisning



Angi tid

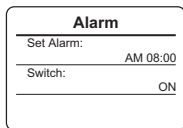
1. Trykk på ▼ for å gå inn i menymodus.
2. Trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Klokke** > **Tid** > **Angi tid** eller **Angi tid 2** og trykk **OK** for å åpne undermenyen.
3. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.



ON

Angi alarm (Tid1)

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Klokke** > **Alarm**, og trykk **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.



Merk: For å aktivere alarmen, velg **Innstillinger** > **Klokke** > **Alarm** > **Bytt** > **PÅ**.





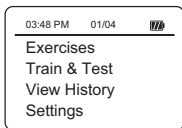
Øvelser/Trening

Under trening lar Cardio 60 deg måle og registrere treningsaktivitetene dine og vise dine gjeldende prestasjoner.

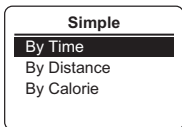
Merk: Vist informasjon varierer avhengig av treningsmodus og brukerpreferanse.

Klar for enkel trening

1. Trykk på ▼ for å gå inn i menymodus.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge **Tren og test** > **Løping** eller **Sykling** og trykk på **OK** for å åpne treningsmenyen.



3. For å stille inn en enklere trening, velg **Til plan** > **Lett** > **Ved tid, Ved distanse** eller **Ved kalorier**.



4. Still inn treningsmålet og trykk på **OK** for å bekrefte.
5. Velg **Ja** for å lagre treningsøkten. For å utføre treningsøkten, gå til **Tren og test** > **Løping** eller **Sykling** > **Min treningsøkt**.



6. Angi treningsnavnet med skjermtastaturet. Når du har angitt navnet, velg **AVSLUTT** for å lagre navn på treningsøkten.

ON



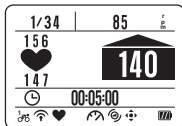


Velge andre treninger

1. I menyen, trykk på ▲/▼ for å velge **Tren og test** > **Løping** eller **Sykling** og trykk på **OK** for å åpne treningsmenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge **Min tr.økt**, **Bryton WKT** eller **Bryton Test**, og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.
3. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.

Merk:

- Bare de aktive ikonene vises på skjermen.
- Når 🏠-ikonet vises på skjermen, trykker du ▲ for å hoppe over gjeldende *intervall*.



Intervalltrening

Hvis du vil angi et intervalltrening, velger du **Tren og test** > **Løping** eller **Sykling** > **Til plan** > **Intervall**. Still deretter inn treningsmålet og trykk på **OK** for å bekrefte.

Tilpass treninger


For å velge en tilpasset treningsøkt, velger du **Tren og Test** > **Løping** eller **Sykling** > **Til plan** > **Tilpass** > **Legg til ny**. Still deretter inn treningsmålet og trykk på **OK** for å bekrefte.

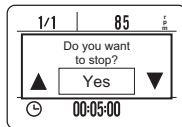
Merk: Hvis brukeren ikke angir navn for treningen, vil systemet automatisk merke filnavnet i henhold til gjeldende dato og klokkeslett.

Start / pause / stopp trening

- Trykk på **OK** for å starte å ta opp loggen.
- Trykk på ⏸ for å sette opptaket på pause, og trykk på ⏹ igjen for å stoppe opptaket.

Merk:

- Under trening, trykk og hold for  å gå inn i snarveismenyen.
- Under opptak, trykk på ⏹ to ganger for å stoppe opptak.





EgenRund

For å starte en Etappetrening, velg **Innstillinger** > **Øvelser** > **Løping, Sykling**, eller **Andre** > **Min etappe** > **Distanse** eller **Plassering**, og trykk på **OK**. Still deretter inn treningsmålet og trykk på **OK** for å bekrefte.

Merk etappe

Start en aktivitet først ved å trykke **OK**. Mens du tar opp, trykk på **OK** for å markere en etappe. Når du bruker Etappe, vil Etappeskjermen vises i mens du trener.

Vis Øvelser/treningsinformasjon

Slik vises aktiviteter:

1. I Menyene, trykk på ▲/▼ for å velge **Vis historikk** > **Vis**, og trykk på **OK** for å bekrefte.
2. Bruk ▲/▼ for å vise loggen. Velg **Mer** for flere detaljer.

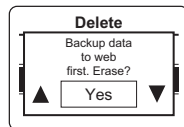
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Slik vises sammendraget:

1. I menyene, trykk på ▲/▼ for å velge **Vis historikk** > **Sammendrag** > **Løping, Sykling, Andre**, eller **Alle** > og trykk på **OK** for å bekrefte.
2. Bruk ▲/▼ for å vise aktivitetssoppsummeringen.

Slett all informasjon om Øvelser/trening

1. I Menyene, trykk på ▲/▼ for å velge **Vis historikk** og trykk på **OK** for å bekrefte.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge **Slett alle** og trykk på **OK** for å åpne undermenyen. En melding som sier "Sikkerhetskopier data til nettet først. Slett?" vises på skjermen. For å slette dataene, trykk på ▲/▼ for å velge **Ja** og trykk på **OK** for å bekrefte.





Stille inn påminnelse

1. I menyen, trykk på ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Trening** > **Løping, Sykling, eller Annet** > **Påminner** > velg en av følgende alternativer og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.

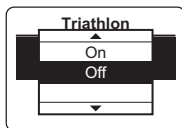
Merk: Tilgjengelige innstillinger varierer avhengig av valgt modus:

- **Løpingsmodus:** Av/Tid/Distanse/Skrittakt/Puls/Takt
- **Syklingsmodus:** Av/Tid/Distanse/Fart/Puls/Frekvens
- **Andre-modus** Av/Tid/Distanse

2. Trykk på ▲/▼ for å stille inn ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.

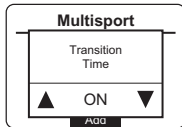
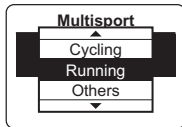
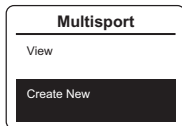
Aktiver overgangstid for triatlon

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Trening** > **Triatlon** og trykk **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk deretter på ▲/▼ for å velge **PÅ** og trykk på **OK** for å aktivere innstillingen.



Multisportoppsett

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Trening** > **Multisport** > **Opprett ny** og trykk **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket sportsinnstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.
3. For å legge til flere idretter trykker du på **OK** og gjentar trinn 2.
4. Etter at oppsettet er fullført, velg **Lagre** for å gå inn i undermenyen overgangstid. Trykk deretter på ▲/▼ for å velge **PÅ** og trykk på **OK** for å aktivere innstillingen.

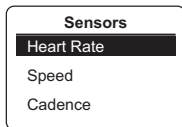




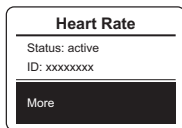
Link sensorer

Bruk Link-innstillingen til å parkoble sensorene til Cardio 60.

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger > Sensorer > Puls, Fart, Frekvens**, eller **Fart/frekvens** og trykk **OK** for å åpne undermenyen.



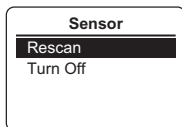
2. Trykk på ▲/▼ for å velge **Mer** og trykk på **OK** for å åpne undermenyen for den valgte sensoren.
3. Når sensoren er koblet til, vil sensorens ID vises på skjermen. Kontroller at sensor-ID-et er riktig.



Merk: Informasjonen om sensorens ID er inkludert i pakken.

4. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket alternativ og trykk på **OK** for å bekrefte.

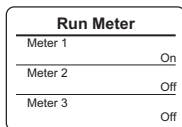
- **Skann igjen:** skann på nytt for å registrere sensoren.
- **Skru av** (*bare hvis enheten er parkoblet med sensoren): deaktiver sensoren.



Tilpasse skjerminnstillinger

1. I menyen, trykk på ▲/▼ for å velge **Innstillinger > Trening > Løping**, eller **Sykling > Meter > Meter > Meter 1, Meter 2, Meter 3**, eller **Meter 4**, og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.

Merk: Etappe og andre har kun to alternativer (Meter 1 / Meter 2).



2. Trykk på ▲/▼ for å velge antall datafelt og trykk på **OK** for å bekrefte.





3. Trykk på ▲/▼ for å velge elementfeltet som du vil tilpasse, og trykk på **OK** for å bekrefte valget.
4. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.

Merk: Etter at innstillingen er fullført, vises Etappeskjermen når Etappefunksjonen starter.

Personliggjøre brukerprofil

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Profil** > **Bruker** og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge den innstillingen du vil entre og trykk på **OK** for å bekrefte.

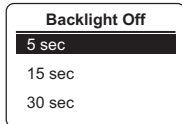
Personliggjøre sykkelprofil

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Profil** > **Sykkel** > **Sykkel 1** eller **Sykkel 2** og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge den innstillingen du vil entre og trykk på **OK** for å bekrefte.

Merk: Hvis du vil vise sykkelprofilen(e), velg **Innstillinger** > **Profil** > **Sykkel**.

Endre innstillinger for deaktivering av baklys

1. I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Generelt** > **System** > **Lys av** og trykk på **OK** for å åpne undermenyen.
2. Trykk på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.





Aktiver Tastetone

I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Generelt** > **System** > **Tastetone**, og trykk på **OK** for å åpne undermenyen. Trykk deretter på ▲/▼ for å velge **PÅ** og trykk på **OK** for å aktivere innstillingen.

Aktiver alarm

I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Generelt** > **System** > **Alarm** eller **Vibrer**, og trykk på **OK** for å åpne undermenyen. Trykk deretter på ▲/▼ for å velge **PÅ** og trykk på **OK** for å aktivere innstillingen.

Merk: Når alarmen er satt til **AV**, vil lyden gå av under trening og fritrening.

ON

Still inn Enheten/Språk

I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Generelt** > **System** > **Enhet** eller **Språk** og trykk på **OK**. Trykk deretter på ▲/▼ for å velge ønsket innstilling og trykk på **OK** for å bekrefte.

Vis GPS

I menyen, trykk ▲/▼ for å velge **Innstillinger** > **Generelt** > **GPS**, og trykk på **OK**.

- **Av:** deaktiver GPS.
- **Full effekt:** GPS er slått på, og gi mer en mer nøyaktig posisjon, men bruker mer strøm.
- **Strømsparing:** GPS er slått på. GPS-posisjoneringen blir mindre nøyaktig, men batteriet kan være vare lenger.



Spesifikasjoner

Eksemplar	Beskrivelse
Skjerm	1,4" monokrom LCD
Fysisk størrelse	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Vekt	54 g
Driftstemperatur	-10°C ~ 50°C
Batteriladetemperatur	0°C ~ 40°C
Batterilevetid	Opp til 28 dager i klokkemodus Opp til 16 timer i treningsmodus under åpen himmel
GPS	Integrert høysensitiv mottaker med innebygd antenne
RF-sender	2,4 GHz ANT+-sender med innebygd antenne
G-sensor	Akselerasjonssensor med 3 akser

**Design og spesifikasjoner kan endres uten forvarsel.*

Cardio 60



1 Lys / Power (☀/⏻)

- Tryk og hold for at tænde eller slukke apparatet.
- Tryk for at tænde eller slukke for baggrundslys.

2 Tilbage (↶)

- Tryk for at gå tilbage til forrige side eller annullere en handling.
- I træningstilstand skal du trykke for at starte registreringsloggen eller sætte den på pause. Tryk igen for at stoppe, når registreringen er sat på pause.

3 OK (OK)

- Tryk i ur-visningen for at komme til menu-tilstand.
- I tilstanden Menu, tryk på knappen for at indtaste eller bekræfte et valg.
- Når du registrerer, kan du trykke for at markere en omgang.

4 Op (▲)

- I tilstanden Menu, tryk på knappen for at rulle op igennem menuerne. Tryk og hold på knappen for at rulle hurtigt op igennem menuerne.

