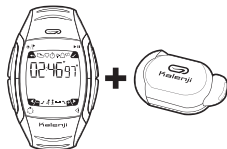


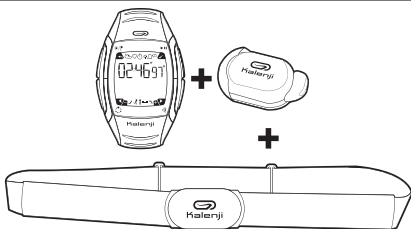
Kalenji :
500 SD型心率表(標配步速傳感器)



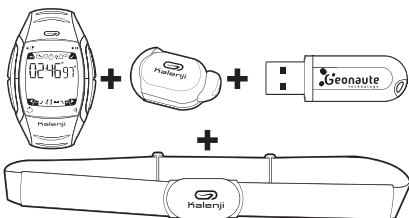
W 500 SD
心率表(標配步速傳感器)



CW 500 SD
心率表+胸帶配有步速傳感器



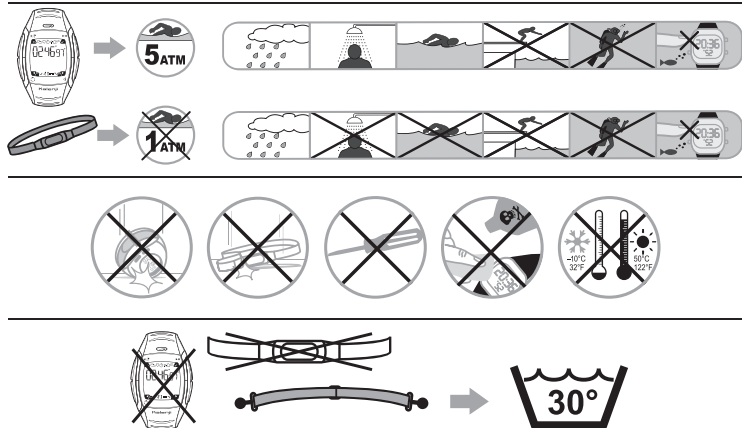
CW 500 SD PC
心率表+胸帶配有步速傳感器及U盤



1. 使用方式及注意事項	1
2. 產品負責人寄語	2
3. 包裝盒內組件	2
4. 手錶功能配置	3
4.1. 按鍵功能	3
4.2. 開機與參數設置	3
5. 不同傳感器的安裝	4
5.1. 步速傳感器	4
5.1.1. 鞋上安裝位置	4
5.1.2. 鞋內安裝位置	4
5.2. 心率測量胸帶(W 500 SD型產品除外)	4
6. 主界面：時間	5
7. 切換模式	5
8. 獨立訓練模式(FREE)	6
8.1. 獨立訓練模式(FREE)下參數設置	6
8.1.1. 運動目標區(ZONE)	6
8.1.2. 自動圈數顯示	7
8.2. 傳感器搜索	7
8.3. 獨立訓練模式(FREE)的使用	8
8.3.1. 更換屏幕顯示數據	8
8.3.2. 開啟 / 關閉秒錶和記錄	9
8.3.3. 手動記錄圈數	9
9. 間歇訓練模式(INTERVALS)	9
9.1. 間歇訓練(INTERVALS)模式下參數設置	10
9.2. 傳感器搜索	10
9.3. 間歇訓練(INTERVALS)模式的使用	11
9.3.1. 更換屏幕顯示數據	11
9.3.2. 熱身週期	11
9.3.3. 第1組	12
9.3.4. 組間休息與下一組訓練	13
9.3.5. 休息調整	14
10. 挑戰模式	14
10.1. 挑戰模式(CHALLENGE)下參數設置	15
10.1.1. Distance(里程)	15
10.1.2. Time / Speed(時間 / 速度)	15
10.1.3. 自動圈數顯示	15
10.2. 傳感器搜索	16
10.3. 挑戰模式(CHALLENGE)的使用	16
10.3.1. 更換屏幕顯示信息	16
10.3.2. 開啟 / 關閉挑戰模式	17
10.3.3. 手動記錄圈數	18
11. 數據(DATA)模式	18
11.1. 數據模式的使用	18
11.2. 查詢數據	19
11.3. 傳輸數據	20
11.4. 儲存信息管理	20
12. 設置模式(SETTINGS)	22
12.1. 用戶個人參數	22
12.2. 跑步強度	22
12.2.1. 運動目標區(Zone)	23
12.2.2. 自動 圈數提示	23
12.3. 您的手錶	24
12.4. 顯示方式	24
12.4.1. 屏幕顯示指標數量	24
12.4.2. 管理個人常用指標列表	25
12.4.3. 無傳感器顯示模式	27
12.5. 您的傳感器	27
12.5.1. 匹配(pair)傳感器	27
12.5.2. 搜索 傳感器	28
12.5.3. 校對步速傳感器	29
12.5.4. 開啟傳感器	30
12.6. 默認設置	30
12.7. 電池管理	30

13. 故障排除.....	31
13.1. 心率異常.....	31
13.2. 速度和里程異常.....	32
13.3. 手錶電池低電.....	32
13.4. 無法使用某些功能.....	32
13.5. 檢測傳感器.....	33
13.6. 訓練時查詢時間.....	33
13.7. 無法設置自動圈數提示.....	33
13.8. 恢復出廠設置.....	33
14. 技術規格.....	34
15. 保修.....	35
16. 可用配件.....	35
17. 電池的更換.....	35
17.1. 更換手錶電池.....	35
17.2 更換步速傳感器電池.....	36
17.3. 更換心率測量胸帶的電池.....	36
18. 聯繫我們.....	37
19. 索引.....	38

1. 使用方式及注意事項.



手錶適用於溫和天氣下進行跑步運動時，于手腕處佩戴使用

警告！！ 針對心率測量功能型手錶(CW 500 SD-CW 500 SD PC)



該儀器為運動休閒使用設計。非醫療器械。該儀器或其說明書中所提供的信息僅有參考意義，且僅在經醫生檢查並認可之後才可作為病例診斷依據。同時，身體健康的運動人士應瞭解的是，設定正確的運動目標區是進行有效低風險訓練的決定性因素。建議在個人醫生幫助下確定您的最大心率值，您的心率區上下限設定、訓練時間長度及頻率取決於您的年齡，體能狀況以及鍛煉目標。另外，帶有心臟起搏器的人士不建議使用心率測量胸帶，以免無線電波傳輸受到干擾。如不遵循注意事項則可能導致生命危險。

建議在個人醫生幫助下確定您的最大心率值，您的心率區上下限設定您的心率區上下限設定、訓練時間長度及頻率取決於您的年齡，體能狀況以及鍛煉目標。另外，帶有心臟起搏器的人士不建議使用心率測量胸帶，以免無線電波傳輸受到干擾。

