



STOPWATCH

Ψηφιακό Χρονόμετρο

NEXUS

GR 3

EN 13

(Οδηγίες Χρήσης | Operating Instructions)



Μάθε περισσότερα για το
χρονόμετρο σκανάροντας το QR
Learn more about the stopwatch
by scanning the QR



ITEM NO.: 44243

Όπου υπάρχει AMILA,
ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΝΙΚΗΤΕΣ.



Η Amila πρωτοπορεί στην αγορά των προϊόντων γυμναστικής, αθλητισμού και ευεξίας, προσφέροντας πάντα καινοτόμες λύσεις που ανταποκρίνονται σε κάθε σου ανάγκη. Με μια ευρεία γκάμα προϊόντων, εγγυάται υψηλή ποιότητα και αξιοπιστία.

Η δέσμευσή μας είναι να παρέχουμε εξοπλισμό και υπηρεσίες που προάγουν την υγεία, τη φυσική κατάσταση και την ευεξία, ικανοποιώντας τις σύγχρονες απαιτήσεις της αγοράς.

Σε προσκαλούμε να γίνεις μέλος της δυναμικής και αφοσιωμένης κοινότητας της Amila! Ως κορυφαίος προμηθευτής οργάνων γυμναστικής, είμαστε εδώ για να σε υποστηρίξουμε και να μοιραστούμε πολύτιμο περιεχόμενο που θα σε ωφεληήσει.

Ανακάλυψε έναν νέο κόσμο γυμναστικής και ευεξίας με την Amila, στο web και τα social media!

Είμαστε εδώ για να σε εμπνεύσουμε με συμβουλές, προπονήσεις και νέα προϊόντα.

Amila, is a pioneer in fitness, sports and wellness equipment, always offering innovative solutions that meet your every need. With a wide range of products, it can guarantee high quality and reliability.

Our commitment is to provide equipment and services that promote health, fitness and wellness, meeting modern demand.

We invite you to become a member of the dynamic and dedicated Amila community! As a leading supplier of fitness equipment, we are here to give you support and share with you valuable content that will benefit you.

Discover with Amila a new world of fitness and wellness, on the web and social media!

We are here to inspire you by offering advice, training ideas and new products.

“ Συνδέσου με την Amila και ζήσε την εμπειρία της γυμναστικής όπως ποτέ άλλοτε.

Connect with Amila and experience fitness like never before.

”



@dimitra.akavalou



amilaworld.gr

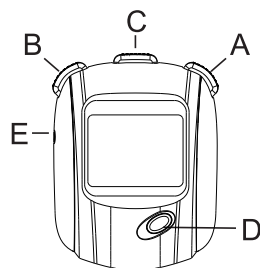
καλώς ήρθες στον κόσμο της AMILA
welcome to the world of AMILA

⚠ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ⚠

GR

- Αυτό το προϊόν έχει σχεδιαστεί για σκοπούς χρονομέτρησης και μέτρησης κατά τη διάρκεια αθλητικών και ψυχαγωγικών δραστηριοτήτων. Δεν είναι κατάλληλο για επαγγελματική ιατρική ή βιομηχανική χρήση.
- Κρατήστε το χρονόμετρο σταθερά κατά τη διάρκεια της χρήσης για να αποφύγετε την τυχαία πτώση ή τον κακό χειρισμό.
- Κρατήστε το μακριά από ισχυρά μαγνητικά πεδία, τα οποία ενδέχεται να επηρεάσουν τη λειτουργία του.
- Μην εκθέτετε το χρονόμετρο σε άμεσο ηλιακό φως, υψηλές θερμοκρασίες ή γυμνές φλόγες, καθώς αυτό μπορεί να προκαλέσει βλάβη στη συσκευή ή να δημιουργήσει κίνδυνο πυρκαγιάς.
- Μην το εκθέτετε σε υπερβολική υγρασία, βροχή ή βυθίζετε στο νερό.
- Διακόψτε αμέσως τη χρήση του εάν το χρονόμετρο παρουσιάζει δυσλειτουργία ή ασυνήθιστη συμπεριφορά, όπως υπερθέρμανση.
- Αποφεύγετε να ρίχνετε τη συσκευή ή να την υποβάλλετε σε ισχυρά χτυπήματα, τα οποία ενδέχεται να προκαλέσουν βλάβη στα εσωτερικά εξαρτήματα.
- Αποφεύγετε να πατάτε τα κουμπιά με υπερβολική δύναμη για να αποφύγετε βλάβη της συσκευής.
- Να καθαρίζετε το χρονόμετρο με ένα μαλακό, στεγνό πανί. Αποφύγετε τη χρήση σκληρών χημικών, απορρυπαντικών, λειαντικών υλικών ή διαλυτών.
- Απορρίψτε αυτή τη συσκευή σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς για τα ηλεκτρονικά απόβλητα. Μην την απορρίψετε μαζί με τα οικιακά απορρίμματα.
- Εξετάστε το ενδεχόμενο ανακύκλωσης ή δωρεάς του προϊόντος όταν δεν το χρησιμοποιείται πλέον για να ελαχιστοποιήσετε τις περιβαλλοντικές επιπτώσεις.
- Περιέχει μικρά μέρη που μπορεί να αποτελέσουν κίνδυνο πνιγμού. Φυλάξτε το μακριά από παιδιά κάτω των 3 ετών.
- Δεν είναι παιχνίδι. Διατηρείστε το μακριά από παιδιά κάτω των 3 ετών για να αποφύγετε κινδύνους πνιγμού ή στραγγαλισμού.
- Φορέστε το κορδόνι με ασφάλεια γύρω από το λαιμό ή τον καρπό, αλλά αποφύγετε καταστάσεις όπου μπορεί να πιαστεί σε μηχανήματα ή άλλα αντικείμενα.
- Το κορδόνι ενέχει κίνδυνο στραγγαλισμού. Βεβαιωθείτε ότι χρησιμοποιείται με προσοχή, ειδικά κοντά σε παιδιά ή κατά τη διάρκεια δραστηριοτήτων με έντονη κίνηση.
- Μην τροποποιείτε το μήκος του κορδονιού, καθώς αυτό μπορεί να αυξήσει τον κίνδυνο τραυματισμού.
- Αντικαταστήστε την μπαταρία μόνο με ιδίου τύπου. Ακολουθήστε προσεκτικά τις οδηγίες για να αποφύγετε την πρόκληση ζημιάς στη συσκευή ή βραχυκυκλώματος.
- Απορρίψτε τις μπαταρίες σύμφωνα με τους τοπικούς κανονισμούς. Μην τις πετάτε στα οικιακά απορρίμματα.
- Εάν παρουσιαστεί διαρροή μπαταρίας, αποφύγετε την επαφή με το δέρμα ή τα μάτια. Σε περίπτωση επαφής, ξεπλύνετε καλά με νερό και αναζητήστε ιατρική βοήθεια.

Περιγραφή πλήκτρων



- A: Start (έναρξη) / Split (ενδιάμεσος χρόνος)
 B: Reset (μηδενισμός) / Stop (σταμάτημα)
 C: Recall (Επαναφορά μνήμης)
 D: Mode (Λειτουργίες)
 E: Backlight (Φωτισμός οθόνης)

Δυνατότητες

Χρονόμετρο:

- Προβολή χρόνου γύρων, ενδιάμεσων χρόνων και συνολικού.
- Μέτρηση μέχρι:
 - 9 ώρες, 59 λεπτά και 59,99 δευτερόλεπτα με ακρίβεια 1/100 του δευτερολέπτου (συνηθισμένη μέτρηση σε ώρες για αθλήματα)
 - 9999,999 λεπτά με ακρίβεια 1/1.000 του λεπτού (δεκαδική μέτρηση)
 - 99,99999 ώρες με ακρίβεια 1/100.000 της ώρας (δεκαδική μέτρηση)
 - 999999,99 δευτερόλεπτα με ακρίβεια 1/100 του δευτερολέπτου (δεκαδική χρήση)
- 30 ανακαλούμενες μνήμες.
- Μετρητής γύρων (000-999)
- Προβολή ταχύτερου (BES), πιο αργού (SLO) και μέσου χρόνου (AVE) των γύρων που έχετε κάνει.

Συχνότητα κωπηλασίας:

- Μέτρηση σε κλίμακα 10-180 έλξεις/λεπτό.
- 30 ανακαλούμενες μνήμες.
- Προβολή ταχύτερων (BES), πιο αργών (SLO) και μέσων (AVE) αριθμών έλξεων που έχετε κάνει.

Θερμοκρασία περιβάλλοντος και μετρητής:

- Θερμοκρασία περιβάλλοντος, κλίμακα -40 έως +60 βαθμοί Κελσίου
- Ταυτόχρονη μέτρηση (κλίμακα 0-99.999) και χρονογράφηση

Αντίστροφη μέτρηση:

- Δύο διαθέσιμοι μετρητές αντίστροφης μέτρησης μέχρι 9 ώρες, 59 λεπτά και 59 δευτερόλεπτα, υλοποιούμενοι και οι δύο ή μόνο ο ένας.