5 NedD (▼/⏮)

- I tilstanden Menu, tryk på knappen for at rulle ned igennem menuerne. Tryk og hold på knappen for at rulle hurtigt ned igennem menuerne.
- I meter-visning kan du trykke på knappen for at skifte side.

Bemærk: Hvis GPS sættes på Til, kan du trykke for at finde GPS-siden, før du starter registrering.





Sådan kommer du i gang

Tænd/Sluk

Tryk og hold på  for at tænde eller slukke apparatet.

Nulstil

For at nulstille apparatet skal du trykke og holde alle tre knapper (/OK/) nede på samme tid.

Første opsætning

Når du tænder for apparatet for første gang, vises opsætningsassistenten på skærmen. Følg instruktionerne for at gennemføre konfigurationen.

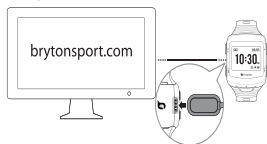
1. Vælg skærmsprog.
2. Vælg sommertid.
3. Vælg målingsenhed.
4. Indtast din "brugerprofil".

Det anbefales at indtaste data. Nøjagtigheden af data har stor indflydelse på din træningsanalyse.

5. Læs og accepter betingelserne i Sikkerhedsaftalen.

Tilslutning, synkronisering og opladning

1. Tilslut apparatet en pc med den medfølgende USB opladerclip.
2. Hent *Bryton Bridge 2*-programmet på brytonsport.com og synkroniser med apparatet.



Lad apparatet være tilsluttet pc'en for at oplade batteriet. Tilslut USB opladerclippet apparatet og sæt den anden ende til en pc.

Bemærk:

- Oplad batteriet i mindst 3 timer, inden du tager apparatet i brug første gang.
- Send uret tilbage til den lokale forhandler, hvis der opstår batteriproblemer.
- Forkert udskiftning af batteriet kan forårsage en eksplosion. Du må kun udskifte batteriet med et nyt af samme type som det originale eller af en type, som er angivet af producenten. Kasserede batterier skal bortskaffes i henhold til de lokale regler.



Af hensyn til bedre miljøbeskyttelse bør brugte batterier indsamles separat til genbrug eller særlig bortskaffelse.



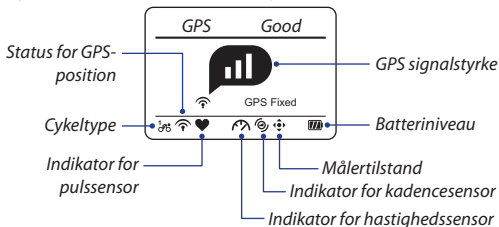
DA
























Vis statusbjælke

Tryk og hold på  for at vise statusbjælken.



Ikoner

ikon	Beskrivelse
GPS signalstyrke	
	Intet signal
	Svagt *
	Fair **
	Godt **
Status for GPS-position	
	Intet signal (ikke fastsat)
	Svagt signal
	Stærkt signal
	Pulssensor aktiv
	Kadencesensor aktiv

ikon	Beskrivelse
	Hastighedssensor aktiv
	Dual-sensor aktiv
	Cykeltipe
	Træningstilstand
	Måilertilstand
	Logregistrering aktiv
	Registrering sat på pause
Strømstatus	
	Fuldt batteri
	Halvt batteri
	Lavt batteri

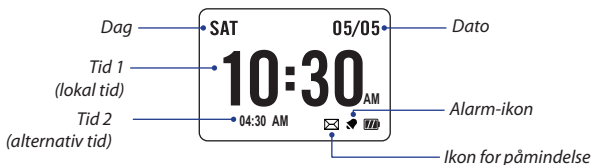
Bemærk:

- Kun de aktive ikoner vises på skærmen.
- Når **Dual sensor** er aktiveret, vises sensorikonet på positionen for **hastighedssensor**ikonet.

* Bevæg dig til et åbnet område for at få bedre signal.

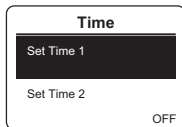
** Hvis de blinker, skal du vente til de stopper med at blinke.

Ur-visning



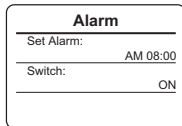
Indstil tid

1. Tryk på ▼ for at komme til menu-tilstand.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Ur** > **Tid** > **Indstil tid** eller **Indst. tid2** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
3. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.



Indst. Alarm (Tid1)

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Ur** > **Alarm** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.



Bemærk: Hvis du vil aktivere alarmen, skal du vælge **Indstillinger** > **Ur** > **Alarm** > **Kontakt** > **TIL**.



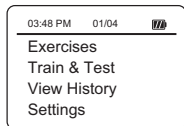
Øvelse/Træning

Under en øvelse eller træning kan du med Cardio 60 måle og registrere dine øvelsesaktiviteter og vise dine aktuelle præstationer.

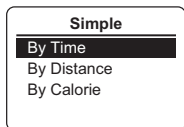
Bemærk: Den viste information varierer alt efter øvelses-tilstand og brugerpræferencer.

Klar til Simple træning

1. Tryk på ▼ for at komme til menu-tilstand.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge **Træn. & Test** > **Løb** eller **Cykling** og tryk derefter på **OK** for at gå til menuen Træning.



3. For at indstille en simpel træning, skal du vælge **Til plan** > **Enkel** > **Efter tid, Efter distance** eller **Efter kalorier**.



4. Indstil mål for træningen og tryk på **OK** for at bekræfte.
5. Vælg **Ja** for at gemme træningen. Hvis du vil udføre træningen, skal du gå til **Træn. & Test** > **Løb** eller **Cykling** > **Min træning**.

6. Indtast et navn til træningen med skærmtastaturet. Når du har indtastet navnet, skal du vælge **SLUT** for at gemme træningsnavnet.



DA




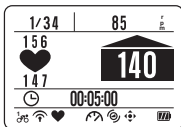


Vælg andre Træninger

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Træn. & Test** > **Løb** eller **Cykling** og tryk derefter på **OK** for at gå til menuen Træning.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge **Min træning**, **Bryton træning** eller **Bryton Test** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
3. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

Bemærk:

- Kun de aktive ikoner vises på skærmen.
- Når -ikonet vises på skærmen, trykker du på ▲ for at overspringe det nuværende *Interval*.



Intervaltræninger



Hvis du vil indstille intervaltræning, skal du vælge **Træn. & Test** > **Løb** eller **Cykling** > **Til plan** > **Interval**. Indstil herefter mål for træningen og tryk på **OK** for at bekræfte.

Tilpas træninger



Hvis du vil indstille brugertilpasset træning, skal du vælge **Træn. & Test** > **Løb** eller **Cykling** > **Til plan** > **Tilpas** > **Tilføj ny**. Indstil herefter mål for træningen og tryk på **OK** for at bekræfte.

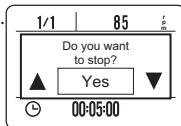
Bemærk: Hvis brugerne ikke indtaster træningsnavnet, markerer systemet automatisk filnavnet i henhold til den nuværende dato og tid.

Start / Pause / Stop øvelse / Træning

- Tryk på **OK** for at starte registrering-sloggen.
- Tryk på  for at sætte registreringen på pause, og tryk på  igen for at stoppe registreringen.

Bemærk:

- Under øvelse/træning trykker og holder du på  for at gå til Genvejsmenuen.
- Under registrering trykker du på  to gange for at stoppe registrering.





Mit skød

Hvis du vil starte en Omgangstræning, skal du vælge **Indstillinger** > **Øvelse** > **Løb, Cykling** eller **Andet** > **Mit skød** > **Distance** eller **Placering** og så trykke på **OK**. Indstil herefter mål for træningen og tryk på **OK** for at bekræfte.

Marker omgang

Start først en aktivitet ved at trykke på **OK**. Tryk på **OK** under registrering for at markere en omgang. Når du bruger Omgang, vises Omgangsskærmen, mens du udfører en øvelse eller træning.

Vis øvelses-/træningsoplysninger

Sådan vises aktiviteterne:

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Vis historik** > **Vis** og tryk derefter på **OK** for at bekræfte.
2. Brug ▲/▼ til at vise din historik. Vælg **Mere** for at se flere oplysninger.

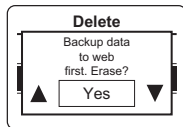
12/25	12:23	⬇
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Sådan vises oversigten:

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Vis historik** > **Sammendrag** > **Løb, Cykling, Andet** eller **Alt** og tryk derefter på **OK** for at bekræfte.
2. Brug ▲/▼ til at vise aktivitetsoversigten.

Slet alle øvelses-/træningsoplysninger

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Vis historik** og tryk derefter på **OK** for at bekræfte.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge **Slet alt** og tryk derefter på **OK** for at gå til undermenuen. Meddelelsen "Sikkerhedskopier data til web først. Slette?" vises på skærmen. Hvis du vil slette data, skal du trykke på ▲/▼ for at vælge **Ja** og derefter trykke på **OK** for at bekræfte.



DA





Indstilling af påmindelse

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Øvelse** > **Løb, Cykling, Andet** > **Påmindelse** > vælg en af de tilgængelige muligheder og tryk derefter på **OK** for at gå i undermenuen.

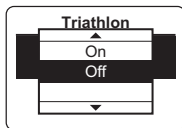
Bemærk: De tilgængelige muligheder varierer, afhængig af den valgte tilstand:

- **Løb**-funktion: Fra/Tid/Distance/Skridttemp/HR/Hastighed
- **Cykling**-funktion: Fra/Tid/Distance/Hastighed/HR/Kadence
- **Andet**-funktion: Fra/Tid/Distance

2. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

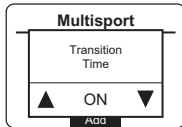
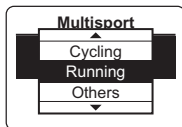
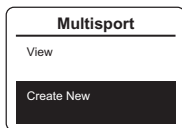
Aktiver Triatlon Overgang Tid

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Øvelse** > **Triatlon** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
2. Tryk herefter på ▲/▼ for at vælge **TIL**, og tryk så på **OK** for at aktivere indstillingen.



Multisport-konfiguration

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Øvelse** > **Multisport** > **Opret ny** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
2. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede sport og tryk på **OK** for at bekræfte valget.
3. Hvis du vil tilføje flere sportsgrene, trykker du på **OK** og gentager trin 2.
4. Når konfigurationen er færdig, vælger du **Gem** for at gå i undermenuen overgangstid. Tryk herefter på ▲/▼ for at vælge **TIL**, og tryk så på **OK** for at aktivere indstillingen.

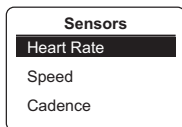




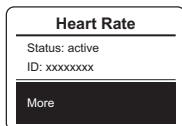
Parring af sensorer

Brug indstillingen til at parre sensorer med Cardio 60.

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger > Sensorer > Puls, Hastighed, Kadence** eller **Has/ka.** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.



2. Tryk på ▲/▼ for at vælge **Mere** og tryk derefter på **OK** for at gå til undermenuen for den valgte sensor.

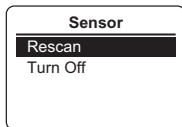


3. Når sensoren er tilsluttet, vises sensor-id på skærmen. Kontroller, at sensor-id er korrekt.

Bemærk: Oplysningerne om sensor-id findes i pakken.

4. Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte.

- **Scan igen:** Scanner igen for at detektere sensoren.
- **Slå fra** (*kun hvis apparatet er parret med sensoren): Deaktiverer sensoren.



DA

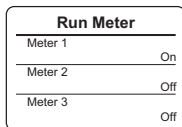


Tilpas Skærmindstillingerne

1. I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger > Øvelse > Løb** eller **Cykling > Måler > Måler > Måler 1, Måler 2, Måler 3** eller **Måler 4** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.