2. 產 品負責人寄語

感謝您選購 Kalenji 品牌的跑步訓練產品。根據您所選購產品型號的不同，您可以對跑步訓練中的速度和里程進行測量(W 500 SD)，或對心率進行測量(CW 500 SD)並將數據傳輸到您的個人電腦上存儲(CW 500 SD PC)。本產品所採用的技術可保證其測量后的速度及里程值準確性達98%。您可以在跑步鍛煉中體驗本產品的更多使用樂趣。為方便用戶使用，本產品配有一個超大高清屏幕，且瀏覽菜單時有圖標按鍵提示，其Ant + 技術更保證了與多個傳感器連接使用時的便捷性：例如步速傳感器和心率測量胸帶。祝您在體驗新產品的同時運動愉快。

3. 包裝盒內組件

	W 500 SD	CW 500 SD	CW 500 SD PC
 手錶	•	•	•
 步速傳感器：速度及里程傳感器	•	•	•
 心率測量胸帶： 心率傳感器		•	•
 S&D 傳輸部件： 數據傳輸U盤。			•

4. 手錶功能配置

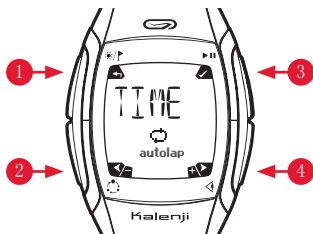
4.1. 按鍵功能

該手錶帶有4個功能按鍵：



- 1 Light / Lap (背景光/ 圈數)：用於開啟背景光(長按)或標記新圈數(Lap)
- 2 模式：用於進入不同模式：選擇獨立(FREE)，間歇(INTERVALS)，挑戰(CHALLENGE)等模式，查看上一次訓練數據(DATA)或進入手錶設置(SETTINGS)模式
- 3 開啟/關閉：用於開啟或暫停秒錶和存儲。
- 4 界面：用於在運動中切換第2與第3 行所顯示的數據指標(短按)

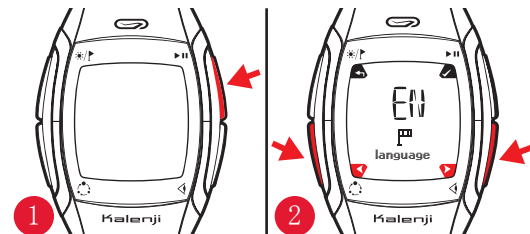
除可用於瀏覽菜單，選擇或確認數值等功能之外，此4個按鍵還具有其他功能。這類功能由按鍵旁邊分列屏幕四角上的圖標進行標示：



- 1 回退前頁至時間模式(TIME)
- 2 列表中前一選項 或：減少數值
- 3 確認選項
- 4 列表中下一選項 或：增加數值

4.2. 開機與參數設置

初次使用時，須設定手錶參數。按下所示按鍵將手錶開啟。



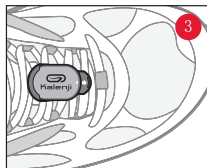
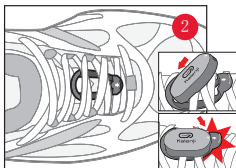
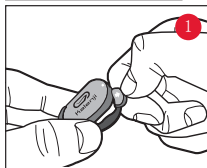
依次設定語言，單位，用戶性別，年齡，體重，身高，時間與日期等參數。

如果您的手錶已經開啟，您可以連續按下 鍵  鍵。

5. 不同傳感器的安裝

5.1. 步速傳感器

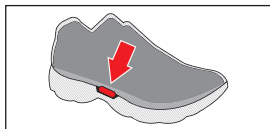
5.1.1. 鞋上安裝位置



- 將傳感器的鞋夾沿鞋帶縱向掛於鞋子最平整位置處(如與水平方向角度超過 30° 將導致測量精確性下降);
- 將傳感器的橢圓金屬帽嵌入鞋夾后端卡槽下方, 傳感器定位槽朝前;
- 同時按下鞋夾前端與傳感器前端, 使傳感器定位槽嵌入鞋夾限位器;
- 將鞋帶系緊以固定好傳感器。

摘下步速傳感器: 按下鞋夾前端的舌片以摘下傳感器。

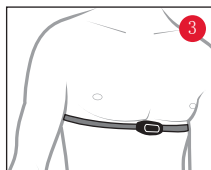
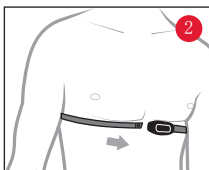
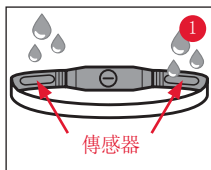
5.1.2. 鞋內安裝位置



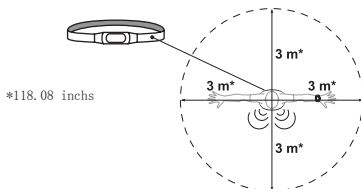
某些品牌的鞋內專門為步速傳感器設計了安放位置, 如鞋墊下方。 如此, 則不必使用鞋夾。 只需按照正確方向將步速傳感器裝入鞋內即可。 在鞋內安裝傳感器時, 須使其背面朝上 (ANT + 標誌及電池蓋朝上)。

5.2. 心率測量胸帶 (W 500 SD型產品除外)

安裝:



信號接收端:



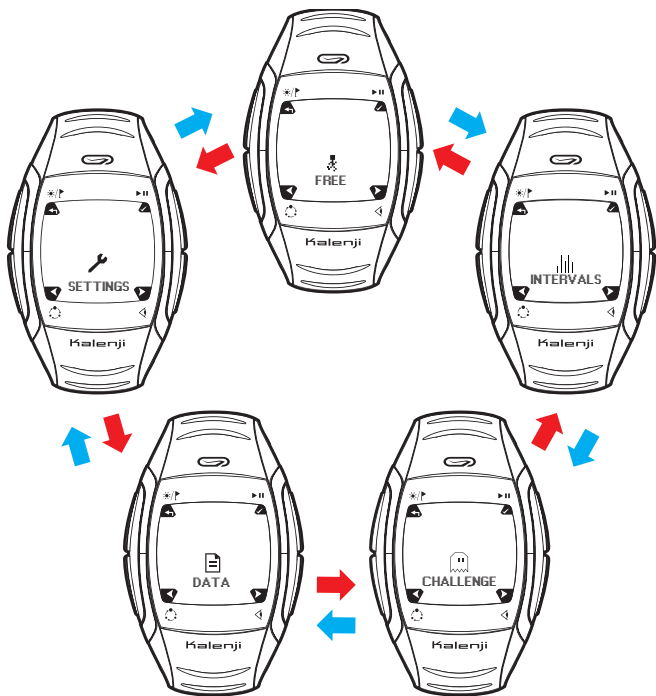
6. 主界面：時間

時間模式下：

- 初次按下鍵 ◀ 可顯示日期；
- 再次按下 鍵 ◀ 可開鐘模式。

5秒后，日期與鬧鐘顯示將從屏幕上消失。

7. 切換模式



自時間模式開始，按下 ◻ 可進入獨立訓練 模式。(FREE) 按下屏幕上圖標指示鍵將可 ◻，按順時針方向切換以下菜單 (➡)。按下屏幕上圖標指示鍵將可 ◻，按逆時針方向切換以下菜單 (⬅)。

