



Via WRIST



FITWARE SERIES



TABLE OF CONTENTS

CARE AND MAINTENANCE	2
KEYS AND THEIR FUNCTIONS	3
MODES OF OPERATION	5
SETTING THE WATCH FUNCTIONS	7
SETTING TIME	7
SETTING USER DATA	8
DETERMINING YOUR STRIDE LENGTH	9
SETTING THE DAILY ALARM	10
OPERATING THE PEDOMETER	11
OPERATING DAILY ALARM	13
OPERATING THE CHRONOGRAPH	13
SPECIFICATIONS & RANGES	14



english





CARE AND MAINTENANCE

Your **VIA WRIST PEDOMETER** is a highly accurate and reliable pedometer and is effective for both walking and running.

WARNING: Before starting any exercise program, we strongly suggest you visit your doctor for a complete physical and to discuss your exercise plans.

1. Avoid Extreme Temperatures.
2. To clean the unit, use a dry soft cloth or a soft cloth moistened in a solution of water and a mild neutral detergent. Never use volatile agents such as benzene, thinner, spray cleaners, etc.
3. Store your pedometer unit in a cool, dry place when not in use.
4. Cold temperatures may cause the display to dim or fail completely. Normal operation should return when the unit warms up.
5. Keep this manual and any other documentation that comes with the unit in a safe place for future reference.



english



BATTERY INSTALLATION

The Via Wrist Pedometer is a technical instrument. To ensure proper operation and to maintain a water resistant seal, we recommend that you have your local jeweler or specialty retail shop to replace the watch batteries. Improper replacement of the battery may damage the watch and will void the manufacturers warranty.

KEYS AND THEIR FUNCTIONS



english

MODE KEY

- Scrolls through various modes of the pedometer
- Advances to next variable in setting sequence.

START/STOP KEY

- Scrolls through sub modes in STEP and DATA modes
- Increases variable in setting sequence
- Starts/Stops the Chronograph
- Turns Daily Alarm On/Off
- Toggles through sub modes in Step mode
- Toggles between pounds/kilograms (weight setting)
- Toggles between inches/centimeters (setting stride length)

KEYS AND THEIR FUNCTIONS



RESET KEY

- Decreases variable in setting sequence
- Clears time in Chronograph
- Toggles between miles/kilometers (Step/Distance mode)
- Clears data (Steps, distance, calories, timer) in Step mode

ADJUST KEY

- Activates EL/Backlight
- Enters the setting sequence for each setting mode

english

MODES OF OPERATION

The VIA Wrist Pedometer has 5, primary operational modes:



TIME MODE

The top line displays Date.
Bottom line displays Time of Day.

english

STEP MODE

Step mode has 5 sub modes:

**Step/Time, Step/KCAL, Step/Distance,
Timer, Steps Target**

Scroll through the sub modes by
PRESSING the **START/STOP** key.



USER DATA MODE

Displays/adjusts User Data
(age, weight, stride, etc.).

MODES OF OPERATION

The VIA Wrist Pedometer has 5, primary operational modes:



ALARM MODE

Displays/operates daily alarm.

CHRONOGRAPH MODE
Displays/operates the chronograph.



english

SETTING THE WATCH FUNCTIONS

SETTING TIME

1. Advance to **TIME** mode by **PRESSING** the **MODE** key.
2. **PRESS & HOLD** the **ADJUST** key to enter the setting sequence. Hours digit will flash. **ADJUST HOURS** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
3. Advance to **SET MINUTES** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys. Hold the keys for fast scrolling.
4. Advance to **SET MONTH** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
5. Advance to **SET DAY** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
6. Advance to **SET YEAR** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
7. Advance to **SET 12 OR 24 HOUR FORMAT** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
8. **PRESS** the **MODE** key to exit the setting sequence.



SETTING THE WATCH FUNCTIONS

SETTING USER DATA

1. Advance to **YOUR DATA** mode by **PRESSING** the **MODE** key.
2. **PRESS & HOLD** the **ADJUST** key to enter the setting sequence. Age digit will flash. **ADJUST AGE** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys. Hold the keys for fast scrolling.
3. Advance to **SET GENDER** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** key.
4. Advance to **SET WEIGHT** by **PRESSING** the **MODE** key. Select **pounds (Lb)** or **kilograms (KG)** by **PRESSING** the **ADJUST** key. **ADJUST WEIGHT** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
5. Advance to **SET STRIDE** by **PRESSING** the **MODE** key. (See "Determining Your Stride Length" pg. 9). Select **inches (In)** or **centimeters (CM)** by **PRESSING** the **ADJUST** key. **ADJUST STRIDE** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
6. **PRESS** the **MODE** key to exit the setting sequence.