Bemærk: Omgang og Andet har kun to muligheder (Måler 1 / Måler 2).

2. Tryk på ▲/▼ for at vælge antallet af datafelter og tryk derefter på **OK** for at bekræfte valget.





- Tryk på ▲/▼ for at vælge emnet, som du ønsker at tilpasse, og tryk derefter på **OK** for at bekræfte valget.
- Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

Bemærk: Når indstillingen er færdig, vises Omgangsskærmen kun, når Omgangsfunktionen starter.

Personalisering af brugerprofil

- I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Profile** > **Bruger** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
- Tryk på ▲/▼ for at vælge den indstilling, du vil ændre, og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

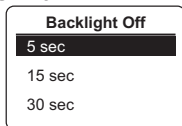
Personalisering af Cykelprofil

- I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **Profile** > **Cykel** > **Cykel 1** eller **Cykel 2** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
- Tryk på ▲/▼ for at vælge den indstilling, du vil ændre, og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

Bemærk: Hvis du vil vise cykelprofilerne, skal du vælge **Indstillinger** > **Profile** > **Cykel**.

Skift indstillinger for Bag. lys Fra

- I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **General** > **System** > **Bag. lys Fra** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen.
- Tryk på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.





Aktiver Tastaturtone

I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **General** > **System** > **Tastaturtone** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen. Tryk herefter på ▲/▼ for at vælge **TIL**, og tryk så på **OK** for at aktivere indstillingen.

Aktiver Advarsel

I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **General** > **System** > **Alarm** eller **Vibrer** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen. Tryk herefter på ▲/▼ for at vælge **TIL**, og tryk så på **OK** for at aktivere indstillingen.

Bemærk: Når alarmer er slået **FRA**, slukker lyden under træning og frie øvelser.

Indstil Enhed/Sprog

I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **General** > **System** > **Enhed** eller **Sprog** og tryk på **OK** for at gå i undermenuen. Tryk så på ▲/▼ for at vælge den ønskede indstilling og tryk på **OK** for at bekræfte valget.

DA

Vis GPS

I Menu trykker du på ▲/▼ for at vælge **Indstillinger** > **General** > **GPS** og tryk på **OK**.

- **Fra:** deaktiverer GPS.
- **Fuld kraft:** GPS aktiveres og giver en mere præcis position, men forbruger mere strøm.
- **Strømbesp.:** GPS er aktiveret. GPS-positionen er mindre nøjagtig, men batteriet kan holde længere.



Specifikationer

Del	Beskrivelse
Skærm	1,4" Mono LCD-skærm
Fysisk størrelse	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Vægt	54 g
Driftstemperatur	-10°C ~ 50°C
Opladningstemperatur for batteri	0°C ~ 40°C
Batterilevetid	Op til 28 dage i ur-tilstand Op til 16 timer i træningstilstand i klart vejr
GPS	Integreret højfølsom modtager med indbygget antenne
RF transceiver	2,4 GHz ANT+ transceiver med indbygget antenne
G-sensor	3-akse accelerationssensor

**Design og specifikationer kan ændres uden varsel.*

DA

Cardio 60



1 Valo / Teho (☀/⏻)

- Pidä painettuna kytkeäksesi laitteen päälle tai pois.
- Paina kytkeäksesi taustavalon päälle tai pois.

2 Takaisin (↶)

- Paina palataksesi edelliselle sivulle tai peruuttaaksesi toiminnon.
- Paina harjoittelutilassa käynnistääksesi tai pysäyttääksesi lokin tallennuksen. Kun tallennus on pysäytetty, pysäytä painamalla uudelleen.

3 OK (OK)

- Paina Kello-näkymässä siirtyäksesi valikkotilaan.
- Paina valikossa siirtyäksesi valintaan tai vahvistaaksesi sen.
- Kun tallennat, paina merkitäksesi kierroksen.

4 Ylös (▲)

- Paina valikossa siirtyäksesi ylös vierittämään valikkovalintoja. Pidä painettuna kelataksesi nopeasti ylös valikkovalinnoissa.

5 Alas (▼/☐)


- Paina valikossa siirtyäksesi alas vierittämään valikkovalintoja. Pidä painettuna vierittääksesi nopeasti alas valikkovalinnoissa.
- Paina mittarinäkymässä vaihtaaksesi mittarinäyttösivulle.

Huomautus: Kun GPS on asetettu **Päälle**, paina paikallistaaksesi GPS-sivun ennen tallennuksen aloittamista.





Aloittaminen

Kytkeminen Päälle/Pois

Pidä -painiketta painettuna kytkeäksesi laitteen päälle tai pois.

Nollaus

Nollaa laite pitämällä yhtä aikaa kaikkia kolmea painiketta painettuna (/OK/.

Ensimmäinen asetus

Kun laite käynnistetään ensimmäistä kertaa, näkyviin tulee ohjattu asetus. Suorita asetus loppuun noudattaen näytön ohjeita.

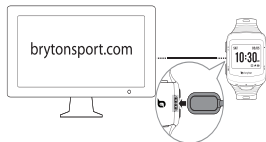
1. Valitse näytön kieli.
2. Valitse kesäaika.
3. Valitse mittayksikkö.
4. Anna "käyttäjäprofiilisi".

On suositeltavaa syöttää tiedot. Tietojen tarkkuus vaikuttaa suuresti harjoittelusi analyysiin.

5. Lue ja hyväksy Turvallisuussopimus.

Liitä, synkronoi ja lataa

1. Liitä laite tietokoneeseen toimitukseen kuuluvalla USB-latausjohdolla.
2. Lataa *Bryton Bridge 2* -sovellus brytonsport.com:sta ja synkronoi laitteen kanssa.



Pidä laite liitettynä tietokoneeseen akun lataamiseksi. Liitä USB-latausjohto laitteeseen ja toinen pää tietokoneeseen.

Huomautus:


- Lataa akkua ensimmäisen käytön yhteydessä noin 3 tuntia.
- Toimita kello takaisin paikalliselle jakelijalle, jos akussa ilmenee ongelmia.
- Virheellinen akun vaihto voi aiheuttaa räjähdysriskin. Kun vaihdat uuden akun, käytä vain alkuperäistä akkua tai valmistajan määrittämää akkutyyppeä. Käytetyt akut on hävitettävä paikallisten säädösten mukaisesti.

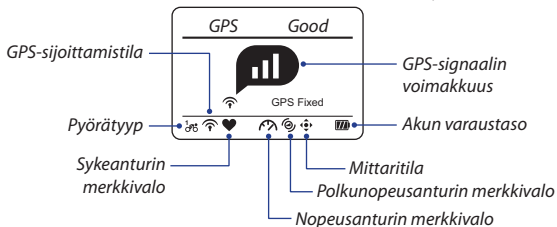


Ympäristön suojelemiseksi käytetyt akut on toimitettava erityisiin kierrätys- tai hävityspisteisiin.



Näytä tilapalkki

Paina pitkään -painiketta tuodaksesi tilapalkkin näkyviin.



Kuvakkeet

kuvake	Kuvaus
GPS-signaalin voimakkuus	
	Ei signaalia
	Heikko *
	Fair **
	Hyvä **
GPS-sijoittamistila	
	Ei signaalia (ei kiinnitetty)
	Heikko signaali
	Vahva signaali
	Sykeanturi aktiivinen
	Kadenssianturi aktiivinen

kuvake	Kuvaus
	Nopeusanturi aktiivinen
	Kaksoisanturi aktiivinen
	Pyörätyyp
	Harjoittelutila
	Mittaritila
	Lokin tallennus käynnissä
	Tallennus on keskeytetty
Virtatila	
	Täysi akku
	Akku puolillaan
	Akkuvirta vähissä

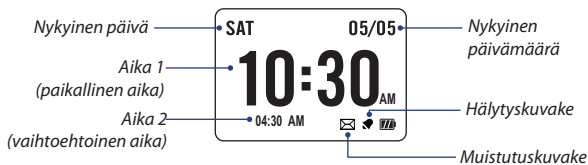
Huomautus:

- Vain aktiiviset kuvakkeet näkyvät näytöllä.
- Kun **kaksoisanturi** otetaan käyttöön, anturikuvake ilmestyy **Nopeusanturi**-kuvakkeen kohdalle.

* Siirry avoimeen tilaan paremman vastaanoton saamiseksi.

** Kun merkkivalo vilkkuu, odota, kunnes se lakkaa vilkkumasta.

Kellonäkymä



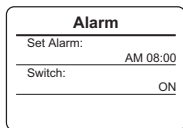
Aseta aika

1. Paina ▼-painiketta siirtyäksesi valikkotilaan.
2. Paina ▲/▼-painiketta valitaksesi **Asetukset > Kello > Aika > Aseta aika** tai **Aseta aika 2** ja paina **OK** siirtyäksesi valinnan alavalikkoon.
3. Valitse haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.



Aseta hälytys (Aika1)

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Kello > Hälytys** ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten.
2. Valitse haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.



Huomautus: Ota hälytys käyttöön valitsemalla **Asetukset > Kello > Hälytys > Kytke > PÄÄLLE**.



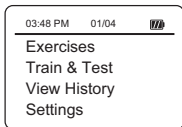
Harjoitus/Harjoittelu

Harjoituksen tai harjoittelun aikana Cardio 60 antaa mitata ja tallentaa harjoitusaktiiviteetteja ja näyttää nykyisen suorituskykyysi.

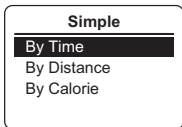
Huomautus: Näytetty tieto vaihtelee harjoitustilan ja käyttäjän asetusten mukaan.

Valmis yksinkertaiseen harjoitteluun

1. Paina ▼-painiketta siirtyäksesi valikkotilaan.
2. Paina ▲/▼, jotta voit valita **Treeni ja testi** > **Juoksu** tai **Pyöräily**, ja paina **OK** Harjoitteluvälikkoon menoa varten.



3. Aseta yksinkertainen harjoitus valitsemalla **Suunnit** > **Yksinkertainen** > **Ajan mukaan**, **Etäis.muk.** tai **Kalor.muk..**



4. Aseta harjoittelun päämäärä ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.
5. Tallenna treeni valitsemalla **Kyllä**. Suorita harjoitus siirtymällä kohtaan **Treeni ja testi** > **Juoksu** tai **Pyöräily** > **Oma treeni**.

6. Anna näyttönäppäimistöllä harjoituksen nimi. Kun olet antanut nimen, valitse **LOPPU** tallentaaksesi harjoituksen nimen.



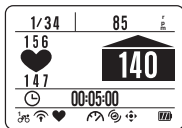
FI





Valitse Muut treenit/harjoitukset

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Treeni ja testi** > **Juoksu** tai **Pyöräily**, ja paina **OK** Harjoitteluvalikkoon menoa varten.
2. Paina ▲/▼, jotta voit valita **Oma treeni, Bryton WKT** tai **Bryton-testi** ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten.
3. Valitse haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.



Huomautus:

- Vain aktiiviset kuvakkeet näkyvät näytöllä.
- Kun -kuvake ilmestyy näyttöön, paina ▲ senhetkisen *Intervallin* ohittamiseksi.

Intervalliharjoitukset

Aseta intervalliharjoitus valitsemalla **Treeni ja testi** > **Juoksu** tai **Pyöräily** > **Suunnit** > **Intervalli**. Aseta sitten harjoittelun päämäärä ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.

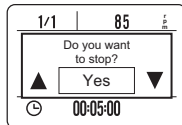
Mukauta harjoituksia

Aseta mukautettu harjoittelu valitsemalla **Treeni ja testi** > **Juoksu** tai **Pyöräily** > **Suunnit** > **Omat aset** > **Lisää uusi**. Aseta sitten harjoittelun päämäärä ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.