8. 獨立訓練模式(FREE)

時間模式下：



獨立訓練模式(FREE)下，您可以根據個人要求及感覺進行跑步鍛煉，同時注意控制以下參數數據：跑步時間速度，里程，心率(W 500 SD型產品除外)，卡路里消耗值…。

根據圖標所示按下相應次數的按鍵即可退出模式 ，(秒錶開啟時除外，在此情況下您須停止訓練才可退出模式)。

8.1. 獨立訓練模式(FREE)下參數設置

8.1.1. 運動目標區(ZONE)

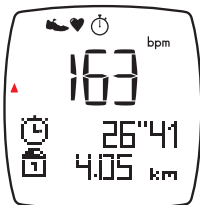
目標區默認設定為關閉，“無”(No)字樣將顯示於屏幕。您可以設定一個運動目標區(ZONE)，以下參數為基礎：

- HR(心率)：心率值，(W 500 SD型產品除外)；
- SPEED(速度)：以公里/小時顯示的速度值；
- PACE(步頻)：以分鐘/公里顯示的步頻；
- CAL(卡路里)：每小時卡路里消耗值。

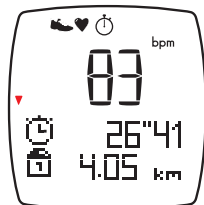
速度和步頻的設定尤為重要。如果速度參數變動，將導致相應的步頻參數變化，反之亦然。

無論您所選擇的運動目標區類型如何，都須限定運動上限(max)和下限(mini)，並相應設定或取消偏離提示音。訓練過程中，當您偏離運動目標區時提示音將報警。一個箭頭▲或▼將提示您超出或低於運動目標區。

高於運動目標區
(ZONE)



低於運動目標區
(ZONE)



8.1.2. 自動圈數顯示

您同樣可使用自動圈數顯示(auto lap)功能，該功能將根據以下2種參數之一進行顯示：

- DISTANCE(里程)：以里程為參數，則手錶將在每圈后向您提示完成預設路程您所花費的時間。您可以在列表中选择0.1公里到5公里的里程長度，或在列表中选择用戶設定(user)項，以個性化設置您所要完成的里程數；
- TIME(時長)：以時長為參數，則手錶將在每圈后向您提示所完成的里程數。您可以在列表中选择30秒到10分鐘的時長，或在列表中选择用戶設定(user)項，以個性化設置您所需的時長。



每圈最低參數下限為30秒或0.1公里。如果所設定數值低於此下限，圖標  將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。



每圈后將有提示音報警，每圈相關信息將顯示5秒鐘(自訓練開始起的时间，圈數，每圈時長或里程等)。

8.2. 傳感器搜索

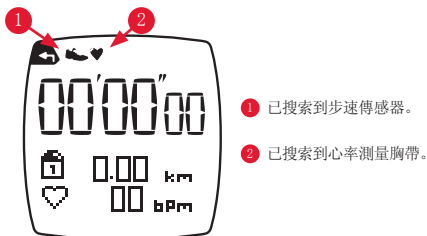
一旦您完成運動目標區設置和/或自動圈數提示設置，您便可以按確認(OK)鍵進入下一設置項  (OK)。

手錶便開始搜索傳感器：步速傳感器和心率測量胸帶(W 500 SD產品除外)。



搜索界面下，已搜索到的傳感器由圖標  確認，未搜索到的傳感器則由圖標  確認。

心率測量胸帶由圖標  顯示，步速傳感器由圖標  顯示。

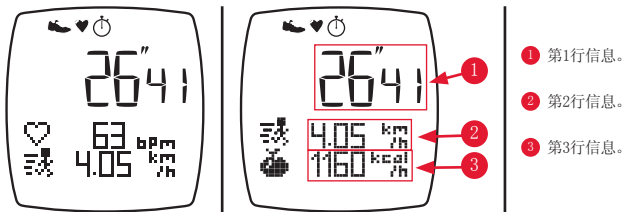


一旦傳感器搜索完成，您便可以開始訓練。搜索到的傳感器將顯示于屏幕上方：
如果有傳感器未被手錶搜索到，請參考 [章節 13-故障排除](#) 中的說明。

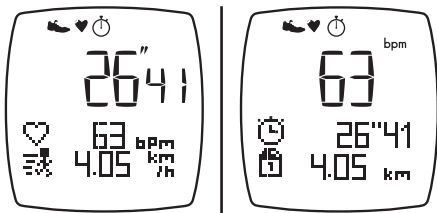
8.3. 獨立訓練模式(FREE)的使用

8.3.1. 更換屏幕顯示數據

按下 鍵以切換第2行和第3行的顯示信息。



長按 該鍵可將第2行的顯示信息切換至第1行（第1行與第2行信息同時閃爍）。原第1行信息將被切換至第2行。



為選擇您的信息指標和管理信息列表，請參考 [章節 12.4-顯示設置](#)。

8.3.2. 開啟 / 關閉秒錶和記錄

按下 ►|| 鍵以開啟秒錶。 記錄開始。



秒錶圖標出現。 記錄已開始。開始計時。

重按該鍵 ►|| 將暫停秒錶與記錄。 秒錶圖標 ⏸ 和第1行信息閃爍以表示該模式處於暫停狀態。 您隨後可進行以下選擇：

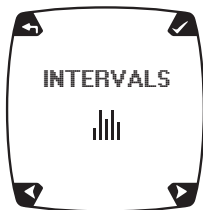
- ▶ Resume (重新開始)：重新開啟秒錶；
- ■ Stop(停止)： 停止進行記錄並進入下一選項：
 - 📁 Save(儲存)?： 您的記錄；
 - 🗑 Clear(設置)： 進入設置模式。
- 🔧 Settings(設置)： 進入設置模式。