english

NOTE: *To ensure accurate calculation of distance and calories consumed, it is essential to input correct personal data before using the Pedometer.*



SETTING THE WATCH FUNCTIONS

DETERMINING YOUR STRIDE LENGTH

1. You will need a tape measure to accurately measure your stride.
2. Mark a spot on the ground. Start with your toe to that point and take 10 natural strides of the type you want to measure (run, walk, jog, etc).
3. Mark the place where the toe of your forward foot stopped.
4. Measure the distance between the two points, and divide by 10.



english



SETTING THE WATCH FUNCTIONS

SETTING THE DAILY ALARM

1. Advance to **ALARM** mode by **PRESSING** the **MODE** key.
2. **PRESS & HOLD** the **ADJUST** key to enter the setting sequence. Hours digit will flash. **ADJUST HOURS** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
3. Advance to **SET MINUTES** by **PRESSING** the **MODE** key. **ADJUST** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys. Hold the keys for fast scrolling.
9. **PRESS** the **MODE** key to exit the setting sequence.

NOTE: *Entering the setting sequence will automatically activate (turn on) the alarm.*



english

OPERATING THE PEDOMETER

IN STEP MODE:

The Via Wrist Pedometer has 5 Step sub modes that give you real-time information of your workout. Scroll through the sub modes by **PRESSING** the **START/STOP** key. The displays of the sub modes are as follows:

Step/Time: Top line displays Time of Day. Bottom line displays Step Counter.

Step/KCAL: Top line displays Calories burned. Bottom line displays Step Counter.

Step/Distance: Top line displays Distance traveled (in miles or kilometers). Bottom line displays Step Counter.

Timer: Displays Elapsed Time walking/running (records automatically).

Steps Target: Counts down number of steps until Step Target is achieved.

The Via Wrist Pedometer automatically calculates Steps, Calories Burned, Distance, Elapsed Time (timer) and Steps to Target. To **CLEAR THE INFORMATION** in the Pedometer, in Step/Time, Step/KCAL, Step/Distance or Timer modes, **PRESS & HOLD** the **RESET** key.

OPERATING THE PEDOMETER

STEPS TARGET

The Via Wrist Pedometer allows you to set a Steps Target goal (from 1 to 99,999 steps). Target Mode automatically counts down and displays the number of steps until this target is achieved. When Target goal is reached, Alarm will sound.



To **SET/RESET** the **Step Target**, in Target mode:

1. **PRESS & HOLD** the **ADJUST** key. All Target information will be erased and Setting Sequence will automatically begin.
2. Set **STEPS TARGET** (from 1 to 99,999) by adjusting blinking digit(s) by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
3. Advance to **NEXT DIGIT** by **PRESSING** the **MODE** key. **SET** by **PRESSING** the **START/STOP** or **RESET** keys.
4. Repeat through all 5 digits (from left to right). **PRESS** the **MODE** key to exit the setting sequence.

english

OPERATING DAILY ALARM

The Via Wrist Pedometer is equipped with a Daily Alarm. When Alarm is active, it will sound for 20 seconds. When alarm is sounding, **PRESS** any key to stop.

In Alarm Mode: The **DAILY ALARM** can be turned on and off by **PRESSING** the **START/STOP** key. The far right of the display will indicate **ON** or **OFF**.



english

OPERATING THE CHRONOGRAPH

The Via Wrist Pedometer is equipped with a 24-hour Chronograph. To **START TIMING**, **PRESS** the **START/STOP** key. To **STOP** the Chronograph, **PRESS** the **START/STOP** key. To **RESET** the Chronograph, **PRESS & HOLD** the **RESET** key.

NOTE: *The Chronograph displays 1/100-second resolution for the first hour of operation. After that, display is 1-second resolution.*





SPECIFICATIONS & RANGES

TIME MODE

12 or 24 hour display. Auto Calendar from 2004 to 2029

STEP COUNTER

To 99,999 steps

CALORIE DISPLAY

To 9,999.9 kcal in .1 kcal resolution

TIMER

To 23 hours, 59 minutes, 59 seconds in
1-second resolution

CHRONOGRAPH

To 23 hours, 59 minutes, 59 seconds in
1/100-second resolution

DISTANCE

To 9,999 mile (or km) in .1 mile (or km) resolution

STEPS TARGET

From 1 to 99,999 steps

WATER RESISTANCE

The Via Wrist Pedometer is water resistant under normal use up to 50 meters.