Ρύθμιση επιθυμητού ρυθμού:

- Ρυθμιζόμενος από 5 μέχρι 320 ήχους/λεπτό.
- Ταυτόχρονη απεικόνιση συχνότητας, ήχων και χρόνου.

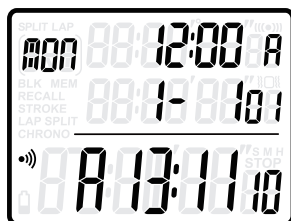
Ρολόι:

- Ώρα, λεπτά, δευτερόλεπτα, έτος, μήνας, ημερομηνία, εβδομάδα και ξυπνητήρι, αυτόματο ημερολόγιο.
- Απεικόνιση ώρας 12/24, καθώς και ημερομηνίας ως μήνας/ημερομηνία ή ημέρα/μήνας.

Άλλες δυνατότητες:

- Άνοιγμα/κλείσιμο οθόνης
- Σίγαση ήχου κουμπιών
- Ένδειξη χαμηλής στάθμης μπαταρίας
- Ρύθμιση αντίθεσης οθόνης
- Φωτισμός LED
- Επαναφορά εργοστασιακών ρυθμίσεων

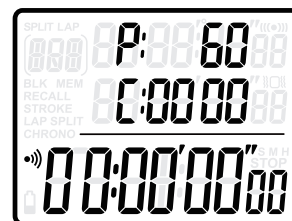
Λειτουργίες (πατώντας το κουμπί D)



Ρολόι και ξυπνητήρι



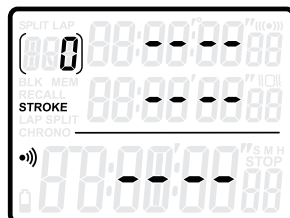
Χρονόμετρο



Αντίστροφη μέτρηση



Ρυθμός

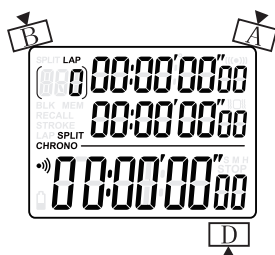


Κωπηλασία

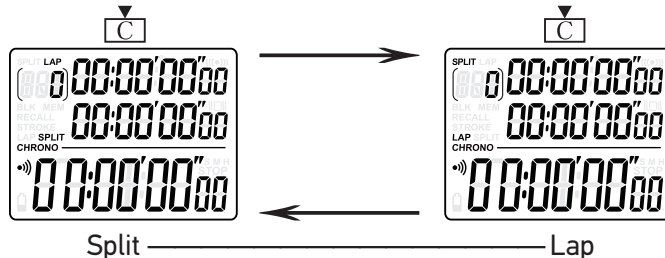


Θερμοκρασία και μετρητής

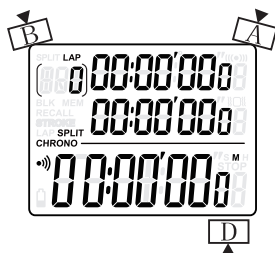
Χρονόμετρο



Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία της χρονομέτρησης.
Θα βλέπετε την ένδειξη «CHRONO».

**Σημειώσεις:**

1. Κρατώντας πατημένο το C για 3 δευτερόλεπτα, μπορείτε να αλλάξετε την απεικόνιση της κάτω γραμμής μετρήσεων μεταξύ μέτρηση SPLIT και LAP.
2. Όταν η κάτω γραμμή απεικονίζει μέτρηση SPLIT, η μεσαία γραμμή θα δείχνει την τιμή του SPLIT, η πάνω γραμμή την τιμή του LAP και θα βλέπετε την ένδειξη LAP στην πάνω-αριστερή γωνία.
3. Όταν η κάτω γραμμή απεικονίζει μέτρηση LAP, η μεσαία γραμμή θα δείχνει την τιμή του LAP, η πάνω γραμμή την τιμή του SPLIT και θα βλέπετε την ένδειξη SPLIT στην πάνω-αριστερή γωνία.
4. Τελειώνοντας τη χρήση, η επιλογή του τί θα απεικονίζεται στην κάτω γραμμή αποθηκεύεται για το μέλλον.



Στην αρχική οθόνη του χρονόμετρου, κρατήστε πατημένο το B για 3 δευτερόλεπτα για να αλλάξετε τον τρόπο μέτρησης από συμβατική σε δεκαδική.

Σημείωση: Όταν αλλάζετε τον τρόπο μέτρησης, όλες οι μνήμες διαγράφονται.

Ένα παράδειγμα χρησιμοποιώντας SPLIT στην κάτω γραμμή:

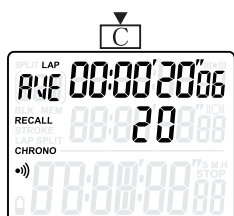


- Πατήστε A για να ξεκινήσετε τη χρονομέτρηση.
- Πατήστε A ξανά για το 1ο LAP. Θα βλέπετε την τιμή LAP του στην πάνω γραμμή, τον αριθμό του LAP στην πάνω-αριστερή γωνία, την τιμή του SPLIT στη μεσαία γραμμή και η κάτω γραμμή θα μετρά το SPLIT.

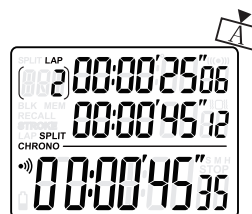


- Πατήστε A για το 2ο LAP. Η τιμή και ο αριθμός του θα φαίνονται στην κορυφή της οθόνης.

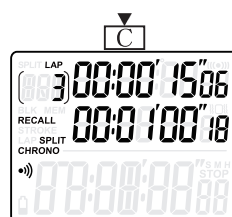
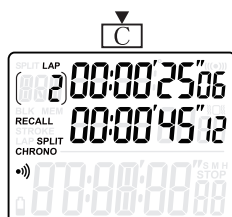
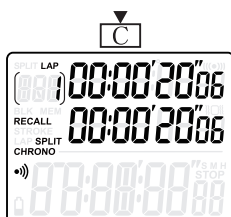
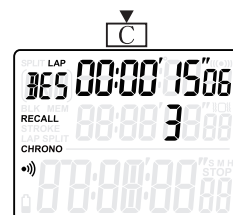
- Πατώντας ξανά το A έχουμε το 3ο LAP.



- Πατήστε B για να σταματήσετε τη χρονομέτρηση.
- Πατήστε C για να δείτε τον μέσο χρόνο (AVE) των LAP στην πάνω γραμμή, όπως και τον αριθμό του LAP στη μεσαία γραμμή. Θα βλέπετε και την ένδειξη «RECALL» στο αριστερό-μέσο μέρος της οθόνης, δηλαδή στην οθόνη βλέπετε τις αποθηκευμένες στις μνήμες τιμές.



- Πατώντας C ξανά θα δείτε τον ταχύτερο γύρο (BES).
- Πατήστε το ξανά για να δείτε τον πιο αργό γύρο (SLO).



- Μπορείτε να πατήσετε C άλλες τρεις φορές για να δείτε τις μετρήσεις των τριών γύρων (LAP) που έχετε χρονομετρήσει.

Σημειώσεις:

1. Όταν έχετε σταματήσει τη μέτρηση, μπορείτε να χρησιμοποιήσετε κουμπί C για να δείτε όλες τις μνήμες του χρονομέτρου με την εξής σειρά: AVE → BES → SLO → 1 → 2... → 30 → χρόνος διακοπής μέτρησης, και μετά έξοδος από τις μνήμες.
2. Κατά τη διάρκεια μέτρησης, μπορείτε να πατήσετε C και να δείτε τις μνήμες. Η κάτω γραμμή στην οθόνη θα συνεχίζει τη μέτρηση. Η απεικόνιση των μνημών θα είναι ως εξής: AVE → BES → SLO → τελευταία μέτρηση → ... → 3 → 1, έξοδος από τις μνήμες.

3. Όταν βλέπετε μνήμες: Πατήστε A για να αποθηκεύσετε τη τιμή ή B για να σταματήσετε την εξελισσόμενη μέτρηση του χρονομέτρου. Και στις δύο προηγούμενες περιπτώσεις, όπως και αν απλώς πατήσετε D, θα βγείτε από την ανασκόπηση μνημών και θα επιστρέψετε στην προηγούμενη λειτουργία.
4. Εάν είτε το LAP είτε το SPLIT είναι μεγαλύτερο από 100 ώρες, οπότε δεν θα βλέπετε τη μέτρηση του πιο γρήγορου γύρου, του πιο αργού γύρου και του μέσου χρόνου των γύρων.
5. Εάν ο μετρητής LAP ξεπεράσει το 30 (τον αριθμό των διαθέσιμων μνημών), στον υπολογισμό των στατιστικών μετρήσεων (AVE, BES & SLO) θα υπολογιστούν μόνο οι 30 πρώτες τιμές.
6. Εάν κατά τη διάρκεια μέτρησης βλέπετε τη οριζόντια γραμμή να αναβοσβύνει, σημαίνει πως η μνήμη έχει γεμίσει και η επόμενη μέτρηση δεν θα αποθηκευτεί.