8.3.3. 手動記錄圈數

該鍵 ⚙/🏃 可用於手動計算圈數：

- 間歇時間(自訓練開始時起) 于第1行顯示；
- 圈數于第2行顯示；
- 該圈所用時間于第3行顯示。

9. 間歇訓練模式 (INTERVALS) 📊



該模式下您可以設定不同的訓練間歇週期以交替進行訓練和休息。 您也可以藉助手錶的提示進行訓練，以便專心控制步頻。

根據圖標 🏃 所示按下相應次數的按鍵即可退出模式(秒錶開啟時除外，在此情況下您須停止訓練才可退出模式)。

9.1. 間歇訓練 (INTERVALS) 模式下參數設置

您可以對訓練進行以下分類設置： 20分鐘的熱身活動- 2組4次300米跑步訓練 - 100米的

-  熱身訓練(warm-up): 可設置熱身練習參數。 熱身時長將記錄與訓練內容當中。 無需規定時長;
-  訓練內容(action): 根據個人要求設定訓練時長與里程:
 - TIME(時長): 訓練時長, 15秒, 30秒, 45秒, 1分鐘, 1分30秒, 2分鐘, 3分鐘, 4分鐘, 5分鐘, 6分鐘, 8分鐘, 10分鐘, 12分鐘, 15分鐘;
 - DISTANCE(里程): 訓練里程(100米, 150米, 200米, 400米, 600米, 800米, 1000米, 2000米, 3000米, 5000米); 您可以選擇以上列表中的一個數值或自行設定數值。 如需自行設定, 請在列表內選擇用戶選項(user)。



每圈最低參數下限為30秒或0.1公里。 如果所設定數值低於此下限, 圖標  將顯示于屏幕, 且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。

-  rest(休息): 您可以設置休息 時間 (TIME), 或休息 里程 (DISTANCE), 或是某心率值限度 (HR) 以開始下一訓練階段(W 500 SD型產品除外)。 手錶默認的休息時心率為最大心率值的75%, 但您可以選擇列表中的用戶選項(user) 以自行設定;
-  repeats X(重複): 可設定您所希望重複訓練的次數, 包括訓練及間歇;
-  series(組): 可設定您所希望進行訓練的組數;
-  cool(休息調整): 可設定休息調整的週期。 休息調整時間長度將記錄于訓練內容中。 該時長無需設定。

9.2. 傳感器搜索

一旦您的訓練設置完成, 您便可以按確認鍵(OK)進入下一設置。

手錶將開始搜索傳感器: 步速傳感器和心率測量胸帶(W 500 SD型產品除外)。



搜索界面下, 已搜索到的傳感器由圖標  確認, 未搜索到的傳感器則由圖標  確認。

心率測量胸帶由圖標  顯示, 步速傳感器由圖標  顯示。

一旦傳感器搜索完成, 您便可以開始訓練。 搜索到的傳感器將顯示于屏幕上方。

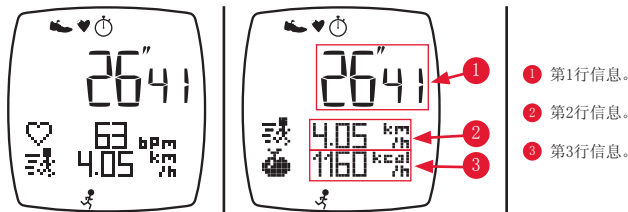
如果有傳感器未被手錶搜索到, 請參考 [章節 13-故障排除](#) 中的說明。

9.3. 間歇訓練 (INTERVALS) 模式的使用

9.3.1. 更換屏幕顯示數據

在此菜單下，第1行顯示信息已鎖定，不可與第2行信息進行切換。在熱身活動階段，每組訓練間歇以及休息調整時，該行信息只顯示秒錶數據。在訓練或休息階段，該行信息將根據您的選項來進行計時，或顯示里程和心率值。

按下  以切換第2 行和第3行的顯示信息。

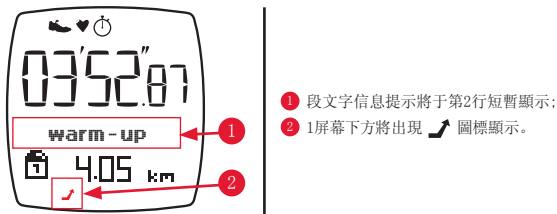


為選擇您需要的指標和管理列表，請參考 [章節 12.4-顯示設置 \(display\)](#)

9.3.2. 熱身週期

按下  以開啟秒錶。如您已完成參數設置則訓練由熱身階段開始，同時秒錶記錄開始

手錶提示您進入熱身階段 (warm-up):



按下 ►► 可結束熱身練習。秒錶和記錄將暫停。秒錶圖標與第1行信息將閃爍以表明該模式處於暫停狀態。

您隨後可進行以下選擇：

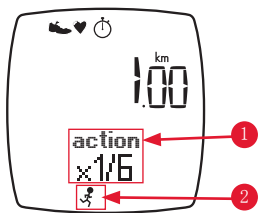
- ► resume(重新開始)：重新在熱身模式下開啟秒錶；
- ► go to series(進入分組訓練)：可開始第一組訓練(默認設定)；
- ■ stop(停止)：停止記錄並進入選項：
 - ■ 儲存 (save)您的記錄；
 - ■ 清除(clear)您的記錄。
- 🔧 settings(設置)：進入設置選項。

9.3.3. 第1組

熱身後，如果您選擇 ►► 進入分組訓練(go to series)，秒錶將停留在倒計時模式下并顯示所在訓練階段(action)的時長及里程。再次按下 ►► 該鍵將開啟秒錶。

如果您未設定熱身項，將直接進入分組訓練。

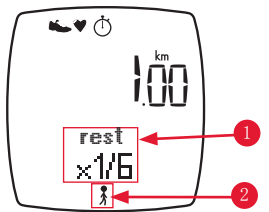
手錶將通過以下方式提示您所在的訓練階段：



- ① 1段文字信息短暫顯示“訓練”(ACTION)以及當前重複訓練次數和序號。
- ② 1個圖標 將在屏幕下方持續顯示。

訓練階段內，您所選擇的指標(時間或里程)將顯示于第1行，您的剩餘鍛煉時間(或里程)將倒計至休息階段。

訓練結束後便進入休息階段。手錶將通過以下方式提示您處於休息階段：



- ① 1段文字短暫顯示“休息”(rest)以及當前重複訓練次數和序號。
- ② 1個圖標 將在屏幕下方持續顯示。

在完成程序設定的重複次數后訓練及休息階段將開始。

在訓練及休息階段，您隨時可通過該按鍵來暫停秒錶 ▶||。您隨後可進行以下選擇：

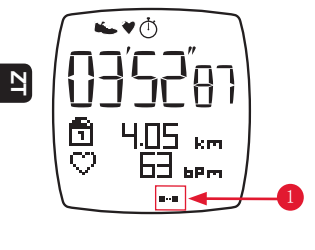
- ▶ resume (重新開始)：重新將暫停的秒錶開啟；
- 🎵 resume (重新開始)：如果您之前處於訓練 (action) 階段，該選項將帶您進入隨後的休息階段；
- 🎵 action (訓練)：如果您之前處於休息 (rest) 階段，該選項將帶您進入隨後的訓練階段；
- 🎵 cool (休息調整)：進行該設定后您將直接進入 休息調整階段；
- ■ Stop (停止)：停止記錄并進入選項：
 - 📁 儲存 (save) ? 您的記錄；
 - 🗑 清除 (clear) ? 您的記錄。
- 🔧 settings (設置)：進入設置選項。