DO NOT dive or swim with the watch as its seals are not designed to withstand the pressures imposed during active swimming.

DO NOT press keys when the unit is wet as this may allow water to pass into the interior of the watch damaging its electronics.



english





Via WRIST

HIGHGEAR USA INC.

web: www.highgear.com
www.techtrail.com

email: contacts@highgear.com
contacts@techtrail.com

© 2006 Highgear USA/Techtrail, Inc.
All Rights Reserved.



Via WRIST



FITWARE SERIES



INDEX

ENTRETIEN	2
LES TOUCHES ET LEURS FONCTIONS	3
MODE DES OPÉRATIONS	5
PROGRAMMATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE	7
PROGRAMMATION DE L'HEURE	7
PROGRAMMATION DES DONNÉES DE L'UTILISATEUR	8
DÉTERMINEZ VOTRE LONGUEUR DE FOULÉE	9
PROGRAMMATION DE L'ALARME QUOTIDIENNE	10
FAIRE FONCTIONNER LE PODOMÈTRE	11
FONCTIONNEMENT DE L'ALARME QUOTIDIENNE	13
FONCTIONNEMENT DU CHRONOGRAPHE	13
SPÉCIFICATIONS & PORTÉE D'ÉMISSION	14



francias



ENTRETIEN

LES PODOMÈTRES VIA WRIST est très fiable et précis et il est efficace pour la marche et la course.

AVERTISSEMENT: Avant d'entamer tout programme d'exercice, nous vous suggérons vivement de vous soumettre à un examen médical complet et de discuter de vos projets avec votre médecin.

1. Éviter les températures extrêmes
2. Pour nettoyer l'appareil, utilisez un linge sec et doux ou un linge doux et humide trempé dans une solution d'eau et de savon neutre et doux. N'utilisez jamais d'agents volatiles tel que le benzène, éclaircissant, nettoyants en vaporisateur, etc.
3. Entrez votre podomètre dans un endroit frais et sec lors que vous ne l'utilisez pas.
4. La température froide peut faire pâlir ou faire cesser l'affichage complètement. Les opérations normales devraient revenir lorsque l'appareil se réchauffe.
5. Conservez en lieu sûr ce manuel et tout autre document fournis avec ce podomètre, vous pourriez en avoir besoin pour de futures références.

INSTALLATION DES PILES

Le podomètre Via Wrist est un instrument technique. Afin d'assurer une opération correcte et de maintenir un sceau d'étanchéité à l'eau, nous conseillons de faire remplacer les piles de votre montre par votre bijoutier ou par un détaillant spécialisé. Un remplacement des piles qui est mal effectué peut endommager la montre et annuler la garantie du fabricant.

LES TOUCHES ET LEURS FONCTIONS



français

TOUCHE MODE

- Défile les différents modes du podomètre.
- Avance à la variable suivante en séquence de programmation.

TOUCHE DÉMARRER/ARRÊT

- Défile les sous-modes en mode PODOMÈTRE et DONNÉES.
- Augmente la variable en séquence de programmation.
- Démarre/arrête le chronographe.
- Allume ou éteint l'alarme quotidienne (On/Off)
- Alterne les sous-modes en mode podomètre.
- Alterne entre les livres et les kilogrammes (programmation de la masse)
- Alterne entre les pouces et les centimètres (programmation de la longueur de foulée)

LES TOUCHES ET LEURS FONCTIONS



TOUCHE RÉINITIALISER

- Décroît la variable en séquence de programmation.
- Efface le temps en mode chronographe.
- Alterne entre les milles et les kilomètres (en mode distance/nombre de pas)
- Efface les données (nombre de pas, distance, calories, minuterie) en mode podomètre.

TOUCHE RÉGLEZ

- Active l'éclairage de fond/EL
- Entre en séquence de programmation pour chaque mode de programmation.

MODE DES OPÉRATIONS

Le podomètre Via Wrist possède 5, modes primaires opérationnels:



MODE DE L'HEURE

La ligne supérieure affiche la date.
La ligne inférieure affiche l'heure de la journée.

français

MODE PODOMÈTRE

Le mode podomètre a 5 sous-modes.

La durée (heure)/des pas, Nombre de KCAL/des pas, Distance/des pas, minuterie, Objectif/des pas.