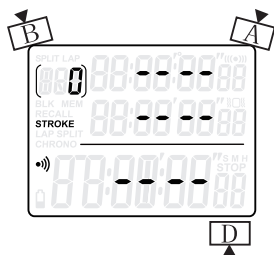


Πατήστε το κουμπί D για να επιστρέψετε στην αρχική οθόνη του χρονομέτρου. Μετά μπορείτε να πατήσετε A για νέα χρονομέτρηση ή B για μηδενισμό των ενδείξεων.

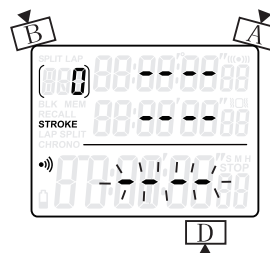
Σημείωση: Ακόμα και μετά τον μηδενισμό των μετρήσεων, οι αποθηκευμένες τιμές δεν θα σβηστούν και μπορούν να ανακληθούν με το C.

Συχνότητα κωπηλασίας

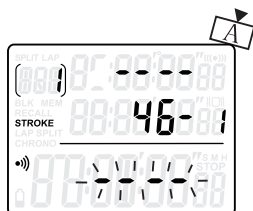
Θα μετρά τον χρόνο για να υπολογίσει τις έλξεις ανά λεπτό. Ακολουθεί σύντομο παράδειγμα:



- Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία αυτή. Θα βλέπετε την ένδειξη «STROKE». Ο μετρητής μνημών θα είναι ορατός στην πάνω-αριστερή γωνία.

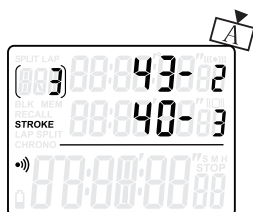
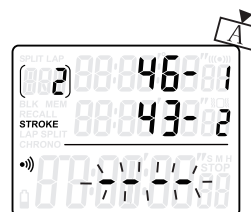


- Πατήστε A για να ξεκινήσετε τη μέτρηση. Η κάτω γραμμή θα αναβοσβύνει.



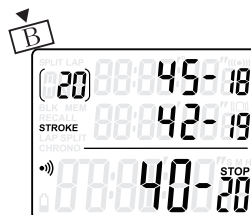
- Πατήστε A μετά από 3 έλξεις για να δείτε τη συχνότητα έλξεων στην κάτω γραμμή. Η τιμή θα μεταφερθεί αυτόματα στη μεσαία γραμμή και η κάτω θα αναβοσβύνει.

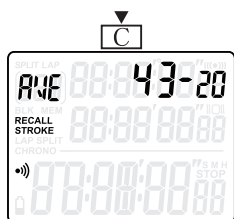
- Πατήστε A μετά από 3 έλξεις για να δείτε τη συχνότητα έλξεων στην κάτω γραμμή. Ύστερα, η ένδειξη της μεσαίας γραμμή θα μεταφερθεί στην πάνω, η τρέχουσα ένδειξη στη μεσαία γραμμή και η κάτω γραμμή θα αναβοσβύνει.



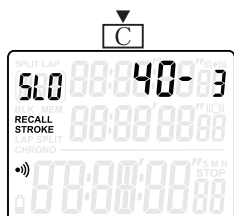
- Πατήστε A ξανά για να πάρετε την τρίτη μέτρηση, ισχύει η ανωτέρω περιγραφείσα απεικόνιση.

- Πατήστε B για να σταματήσετε τη μέτρηση. Θα δείτε την ένδειξη «STOP».

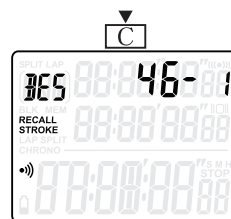




– Πατήστε C για επαναφορά, θα δείτε την ένδειξη RECALL να εμφανίζεται και θα δείτε την μέση τιμή (AVE) την επάνω γραμμή.



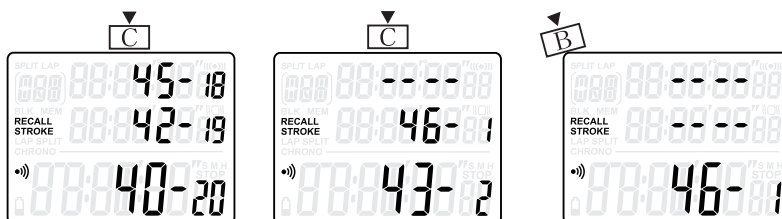
– Πατήστε C για να δείτε την καλύτερη (BES) τιμή συχνότητας και σε ποιά μνήμη αντιστοιχεί.



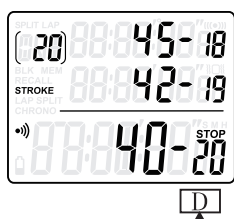
– Πατήστε C για να δείτε την χειρότερη (SLO) τιμή συχνότητας και σε ποια μνήμη αντιστοιχεί.

– Πατήστε C συνεχόμενα για να δείτε όλες τις τιμές μέτρησης, από την πιο πρόσφατη μέχρι την παλαιότερη.

Σημειώσεις:



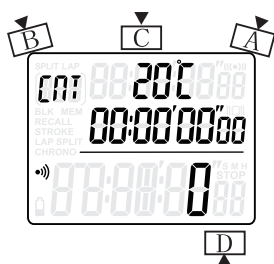
- Μπορείτε να πατήσετε C ανά πάσα στιγμή, είτε πραγματοποιείτε μέτρηση είτε όχι.
- Πατήστε C και να δείτε τις μνήμες. Η απεικόνιση των μνημών θα είναι ως εξής: AVE → BES → SLO → τελευταία μνήμη → ... → 3 → 1, έξοδος.
- Όταν βλέπετε μνήμες ενώ γίνεται μέτρηση: Πατήστε A για να αποθηκεύσετε την τιμή ή B για να σταματήσετε την εξελισσόμενη μέτρηση του χρονομέτρου. Και στις δύο περιπτώσεις, όπως και αν πατήσετε D, θα βγείτε από την ανασκόπηση μνημών και θα επιστρέψετε στην προηγούμενη λειτουργία.
- Εάν η συχνότητα είναι μεγαλύτερη του 180 ή κάτω του 10, θα δείτε την ένδειξη «Err» και δεν θα βλέπετε τις στατιστικές μετρήσεις (AVE, BES & SLO).
- Εάν πραγματοποιήσετε πέραν των 30 μετρήσεων (αριθμός μνημών), ο υπολογισμός των μετρήσεων (AVE, BES & SLO) θα περιλαμβάνει τις 30 τιμές.
- Εάν κατά τη διάρκεια μέτρησης βλέπετε τη οριζόντια γραμμή να αναβοσβύνει, οι μνήμες έχουν γεμίσει και η επόμενη μέτρηση δεν θα αποθηκευτεί.



Πατήστε το κουμπί D για να επιστρέψετε στην αρχική οθόνη του χρονομέτρου. Μετά μπορείτε να πατήσετε A για νέα χρονομέτρηση ή B για μηδενισμό των ενδείξεων.

Σημείωση: Ακόμα και μετά τον μηδενισμό των μετρήσεων, οι αποθηκευμένες τιμές δεν θα σβηστούν και μπορούν να ανακληθούν με το C.

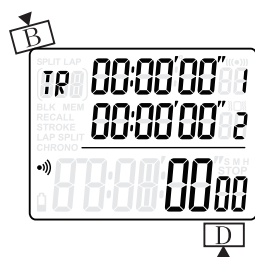
Θερμοκρασία περιβάλλοντος και μετρητής



Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία, θα βλέπετε την ένδειξη «F °C». Στην πάνω γραμμή θα βλέπετε τη θερμοκρασία. Με το κουμπί C αλλάζετε την ένδειξη μεταξύ βαθμών Κελσίου (C) και Φαρενάιτ (F).

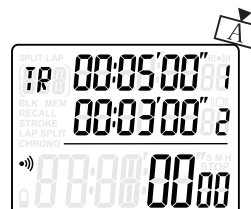
Η μεσαία γραμμή αντιστοιχεί στο χρόνο της μέτρησης και η κάτω στον μετρητή. Πατήστε το A. Ο μετρητής αυξάνει κατά 1 και η μέτρηση στη μεσαία γραμμή ξεκινά. Κάθε φορά που πατάτε A, ο μετρητής στην κάτω γραμμή θα αυξάνεται κατά 1. Πατήστε B για να σταματήσετε τη μέτρηση χρόνου στη μεσαία γραμμή και έπειτα ξανά B για να μηδενίσετε τις τιμές.