9.3.4. 組間休息與下一組訓練



如果您設定了多組訓練，在第一組完成后，屏幕上會短暫出現組間休息提示字樣。

手錶通過以下方式提示您處於組間休息階段：



① 1個圖標在屏幕下方持續顯示。

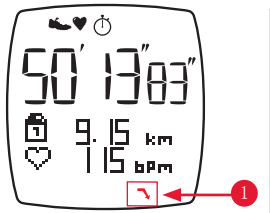
您可以通過 ►► 鍵停止此次組間休息并開始下一組訓練，且進入以下選項：

- ► resume(重新開始)： 在組間休息模式下開啟秒錶；
- ► action(訓練)： 進入下一組的第一個訓練階段 (action)；
- ■ stop(停止)： 停止記錄并進入選項：
 - ■ 儲存(save) ?您的記錄；
 - ■ 清除(clear)?您的記錄。
- 🔧 settings(設置)： 進入設置選項。

9.3.5. 休息調整.

該階段在訓練開始之初應已進行過設定，以便在您的最后一組訓練完成后進行提示。

手錶通過以下方式提示您處於休息調整階段：



① 1個圖標在屏幕下方持續顯示。

如同在熱身階段和組間休息階段一樣，休息調整階段的時長無需設定。►► 需要時您可以通過 ► 鍵來結束該階段并進入隨後選項：

- ► resume(重新開始) 在休息調整模式下開啟秒錶；
- ■ stop(停止)： 停止記錄并進入選項：
 - ■ stop(停止)： 停止記錄并進入選項；
 - ■ 清除(clear)? 您的記錄。
- 🔧 settings(設置)： 進入設置選項。

10. 挑戰模式 🧛



該模式下 您可以與虛擬競爭對手 🧛 進行訓練， 并隨時瞭解您所處位置以及 與對手之間的差距。

根據圖標 🖱️ 所示按下相應次數的按鍵即可退出模式 (秒錶開啟時除外，在此情況下您須停止訓練才可退出模式)。

10.1. 挑戰模式(CHALLENGE)下參數設置

10.1.1. Distance(里程)

您可以在列表中選擇一個數值來設定里程(distance) (2公里3公里, 5公里, 8公里, 10公里12公里, 15公里)或在用戶選項(user)中自行設定。



里程值最低為0.1公里。如果所設定數值低於此下限，圖標  將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。

您可以不設定里程值。{選擇NO(不)}

10.1.2. Time / Speed(時間 / 速度)

如果您已設定好里程，便可以公里/小時或分鐘/公里來設置速度或步頻，並進行時間設置。(時間 / 速度(Time / Speed)選項)。如果您未設定里程，您將只可設定一個速度值或步頻值。

速度，步頻與時間可自由設置(無預設列表)。

當一個參數被確認後，其他參數將相應地受到影響。例如：您已設定為1小時內完成10公里路程。因此您的速度將被設為10公里/小時(即6分鐘/公里的步頻)。



每圈的挑戰時長不可低於30秒。如果所設定數值低於此下限，圖標  將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。

10.1.3. 自動圈數顯示

您同樣可使用自動圈數顯示(auto lap)功能，該功能將根據以下2種參數之一進行顯示：

- DISTANCE(里程)：以里程為參數，則手錶將在每圈后向您提示完成預設路程您所花費的時間。

您可以在列表中選擇0.1公里到5公里的里程長度，或在列表中選擇用戶設定(user)項，以個性化設置您所要完成的里程數：

- TIME(時長)：以時長為參數，則手錶將在每圈后向您提示所完成的里程數。

您可以在列表中選擇30秒到10分鐘的時長，或在列表中選擇用戶設定(user)項，以個性化設置您所需的時長。



每圈最低參數下限為30秒或0.1公里。如果所設定數值低於此下限，圖標  將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。



每圈后將有提示音報警，每圈相關信息將顯示5秒鐘(自訓練開始起的間歇時間，圈數，每圈時長或里程等)。

10.2. 傳感器搜索

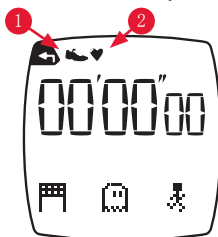
一旦您完成運動目標區設置和/或自動圈數提示設置，您便可以按確認(OK)鍵進入下一設置項。

手錶便開始搜索傳感器：步速傳感器和心率測量胸帶(W 500 SD產品除外)。



搜索界面下，已搜索到的傳感器由圖標 ✓ 確認，未搜索到的傳感器則由圖標 ? 確認。

心率測量胸帶由圖標 顯示，步速傳感器由圖標 顯示。



① 已搜索到步速傳感器。

② 已搜索到心率測量胸帶。

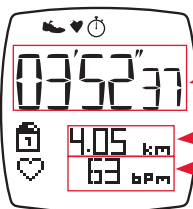
一旦傳感器搜索完成，您便可以開始訓練。搜索到的傳感器將顯示于屏幕上方：

如果有傳感器未被手錶搜索到，請參考 [章節 13-故障排除](#) 中的說明。

10.3. 挑戰模式 (CHALLENGE) 的使用

10.3.1. 更換屏幕顯示信息

按 鍵以切換第2行與第3行的信息

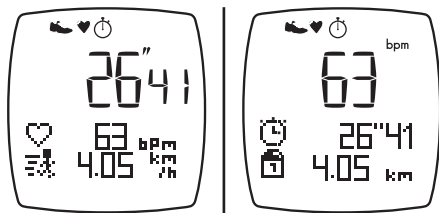


① 第1行信息。

② 第2行信息。

③ 第3行信息。

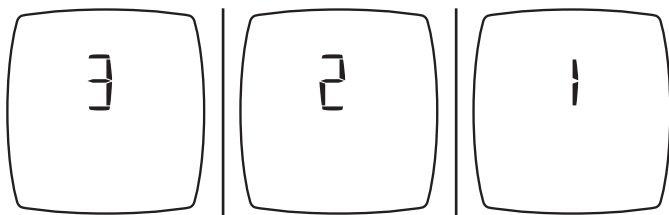
長按1次 該鍵可將第2行顯示信息 切換至第1行(第1行與第 2行信息將同時閃爍)。當有顯示與對手差距的動畫出現在屏幕上時，該功能不可用。原位於第1行的指標將切換至第2行。例外情況：顯示您與對手差距的動畫將無法在第1行顯示。



為選擇您的信息指標和管理信息列表，請參考[章節 12.4- 顯示方式](#)。

10.3.2. 開啟/ 關閉挑戰模式

按下 ►► 以開啟秒錶。3秒鐘倒計時開始，表明挑戰模式啟動。

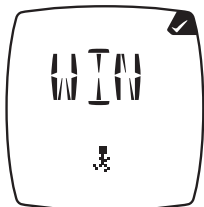


默認設置下，手錶將您與對手的差距信息顯示于第2行。圖標 代表您， 圖標領先者的圖標將位於右側。

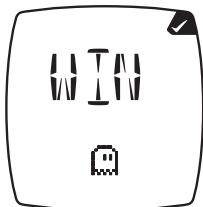
再次按下 ►► 將暫停秒錶與記錄。秒錶圖標 與第1行信息將閃爍，顯示當前處於暫停狀態。您可以進行以下選項：

- Resume(重新開始)：重新開啟秒錶，繼續記錄；
- stop(停止)：停止記錄並進入隨後選項：
 - 儲存(save)？您的記錄；
 - 清除(clear)？您的記錄。
- settings(設置)：進入設置選項。

當您達到設定的里程之後，手錶將提示您  誰成為挑戰獲勝者 .