Huomautus: Jos käyttäjä ei anna treeninimeä, järjestelmä nimeää tiedoston automaattisesti nykyisen päivämäärän ja ajan mukaan.

Käynnistä / Tauko / Pysäytä harjoitus / Treeni

- Paina **OK**-painiketta käynnistääksesi lokin tallennuksen.
- Paina tallennuksen keskeyttämiseksi ja paina uudelleen tallennuksen pysäyttämiseksi.



Huomautus:

- Paina ja pidä harjoituksen/harjoittelun aikana Pikavalinta-valikkoon menoa varten.
- Paina tallennettaessa kaksi kertaa tallennuksen pysäyttämiseksi.

Cardio 60 -käyttöopas





Omat Lap

Käynnistä Kierrosarjoittelu valitsemalla **Asetukset > Harjoitus > Juoksu, Pyöräily** tai **Muut > Omat Lap > Etäisyys** tai **Sijainti** ja paina **OK**. Aseta sitten harjoittelun päämäärä ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.

Merkitse kierros

Käynnistä ensin aktiviteetti painamalla **OK**-painiketta. Kun tallennat, paina **OK**-painiketta merkitäksesi kierroksen. Kun käytät Kierros-toimintoa, kierrosnäyttö näytetään, kun olet suorittamassa harjoitusta tai harjoittelua.

Näytä Harjoitus-/Harjoittelutiedot

Aktiviteettien näyttäminen:

1. Paina valikossa **▲/▼**, jotta voit valita **Näytä historia > Näytä**, ja vahvista painamalla **OK**.
2. Käytä **▲/▼**-painiketta historiasi tarkasteluun. Valitse **Lisää** saadaksesi lisää tietoja.

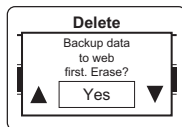
12/25	12:23	📶
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Yhteenvedon näyttäminen:

1. Paina valikossa **▲/▼**, jotta voit valita **Näytä historia > Yhteenveto > Juoksu, Pyöräily, Muut** tai **Kaikki** ja vahvista painamalla **OK**.
2. Käytä **▲/▼**-painiketta aktiviteettien yhteenvedon näyttämiseksi.

Poista kaikki Harjoitus-/Harjoittelutiedot

1. Paina valikossa **▲/▼**-painiketta valitaksesi **Näytä historia** -kohdan ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.
2. Paina **▲/▼**-painiketta valitaksesi **Poista kaikki** ja paina **OK**-painiketta siirtyäksesi valinnan alavalikkoon. "Varmuuskopiotiedot webiin ensin. Poista?"-viesti tulee näkyviin näyttöön. Poista tiedot painamalla **▲/▼**-painiketta valitaksesi **Kyllä** ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.





Asetusmuistutus

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Harjoitus > Juoksu, Pyöräily** tai **Muut > Muistutus** > valitse yksi käytettävissä olevista valinnoista ja paina **OK** alavalikkoon menoa varten.

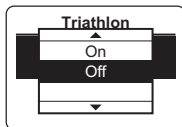
Huomautus: Käytettävissä olevat valinnat riippuvat *valitusta* tilasta:

- **Juoksu**-tila: Pois/Aika/Etäisyys/Askeltiheys/Syke/Vauhti
- **Pyöräily**-tila: Pois/Aika/Etäisyys/Nopeus/Syke/Polkunop
- **Muut**-tila: Pois/Aika/Etäisyys

2. Aseta haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.

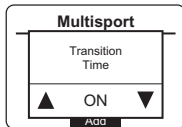
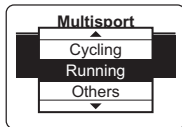
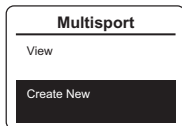
Ota käyttöön triathlonin siirtymäaika

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Harjoitus > Triathlon**, ja paina **OK** alavalikkoon menoa varten.
2. Paina ▲/▼, jotta voit valita **PÄÄLLE**, ja paina **OK** asetuksen käyttöön ottamiseksi.



Moniurheilu asetus

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Harjoitus > Moniurheilu > Luo uusi**, ja paina **OK** alavalikkoon menoa varten.
2. Valitse halutut urheilulajit painamalla ▲/▼ ja vahvista painamalla **OK**.
3. Jotta voit lisätä urheilulajeja, paina **OK** ja toista Vaihe 2.
4. Kun asetus on valmis, valitse **Tallenna** siirtymäajan alavalikkoon menoa varten. Paina sitten ▲/▼-painiketta valitaksesi **PÄÄLLE** ja ota asetus käyttöön painamalla **OK**-painiketta.

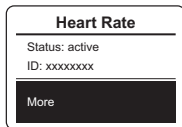
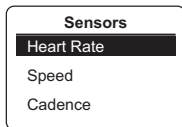




LinkitÄ anturit

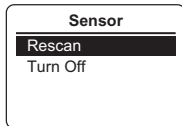
KÄytÄ Linkki-asetusta muodostaaksesi antureista ja Cardio 60:stä laiteparin.

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Anturit > Syke, Nopeus, Polkunop** tai **Nop/Plkun**, ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten.
2. Paina ▲/▼-painiketta valitaksesi **LisÄÄ** ja paina **OK**-painiketta siirtyÄksesi valinnan alavalikkoon.
3. Kun anturin liitÄntÄÄ on onnistunut, anturin tunnus nÄytetÄÄÄ nÄytössÄ. Vahvista, ettÄ anturin tunnus on oikein.



Huomautus: Anturin tunnuksen liittyvät tiedot sisältyvät pakkaukseen.

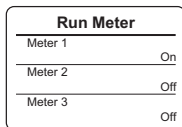
4. Valitse haluttu valinta painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.
 - **Etsi uudelleen:** hae uudelleen anturin tunnistamiseksi.
 - **Sammuta** (*vain, jos laitteesta ja anturista on muodostettu laitepari): ota anturi pois käytöstÄ.



FI

NÄyttöasetusten mukauttaminen

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Harjoitus > Juoksu tai PyörÄily > Mittari > Mittari > Mittari 1, Mittari 2, Mittari 3 tai Mittari 4**, ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten. **Huomautus:** Kierros ja muut -kohdassa on vain kaksi valintaa (Mittari 1 / Mittari 2).
2. Valitse tietokenttien mÄÄrÄ painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.





3. Valitse mukautettava kohdekenttä painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla OK-painiketta.
4. Valitse haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla OK-painiketta.

Huomautus: Kun asetus on valmis, Kierrosnäyttö ilmestyy vain, kun Kierrostoiminto käynnistyy.

Mukauta käyttäjäprofiilia

1. Paina valikossa ▲/▼ -painiketta valitaksesi **Asetukset > Profili > Käyttäjä** ja paina OK-painiketta siirtyäksesi alavalikkoon.
2. Valitse muutettava asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla OK-painiketta.

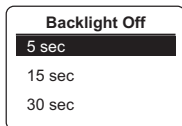
Henkilökohtaista Pyöräprofiilia

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Profili > Pyörä > Pyörä 1** tai **Pyörä 2**, ja paina OK sen alavalikkoon menoa varten.
2. Valitse muutettava asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla OK-painiketta.

Huomautus: Jotta voit näyttää pyörän profiilin/profiilit, valitse **Asetukset > Profili > Pyörä**.

Muuta Taustavalo pois -asetuksia

1. Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Yleinen > Järjestelmä > Taustav. pois**, ja paina OK sen alavalikkoon menoa varten.
2. Valitse haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla OK-painiketta.





Ota käyttöön Näppäinääni

Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Yleinen > Järjestelmä > Näppäinääni** ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten. Paina sitten ▲/▼-painiketta valitaksesi **PÄÄLLE** ja ota asetus käyttöön painamalla **OK**-painiketta.

Ota käyttöön Ilmoituksen hälytys

Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Yleinen > Järjestelmä > Ilmoitus** tai **Värinä**, ja paina **OK** sen alavalikkoon menoa varten. Paina sitten ▲/▼-painiketta valitaksesi **PÄÄLLE** ja ota asetus käyttöön painamalla **OK**-painiketta.

Huomautus: Kun hälytys asetetaan **POIS**-tilaan, ääni ei kuulu harjoituksen ja vapaan harjoittelun aikana.

Aseta Yksikkö/Kieli

Paina valikossa ▲/▼-painiketta valitaksesi **Asetukset > Yleinen > Järjestelmä > Laite** tai **Kieli** ja paina **OK**-painiketta siirtyäksesi alavalikkoon. Valitse sitten haluttu asetus painamalla ▲/▼-painiketta ja vahvista valinta painamalla **OK**-painiketta.

Näytä GPS

Paina valikossa ▲/▼, jotta voit valita **Asetukset > Yleinen > GPS**, ja paina **OK**.

- **Pois:** poista GPS käytöstä.
- **Täysi teho:** GPS asetetaan päälle ja tarjoaa tarkemman sijainnin, mutta kuluttaa enemmän virtaa.
- **Virransäästö:** GPS asetetaan päälle. GPS-paikoitus on vähemmän tarkka, mutta akun käyttöikä voi pidentyä.

Tekniset tiedot

Kohde	Kuvaus
Näyttö	1,4" Mono-LCD
Fyysinen koko	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Paino	54 g
Käyttölämpötila	-10°C ~ 50°C
Akunlatauslämpötila	0°C ~ 40°C
Akun kesto	Enintään 28 päivää kellotilassa Enintään 16 tuntia harjoittelutilassa avoimessa ympäristössä
GPS	Integroitu hyvin herkkä vastaanotin upotetulla antennilla
Radiotaajuus-lähetin- vastaanotin	2,4 GHz ANT+-vastaanotin upotetulla antennilla
G-anturi	3-akselinen kiihtyvyyssanturi

**Muotoilu ja tekniset tiedot voivat muuttua ilman edeltävää ilmoitusta.*

Cardio 60



1 Lampa/ström (☀/⏻)

- Tryck och håll ned för att slå på/stänga av enheten.
- Tryck för att sätta på eller stänga av bakgrundsbelysningen.

2 Bakåt (↶)

- Tryck för att återgå till föregående sida eller avbryta en operation.
- I träningsläget, tryck för att pausa eller stoppa registreringslogg. När registreringen är pausad, tryck igen på för att stoppa.

3 OK (OK)

- I klockläget, tryck för att öppna menyläget.
- I menyn, tryck för att ange eller bekräfta ett val.
- När du registrerar, tryck för att markera varvet.

4 Upp (▲)

- I menyn, tryck för att flytta upp för att bläddra genom menyalternativen. Tryck och håll ned för att bläddra igenom menyalternativen snabbt.

5 Ner (▼/☐)


- I menyn, tryck för att flytta ner för att bläddra igenom menyalternativen. Tryck och håll ned för att bläddra ner genom menyalternativen.
- I mätvyn, tryck för att växla till mätskärmen.

Obs! När GPS:n är inställd på **På**, tryck för att hitta GPS-sidan innan du startar registreringen.





Komma igång

Sätt på/stäng av

Tryck och håll ned  för att sätta på eller stänga av enheten.

Återställ

För att återställa enheten, tryck och håll ned alla tre knapparna (/OK/) samtidigt.

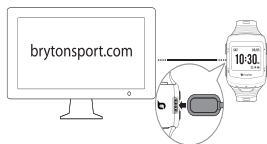
Första inställning

När enheten sätts på för den första gången visas installationsguiden på skärmen. Följ instruktionerna för att fullfölja installationen.

1. Välj visningspråk.
2. Välj sommartid.
3. Välj måttenhet.
4. Ange din "användarprofil".
Vi rekommenderar att ange uppgifterna. Uppgifternas riktighet påverkar din träningsanalys i allra högsta grad.
5. Läs igenom och godkänn säkerhetsavtalet.