Αντίστροφη μέτρηση



- Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία, θα βλέπετε την ένδειξη «TR». Η πάνω γραμμή αντιστοιχεί στον 1ο μετρητή και η μεσαία στον 2ο. Η κάτω γραμμή απεικονίζει τις επαναλήψεις/κύκλους που θα εκτελέσουν οι δύο μετρητές.
- Κρατήστε πατημένο το B για 2 δευτερόλεπτα για να μεταβείτε στις ρυθμίσεις του 1ου μετρητή. Το πρώτο ψηφίο που αντιστοιχεί στις ώρες θα αναβοσβύνει. Κάντε τη ρύθμιση πατώντας το A και μετά B για να μεταβείτε στο 1ο ψηφίο για τα λεπτά. Με αυτόν τον τρόπο ρυθμίστε τους 2 μετρητές και τον αριθμό επαναλήψεων.

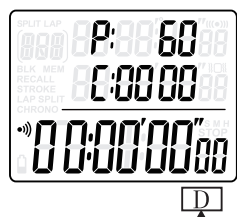
- Πατήστε A για να ξεκινήσετε τη αντίστροφη μέτρηση με τον 1ο μετρητή. Θα βλέπετε την ένδειξη «1» πάνω-δεξιά να αναβοσβύνει. Όταν ο 1ος μετρητής μηδενίσει, θα ακούσετε 4 ηχητικές ειδοποιήσεις και ο 2ος μετρητής θα ξεκινήσει αυτόματα. Η ένδειξη του 1ου μετρητή θα επιστρέψει στην αρχική τιμή. Όταν ο 2ος μετρητής μηδενίσει, θα ακούσετε 2 ηχητικές ειδοποιήσεις και ο μετρητής στην κάτω γραμμή θα μειωθεί κατά 1, η ένδειξη του 2ου μετρητή θα επιστρέψει στην αρχική τιμή και ο 1ος μετρητής θα αρχίσει εκ νέου αντίστροφη μέτρηση. Ανά πάσα στιγμή κατά τη διάρκεια της αντίστροφης μέτρησης μπορείτε να την σταματήσετε πατώντας A.
- Η μέτρηση θα σταματήσει όταν ολοκληρωθούν οι κύκλοι που έχετε εισάγει για τον κάτω μετρητή.



Σημειώσεις:

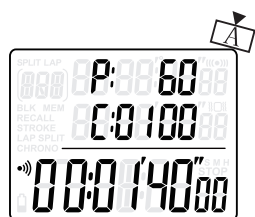
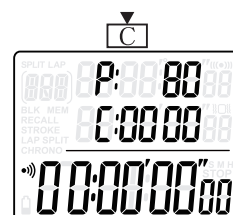
1. Εάν δεν εισάγετε τιμή για τον μετρητή επαναλήψεων/κύκλων της κάτω γραμμής και τον αφήσετε στην ένδειξη μηδέν (0), μετά τον μηδενισμό των 2 μετρητών και το ξεκίνημα νέου κύκλου, η τιμή του κάτω μετρητή θα αυξηθεί κατά 1.
2. Εάν ρυθμίσετε μόνο τον 1ο μετρητή, τότε μόνο αυτός θα πραγματοποιεί κυκλικές μετρήσεις.
3. Εάν ρυθμίσετε μόνο τον 2ο μετρητή, αυτός θα εκτελέσει μόνο μία μη επαναλαμβανόμενη μέτρηση και θα αλλάξει κατά 1 ο μετρητής στην κάτω γραμμή. Πατήστε ξανά A για να ξαναρχίσει η μέτρηση του 2ου μετρητή.
4. Εάν δεν ρυθμίσετε κανέναν από τους μετρητές, θα πραγματοποιηθεί κυκλική επαναλαμβανόμενη μέτρηση διάρκειας 100 ωρών με τον 1ο μετρητή, όπου κάθε 100 ώρες θα αυξάνεται κατά 1 και ο κάτω μετρητής.

Ρύθμιση επιθυμητού ρυθμού



- Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία, θα βλέπετε την ένδειξη «P». Η πάνω γραμμή αντιστοιχεί στη συχνότητα, η μεσαία στους κτύπους και η κάτω στο χρόνο.

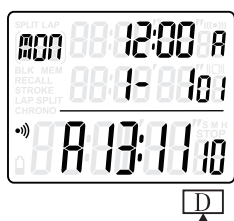
- Πατήστε C για να επιλέξετε τη συχνότητα:
5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55,
60, 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, 105,
110, 115, 120, 150, 180, 240, 320.



- Πατήστε A για να ξεκινήσετε το ρυθμό. Θα ακούτε τόσες ηχητικές ειδοποιήσεις ανά λεπτό, όσο επιλέξατε με τη ρύθμιση που κάνατε προηγουμένως. Στη μέση της οθόνης θα βλέπετε το μετρητή των ειδοποιήσεων, και ο κάτω μετρητής το χρόνο που έχει παρέλθει.

- Πατήστε B για να σταματήσετε το μετρητή και ξανά B για να μηδενίσετε τις τιμές.

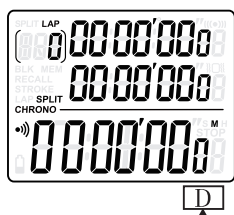
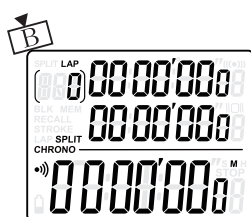
Ρύθμιση ρολογιού και ξυπνητηριού



- Πατήστε D για να επιλέξετε τη λειτουργία ρολογιού. Θα βλέπετε ώρα και λεπτά ξυπνητηριού, και την ημερομηνία εκφρασμένη σε έτος, μήνα, ημερομηνία, εβδομάδα, ώρα, λεπτό και δευτερόλεπτα.
- Κρατήστε το B πατημένο για 2 δευτερόλεπτα για να δείτε την οθόνη ρύθμισης του ρολογιού. Ρυθμίστε με το A και πατήστε B για να μεταβείτε σε άλλη ρύθμιση. Το D σας επιστρέφει στην προηγούμενη οθόνη.

Σημείωση: Το ξυπνητήρι ενεργοποιείται αυτόματα εάν εισάγετε τιμή για την ώρα ή/και τα λεπτά. Μπορείτε να το ενεργοποιήσετε/απενεργοποιήσετε πατώντας C στην οθόνη ρύθμισης της ώρας. Όταν είναι ενεργό, θα βλέπετε την ένδειξη «(•••)» στην οθόνη. Η διάρκεια λειτουργίας του ξυπνητηριού είναι 60 δευτερόλεπτα. Μπορείτε να κάνετε το ίδιο και στην αρχική οθόνη του χρονομέτρου κρατώντας πατημένο το A για 3 δευτερόλεπτα, θα βλέπετε την ένδειξη «••».

Λειτουργία δεκαδικής μέτρησης

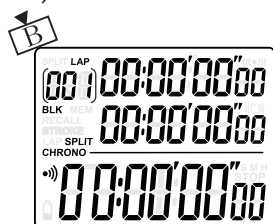


Η διαφορά μεταξύ συμβατικού και δεκαδικού χρονομέτρου έγκειται στην διαφορετική ελάχιστη μονάδα μέτρησης χρόνου, όπου στο συμβατικό χρονόμετρο η μονάδα αυτή είναι 0,01 δευτερόλεπτα με μέγιστη δυνατότητα μέτρησης τις 100 ώρες. Στο δεκαδικό χρονόμετρο, η ελάχιστη μονάδα μέτρησης είναι 0,001 λεπτά με μέγιστη μέτρηση 10.000 λεπτά (ένδειξη «M») ή 0,00001 ώρες με μέγιστη μέτρηση 100 ώρες (ένδειξη «H») ή 0,01 δευτερόλεπτα με μέγιστη μέτρηση 1.000.000 δευτερόλεπτα (ένδειξη «S»). Η χρήση ή όχι της δεκαδικής μέτρησης επαφίεται στις ανάγκες σας.

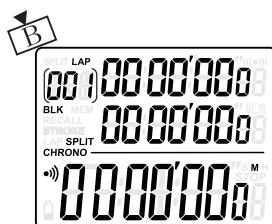
- Πατήστε D για τη λειτουργία «CHRONO».
- Κρατήστε το B πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να μεταβείτε στη λειτουργία δεκαδικής μέτρησης. Όλες οι λειτουργίες του χρονομέτρου είναι ίδιες και με τους δύο τρόπου μέτρησης.
- Όταν το χρονόμετρο είναι μηδενισμένο, κρατήστε το D πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να επιλέξετε τη μονάδα μέτρησης.
- Επιστρέψετε σε κλασική χρονομέτρηση κρατώντας ξανά πατημένο το B για 3 δευτερόλεπτα.

Σημειώσεις:

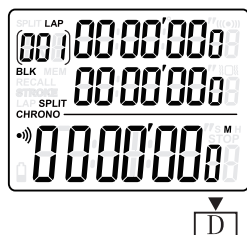
1. Με την αλλαγή της τιμής μέτρησης, όλες οι μνήμες διαγράφονται.
2. Όταν ανακαλείτε από τις μνήμες δεκαδικές μετρήσεις, η κάτω γραμμή θα απεικονίζει τον χρόνο με το συμβατικό τρόπο (ΩΩ:ΜΜ:ΔΔ).