您贏得了挑戰。



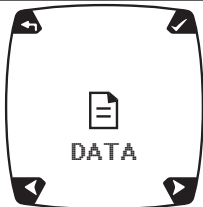
對手獲勝。

10.3.3. 手動記錄圈數

按鍵  /  可用於計算圈數：

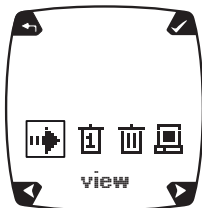
- 間歇時間 (自訓練開始時起)；
- 圈數序號；
- 當圈時間。

11. 數據 (DATA) 模式



數據 (DATA) 模式可幫助您查詢最近10次訓練的詳細信息。根據圖標所示按下相應次數的按鍵即可退出模式 .

11.1. 數據模式的使用



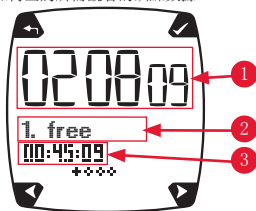
您可以進行以下選擇：

-  view (瀏覽)：查詢個人數據；
-  clear (清除)：刪除一次訓練；
-  clear all (全部清除)：刪除所有訓練數據；
-  transfert (數據傳輸)：可將數據傳輸 到您的個人電腦并進行分析 (僅對 CW 500 SD PC 產品，或 W 500 SD 和 CW 500 SD 產品選裝 Kalenji SD Connect U 盤傳輸配件時)；
-  memory (儲存)：提示可存儲容量：
 -  avail. sessions (可繼續儲存的訓練次數)：可繼續儲存的訓練次數 (最多10次)；
 -  avail. laps (可繼續儲存的圈數)：可繼續儲存的圈數 (最多130圈)；
 -  remaining time (可繼續儲存的時間長度)：可繼續儲存的時間長度 (最長30小時)。

11.2. 查詢數據

最近一次訓練數據在第1行顯示。可使用左右切換鍵瀏覽之前的訓練數據。

如何查詢所需觀看的訓練數據？



- 1 第1行=>訓練日期；
- 2 第2行=>訓練序號(最近一次為1號)和所用模式(獨立，間歇或挑戰模式)；(FREE, INTERVALS or CHALLENGE)
- 3 第3行=>時長(獨立模式)(FREE)，重複次數(間歇模式)(INTERVALS)或里程(挑戰模式)(CHALLENGE)。

任何一次 獨立或挑戰模式下的訓練內容中都可以查詢到以下數據：

- time(時間)：訓練時長；
- distance(里程)：訓練中所行走的里程，以公里或英里顯示(參考 章節12.1 用戶參數設置 來選擇單位)；
- speed avg(平均速度)：平均速度，以公里/小時或英里/小時顯示；
- speed max(最高速度)：最高速度，以公里/小時 或英里/小時顯示；
- HR avg (平均心率)：平均心率值，以 每分鐘搏動次數顯示。W 500 SD型產品除外；
- HR max(最大心率)：最大心率值，以每分鐘搏動次數顯示。W 500 SD型產品除外；
- cal/h avg(每小時平均卡路里消耗)：每小時平均卡路里消耗值，以千卡/小時顯示；
- cal/h max(每小時最高卡路里消耗)：每小時最高卡路里消耗值，以千卡/小時顯示；
- calories(卡路里)：訓練中消耗掉的總卡路里值，以千卡顯示；
- fat(脂肪)：燃燒的脂肪克數；
- time in zone(目標區時長)：位於運動目標區內的鍛煉時長；
- lap x(圈數x)：倒計時情況下每圈時長，比如 1, 2, 3圈……(獨立或挑戰模式)；

按下圖標 所示鍵后，您便可以 查詢 選中圈數內的各項參數：

- time(時長)：單圈時長；
- distance(里程)：單圈里程；
- speed avg(平均速度)：單圈平均速度；
- speed max(最高速度)：單圈內最高速度；
- HR avg. (平均心率)：單圈內平均心率值(W 500 SD型產品除外)；
- HR max(最大心率)：單圈內最大心率值 (W 500 SD型產品除外)。

間歇訓練 模式下，單圈指標信息將被訓練和休息階段信息所替代。您同樣可點選瞭解該階段信息(按下 以查詢所選訓練內容中的參數信息)。當您在查詢訓練與休息階段信息時，屏幕最後一行將逐圈向您顯示查詢指標(如： 平均速度)以及所查詢階段分組訓練的情況。

11.3. 傳輸數據

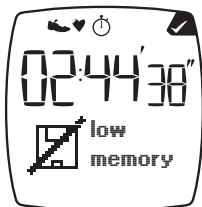
CW 500 SD PC 型手錶配有USB ANT+ 傳輸配件，可將您的訓練數據傳輸于個人電腦中，並可使用 Géonaute Software軟件進行分析。