Anslut, synkronisera och ladda

1. Anslut enheten till en dator med den medföljande USB-laddningskabeln.
2. Hämta *Bryton Bridge 2*-applikationen från brytonsport.com och synkronisera den med enheten.



Håll enheten ansluten till datorn för att ladda batteriet. Anslut USB-laddningskabeln till enheten och anslut andra sidan till datorn.

Obs!

- Vid första användningstillfället ska batteriet laddas i tre timmar.
- Skicka tillbaka klockan till en lokal distributör vid batterierproblem.
- Felaktigt batteribyte kan orsaka en explosion. Vid utbyte av nytt batteri, använd endast originalbatteri eller liknande typ av batteri som anges av tillverkaren. Kassering av använda batterier skall ske i enlighet med reglerna i din kommun.

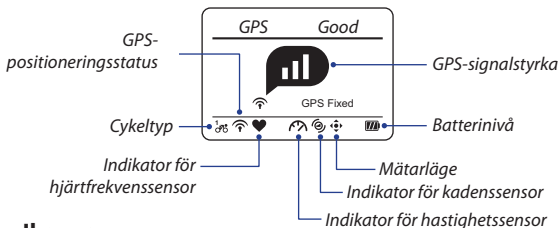


För bättre miljöskydd bör förbrukade batterier samlas in separat för återvinning eller särskilt bortskaflande.






















Visa statusfält

Tryck ner länge på  för att visa statusfältet.



Ikoner

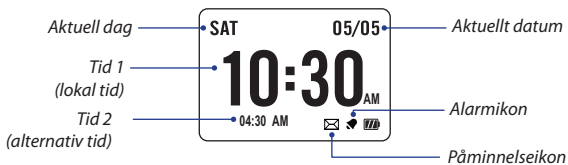
Ikön	Beskrivning
GPS-signalstyrka	
	Ingen signal
	Svag *
	Godkänd **
	Bra **
GPS-positioneringsstatus	
	Ingen signal (inte fast)
	Svag signal
	Stark signal
	Hjärtfrekvenssensor aktiv
	Kadenssensor aktiv

Ikön	Beskrivning
	Hastighetssensor aktiv
	Dual sensor aktiv
	Cykeltyp
	Träningsläge
	Mätarläge
	Registrering av logg pågår
	Registrering pausad
Strömstatus	
	Fulladdat batteri
	Halvfullt batteri
	Lågt batteri

Obs!

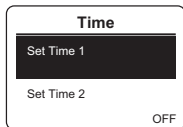
- Enbart aktiva ikoner visas på skärmen.
- När **Dual sensor** är aktiverad visas sensorikonen vid **Hastighetssensor**.
- * Gå till ett öppet område för bättre mottagning.
- ** Vid blinkning, vänta tills blinkningen stoppas.

Klockvy



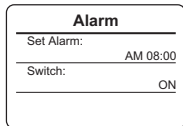
Ställ in tid

1. Tryck på ▼ för att öppna menyläget.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Klocka** > **Tid** > **Ställ in tid** eller **Ställ in tid 2** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
3. Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.



Ställ in alarm (tid 1)

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Klocka** > **Alarm** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.



Obs! För att aktivera alarmet, välj **Inställningar** > **Klocka** > **Alarm** > **Ändra** > **PÅ**.

SV



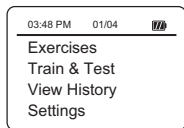
Motion/träning

Under motion eller träning ger Cardio 60 dig möjlighet att mäta och registrera dina motionsaktiviteter och visar din aktuella prestanda.

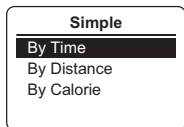
Obs! Visad information varierar efter motionsläge och användarpreferens.

Klar för enkel träning

1. Tryck på ▼ för att öppna menyläget.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja **Träning & test** > **Springer** eller **Cykling** och tryck på **OK** för att öppna träningsmenyn.



3. För att ställa in ett enkelt träningspass, välj **Till plan** > **Enkel** > **Efter tid, Efter avstånd** eller **Efter kalorier**.
4. Välj träningsmål och tryck på **OK** för att bekräfta.
5. Välj **Ja** för att spara träningspasset. För att utföra träningspasset, gå till **Träning&test** > **Springer** eller **Cykling** > **Trän.pass.**
6. Ange namnet på träningspasset med hjälp av skärmens knappsats. När du skrivit in namnet, välj **SLUTFÖR** för att spara träningspassets namn.




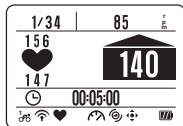


Välj annan träning/träningspass

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Träning & test** > **Springer** eller **Cykling** och tryck på **OK** för att öppna träningsmenyn.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja **Trän.pass**, **Bryton TP** eller **Bryton-test** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
3. Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.

Obs!

- Enbart aktiva ikoner visas på skärmen.
- När ikonen  visas på skärmen, tryck på ▲ för att hoppa över nuvarande *Intervall*.



Intervallträningsspass



För att ställa in ett intervallträningsspass, välj **Träning & test** > **Springer** eller **Cykling** > **Till plan** > **Intervall**. Välj träningsmål och tryck på **OK** för att bekräfta.

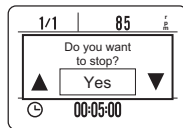
Anpassa träningspass

För att ställa in ett anpassat intervallträningsspass, välj **Träning & test** > **Springer** eller **Cykling** > **Till plan** > **Anpassa** > **Lägg till ny**. Välj träningsmål och tryck på **OK** för att bekräfta.



Obs! Om användaren inte anger namnet på träningspasset kommer systemet automatiskt att märka filnamnet efter aktuellt datum och tid.

Starta/Pausa/Stoppa motion/träning

- Tryck på **OK** för att starta registrering av logg.
- Tryck på  för att pausa registreringen och tryck på  igen för att stoppa registreringen.



Obs!

- Under motion/träning, tryck och håll ner  för att öppna snabbmenyn.
- Vid registrering, tryck två gånger på  för att stoppa registreringen.





Mitt knä

För att starta ett varvträningsspass, välj **Inställningar > Motion > Springer, Cykling** eller **Annan > Mitt knä > Avstånd** eller **Plats** och tryck på **OK**. Välj träningsmål och tryck på **OK** för att bekräfta.

Markera varv

Starta först en aktivitet genom att trycka på **OK**. Vid registrering, tryck på **OK** för att markera varv. Vid användning av varv kommer varvskärmen att visas medans du motionerar eller tränar.

Visa motions-/träningsinfo

Visa aktiviteter:

1. I menyn, tryck på **▲/▼** för att välja **Visa historik > Visa** och tryck sedan på **OK** för att bekräfta.
2. Använd **▲/▼** för att visa din historik. Välj **Mer** för att visa mer information.

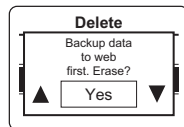
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Visa samma nfattning:

1. I menyn, tryck på **▲/▼** för att välja **Visa historik > Sammanfattning > Springer, Cykling, Annat** eller **Alla** och tryck på **OK** för att bekräfta.
2. Använd **▲/▼** för att visa aktiviteternas sammanfattning.

Radera all motion-/träningsinformation

1. I menyn, tryck på **▲/▼** för att välja **Visa historik** och tryck på **OK** för att bekräfta.
2. Tryck på **▲/▼** för att välja **Radera alla** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn. Meddelandet "Säkerhetskopiera data till webben först. Radera?" visas på skärmen. För att radera data, tryck på **▲/▼** för att välja **Ja** och tryck på **OK** för att bekräfta.





Inställningspåminnelse

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Motion > Springer, Cykling** eller **Annat > Påminnelse** > välj ett av de tillgängliga alternativen och tryck sedan på **OK** för att öppna undermenyn.

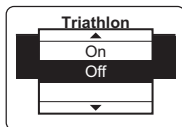
Obs! Tillgängliga alternativ varierar beroende på valt läge:

- Läget **Springer**: Av/tid/avstånd/sighast/HR/takt
- Läget **Cykling**: Av/tid/avstånd/hastighet/HR/kadens
- Läget **Annat**: Av/tid/avstånd

2. Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.

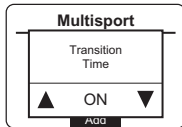
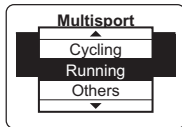
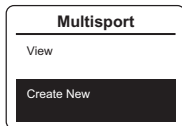
Aktivera övergångstid för Triathlon

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Motion > Triathlon** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja **PÅ** och tryck på **OK** för att aktivera inställningen.



Konfigurera multisporter

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Motion > Multisporter > Skapa ny** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja önskade sporter och tryck sedan på **OK** för att bekräfta.
3. För att lägga till fler sporter, tryck på **OK** och upprepa steg 2.
4. När configurationen är klar, välj **Spara** för att öppna undermenyn för övergångstid. Tryck sedan på ▲/▼ för att välja **PÅ** och tryck på **OK** för att aktivera inställningen.

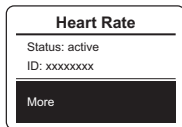
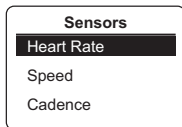




Länka sensorer

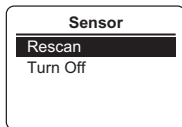
Använd Länk-inställning för att länka sensorer till Cardio 60.

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Sensorer > Hjärtfrekvens, Hastighet, Kadens** eller **Hastighet/KAD** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
2. Tryck på ▲/▼ för att välja **Mer** och tryck på **OK** för att öppna vald sensors undermeny.
3. Sensor-ID visas på skärmen när sensorn är korrekt ansluten. Bekräfta att sensor-ID är korrekt.



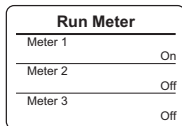
Obs! Informationen för sensorernas ID ingår i förpackningen.

4. Tryck på ▲/▼ för att välja önskat alternativ och tryck sedan på **OK** för att bekräfta.
 - **Skanna igen:** skanna igen för att identifiera sensorn.
 - **Stäng av** (*endast om enheten har länkats med sensorn): avaktivera sensorn.



Anpassa displayinställningar

1. I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Motion > Springer** eller **Cykling > Mätare > Mätare > Mätare 1, Mätare 2, Mätare 3** eller **Mätare 4** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn. **Obs!** **Varv och annat** har endast två alternativ (Mätare 1/Mätare 2).



2. Tryck på ▲/▼ för att välja antal datafält och tryck på **OK** för att bekräfta.





- Tryck på ▲/▼ för att välja det postfält som du vill anpassa och tryck sedan på **OK** för att bekräfta valet.
- Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.

Obs! När inställningen är slutförd visas varvskärmen endast när varvfunktionen startar.

Anpassa användarprofil

- I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Profil > Användare** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
- Tryck på ▲/▼ för att välja den inställning som du vill ändra och tryck på **OK** för att bekräfta.

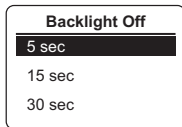
Anpassa cykelprofil

- I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Profil > Cykel > Cykel 1** eller **Cykel 2** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
- Tryck på ▲/▼ för att välja den inställning som du vill ändra och tryck på **OK** för att bekräfta.

Obs! För att visa cykelprofil(er), välj **Inställningar > Profil > Cykel**.

Ändra bakgrundsljusets avstängning

- I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar > Allmänt > System > Bakgr.bel. AV** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn.
- Tryck på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.





Aktivera knappton

I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Allmänt** > **System** > **Knappton** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn. Tryck sedan på ▲/▼ för att välja **PÅ** och tryck på **OK** för att aktivera inställningen.

Aktivera meddelandeavisering

I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Allmänt** > **System** > **Varning** eller **Vibrera** och tryck på **OK** för att öppna undermenyn. Tryck sedan på ▲/▼ för att välja **PÅ** och tryck på **OK** för att aktivera inställningen.