Συμβατικό χρονόμετρο

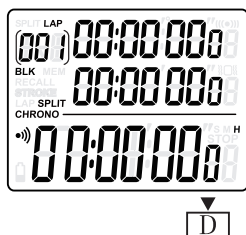


Δεκαδικό χρονόμετρο

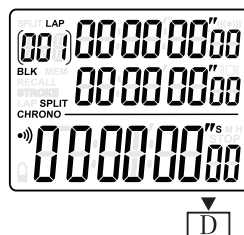


Μέτρηση:

Λεπτά



Ώρες



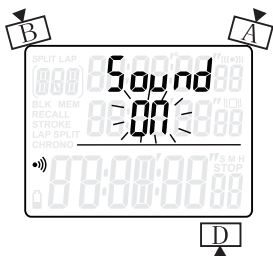
Δευτερόλεπτα

Φωτισμός οθόνης

Πατήστε το κουμπί E για να φωτίσετε την οθόνη για 5 δευτερόλεπτα.

Σημείωση: Η λειτουργία αυτή καταναλώνει πολύ ρεύμα, μην τη χρησιμοποιείται αν δεν είναι απαραίτητο.

Σίγαση ήχου κουμπιών



Όταν το χρονόμετρο βρίσκεται σε κατάσταση απεικόνισης της ώρας, κρατήστε πατημένο το B για 2 δευτερόλεπτα για να μεταβείτε στην οθόνη ρύθμισης του ρολογιού, ημερολογίου, ξυπνητηριού και ήχων κουμπιών. Στην οθόνη αυτή επιλέγετε με B και ρυθμίζετε τιμές με A. Πατήστε B μέχρι να δείτε την ένδειξη «Sound» στην πάνω γραμμή. Στη μεσαία γραμμή θα βλέπετε «ON» για ενεργοποιημένο ήχο κουμπιών και «OFF» για απενεργοποιημένο. Τροποποιήστε με A. Εναλλακτικά, στην αρχική οθόνη, κρατήστε το A πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να τροποποιήσετε άμεσα αυτή τη ρύθμιση.

Αντικατάσταση μπαταρίας

Όταν χαμηλώσει η στάθμη της μπαταρίας, το χρονόμετρο θα σας προειδοποιήσει. Αρχικώς, θα δείτε το σύμβολο χαμηλής στάθμης μπαταρίας (🔋) και δεν θα δουλεύει ο φωτισμός. Μετά το σύμβολο θα αναβοσβύνει και δεν θα δουλεύει ούτε ο ήχος, μα οι μετρήσεις θα εκτελούνται κανονικά. Παρακαλούμε φροντίστε να αντικαταστήσετε τη μπαταρία.

1. Χρησιμοποιήστε ένα κέρμα ή αντίστοιχο εργαλείο για να περιστρέψετε το κάλυμμα της υποδοχής μπαταρίας σύμφωνα με τη φορά του βέλους.
2. Αντικαταστήστε τη μπαταρία με άλλη Λιθίου τύπου CR2032.
3. Περιστρέψτε το κάλυμμα στην αντίστροφη κατεύθυνση για να κλειδώσετε την υποδοχή μπαταρίας.

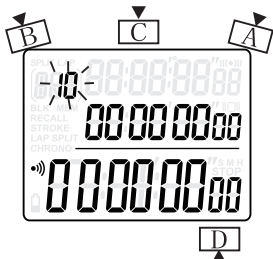
Επαναφορά εργοστασιακών ρυθμίσεων

Ανά πάσα στιγμή, κρατήστε πατημένα και τα 4 πλήκτρα (A-B-C-D) για να διαγράψετε όλες τις τιμές και να επιστρέψετε στην αρχική οθόνη.

Κλείσιμο οθόνης

1. Όταν δεν σκοπεύετε να χρησιμοποιήσετε το χρονόμετρο για μεγάλο χρονικό διάστημα, μπορείτε να κλείνετε την οθόνη, ούτως ώστε η μπαταρία να διαρκέσει περισσότερο χρόνο.
2. Κρατήστε πατημένα τα A και B για περισσότερο από 3 δευτερόλεπτα, θα δείτε την ένδειξη «OFF» στη μεσαία γραμμή και θα ακούσετε μια ηχητική ειδοποίηση. Όλες οι λειτουργίες θα μηδενίσουν, εκτός από τη λειτουργία ρολογιού.
3. Κρατήστε πατημένο οποιοδήποτε κουμπί για περισσότερο από 2 δευτερόλεπτα για να ανοίξει η οθόνη.

Ρύθμιση αντίθεσης οθόνης



1. Στην αρχική οθόνη, κρατήστε το C πατημένο για 3 δευτερόλεπτα για να εισέλθετε στη συγκεκριμένη λειτουργία.
2. Στην 1η γραμμή θα βλέπετε την τρέχουσα τιμή αντίθεσης να αναβοσβύνει, οι άλλες γραμμές θα δείχνουν «0» (μηδέν). Με το κουμπί A μεγαλώνετε την αντίθεση, με το κουμπί B τη μειώνετε. Οι διαθέσιμες τιμές είναι από 0 μέχρι 15. Πατήστε C για να ολοκληρώσετε ή απλά μην πατήσετε τίποτα για 1 λεπτό. Η εργοστασιακή τιμή είναι η 10.

Φροντίδα και συντήρηση

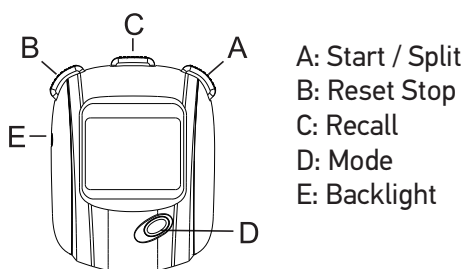
1. Το χρονόμετρο είναι σχεδιασμένο να αντέχει σε πίεση μέχρι 5 bar, δηλαδή μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη βροχή ή όπου υπάρχουν πιτσιλιές νερού, μα μην πατάτε τα κουμπιά με το χρονόμετρο βυθισμένο σε νερό.
2. Πρέπει να αντικαθιστάτε το προστατευτικό λάστιχο για σκόνη και υγραφία κάθε 2 με 3 χρόνια
3. Εάν παρατηρήσετε υγρασία στο εσωτερικό του χρονόμετρου, επικοινωνήστε άμεσα με το σέρβις.
4. Η θερμοκρασία λειτουργίας είναι από -10 μέχρι 50 βαθμούς Κελσίου. Μην το αφήνετε εκτεθειμένο σε απευθείας ηλιακή ακτινοβολία ή σε πολύ υψηλές θερμοκρασίες για μεγάλο χρονικό διάστημα, η οθόνη ενδέχεται να μαυρίσει. Επίσης μην το αφήνετε σε πολύ χαμηλές θερμοκρασίες γιατί μπορεί να μειωθεί η ακρίβειά του και να καθυστερεί η απεικόνιση στην οθόνη. Και στις δύο περιπτώσεις η λειτουργία του χρονόμετρου θα επανέλθει όταν η θερμοκρασία του επιστρέψει σε φυσιολογικά επίπεδα.
5. Παρακαλούμε να το αποθηκεύετε σε θερμοκρασία 5 με 35 βαθμών Κελσίου, με σχετική υγρασία μικρότερη του 70%. Μην το αποθηκεύετε με άλλα αντικείμενα ή διαβρωτικά αέρια.
6. Τα ολοκληρωμένα κυκλώματα στο εσωτερικό του χρονόμετρου ενδέχεται να επηρεαστούν από στατικό ηλεκτρισμό και, εάν ο στατικός ηλεκτρισμός είναι πολύ έντονος, μπορεί η βλάβη να γίνει μόνιμη. Προσοχή στις οθόνες των τηλεοράσεων και στα ρούχα σας, τα σύνθετικά υφάσματα σε ξηρές καιρικές συνθήκες μπορούν να παράξουν πολύ έντονο στατικό ηλεκτρισμό.
7. Οι τυχόν πτώσεις ή χτυπήματα σε σκληρές επιφάνειες δύνανται να επιφέρουν μηχανικές βλάβες.
8. Μην το εκτίθετε σε διαλύτες όπως βενζίνη, οινόπνευμα, καλλυντικά σε σπρέι, καθαριστικά, μπουγιές κλπ. καθώς ενδέχεται να προκαλέσουν ζημιές στο χρονόμετρο.