Défilez dans les sous-modes en **APPUYANT** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**.



MODE DONNÉES DE L'UTILISATEUR

Affiche/ajuste les données de l'utilisateur (âge, masse, foulée, etc.)

MODE DES OPÉRATIONS

Le podomètre Via Wrist possède 5, modes primaires opérationnels:



MODE ALARME

Affiche/fait fonctionner l'alarme quotidienne.

MODE CHRONOGRAPHE
Affiche/fait fonctionner le chronographe.



francias

PROGRAMMATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE

PROGRAMMATION DE L'HEURE

1. Avancez au mode de **L'HEURE** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**.
2. **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉGLEZ** pour entrer en séquence de programmation. Le chiffre de l'heure clignotera. **RÉGLEZ L'HEURE** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
3. Avancez pour **PROGRAMMER LES MINUTES** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**. Tenez les touches pour avancer plus vite.
4. Avancez pour **PROGRAMMER LES MOIS** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
5. Avancez pour **PROGRAMMER LES JOURS** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
6. Avancez pour **PROGRAMMER LES ANNÉES** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
7. Avancez pour **PROGRAMMER LE FUSEAU HORAIRE** de **12** ou **24 HEURES** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
8. **ENFONCEZ** la touche **MODE** pour quitter la séquence de programmation.



PROGRAMMATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE

PROGRAMMATION DES DONNÉES DE L'UTILISATEUR

1. Avancez au mode **VOS DONNÉES** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**.
2. **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉGLEZ** pour entrer en séquence de programmation. Le chiffre de l'âge clignotera. **RÉGLEZ L'ÂGE** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**. Tenez les touches pour avancer plus vite.
3. Avancez pour **PROGRAMMER LE GENRE** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**.
4. Avancez pour **PROGRAMMER LA MASSE** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. Choisissez entre les livres(Lb) ou les kilogrammes(Kg) en **APPUYANT** sur la touche **RÉGLEZ**. **RÉGLEZ LA MASSE** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
5. Avancez pour **PROGRAMMER LA FOULÉE** en **APPUYANT** sur la touche **MODE** (voir "Déterminez la longueur de votre foulée" page.9). Choisissez entre les pouces(In) ou les centimètres(CM) en **APPUYANT** sur la touche **RÉGLEZ**. **RÉGLEZ LA FOULÉE** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
6. **ENFONCEZ** la touche **MODE** pour quitter la séquence de programmation

NOTEZ: Afin d'assurer un calcul précis de la distance et du nombre des calories dépensées, il est essentiel d'enregistrer les bonnes données personnelles avant d'utiliser le podomètre.



français



PROGRAMMATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE

DÉTERMINEZ VOTRE LONGUEUR DE FOULÉE

1. Vous aurez besoin d'un ruban à mesurer pour mesurer avec précision votre foulée.
2. Faites une marque sur le sol. Partez de ce point avec votre orteil et prenez 10 foulées normales du type que vous voulez mesurer (course, marche, jogging, etc.).
3. Faites une marque là où l'orteil de votre pied avancé s'est arrêté.
4. Mesurez la distance entre les deux marques et divisez par dix.



français



PROGRAMMATION DES FONCTIONS DE LA MONTRE

PROGRAMMATION DE L'ALARME QUOTIDIENNE

1. Avancez au **MODE ALARME** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**.
2. **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉGLEZ** pour entrer en séquence de programmation. Le chiffre de l'heure clignotera. **RÉGLEZ L'HEURE** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**.
3. Avancez pour **PROGRAMMER LES MINUTES** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **RÉGLEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou sur **RÉINITIALISER**. Tenez les touches pour avancer plus vite.
9. **ENFONCEZ** la touche **MODE** pour quitter la séquence de programmation.

NOTEZ: L'entrée en séquence de programmation lancera automatiquement l'alarme.



françias



FAIRE FONCTIONNER LE PODOMÈTRE

EN MODE PODOMÈTRE:

Le podomètre Via Wrist a 5 sous-modes des pas qui donnent des informations en temps-réel de votre entraînement. Avancez dans les sous-modes en **APPUYANT** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**. L'affichage des sous-modes se fera comme suit:

La durée (heure)/des pas: La ligne supérieure affiche l'heure du jour. La ligne inférieure affiche le compteur de pas.

Nombre de KCAL/des pas: La ligne supérieure affiche le nombre de calories dépensées. La ligne inférieure affiche le compteur de pas.