Obs! När alarmet är inställt på **Av** kommer signalen att ljuda under träning och fri motion.

Ställ in enhet/språk

I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Allmänt** > **System** > **Enhet** eller **Språk** och tryck på **OK**. Tryck sedan på ▲/▼ för att välja önskad inställning och tryck på **OK** för att bekräfta.

Visa GPS

I menyn, tryck på ▲/▼ för att välja **Inställningar** > **Allmänt** > **GPS** och tryck på **OK**.

- **Av:** avaktivera GPS.
- **Full effekt:** GPS:n är på och ger en mer exakt position men förbrukar mer ström.
- **Energispar:** GPS är påslagen. GPS-positioneringen blir mindre exakt men batteriet räcker längre.

SV



Specifikationer

Artikel	Beskrivning
Display	1,4" Mono LCD
Fysisk storlek	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Vikt	54 g
Driftstemperatur	-10°C till 50°C
Temperatur vid batteriladdning	0°C till 40°C
Batteritid	Upp till 28 dagar i klockläget Upp till 16 timmar i träningsläget med öppen himmel
GPS	Integrerad extrakänslig sändtagare med inbäddad antenn
RF-sändtagare	2,4 GHz ANT+ sändtagare med inbäddad antenn
G-Sensor	3-axlad accelerationsensor

**Design och specifikationer kan ändras utan föregående meddelande.*

Cardio 60



1 Licht / Leistung (☀/⏻)

- Halten Sie diese Taste gedrückt, um das Gerät ein-/auszuschalten.
- Drücken Sie diese Taste, um die Hintergrundbeleuchtung ein-/auszuschalten.

2 Zurück (↶)

- Drücken diese Taste, um zur vorherigen Seite zurückzukehren oder einen Vorgang abzubrechen.
- Drücken Sie diese Taste im Trainingsmodus, wird die Protokollaufzeichnung vorübergehend unterbrochen oder ganz angehalten. Drücken Sie diese Taste bei unterbrochener Aufzeichnung, wird sie ganz angehalten.

3 OK (OK)

- Drücken Sie die Taste in der Uhransicht, um den Menümodus aufzurufen.
- Drücken Sie diese Taste in einem Menü, um eine Auswahl einzugeben oder zu bestätigen.
- Drücken Sie diese Taste bei laufender Aufzeichnung, um eine Runde zu markieren.

4 Aufwärts (▲)

- Drücken Sie diese Taste in einem Menü, um aufwärts durch einzelne Menüoptionen zu scrollen. Halten Sie diese Taste gedrückt, um schnell aufwärts durch Menüoptionen zu scrollen.

5 Abwärts (▼/☐)


- Drücken Sie diese Taste in einem Menü, um abwärts durch einzelne Menüoptionen zu scrollen. Halten Sie diese Taste gedrückt, um schnell abwärts durch Menüoptionen zu scrollen.
- Drücken Sie diese Taste in der Zähleransicht, um zur Zähler-Bildschirmseite zu schalten.

Hinweis: Wenn GPS auf **Ein** gesetzt ist, drücken Sie diese Taste, um vor Aufzeichnungsbeginn die GPS-Seite zu lokalisieren.





Erste Schritte

Ein-/Ausschalten

Halten Sie die Taste  gedrückt, um das Gerät ein-/auszuschalten.

Rücksetzen

Zum Rücksetzen des Gerätes drücken Sie alle drei Tasten ( / **OK** / ) gleichzeitig und halten Sie sie gedrückt.

Grundeinstellungen

Wenn Sie das Gerät zum ersten Mal einschalten, erscheint der Einrichtungsassistent auf dem Bildschirm. Nehmen Sie die Geräteeinstellungen anhand der Anweisungen vor.

1. Wählen Sie die Anzeigesprache.
2. Wählen Sie die Sommerzeit.
3. Wählen Sie die Maßeinheit.
4. Geben Sie Ihr „benutzerprofil“ ein.

Wir empfehlen, diese Informationen einzugeben. Die Datengenauigkeit wirkt sich deutlich auf Ihre Trainingsanalysen aus.

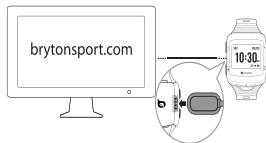
5. Lesen und akzeptieren Sie die Sicherheitsvereinbarung.

Verbinden, synchronisieren und laden

1. Verbinden Sie das Gerät

über die mitgelieferte USB-Ladeklemme mit einem PC.

2. Laden Sie die *Bryton Bridge 2*-Anwendung unter brytonsport.com herunter und synchronisieren Sie sie mit dem Gerät.



Zum Aufladen des Akkus lassen Sie das Gerät mit dem PC verbunden. Bringen Sie die USB-Ladeklemme am Gerät an und schließen Sie das andere Ende an einen PC an.

Hinweis:

- Vor der ersten Inbetriebnahme muss der Akku ca. 3 Stunden lang aufgeladen werden.
- Sollten Probleme mit dem Akku auftreten, senden Sie die Uhr zurück an die Verkaufsstelle vor Ort.
- Ein unsachgemäß vorgenommener Akkuaustausch könnte eine Explosion verursachen. Verwenden Sie bei der Installation eines neuen Akkus nur den Originalakku oder einen ähnlichen Akkutyp, der den Angaben des Herstellers entspricht. Verbrauchte Akkus müssen gemäß den Vorschriften Ihrer Gemeindebehörde entsorgt werden.

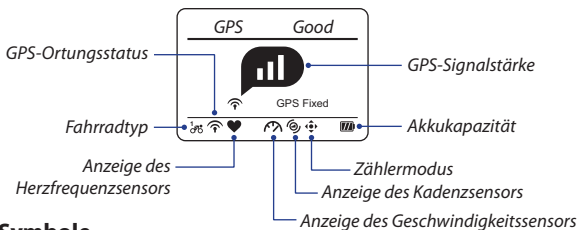


Für einen besseren Umweltschutz müssen Altkakus für ein Recycling oder eine spezielle Entsorgung getrennt gesammelt werden.



Ansicht der Statusleiste

Halten Sie ☀ lange gedrückt, um die Statusleiste anzuzeigen.



Symbole

Symbol	Beschreibung
GPS-Signalstärke	
	Kein Signal
	Schwach *
	Messe **
	Gut **
GPS-Ortungsstatus	
	Kein Signal (nicht fixiert)
	Schwaches Signal
	Starkes Signal
	Herzfrequenzsensor aktiv
	Kadenzsensor aktiv

Symbol	Beschreibung
	Geschwindigkeitssensor aktiv
	Dual-Sensor aktiv
	Fahrradtyp
	Trainingsmodus
	Zählermodus
	Protokollierung wird durchgeführt
	Aufzeichnung wurde unterbrochen
Betriebsstatus	
	Volle Akkukapazität
	Halbe Akkukapazität
	Niedrige Akkukapazität

Hinweis:

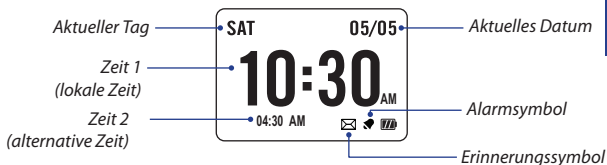
- Es erscheinen nur die aktiven Symbole auf dem Bildschirm.
- Bei aktiviertem **Dual-Sensor** wird das Sensorsymbol anstelle des Symbols des **Geschwindigkeitssensors** angezeigt.

* Bitte gehen Sie für einen besseren Empfang auf ein offenes Gelände.

** Blinkt diese Anzeige, warten Sie, bis das Blinken aufhört.

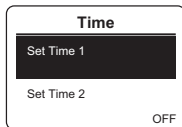
Uhransicht

DE



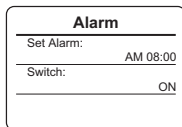
Zeit einstellen

1. Drücken Sie ▼, um den Menümodus aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um **Einstellung.** > **Uhr** > **Zeit** > **Zeit Einst** oder **Zeit2Einst** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
3. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.



Alarm Einst (Zeit 1)

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Uhr** > **Alarm** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.



Hinweis: Wählen Sie zur Aktivierung des Alarms die Optionen **Einstellung.** > **Uhr** > **Alarm** > **Wechsel** > **Ein**.

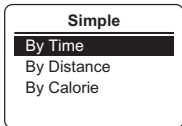
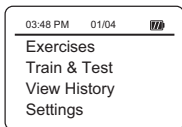
Übung/Training

Während des Übens oder Trainierens ermöglicht Ihnen der Cardio 60, Ihre Übungsaktivitäten zu messen und aufzuzeichnen, und er zeigt dann Ihre aktuelle Leistung an.

Hinweis: Die angezeigten Informationen sind je nach Übungsmodus und den von Ihnen gewählten Einstellungen unterschiedlich.

Bereit für ein einfaches Training

1. Drücken Sie ▼, um den Menümodus aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um **Training > Lauf** oder **Radfahren** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das Trainingsmenü aufzurufen.
3. Zur Festlegung eines einfachen Trainingsablaufs wählen Sie **Planen > Nach Zeit/Entf. > Nach Zeit, Nach Entf. oder Nach Kalorien**.
4. Legen Sie Ihr Trainingsziel fest und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
5. Wählen Sie **Ja**, um den Trainingsablauf zu speichern. Zur Ausführung des Trainingsablaufs rufen Sie **Training > Lauf** oder **Radfahren > Bisher. Train. auf**.
6. Geben Sie den Trainingsnamen über die Bildschirmtastatur ein. Wählen Sie nach Eingabe des Trainingsnamens die Option **END**, um ihn abzuspeichern.




Andere Trainingsprogramme/-abläufe wählen

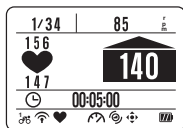
1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Training > Lauf** oder **Radfahren** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das Trainingsmenü aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um **Bisher. Train.**, **Bryton WKT** oder **Bryton Test** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.



3. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

Hinweis:

- Es erscheinen nur die aktiven Symbole auf dem Bildschirm.
- Wird das Symbol  auf dem Bildschirm angezeigt, drücken Sie ▲, um das aktuelle *Intervall* zu überspringen.



Intervalltrainings



Zur Festlegung eines Intervalltrainings wählen Sie **Training** > **Lauf** oder **Radfahren** > **Planen** > **Intervall**. Legen Sie dann Ihr Trainingsziel fest und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

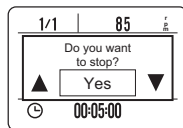
Trainings anpassen

Zur Anpassung eines Trainingsablaufs wählen Sie **Training** > **Lauf** oder **Radfahren** > **Planen** > **Anpassen** > **Neu hinzufügen**. Legen Sie dann Ihr Trainingsziel fest und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.



Hinweis: Wenn der Benutzer keinen Trainingsnamen eingibt, erstellt das System den Dateinamen automatisch auf Basis des aktuellen Datums und der Uhrzeit.

Training starten/vorübergehend unterbrechen /ganz anhalten

- Drücken Sie **OK**, um mit der Protokollaufzeichnung zu beginnen.
- Drücken Sie , um die Aufzeichnung vorübergehend zu unterbrechen, und drücken Sie nochmals , um die Aufzeichnung ganz anzuhalten.



Hinweis:

- Drücken und halten Sie während des Übens/Trainings , um das Shortcut-Menü aufzurufen.
- Drücken Sie während der Aufzeichnung zweimal , um die Aufzeichnung ganz anzuhalten.





DE

Mein Lap

Um mit einem Training nach Runden zu beginnen, wählen Sie **Einstellung.** > **Trainings** > **Lauf, Radfahren** oder **Sonst.** > **Mein Lap** > **Entfernung** oder **Position**, und drücken Sie **OK**. Legen Sie dann Ihr Trainingsziel fest und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

Runde markieren

Starten Sie eine Aktivität, indem Sie zuerst **OK** drücken. Drücken Sie während der Aufzeichnung **OK**, um eine Runde zu markieren. Bei der Verwendung von Runden wird während des Übens/Trainings der Rundenbildschirm angezeigt.