MADE IN CHINA
CODE: JS-5502

⚠ WARNINGS ⚠

EN

- This product is designed for timing and measurement purposes during sports and recreational activities. Not suitable for professional medical or industrial use.
- Hold the chronometer securely during use to prevent accidental dropping or mishandling.
- Keep the device away from strong magnetic fields, which may interfere with its operation.
- Do not expose the chronometer to direct sunlight, high temperatures, or open flames, as this may damage the device or pose a fire risk.
- Do not expose to excessive moisture, rain, or submersion.
- Discontinue use immediately if the chronometer malfunctions or exhibits unusual behavior, such as overheating.
- Avoid dropping or subjecting the device to heavy impacts, which may damage internal components.
- Avoid pressing buttons with excessive force to prevent damage to the device.
- Clean the chronometer with a soft, dry cloth. Avoid using abrasive materials or solvents.
- Dispose of this device in accordance with local electronic waste regulations. Do not dispose of in household waste.
- Consider recycling or donating the product when no longer in use to minimize environmental impact.
- Contains small parts that could pose a choking hazard. Keep out of reach of children under 3 years old.
- Not a toy. Keep out of reach of children under 3 years of age to prevent choking or strangulation hazards.
- Wear the lanyard securely around the neck or wrist but avoid situations where it may get caught in machinery or other objects.
- The lanyard poses a risk of strangulation. Ensure it is used with caution, especially around children or during high-movement activities.
- Do not modify the lanyard length, as this may increase the risk of injury.
- Replace the battery only with the specified type. Follow the instructions carefully to avoid damaging the device or causing a short circuit.
- Dispose of batteries in accordance with local regulations. Do not dispose of in household waste.
- If battery leakage occurs, avoid contact with skin or eyes. In case of contact, rinse thoroughly with water and seek medical attention.

Description of keys**Functions****Chronograph:**

- Display of lap, split, and running chronograph time.
- Measure up to:
 - 9 hours, 59 minutes and 59,99 seconds up to 1/100 of a second (conventional hourly units for sports)
 - 9999,999 minutes up to 1/1.000 of a minute (decimal units)
 - 99,99999 hours up to 1/100.000 of a hour (decimal units)
 - 999999,99 seconds up to 1/100 of a second (decimal units)
- 30 recallable lap and split memories
- Lap counter (000-999)
- Display of fastest (BES), slowest (SLO) and average (AVE) lap time for the laps traversed.

Rowing frequency:

- Range: 10-180 strokes/minute.
- Recallable memories.
- Display of the fastest (BES), slowest (SLO) and average (AVE) rowing frequency.

Environmental temperature and counter:

- Temperature range: -40 to +60 degrees Celcius
- simultaneous counting (range 0-99.999) and timing

Countdown timer:

- To timers available, range up to 9 hours, 59 minutes and 59 seconds, usable either both or just one of them.

Pacer:

- From 5 to 320 beeps/minute.
- Concurrent display of frequency, beeps and time.

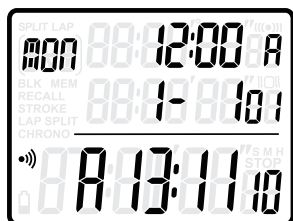
Clock:

- Hour, minutes, seconds, year, month, date, week and alarm, auto calendar.
- 12/24 format, as well as the date as month/date or day/month.

Other features:

- Display on/off
- Button mute
- Low battery
- Display contrast adjustment
- LED backlight
- Restore factory settings

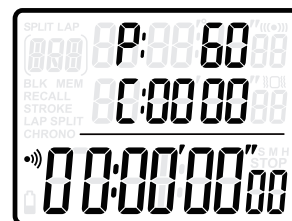
Functions (by pressing button "D")



Clock and alaarm



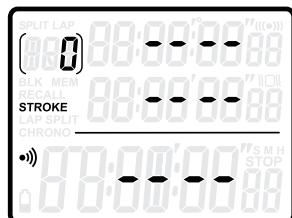
Chronograph



Countdown



Pace

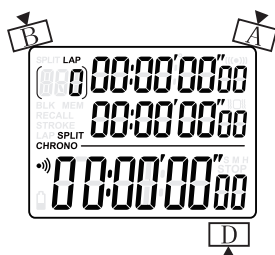


Rowing

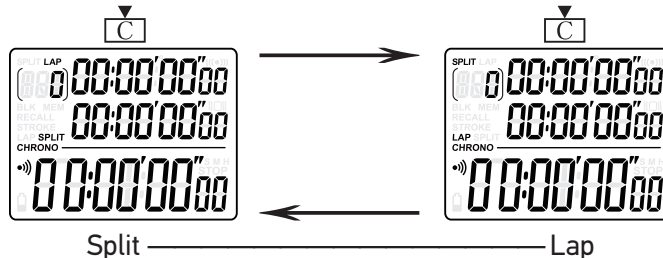


Temperature and counter

Chronograph

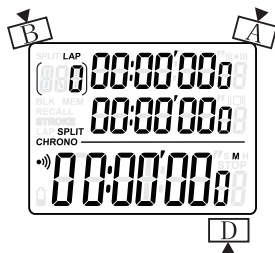


Press D to select this mode, the word "CHRONO" will light up.



Remarks:

1. You may change the lower row's display between Split and Lap chronograph by keeping C pressed for 3 seconds.
2. When the lower row displays Split chronograph, the middle row will be displaying the Split value, and the top row the Lap time, while at the same time the word "LAP" will light up on the top-left corner.
3. When the lower row displays Lap chronograph, the middle row will be displaying the Lap value, and the top row the Split time, while at the same time the word "SPLIT" will light up on the top-left corner.
4. After resetting the chronograph, your choice of display on the bottom row (Split or Lap) will be saved for future use.



After resetting the chronograph, keep B pressed for 3 seconds in order to change the method of timing from conventional to decimal.

Remark: When changing the timing method, all values are reset.

An example using SPLIT on the lower row:

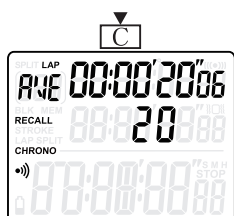


- Press A to start timing.
- Press A again for the 1st Lap. The value of Lap will be displayed on the top row, the number of the Lap on the top-left corner, the time of Split on the middle row, while the lower line will be the Split running chronograph.

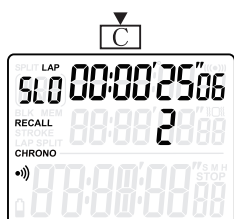


- Press A for the 2nd Lap. Its value and number will be displayed on the top of the screen.

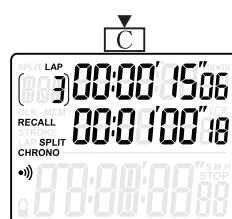
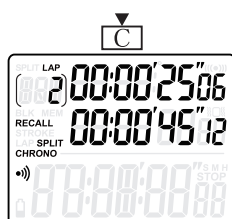
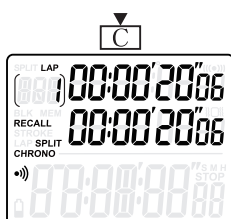
- Press A once more for the 3rd Lap.



- Press C the average (AVE) Lap time on the top row, as well as the memory number of the Lap on the middle row. The word "RECALL" will be displayed on the left-middle of the screen, meaning that you are now looking at the values stored in the stopwatch's memory.



- Press C once more to see the slowest lap (SLO).

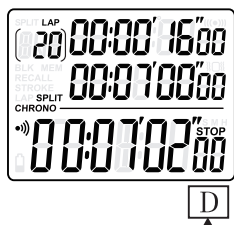


- You may press C three more times, in order to recall the Lap data of the three laps that you have recorded.

Remarks:

1. After stopping timing, you may use C to see all of the stopwatch's memories in the following order: AVE → BES → SLO → 1 → 2... → 30 → last recorded memory, and then press C once more to exit recall.
2. While timing, you may also press C to recall the memories. The timing will not stop, you will be able to see its progress on the lower row. The order of recalling the memories will be the following: AVE → BES → SLO → last lap/split → ... → 3 → 1, exit recall function.

3. While recalling: Press A to store this value or B to stop the timer. On both of the previous button presses, as well as by pressing D, you will exit recall function and return to the previous function.
4. If either Lap or Split is larger than 100 hours, the calculation of Average, Slower, and Best laps will not be available.
5. If the Lap counter exceeds 30 (the number of available memories), only the 30 memories will be included to the calculation of Average, Slower and Best laps will.
6. If, while timing, you see the horizontal line in the middle blinking, it constitutes a warning that the memory is full and the next lap/time value will not be stored.

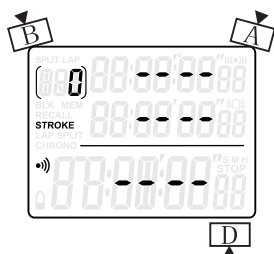


Press D to go back to the initial screen. You may then press A for a new timing or B to reset all values.

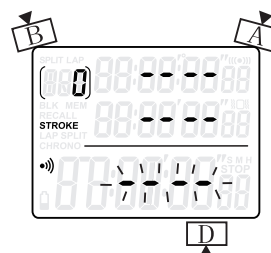
Remark: Even after resetting the values, the stored values will not be erased and can still be recalled by pressing C.

Rowing frequency

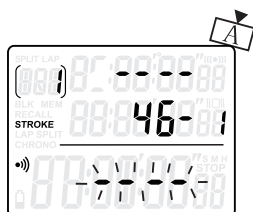
It calculates the rows/minute by counting time. Please, read the following example:



- Press D to select this function.
The word “STROKE” will become visible, as well as the lap counter on the top-left corner.