請參閱說明書內關於 Géonaute Software 軟件的說明以 安裝該軟件、傳輸數據以及在電腦上進行分析。

11.4. 儲存信息管理

無論使用哪種模式，當您的手錶達到下列存儲限度之一時將提示空間已滿：



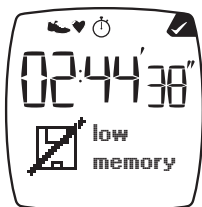
P超過一次訓練內容存儲。

超過15圈的信息存儲。

超過2小時的信息存儲。

一旦手錶存儲限度達到以上標準之一，在您開始訓練時便會報警。在此情況下，建議進入數據(DATA)模式刪除一次或多次訓練內容以釋放存儲空間。

如果在您跑步過程中存儲空間已滿，則手錶會以閃爍顯示的方式提示。例如：15圈存儲信息已滿。



2s



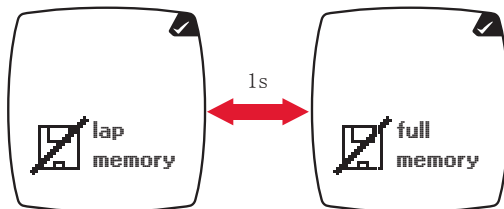
您可以通過確認信息  來忽視存儲空間報警。





在開始長距離跑步訓練(如全程或半程馬拉松)之前，建議先確認手錶的存儲空間是否足夠，如有必要請先刪除多餘數據。

跑步中存儲空間已滿：



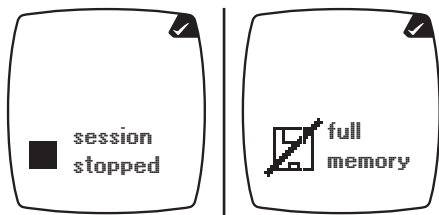
N圈數上限已到：

如果在鍛煉時，可存儲的圈數上限已到(130)，手錶將停止記錄圈數(手動或自動停止)，且屏幕將出現以下顯示以提示空間不足。秒錶和記錄不停止。

您可以通過確認信息  來忽視存儲空間報警。

時長上限已到：

如果在鍛煉時，可存儲的時長上限已到(30)，您的鍛煉將中止，您隨後可選擇是否進行存儲：



您只有在釋放存儲空間後才可以使用跑步模式(獨立，間歇或挑戰模式)(FREE, INTERVALS, [\(章節11.1 - 數據\(DATA\)模式的使用\)](#)

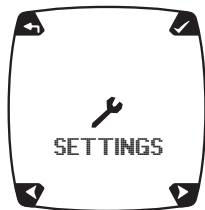
CHALLENGE)。

2



存儲空間信息在 [章節14 -技術規格-](#)中有詳細介紹。

12. 設置模式 (SETTINGS)



設置模式 (SETTINGS) 可幫助您設置手錶參數，以便獲取最精確的數據信息。

根據圖標所示按下相應次數的按鍵便可以退出模式 .

12.1. 用戶個人參數:

 language (語言): 法語，英語，意大利語或西班牙語;

 gender (性別): 是計算卡路里與脂肪消耗值的必要信息;

 age (年齡): 是計算理論最大心率值的必要信息;

 weight (體重): 是計算卡路里與脂肪消耗值的必要信息;

 height (身高): 是計算卡路里與脂肪消耗值的必要信息;

 HR max (最大心率): 在瞭解您的最大心率值情況下，您可以最準確地計算您的卡路里與脂肪消耗值，以及在間歇訓練階段選擇合適的休息頻率。

該值由心率測量胸帶在短時間持續鍛煉時進行測量 (CW 500 SD 及 500SD PC 型產品標配)。例如，在充分的熱身活動后，馬上進行一小段跑步運動。同樣可在 400 米跑道上進行一圈慢跑以達到熱身目的，之後中速跑步一圈，第三圈時全力跑步並在最後 100 米處以衝刺跑結束。在抵達終點線時最終的心率測量值即為所求值。注意，在進行此類訓練之前必須先諮詢醫生意見并向其詳細說明您所採用的鍛煉方式。

 HR rest (休息時心率): 休息時心率值: 此數值可幫助您精確計算您的卡路里與脂肪消耗值，以及在間歇訓練階段選擇合適的休息頻率。

該值同樣由心率測量胸帶進行測量。清晨，身體放鬆，舒展于床上時，是最理想的測量時機。

 units (單位): 歐製 (EUR)，英製或美制單位的選用將決定日期及速度與里程測量信息的顯示方式。

12.2. 跑步強度

由於此類參數設置已完成，手錶將監測您是否處於訓練時預設的鍛煉強度區間。

12.2.1. 運動目標區 (Zone)



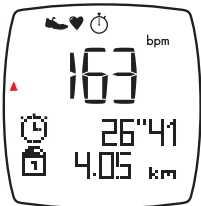
目標區默認設定為關閉，“無”(No)字樣將顯示于屏幕。您可以設定一個運動目標區 (ZONE)，以以下參數為基礎：

- HR(心率)：心率值，(W 500 SD型產品除外)；
- SPEED(速度)：以公里/小時顯示的速度值；
- PACE(步頻)：以分鐘/公里顯示的步頻；
- CAL(卡路里)：每小時卡路里消耗值。

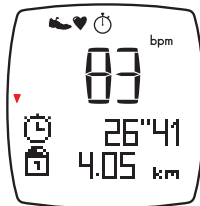
速度和步頻的設定尤為重要。如果速度參數變動，將導致相應的步頻參數變化，反之亦然。

無論您所選擇的運動目標區類型如何，都須限定運動上限(max)和下限(mini)，並相應設定或取消偏離提示音。訓練過程中，當您偏離運動目標區時提示音將報警。一個箭頭▲或▼將提示您超出或低於運動目標區。

高於運動目標區
(ZONE)



低於運動目標區
(ZONE)



12.2.2. 自動圈數提示



您同樣可使用自動圈數顯示(autolap)功能，該功能將根據以下2種參數之一進行顯示：

- DISTANCE(里程)：以里程為參數，則手錶將在每圈后向您提示完成預設路程您所花費的時間。您可以在列表中選擇0.1公里到5公里的里程長度，或在列表中選擇用戶設定(user)項，以個性化設置您所要完成的里程數；
- TIME(時長)：以時長為參數，則手錶將在每圈后向您提示所完成的里程數。您可以在列表中選擇30秒到10分鐘的時長，或在列表中選擇用戶設定(user)項，以個性化設置您所需的時長。



每圈最低參數下限為30秒或0.1公里。如果所設定數值低於此下限，圖標⊖將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。



每圈后將有提示音報警，每圈相關信息將顯示5秒鐘（自訓練開始起的間歇時間，圈數，每圈時長或里程等）。

12.3. 您的手錶

在此菜單下您可以設置：

-  Time (時間)；
-  date (日期)；
-  alarm (鬧鐘)：設置鬧鐘后，鬧鈴響起時將持續1分鐘。按鍵后，鬧鈴將停止，5分鐘后再次響起。◀ 按其他任意鍵則關閉當日鬧鈴。如未取消鬧鐘，則隔日鬧鈴到時將繼續提示；
-  beep (提示音)：按鍵時聲音提示；
-  light (背景光)：您可以進入快速開啟模式。快速模式下，按任意鍵都可以開啟背景光5秒。再按下 任意鍵可開啟功能。此功能適合在夜間運動時快速開啟背景光。3小時后該模式自動退出。

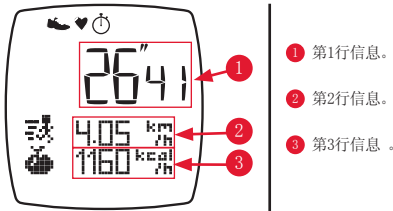
正常模式下，長按一次  /  鍵可開啟背景光。

12.4. 顯示方式

以下便是在3種模式下切換顯示信息並管理列表的方式：獨立(FREE)，間歇(INTERVALS)和挑戰(CHALLENGE)模式。您在跑步訓練時，可先選擇屏幕上所需出現的行數，之後再選擇指標。