Distance/des pas: La ligne supérieure affiche la distance parcourue en (milles ou kilomètres). La ligne inférieure affiche le compteur de pas.

Minuterie: Affiche le temps écoulé à courir/marcher (enregistrement automatique).

Objectif/des pas: Fait le décompte des pas jusqu'à ce que l'objectif soit atteint.

Le podomètre Via Wrist calcule automatiquement les pas, les calories dépensées, la distance, le temps écoulé (minuterie) et le nombre de pas pour atteindre l'objectif. Pour **EFFACER LES INFORMATIONS** du podomètre, mode durée (heure)/des pas, mode nombre de KCAL/des pas, mode distance/des pas, ou mode minuterie, **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉINITIALISER**.

français



FAIRE FONCTIONNER LE PODOMÈTRE

OBJECTIF DES PAS

Le podomètre Via Wrist vous permet d'établir un objectif des pas à atteindre (de 1 à 99 999 pas). Le mode Objectif des pas fait le décompte automatiquement et affiche le nombre de pas qui reste avant d'atteindre l'objectif. Lorsque l'objectif est atteint, l'alarme sonne.

Pour **PROGRAMMER/RÉINITIALISER l'objectif des pas**, en mode Objectif des pas:



1. **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉGLEZ**. Toutes les informations de l'objectif atteint seront effacées et la séquence de programmation sera automatiquement lancée.
2. Programmez **L'OBJECTIF DES PAS** (de 1 à 99 999) en ajustant le chiffre qui clignote en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou **RÉINITIALISER**.
3. Avancez au **CHIFFRE SUIVANT** en **APPUYANT** sur la touche **MODE**. **PROGRAMMEZ** en **APPUYANT** sur les touches **DÉMARRER/ARRÊT** ou **RÉINITIALISER**.
4. Répétez l'opération les 5 chiffres (à partir de la gauche vers la droite). **APPUYEZ** sur la touche **MODE** pour quitter la séquence de programmation.

françias

FONCTIONNEMENT DE L'ALARME QUOTIDIENNE

Le podomètre Via Wrist est muni d'une alarme quotidienne. Lorsque l'alarme est activée, elle sonnera pendant 20 secondes. Lorsque l'alarme sonne, **APPUYEZ** sur n'importe quelle touche pour l'arrêter.

En mode alarme: L'ALARME QUOTIDIENNE peut être activée ou désactivée en **APPUYANT** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**. L'extrémité droite de l'affichage indiquera les lettres **ON** ou **OFF**.



français

FONCTIONNEMENT DU CHRONOGRAPHE

Le podomètre Via Wrist est muni d'un chronographe de 24 heures. Pour **COMMENCER LE CHRONOMÉTRAGE**, **APPUYEZ** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**. Pour **ARRÊTER** le chronographe, **APPUYEZ** sur la touche **DÉMARRER/ARRÊT**. Pour réinitialiser le chronographe, **APPUYEZ & TENEZ** la touche **RÉINITIALISER**.



NOTEZ: Le chronographe affichera une résolution de 1/100 de seconde durant la première heure d'opération. Après cela, l'affichage sera en résolution de 1-seconde.



SPÉCIFICATIONS & PORTÉE D'ÉMISSION

MODE DE L'HEURE

Affichage 12 ou 24 heures. Calendrier automatique de 2004 à 2029.

PODOMÈTRE

Jusqu'à 99 999 pas

AFFICHAGE DES CALORIES

De 9 999.9 kcal en résolution de .1 kcal.

MINUTERI

De 23 heures 59 minutes 59 secondes en résolution de 1-seconde.

CHRONOGRAPHE

De 23 heures 59 minutes 59 secondes en résolution de 1/100 de secondes.

DISTANCE

De 9 999 milles (ou km) en résolution de .1 mille ou (km).

OBJECTIF DES PAS

De 1 à 99 999 pas.

ÉTANCHE À L'EAU

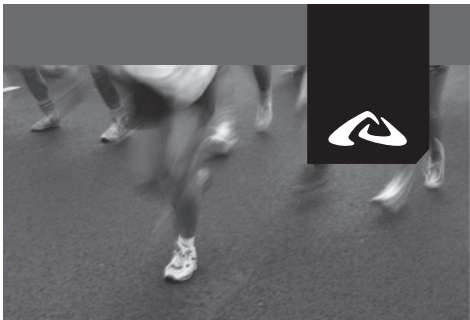
Le podomètre Via Wrist est étanche à l'eau lors d'une utilisation normale jusqu'à 50mètres de profondeur.