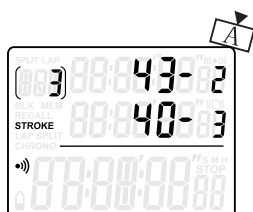
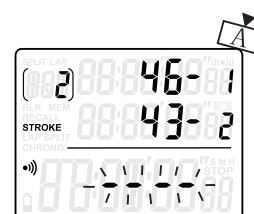


- Press A to begin timing.
The lower row will start blinking.



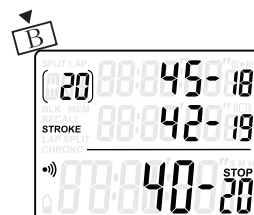
- Press A after 3 rows to see the rowing frequency on the bottom row. This value will automatically be moved to the middle row and the lower one will start blinking.

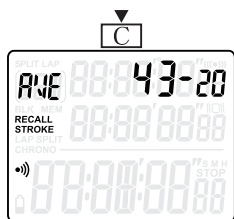
– Press A again after 3 rows to see the rowing frequency on the bottom row. The value of the middle row will move to the top row, the current value (on the bottom row) will move to the middle row and the lower row will start blinking.



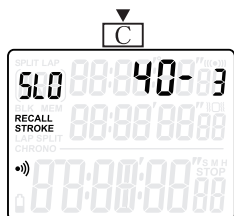
- Press A once more for the 3rd value, the values will move from row to row as described above.

– Press B to stop timing.
You will see the word “STOP”.

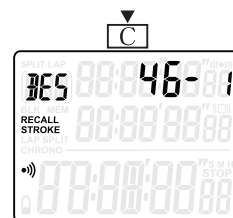




– Press C for recall, the word “RECALL” will become visible and you will see the average value (AVE) on the top row.



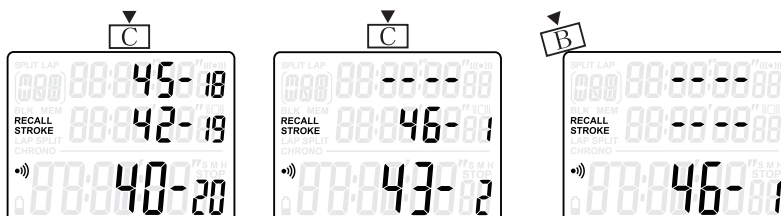
– Press C once more to see the slowest (SLO) value and the memory it corresponds to.



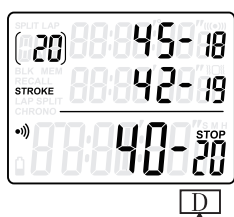
– Press C again to see the fastest (BES) value and the memory it corresponds to.

– Continuously press C to see all timer values, from the newest to the oldest.

Remarks:



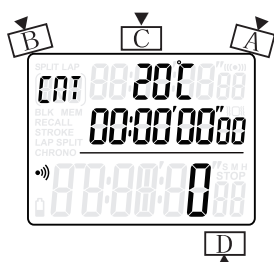
1. You may press C to enter Recall mode at any time, whether you are timing or not.
2. Press C to see the stored values. The memory display will be as follows: AVE → BES → SLO → last stored memory → ... → 3 → 1, exit Recall function.
3. When you are recalling memories while timing: Press A to store the value or B to stop timing. On both occasions, as well as by pressing D, you will exit the Recall function and go back to the previous mode.
4. If the rowing frequency is larger than 180 or smaller than 10, the word “Err” will be displayed and you will not be able to see the statistics (AVE, BES & SLO).
5. If you perform more than 30 timings (number of available memories), the statistics (AVE, BES & SLO) will be calculated only from the first 30 values.
6. If, while timing, you see the horizontal line on the middle blinking, the available memories are full and all following values will not be stored.



Press D to go back to the initial screen. You may then press A for a new timing or B to reset the visible values.

Remark: Even after resetting the visible values, the stored values are not erased and can be recalled by pressing C.

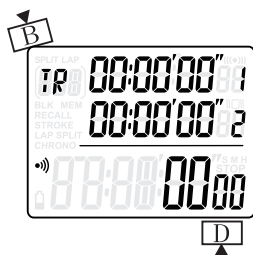
Environmental temperature and counter



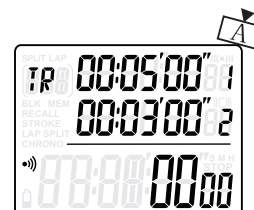
Press D to select this function, you will see «CnT» displayed, as well as the environmental temperature on the top row. Press C to change the reading between Celsius (C) and Fahrenheit (F).

The middle row corresponds to the time of timing, whereas the lower row to the counter. Press A. The counter increases by 1 and the timing on the middle row begins. For each press of A, the counter on the lower row increases by 1. Press B to stop the timing on the middle row and then B again to reset the values.

Countdown



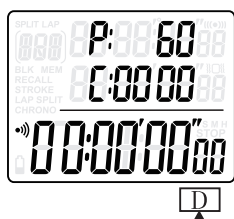
- Press **D** to select this function, you will see «TR» on the top-left corner. the top row corresponds to the 1st counter and the middle to the 2nd. The lower row will show the counter of the cycles.
- Keep **B** pressed for 2 seconds to begin setting the 1st counter. The first blinking value corresponds to the hours. Set the value using **A** and then press **B** to move on to the minutes. You may set both counters and the rounds to be performed using this same method.
- Press **A** to begin the countdown using the 1st counter. The value of “1” will be blinking on the top-right corner of the screen. When the 1st counter reaches zero, you will hear 4 beeps and the 2nd counter will start its own countdown. The value of the 1st counter will return to the initial value. When the 2nd counter reaches zero, you will hear 2 beeps and the counter on the lower row will decrease by 1, the reading of the second counter will return to the initial value and the 1st counter will begin its second countdown. You can press **A** any time to stop the countdown.
- The countdown will be concluded when all of the rounds you set on the lower row will be completed.



Remarks:

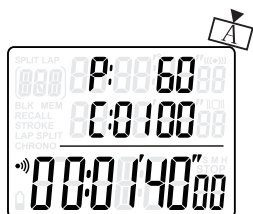
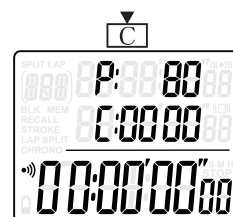
1. If the number of rounds on the bottom row is not set, after both countdown timers reach zero and a new round begins, the lower counter will increase by 1.
2. If you set only the 1st counter, only this counter will perform cyclical countdowns.
3. If you set only the 2nd counter, the counter will perform only one non-repeating countdown. When it reaches zero, the counter on the bottom row will increase by 1. You may press **A** again to have the 2nd counter begin once more.
4. If you do not set any of the counters, the 1st counter will perform a repeated countdown of 100 hours, with the bottom counter increasing by 1 with every round.

Pacer



- Press **D** to select this function, you will see the indicator “P:” on the top-right corner. The top row will display the frequency, the middle the beats and the lower the timing.

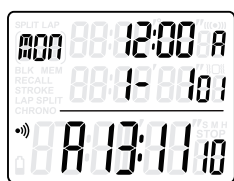
- Press **C** to select the frequency:
5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45, 50, 55,
60, 65, 70, 75, 80, 85, 90, 95, 100, 105,
110, 115, 120, 150, 180, 240, 320.



- Press **A** to start the pacer. You will hear as many beeps as the selected frequency. The middle row will show the beep counter and the lower row the elapsed time.

- Press **B** to stop the pacer, followed by **B** again to reset the values shown.

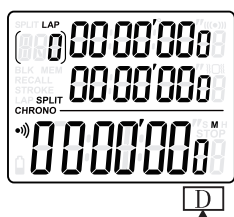
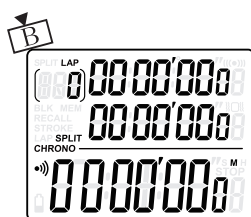
Ρύθμιση ρολογιού και ξυπνητηριού



- Press D to enter Clock mode. You will see the alarm hour and minutes, and the date as year, month, date, week, hour, minutes and seconds.
- Keep B pressed for 2 seconds to set-up the clock. Change the values by pressing A and use B to go to the next value. Use D to return to the previous function.

Remarks: The alarm is turned on automatically if you enter any values for hour and/or minutes. You may turn it on/off by pressing C while in clock mode. When on, the symbol ((••)) will be visible. The alarm's duration is 60 seconds. You may also turn it on/off when at the main screen by keeping A pressed for 3 seconds; the symbol •)) will become visible.

Decimal stopwatch mode

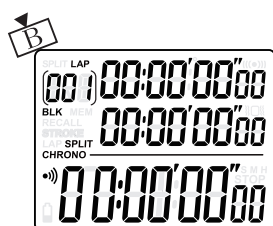


The difference between a decimal and a conventional stopwatch lies in the different minimum timing unit, where the conventional stopwatch uses 0,01 seconds as the minimum timing unit, with 100 hours being the maximum timing value. On the other hand, the minimum value for the decimal mode is 0.001 minutes with a maximum value of 10,000 minutes (symbol "M") or 0.00001 hours with a maximum value of 100 hours (symbol "H") or 0.01 seconds with a maximum value of 1,000,000 seconds (symbol "S"). You may decide which timing unit best serves your needs.