Übungs-/Trainingsdaten anzeigen

So zeigen Sie Aktivitäten an:

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Verlaufsliste** > **Sehen** zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
2. Zeigen Sie mit **▲/▼** Ihren Verlauf an. Weitere Einzelheiten erhalten Sie durch Wahl von **Option**.

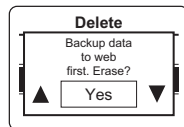
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

So zeigen Sie eine Übersicht an:

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Verlaufsliste** > **Übersicht** > **Lauf, Radfahren, Sonst.** oder **Alles** zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
2. Zeigen Sie mit **▲/▼** eine Übersicht Ihrer Aktivitäten an.

Alle Übungs-/Trainingsdaten löschen

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Verlaufsliste** zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
2. Drücken Sie **▲/▼**, um **AllLöschen** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen. Die Meldung „Backup-Daten auf Weibersten. Erase?“ erscheint auf dem Bildschirm. Zum Löschen der Daten drücken Sie **▲/▼**, um **Ja** zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.





Erinnerung einstellen

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Trainings** > **Lauf, Radfahren** oder **Sonst.** > **Erinnerung** zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

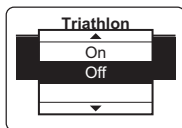
Hinweis: Die vorhandenen Optionen unterscheiden sich je nach dem ausgewählten Modus:

- **Lauf**-Modus: Aus/Zeit/Entfernung/Gangart/HF/Tempo
- **Radfahren**-Modus: Aus/Zeit/Entfernung/Geschw./HF/Kadenz
- **Sonst.**-Modus: Aus/Zeit/Entfernung

2. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

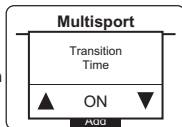
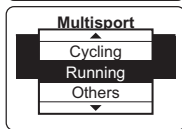
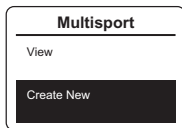
Triathlon-Übergangszeit aktivieren

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Trainings** > **Triathlon** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um **Ein** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um die Einstellung zu aktivieren.



MultiSport einstellen

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Trainings** > **MultiSport** > **Mach. Neu** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Sparteinstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
3. Um weitere Sparteinstellungen hinzuzufügen, drücken Sie **OK** und wiederholen Sie Schritt 2.
4. Wenn alles fertig eingestellt ist, wählen Sie **Spei.**, um das Untermenü für die Übergangszeit aufzurufen. Drücken Sie dann ▲/▼, um **Ein** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um die Einstellung zu aktivieren.

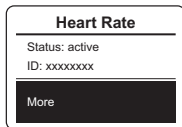
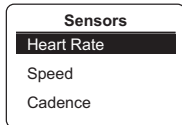




Sensoren verbinden

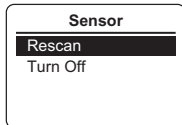
Verwenden Sie die Verbindungseinstellung, um die Sensoren mit dem Cardio 60 zu koppeln.

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Sensoren** > **Herzfrequenz, Geschw., Kadenz** oder **Geschw./Kad.** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie ▲/▼, um **Option** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das ausgewählte Sensoruntermenü aufzurufen.
3. Nach erfolgreicher Verbindung des Sensors wird die Sensor-ID auf dem Bildschirm angezeigt. Vergewissern Sie sich, dass die Sensor-ID richtig ist.



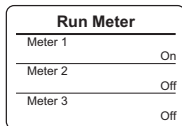
Hinweis: Informationen über die Sensor-ID sind im Lieferumfang enthalten.

4. Drücken Sie ▲/▼, um die gewünschte Option zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.
 - **Neu suchen:** Sucht erneut den Sensor.
 - **Deaktivieren** (*nur, wenn das Gerät mit dem Sensor gekoppelt ist): Deaktiviert den Sensor.



Anzeigeeinstellungen anpassen

1. Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **Trainings** > **Lauf** oder **Radfahren** > **Datenfelder** > **Datenfelder** > **Zähler 1, Zähler 2, Zähler 3** oder **Zähler 4** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.



Hinweis: **Runde und Sonst.** verfügt nur über zwei Optionen (Zähler 1 / Zähler 2).

2. Drücken Sie ▲/▼, um die Anzahl der Datenfelder zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.





3. Drücken Sie **▲/▼**, um das anzupassende Feld zu wählen, drücken Sie **OK**, um die Auswahl zu bestätigen.
4. Drücken Sie **▲/▼**, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

Hinweis: Nach der Einstellung erscheint der Runde-Bildschirm nur, wenn die Rundenfunktion startet.

Benutzerprofil persönlicher gestalten

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Einstellung. > Profil > Benutzer** zu wählen, drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie **▲/▼**, um die zu ändernde Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

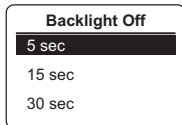
Fahrradprofil persönlicher gestalten

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Einstellung. > Profil > Rad > Rad 1** oder **Rad 2** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie **▲/▼**, um die zu ändernde Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

Hinweis: Zur Anzeige der Fahrradprofile wählen Sie **Einstellung. > Profil > Rad**.

Einstellungen zum Ausschalten der Hintergrundbeleuchtung ändern

1. Drücken Sie **▲/▼** im Menü, um **Einstellung. > General > System > Beleu. Aus** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen.
2. Drücken Sie **▲/▼**, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.





DE

Tastenton aktivieren

Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **General** > **System** > **Tastenton** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen. Drücken Sie dann ▲/▼, um **Ein** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um die Einstellung zu aktivieren.

Benachrichtungsalarm aktivieren

Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **General** > **System** > **Alarm** oder **Vibr.** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um das entsprechende Untermenü aufzurufen. Drücken Sie dann ▲/▼, um **Ein** zu wählen, und drücken Sie **OK**, um die Einstellung zu aktivieren.

Hinweis: Ist der Alarm auf **Aus** gesetzt, ist die Tonausgabe während des Übens und des freien Trainings deaktiviert.

Einheit/Sprache einstellen

Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **General** > **System** > **Einheit** oder **Sprache** zu wählen, und drücken Sie **OK**. Drücken Sie dann ▲/▼, um die gewünschte Einstellung zu wählen, und drücken Sie **OK** zur Bestätigung.

GPS anzeigen

Drücken Sie ▲/▼ im Menü, um **Einstellung.** > **General** > **GPS** zu wählen, und drücken Sie **OK**.

- **Aus:** Deaktiviert das GPS.
- **Max. Leist.:** Das GPS ist eingeschaltet und ortet sehr viel genauer, verbraucht aber mehr Energie.
- **Energiesp.:** Das GPS ist eingeschaltet. Die GPS-Ortung ist weniger genau, aber der Akku liefert Energie für eine längere Zeit.



Technische Daten

DE

Artikel	Beschreibung
Display	1,4-Zoll-Mono-LCD
Abmessungen	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Gewicht	54 g
Betriebstemperatur	-10°C ~ 50°C
Akkuladetemperatur	0°C ~ 40°C
Akkunutzungszeit	Bis zu 28 Tage im Uhrmodus Bis zu 16 Stunden im Trainingsmodus unter freiem Himmel
GPS	Integrierter hochempfindlicher Empfänger mit eingebauter Antenne
HF-Transceiver	2,4 GHz-ANT+-Transceiver mit eingebauter Antenne
G-Sensor	3-Achsen-Beschleunigungssensor

**Änderungen des Designs und der technischen Daten sind vorbehalten.*

Cardio 60

ES



1 Luz / Encendido (☀/⏻)

- Mantenga pulsado el botón para encender o apagar el dispositivo.
- Pulse el botón para activar o desactivar la luz de fondo.

2 Retroceder (↶)

- Pulse el botón para retroceder a la página anterior o cancelar una operación.
- En el modo de Entrenamiento, púselo brevemente para pausar o detener la sesión de grabación. Mientras está en pausa la grabación, pulse de nuevo para detenerla.

3 OK (OK)

- En la vista Reloj, púselo brevemente para entrar en el modo de menú.
- En Menú, púselo brevemente para entrar en una selección o confirmarla.
- Cuando grabe, púselo brevemente para marcar la vuelta.

4 Arriba (▲)

- En Menú, púselo brevemente para desplazarse hacia arriba por las opciones de menú. Manténgalo pulsado para desplazarse rápidamente hacia arriba por las opciones de menú.

5 Abajo (▼/⏮)

- En Menú, púselo brevemente para desplazarse hacia abajo por las opciones de menú. Manténgalo pulsado para desplazarse rápidamente hacia abajo por las opciones de menú.
- En la vista de medidor, pulse este botón para cambiar la página de pantalla del medidor.


Nota: Cuando el GPS se establece en **Act.**, púselo brevemente para ubicar la página del GPS antes de empezar la grabación.

Guía del usuario de Cardio 60





Procedimientos iniciales

Activar y desactivar el dispositivo

Mantenga pulsado  para encender o apagar el dispositivo.

Restablecer

Para restablecer el dispositivo, mantenga pulsadas las tres teclas (/OK/) al mismo tiempo.

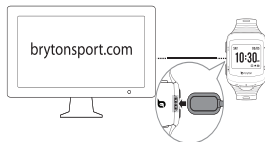
Configuración inicial

Cuando se enciende el dispositivo por primera vez, aparece el asistente de instalación en pantalla. Siga las instrucciones para completar la instalación.

1. Seleccione el idioma.
2. Seleccione el horario de verano.
3. Seleccione la unidad de medida.
4. Introduzca su "perfil de usuario". Se recomienda introducir los datos. La precisión de los datos afectará significativamente al análisis de su entrenamiento.
5. Lea y acepte el Contrato de seguridad.

Conectar, sincronizar y cargar

1. Conecte el dispositivo a un PC mediante el accesorio de carga USB proporcionado.
2. Descargue la aplicación *Bryton Bridge 2* en brytonsport.com y sincrónizela con el dispositivo.



Mantenga el dispositivo conectado al PC para cargar la batería. Conecte el accesorio de carga USB al dispositivo y conecte el otro extremo a un PC.

Nota:

- Cuando utilice el dispositivo por primera vez, cargue la batería aproximadamente durante 3 horas.
- Envíe el reloj al distribuidor local para solucionar los problemas con la pila.
- El reemplazo incorrecto de la pila puede provocar una explosión. Al reemplazar por una pila nueva, utilice solo la pila original o un tipo similar de pila especificada por el fabricante. La eliminación de las pilas usadas debe llevarse a cabo de acuerdo con las regulaciones de las autoridades locales.



Para lograr una mejor protección del medio ambiente, los residuos de pilas deben recogerse por separado para el reciclaje o la eliminación especial.

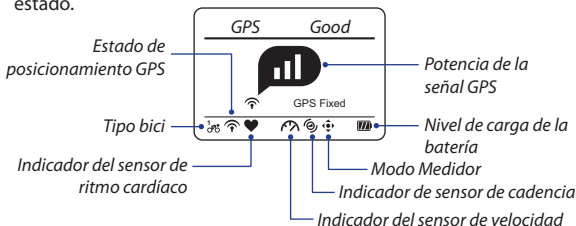




Ver barra de estado

Pulse prolongadamente el botón ☀ para mostrar la barra de estado.