NE PAS PLONGER ou ne pas nager avec la montre car les sceaux d'étanchéité ne sont pas conçus pour soutenir la pression imposée durant ces activités.

N'APPUYEZ sur aucune touche lorsque l'unité est mouillée car cela pourrait permettre à l'eau de s'infiltrer à l'intérieur de la montre et d'endommager ses électroniques.



français



Via WRIST

HIGHGEAR USA INC.

web: www.highgear.com
www.techtrail.com

email: contacts@highgear.com
contacts@techtrail.com

© 2006 Highgear USA/Techtrail, Inc.
All Rights Reserved.



Via WRIST



FITWARE SERIES

ÍNDICE

CUIDADO Y MANTENIMIENTO	2
LAS TECLAS Y SUS FUNCIONES	3
FUNCIONES	5
CONFIGURACIÓN DE LAS FUNCIONES DEL RELOJ	7
CONFIGURACIÓN DEL RELOJ	7
CONFIGURACIÓN DE LOS DATOS DEL USUARIO	8
DETERMINAR LA LONGITUD DE ZANCADA	9
CONFIGURACIÓN DE LA ALARMA DIARIA	10
FUNCIONAMIENTO DEL PODÓMETRO	11
FUNCIONAMIENTO DE LA ALARMA DIARIA	13
FUNCIONAMIENTO DEL CRONÓGRAFO	13
ESPECIFICACIONES Y RADIO DE ACCIÓN	14

español



CUIDADO Y MANTENIMIENTO

Su **PODOMETRO VIA WRIST** es un podómetro de alta precisión y eficacia que se puede utilizar tanto para andar como para correr.

ADVERTENCIA: Antes de comenzar cualquier programa de ejercicio, le sugerimos seriamente que realice una visita a su médico para someterse a un completo examen físico y para discutir con él sus planes.

1. Evite las Temperaturas Extremas.
2. Para limpiar la unidad, utilice un paño suave y seco o un paño suave humedecido con una mezcla de agua y detergente neutro. No utilice ningún producto volátil como benceno, disolvente, sprays limpiadores, etc.
3. Cuando no vaya a utilizar el podómetro, guárdelo en un lugar fresco y seco.
4. Las temperaturas frías pueden provocar que el visualizador aparezca borroso o que no funcione en absoluto. La unidad volverá a funcionar con normalidad cuando se caliente.
5. Conserve este manual y cualquier otro documento incluido con el aparato, en un lugar seguro para cualquier consulta en el futuro.

español

INSTALACIÓN DE LAS PILAS

El Podómetro Via Wrist es un instrumento técnico. Para garantizar su funcionamiento correcto y conservar su sumergibilidad, recomendamos que en el momento de cambiar las pilas lleve el reloj a una joyería o una tienda especializada. Un error en la colocación de la pila podría provocar daños en el reloj y anularía la garantía del fabricante.



LAS TECLAS Y SUS FUNCIONES



español

TECLA FUNCIÓN

- Se desplaza por las diversas funciones del podómetro
- Avanza a la siguiente variable de la secuencia de configuración.

TECLA INICIAR/PARADA

- Se desplaza por las subfunciones en las funciones de PASOS y DATOS
- Incrementa la variable en la secuencia de configuración
- Inicia/Detiene el Cronógrafo
- Activa/Desactiva la Alarma Diaria
- Alterna por las subfunciones en la función de Pasos
- Alterna entre libras/kilogramos (configuración del peso)
- Alterna entre pulgadas/centímetros (configuración de la

LAS TECLAS Y SUS FUNCIONES



TECLA RECONFIGURAR

- Disminuye la variable en la secuencia de configuración
- Reconfigura a cero el Cronógrafo
- Alterna entre millas/kilómetros (función de pasos/ Distancia)
- Borra los datos (Pasos, distancia, calorías, temporizador) en la función de Pasos

TECLA AJUSTE

- Activa EL/Retroiluminación
- Introduce la secuencia de configuración para cada función de configuración

FUNCIONES

El Podómetro Via Wrist tiene cinco, modos operacionales primarios:



FUNCIÓN RELOJ

La línea superior muestra la Fecha.
La línea inferior muestra la Hora del Día.

español

FUNCIÓN PASOS

La función de Pasos incluye 5 subfunciones:

**Pasos/Reloj, Pasos/KCAL,
Pasos/Distancia, Temporizador,
Objetivo de Pasos**

Desplácese por las subfunciones
PULSANDO la tecla **INICIAR/PARADA**.