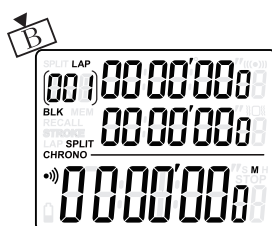
- Press D to enter the "CHRONO" function.
- Keep B pressed for 3 seconds to change mode to decimal timing. All of the functions remain the same whichever mode you choose.
- With the chronometer reset, keep D pressed for 3 seconds to choose the minimum timing value you prefer.
- You may go back to the conventional timing mode by keeping B pressed for 3 seconds.

Remarks:

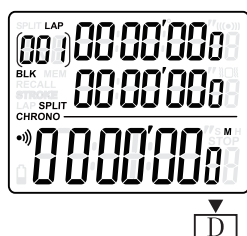
1. When changing the timing value, all memories are reset.
2. When recalling decimal value memories, the lower row will show time using the conventional mode (HH:MM:SS).



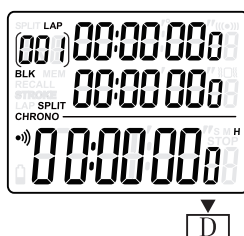
Conventional mode



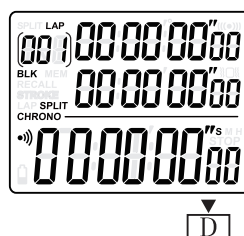
Decimal mode



Minutes



Hours



Seconds

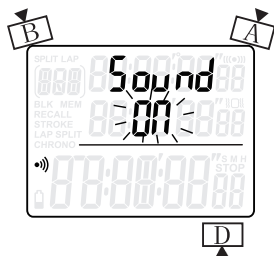
Timing:

Backlight

Press E to turn on the backlight for 5 seconds.

Remark: This function consumes a lot of battery power, please use it sparingly.

Button mute



When on clock display mode, keep B pressed for 2 seconds to go to Alarm / Calendar / Button tone mode. You select function by pressing B and make changes using A. Press B until the the word «Sound» appears on the top row. The word «ON» on the middle row indicates the sound is enabled, whereas «OFF» corresponds to disabled. Make changes by pressing A. Alternatively, you may keep A pressed for 3 seconds while being on the clock display mode to immediately change this setting.

Low battery indication and battery replacement

When the battery power is low, the following symbol will appear: . The backlight will not be working. After some time, you will see the symbol blinking and the sounds will also not be available, but the chronometer will continue working normally. Please replace the battery.

1. Locate the battery compartment on the back of the chronometer and use a coin or a relevant tool to rotate the cover as shown by the arrow.
2. Replace the battery with a similar CR2032 Lithium, making sure the polarity is correct.
3. Place and rotate the cover on the opposite direction to lock the cover in place.

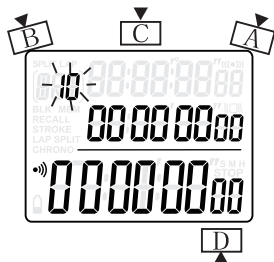
Factory reset

In any display mode, keep button A-B-C-D pressed to reset all values and enter the clock display.

Display cut-off

1. When not intending to use the chronometer for a long time, or when you are going to keep in storage, you may turn off the screen in order to conserve battery power.
2. Keep A and B pressed for more than 3 seconds. You will "OFF" on the middle row and one beep. All functions will be reset, except the clock.
3. Keep any button pressed for more than 2 seconds to turn-on the screen.

Display contrast



1. In clock mode, keep C pressed for 3 seconds to access this function.
2. The 1st row (blinking) will show current value of contrast, while the other rows will display zero. Use A to increase and B to decrease the contrast. The available values are from 0 to 15 and the default value is 10. Either press C to confirm your choice or do nothing for 1 minute to exit contrast setup.

Care and maintenance

1. This stopwatch is water resistant up to five bars (atmospheres), which means you can use it in the rain or in areas where splashing water is present.
2. You should have the rubber seal that keeps out water and dust replaced every 2 to 3 years.
3. Should moisture appear inside the stopwatch, have it checked immediately by your dealer. Never, however, operate the buttons of the stopwatch while it is immersed in water.
4. The operational temperature range is -10°C ~ 50°C . Do not leave your stopwatch under direct sunlight or in very high temperature for a long time, the display may become black. Do not leave your stopwatch in very low temperature as this may cause a slight time loss or gain and the change of digits becomes slow. In both cases, the above conditions will be corrected when the stopwatch returns to normal temperature.
5. The stock environment needs to be ventilated and dry with a temperature range 5°C ~ 35°C and relative humidity less than 70%. Please avoid stocking the stopwatch together with other goods of corrosive gas.
6. The integrated circuit in your stopwatch can be affected by static electricity. If the static electricity is very strong, a permanent damage may occur. Be careful of the TV screens and wearing clothing made of synthetic material in dry weather, in such case very strong static electricity can be generated.
7. Be careful not to drop your stopwatch or hit it against a hard surface, as it may cause mechanical damage.
8. Do not expose your stopwatch to solvents such as gas and alcohol, spray of cosmetics, cleaners, paints etc., as they may cause damage to the stopwatch.

MADE IN CHINA
CODE: JS-5502



Είμαστε πρωτοπόροι στον επαγγελματικό και ερασιτεχνικό αθλητισμό, με ισχυρά brands, καινοτόμες προτάσεις & ευέλικτες λύσεις αγορών.

We are pioneers in the field of commercial and amateur sports, with strong brands, innovative proposals & flexible solutions.



Μείνε ενημερωμένος για νέα προϊόντα, τη σωστή τους χρήση και διάφορα tips γύρω απ' το χώρο του fitness

Stay informed about new products, their correct use and various tips about fitness.



Ανακάλυψε έναν νέο κόσμο γυμναστικής και ευεξίας με φωτογραφίες και βίντεο, με συμβουλές, ασκήσεις και έμπνευση!

Αναζήτησε το όνομα χρήστη @amila.gr και πατήσε το κουμπί "Ακολουθήσε".

Discover a new world about fitness and wellness, with photos, videos, ideas, exercises and inspiration!

Search for the @amila.gr user name and press the "Follow" button.



Δες εκπαιδευτικά βίντεο που θα τραβήξουν την προσοχή σου και θα σε ενθουσιάσουν με γρήγορες και αποτελεσματικές προπονήσεις.

Βρες μας στο TikTok αναζητώντας το όνομα χρήστη @AmilaFitness και πατήσε το κουμπί "Ακολουθήσε".

Explore instructional videos which will grab your attention and excite you with quick but effective workouts.

Find us on TikTok by searching the @AmilaFitness user name and pressing the "Follow" button.



Επισκέψου το κανάλι μας στο YouTube και δες αναλυτικά βίντεο παρουσιάσης οργάνων γυμναστικής, προπονήσεις και tutorials από τους ειδικούς μας.

Πάτησε το κουμπί "Εγγραφή" και το καμπανάκι για να ενημερώνεσαι για κάθε νέο βίντεο.

Visit our YouTube channel and find video presentations of fitness equipment, workouts and tutorials by specialists.

Press the "Subscribe" button and then the bell in order to be notified about every new video.



Αναρτούμε καθημερινά φωτογραφίες και βίντεο με συμβουλές και ασκήσεις. Μοιράσου με φίλους την εμπειρία και τη γνώση που σου προσφέρουν οι ειδικοί του χώρου.

Μπες στη σελίδα μας στο Facebook και πάτησε "Μου αρέσει" και "Ακολουθήσε".

We post photos and videos with advice and workouts. Share the experience and knowledge offered by experts with your friends.

Visit our Facebook page and press "Like" and "Follow".



amilaworld.gr

μπες στον κόσμο της AMILA
enter the world of AMILA

Where there is AMILA,
THERE ARE WINNERS.



ELDICO
sport



eMail: support@eldico.gr | **Site:** www.eldico.gr

Διανέμεται από την **ΕΛΔΙΚΟ ΣΠΟΡ ΜΟΝ. Α.Ε.Ε.**
ΕΔΡΑ: Κασσάνδρας 30, 10447 Αθήνα (Βοτανικός)
Τηλ.: +30 2103478279, Fax: +30 2103450168
ΥΠ/ΜΑ: 8ο χλμ. Θεσ/νίκης - Αθήνας, 57400 Σίνδος
Τηλ.: +30 2310570037, Fax: +30 2310796958

Distributed by **ELDICO SPORT SA**
HQ: 30 Kassandras Str., 10447 Athens (Votanikos)
Tel.: +30 2103478279, Fax: +30 2103450168
Branch: 8Km Thessaloniki - Athens, 57400 Sindos
Tel.: +30 2310570037, Fax: +30 2310796958