ES



Iconos

icono	Descripción
Potencia de la señal GPS	
	Ninguna señal
	Débil *
	Fair **
	Buena **
Estado de posicionamiento GPS	
	No hay señal (no se ha fijado)
	Señal débil
	Señal fuerte
	Sensor de ritmo cardíaco activo
	Sensor de cadencia activo

icono	Descripción
	Sensor de velocidad activo
	Sensor dual activo
	Tipo bici
	Modo Entrenamiento
	Modo Medidor
	Grabación de sesión en progreso
	Grabación en pausa
Estado de alimentación	
	Batería completamente cargada
	Batería con carga media
	Batería con carga baja

Nota:

- Solamente se muestran en la pantalla los iconos activos.
- Cuando el **Sensor dual** está activado, el icono del sensor aparece en la posición del icono **Sensor de velocidad**.

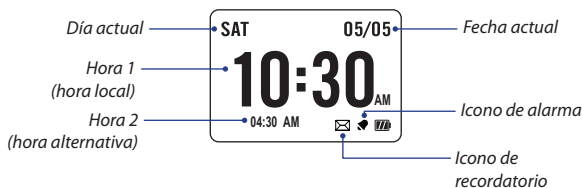
* Vaya a una zona abierta para lograr una mejor recepción.

** Cuando parpadee, espere hasta que deje de parpadear.



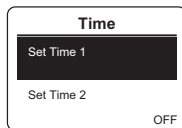


Vista Reloj



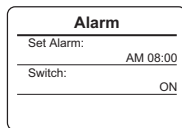
Establecer la hora

1. Pulse **▼** para entrar en el modo de menú.
2. Pulse **▲/▼** para seleccionar **Config.** > **Reloj** > **Hora** > **Est. Tiempo** o **Fijar tiempo2** y pulse **OK** para entrar en el submenú.
3. Pulse **▲/▼** para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Est. Alarma (Hora 1)

1. En Menú, pulse **▲/▼** para seleccionar **Config.** > **Reloj** > **Alarma** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse **▲/▼** para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Nota: para activar la alarma, seleccione **Config.** > **Reloj** > **Alarma** > **Botón** > **ACT.**





Ejercicio/Entrenamiento

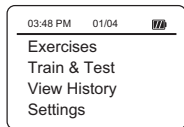
Durante el ejercicio o entrenamiento, Cardio 60 le permite medir y grabar sus actividades de ejercicio y muestra su rendimiento actual.

ES

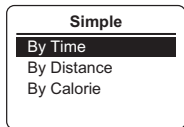
Nota: la información varía en función del modo de ejercicio y de las preferencias del usuario.

Listo para el entrenamiento sencillo

1. Pulse ▼ para entrar en el modo de menú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Tren y prueba** > **Corriendo** o **Ciclismo** y pulse Fijar tiempo² para entrar en el menú Entrenamiento.



3. Para establecer una sesión de ejercicios sencilla, seleccione **Planificar** > **Sencillo** > **Por tiempo, Por distancia** o **Por calorías**.
4. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.
5. Seleccione **Sí** para guardar la sesión de ejercicios. Para realizar la sesión de ejercicios, vaya a **Tren y prueba** > **Corriendo** o **Ciclismo** > **Mis ejercicios**.



6. Introduzca el nombre del programa de ejercicios por medio del teclado en pantalla. Cuando acabe el nombre, elija **FIN** para guardar el nombre de la sesión de ejercicios.




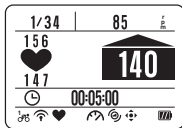


Elegir otros entrenamientos/ejercicios

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Tren y prueba > Corriendo o Ciclismo** y pulse **OK** para entrar en el menú Entrenamiento.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Mis ejercicios, Bryton WKT o Bryton prueba** y pulse **OK** para entrar en su submenú.
3. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Nota:

- Solamente se muestran en la pantalla los iconos activos.
- Cuando el icono  aparezca en la pantalla, presione ▲ para omitir el *Intervalo* actual.



ES

Sesiones de ejercicios por intervalo



Para establecer una sesión de ejercicios por intervalo, seleccione **Tren y prueba > Corriendo o Ciclismo > Planificar > Intervalo**. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.

Programas personalizados



Para establecer una sesión de ejercicios personalizada, seleccione **Tren y prueba > Corriendo o Ciclismo > Planificar > Personalizar > Agregar nuevo**. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.

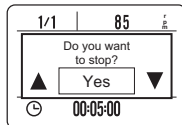
Nota: Si el usuario no escribe el nombre del programa de entrenamiento, el sistema etiquetará el nombre de archivo automáticamente según la fecha y hora actuales.

Inicio/Pausar/Detener los ejercicios/el entrenamiento

- Pulse **OK** para empezar a grabar la sesión.
- Pulse  para pausar la grabación y vuelva a pulsar  para detener la grabación.

Nota:

- Durante el ejercicio o entrenamiento, pulse y mantenga pulsado  para entrar en el menú Acceso directo.
- Cuando grabe, pulse  dos veces para detener la grabación.





Mi vuelta

Para iniciar las sesiones de ejercicios por vueltas, seleccione **Config.** > **Ejercicio** > **Corriendo, Ciclismo** u **Otros** > **Mi vuelta** > **Distancia** o **Ubicación** y pulse **OK**. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.

ES

Marcar vuelta

Inicie una actividad pulsando primero el botón **OK**. Durante la grabación, pulse **OK** para marcar la vuelta. Cuando utilice la vuelta, la pantalla Vuelta se mostrará mientras realiza el ejercicio o entrenamiento.

Ver información del ejercicio o entrenamiento

Para ver las actividades:

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Ver historial** > **Ver** y pulse **OK** para confirmar.
2. Use ▲/▼ para ver el historial. Elija **Más** para obtener más información.

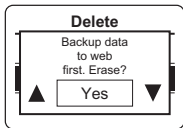
12/25	12:23	↓
00:06:00	run	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
	More	2/5

Para ver el resumen:

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Ver historial** > **Resumen** > **Corriendo, Ciclismo, Otros** o **Todo** y pulse **OK** para confirmar.
2. Use ▲/▼ para ver el resumen de actividades.

Eliminar toda la información sobre ejercicios/entrenamientos

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Ver historial** y pulse **OK** para confirmar.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Eliminar todos** y pulse **OK** para entrar en su submenú. Aparecerá en pantalla el mensaje "Realice copia de seguridad de datos primero en web. ¿Borrar?" Para eliminar la información, pulse ▲/▼ para seleccionar **Sí** y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.





Configurar el recordatorio

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Ejercicio** > **Corriendo, Ciclismo, Otros** o **Todo** y pulse **OK** para confirmar.

Nota: Las opciones disponibles varían en función del modelo *seleccionado*:

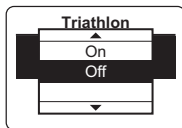
- Modo **Corriendo**: Des./Tiempo/Distancia/Tasa zan/HR/Cadencia
- Modo **Ciclismo**: Des./Tiempo/Distancia/Velocidad/HR/Ritmo
- Modo **Otros**: Des./Tiempo/Distancia

2. Pulse ▲/▼ para establecer la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

ES

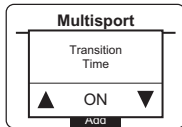
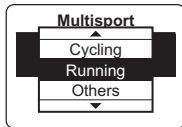
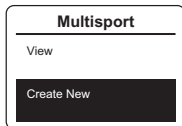
Habilitar tiempo de transición para Triatlón

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Ejercicio** > **Triatlón** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **ACT.** y pulse **OK** para habilitar la opción.



Configuración multideporte

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Ejercicio** > **Multideport.** > **Crear nuevo** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la opción que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.
3. Para añadir más deportes, pulse **OK** y repita el paso 2.
4. Una vez completada la configuración, seleccione **Guar.** para entrar en el submenú de tiempo de transición. A continuación, pulse ▲/▼ para seleccionar **ACT.** y pulse **OK** para habilitar la opción.



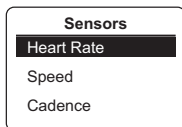


Enlazar sensores

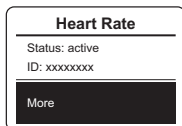
Utilice la opción Enlazar para asociar los sensores al dispositivo Cardio 60.

ES

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Sensores** > **Frec. card.**, **Velocidad**, **Ritmo** o **Vel./ritmo** y pulse **OK** para acceder al submenú.

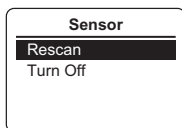


2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Más** y pulse **OK** para acceder al submenú del sensor habilitado.
3. Cuando el sensor esté correctamente conectado, su identificador se mostrará en la pantalla.
Compruebe que el identificador del sensor es correcto.



Nota: la información del identificador del sensor se incluye en el paquete.

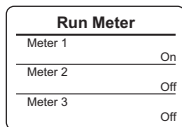
4. Pulse ▲/▼ para seleccionar la opción que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.
 - **Volv. buscar:** reinicia la exploración para detectar el sensor.
 - **Apagar** (*solo si el dispositivo se ha enlazado con el sensor): desactiva el sensor.



Personalizar la configuración de la pantalla

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Ejercicio** > **Corriendo** o **Ciclismo** > **Tabla info.** > **Tabla info.** > **Medidor 1**, **Medidor 2**, **Medidor 3** o **Medidor 4** y pulse **OK** para entrar en su submenú.

Nota: solo los elementos **Vuelta** y **Otros** tienen dos opciones (Medidor 1 y Medidor 2).





2. Pulse ▲/▼ para seleccionar el número de campos de datos y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.
3. Pulse ▲/▼ para seleccionar el campo del elemento que desea personalizar y pulse **OK** para confirmar la selección.
4. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Nota: una vez completada la configuración, la pantalla Vuelta solo aparecerá cuando la función Vuelta se inicie.

ES

Personalizar el perfil de usuario

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > Perfil > Usuario** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea cambiar y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

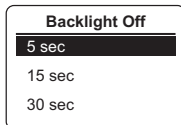
Personalizar el perfil de la bicicleta

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > Perfil > Bicicleta > Bicicleta 1** o **Bicicleta 2** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea cambiar y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Nota: para ver los perfiles de bicicleta, seleccione **Config. > Perfil > Bicicleta**.

Cambiar la configuración del apagado de la retroiluminación

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > General > Sistema > No Retroilum.** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.





Habilitar el tono de los botones

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **General** > **Sistema** > **Tono de tecla** y pulse **OK** para acceder al submenú. A continuación, pulse p/q para seleccionar **ACT.** y pulse **OK** para habilitar la opción.

ES

Habilitar la alerta de notificación

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **General** > **Sistema** > **Alerta** o **Vibrac.** y pulse **OK** para acceder al submenú. A continuación, pulse ▲/▼ para seleccionar **ACT.** y pulse **OK** para habilitar la opción.

Nota: cuando la alerta está establecida en **DES.**, no se escuchará ningún sonido durante la sesión de ejercicios y el entrenamiento libre.

Establecer la unidad y el idioma

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **General** > **Sistema** > **Unidades** o **Language** y pulse **OK**. Después pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Ver el GPS

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **General** > **GPS** y pulse **OK**.

- **Des.:** desactiva el GPS.
- **Potencia total:** el GPS se enciende y proporciona una posición más precisa pero con su más energía.
- **Ahorro energ.:** el GPS se enciende, pero el posicionamiento será menos preciso, por lo que la batería durará más horas.



Especificaciones

Elemento	Descripción
Vista de tabla	LCD mono de 1,4"
Tamaño físico	42,9 x 48,4 x 13,95 mm
Peso	54 g
Temperatura en funcionamiento	-10 °C ~ 50 °C
Temperatura de carga de la batería	0 °C ~ 40 °C
Autonomía de la batería	Hasta 28 días en modo Reloj Hasta 16 horas en modo de entrenamiento al aire libre
GPS	Receptor de alta sensibilidad integrado con antena incrustada
Transceptor de RF	Transceptor ANT+ de 2,4 GHz con antena incrustada
Sensor G	Sensor de aceleración de 3 ejes

ES

**Las especificaciones y el diseño están sujetos a cambios sin previo aviso.*