FUNCIÓN DATOS DEL USUARIO

Muestra/ajusta los Datos del Usuario
(edad, peso, zancada, etc.).

FUNCIONES

El Podometro Via Wrist tiene cinco, modos operacionales primarios:



FUNCIÓN ALARMA

Muestra/activa la alarma diaria.

FUNCIÓN CRONÓGRAFO

Muestra/activa el cronógrafo.



español

CONFIGURACIÓN DE LAS FUNCIONES DEL RELOJ

CONFIGURACIÓN DEL RELOJ

1. Avance hasta la función del **RELOJ PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**.
2. **PULSE Y MANTENGA PULSADA** la tecla **AJUSTE** para introducir la secuencia de configuración. Los dígitos de las horas destellarán. **AJUSTE** las horas **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
3. Avance hasta **CONFIGURAR LOS MINUTOS PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** los minutos **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**. Mantenga pulsadas las teclas y el avance será rápido.
4. Avance hasta **CONFIGURAR EL MES PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** los meses **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
5. Avance hasta **CONFIGURAR EL DÍA PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** los días **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
6. Avance hasta **CONFIGURAR EL AÑO PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** los minutos **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
7. Avance hasta **CONFIGURAR EL FORMATO 12 Ó 24 HORAS PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** esta variable **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
8. **PULSE FUNCIÓN** para abandonar la secuencia de configuración.



CONFIGURACIÓN DE LAS FUNCIONES DEL RELOJ

CONFIGURACIÓN DE LOS DATOS DEL USUARIO

1. Avance hasta la función **TUS DATOS PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**.
2. **PULSE Y MANTENGA PULSADA** la tecla **AJUSTE** para introducir la secuencia de configuración. Los dígitos de la edad destellarán. **AJUSTE LA EDAD PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**. Mantenga pulsadas las teclas y el avance será rápido.
3. Avance hasta **CONFIGURAR SEXO PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** esta variable **PULSANDO** la tecla **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
4. Avance hasta **CONFIGURAR PESO PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. Seleccione **libras (Lb)** o **kilogramos (KG) PULSANDO** la tecla **AJUSTE**. **AJUSTE EL PESO PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
5. Avance hasta **CONFIGURAR ZANCADA PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. (Consulte "Determinar la Longitud de Zancada" pág. 9). Seleccione **pulgadas (In)** o **centímetros (CM) PULSANDO** la tecla **AJUSTE**. **AJUSTE LA ZANCADA PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
6. **PULSE FUNCIÓN** para abandonar la secuencia de configuración. **NOTA:** Para garantizar el cálculo exacto de la distancia y las calorías consumidas, es importante introducir correctamente los datos personales antes de utilizar el Podómetro.





CONFIGURACIÓN DE LAS FUNCIONES DEL RELOJ

DETERMINAR LA LONGITUD DE ZANCADA

1. Para medir su zancada con precisión deberá utilizar una cinta métrica.
2. Haga una señal en el suelo. Coloque la punta del pie en ese punto y dé 10 zancadas normales del tipo que desea medir (correr, andar, hacer footing, etc).
3. Haga otra señal donde se sitúa la punta del pie delantero.
4. Mida la distancia entre los dos puntos, y divida el total entre 10.



español



CONFIGURACIÓN DE LAS FUNCIONES DEL RELOJ

CONFIGURACIÓN DE LA ALARMA DIARIA

1. Avance hasta la función del **ALARMA PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**.
2. **PULSE Y MANTENGA PULSADA** la tecla **AJUSTE** para introducir la secuencia de configuración. Los dígitos de las horas destellarán. **AJUSTE LAS HORAS PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**.
3. Avance hasta **CONFIGURAR LOS MINUTOS PULSANDO** la tecla **FUNCIÓN**. **AJUSTE** los minutos **PULSANDO** las teclas **INICIAR/PARADA** o **RECONFIGURAR**. Mantenga pulsadas las teclas y el avance será rápido.
9. **PULSE FUNCIÓN** para abandonar la secuencia de configuración.



español

NOTA: Al introducir la secuencia de configuración, automáticamente se activará la alarma.



FUNCIONAMIENTO DEL PODÓMETRO

EN LA FUNCIÓN DE PASOS:

El Podómetro Via Wrist tiene cinco subfunciones de Pasos que le proporcionarán información en tiempo real sobre su ejercicio físico. Desplácese por las subfunciones **PULSANDO** la tecla **INICIAR/PARADA**. Estas son las pantallas de las subfunciones:

Pasos/Reloj: La línea superior muestra el Reloj. La línea inferior muestra el Contador de Pasos.

Pasos/KCAL: La línea superior muestra las Calorías consumidas. La línea inferior muestra el Contador de Pasos.

Pasos/Distancia: La línea superior muestra la Distancia recorrida (en millas o kilómetros). La línea inferior muestra el Contador de Pasos.

Temporizador: Muestra el Tiempo Transcurrido andando/corriendo (queda registrado automáticamente).

Objetivo de Pasos: Realiza la cuenta atrás del número de pasos hasta que el Objetivo de Pasos alcance el valor cero.

El Podómetro Via Wrist calcula automáticamente los Pasos, las Calorías Consumidas, la Distancia, el Tiempo Transcurrido (temporizador) y los Pasos hasta el Objetivo. Si desea **BORRAR LA INFORMACIÓN** del Podómetro, en las funciones Pasos/Reloj, Pasos/KCAL, Pasos/Distancia o Temporizador, **PULSE Y MANTENGA PULSADA** la tecla **RECONFIGURAR**.



FUNCIONAMIENTO DE LA ALARMA DIARIA

El Podómetro Via Wrist está equipado con una Alarma Diaria. Cuando la Alarma esté activada y suene, se escuchará durante 20 segundos. Cuando la alarma esté sonando, **PULSE** cualquier tecla para detenerla.

En la Función Alarma: La **ALARMA DIARIA** se puede activar o desactivar **PULSANDO** la tecla **INICIAR/PARADA**. La parte derecha del visualizador mostrará **ON (ACTIVADA)** u **OFF (DESACTIVADA)**.



español

FUNCIONAMIENTO DEL CRONÓGRAFO

El Podómetro Via Wrist está equipado con un Cronógrafo de 24-horas. Para **INICIAR EL CRONOMETRAJE**, **PULSE** la tecla **INICIAR/PARADA**. Para **DETENER** el Cronógrafo, **PULSE** la tecla **INICIAR/PARADA**. Para **AJUSTAR A CERO** el Cronógrafo, **PULSE Y MANTENGA PULSADA** la tecla **RECONFIGURAR**.

NOTA: El Cronógrafo muestra el cronometraje con una resolución de 1/100-segundos durante la primera hora de funcionamiento. Después de este tiempo, la resolución es de 1-segundo.





ESPECIFICACIONES Y RADIO DE ACCIÓN

FUNCIÓN RELOJ

Visualización del reloj en formato 12 o 24 horas.
Calendario Automático del 2004 al 2029

CONTADOR DE PASOS

Hasta 99.999 pasos

VISUALIZACIÓN DE CALORÍAS

Hasta 9.999'9 kcal con resolución de 0'1 kcal

TEMPORIZADOR

Hasta 23 horas, 59 minutos, 59 segundos con
resolución de 1-segundo

CRONÓGRAFO

Hasta 23 horas, 59 minutos, 59 segundos con
resolución de 1/100-segundos

DISTANCIA

Hasta 9.999 millas (o km) con resolución de 0'1 milla (o km)

OBJETIVO DE PASOS

Desde 1 hasta 99.999 pasos

SUMERGIBILIDAD

El Podómetro Via Wrist es sumergible en circunstancias normales de uso hasta 50 metros de profundidad.

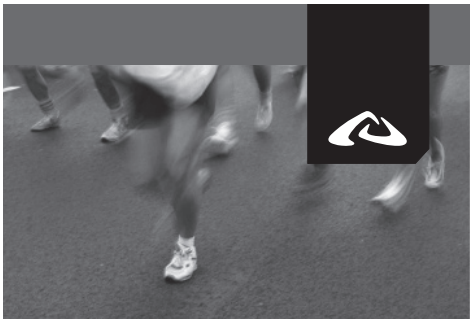
NO utilice el reloj durante la práctica de submarinismo o de natación porque el anillo sellador no está diseñado para soportar la presión producida al practicar activamente la natación.

NO pulse ninguna tecla cuando el reloj está mojado porque el agua podría infiltrarse en el interior del reloj dañando sus



español





Via WRIST

HIGHGEAR USA INC.

web: www.highgear.com
www.techtrail.com

email: contacts@highgear.com
contacts@techtrail.com

© 2006 Highgear USA/Techtrail, Inc.
All Rights Reserved.