12.4.1. 屏幕顯示指標數量

默認設定下，手錶將在屏幕上顯示3種指標：



① 第1行信息。

② 第2行信息。

③ 第3行信息。

 選擇第2行模式可放大第2行 信息：

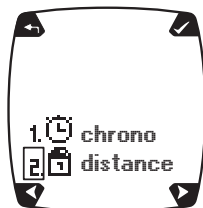


12.4.2 管理個人常用指標列表

默認設定下，手錶將向您提供一份指標列表。但您可以在此菜單下選擇最多10種指標進行列表：

1	 stopwatch(秒錶)： 秒錶
2	 lap time(單圈時間)： 單圈時間
3	 speed(速度)： 即時速度
4	 speed avg(平均速度)： 平均速度
5	 lap speed(單圈速度)：單圈速度
6	 pace(步頻)：即時步頻
7	 pace avg(平均步頻)： 平均步頻
8	 lap pace(單圈步頻)：單圈步頻
9	 distance(里程)： 行走里程
10	 lap dist. (單圈里程)：單圈里程
11	 Hr (心率)：即時心率
12	 hr avg(平均心率)： 平均心率 (W 500SD產品除外)
13	 lap hr avg(單圈平均心率)： 單圈平均心率 (W 500SD產品除外)
14	 cal/h(每小時卡路里消耗值)： 每小時卡路里消耗值
15	 cal/h avg(平均每小時卡路里消耗值)： 平均每小時卡路里消耗值
16	 calories(卡路里值)： 訓練中總共消耗的卡路里值
17	 time(時間)： 時間
18	結束

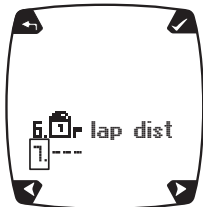
為更改列表內容，請將光標移動到所需更改的指標所在行處  或  并確認該選項():



之後切換指標列表 ( 或 ) 并確認選項 ()。

重複該操作以更改其他行信息。

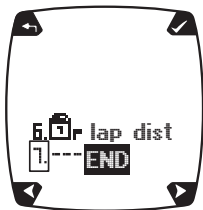
當手錶以虛線行顯示信息時，您應選定該行并添加一個指標。



您的個人常用指標列表不可超過10行。



小竅門： 無需設置過於冗長的指標列表，可在跑步中快速瀏覽查詢。 首先儘量關注最重要的指標信息，并花時間熟悉您的列表。



自第4行 信息起，您可以適當刪減列表。 只需在您的最後一項常用指標后輸入“結束”(END)即可。 位於“——結束”(END)之後的信息行將被刪除。



- 特殊情况1:

間歇訓練 模式比較特殊，因為其第一行顯示信息始終鎖定。 在此模式下，您所設置的第一項指標將列於第二行，第二項指標將列於第三行，依次類推。

- 特殊情况2:

挑戰模式下，一段顯示您相對於對手位置以及雙方差距的動畫將默認顯示于第二行。 按下 < 鍵可使屏幕顯示介面按照您所設置的指標順序顯示。

跑步過程中，您可以 更改指標顯示順序(參見章節 [8.3.1. - 更改指標的顯示順序](#))。您在跑步中所作出的更改同樣將在參數設置中生效。

12.4.3. 無傳感器顯示模式

當您不使用任何傳感器時(步速傳感器和心率測量胸帶)，所顯示的指標數量將自動減少：

- 獨立訓練模式下(FREE)：
 - 第1行 = 秒錶；
 - 第2行 = 單圈時間(默認)或時間顯示(按鍵 $\downarrow$)。
- 間歇訓練模式下(INTERVALS)：
 - 第1行 = 秒錶；
 - 第2行 = 當前階段(熱身，訓練等)或時間顯示(按鍵 $\downarrow$)。
- 挑戰模式下(CHALLENGE)：
 - 第1行 = 秒錶；
 - 第2行 = 單圈時間(默認)或時間顯示(按鍵 $\downarrow$)。

不使用步速傳感器時，挑戰模式下，因基本信息(速度和里程)未收到，故無測量單位顯示。

12.5. 您的傳感器

您的傳感器在手錶上以下列圖標顯示：

-  步速傳感器；
-  心率測量胸帶；
-  “S&D Connect” USB傳輸部件。

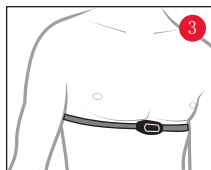
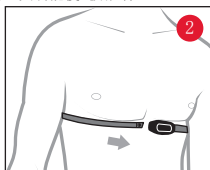
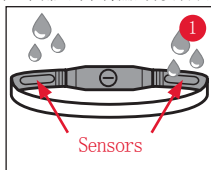
12.5.1. 匹配(pair)傳感器

每個傳感器(步速傳感器或心率測量胸帶)都帶有獨一無二的數碼識別。當某一傳感器被激活時，它將自動向手錶發送識別數字信號。

- 開始運動后步速傳感器便被激活。

數分鐘無運動后，它將自動進入節能狀態並不再發送信息：

- 當心率測量胸帶潤濕後並安裝於胸部時，其功能便被激活。



匹配(pair)功能  可保證手錶檢測到已激活的，且位於方圓10 米範圍內的傳感器，並存儲其識別號碼。



在匹配傳感器時請遠離其他用戶，以免手錶誤認其他傳感器。



匹配功能：檢測步速感測器與胸帶



已檢測到胸帶 / 已檢測到步速感測器



未檢測到胸帶 / 已檢測到步速感測器

如果手錶在與某個傳感器進行匹配的時間超過30秒，該程序將自動停止。您可以按 **⏮**。

在匹配失敗的情況下，請參考 [章節 13.5 - 傳感器檢測與](#) [章節 13.0 - 故障排除](#)。



注意：

手錶在出廠時已與其包裝盒內的傳感器完成匹配。因此在初次使用前無需進行匹配。

如果出現以下情況則可使用“匹配”功能：

- 更換某個傳感器的電池；
- 添加或移除某個傳感器。

12.5.2. 搜索 傳感器

在開始某項訓練之前（獨立訓練(FREE)，間歇訓練(INTERVALS)，挑戰模式(CHALLENGE)），手錶僅會搜索其在匹配過程中已經儲存過識別號碼的傳感器，如此可避免誤認其他跑步者所佩戴的採用同樣技術（ANT+）的傳感器。如果傳感器被主動關閉則無法被搜索到（參見 [章節 12.5.4 - 主動激活傳感器](#)）。



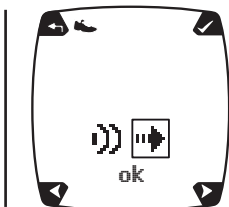
可能會出現2種情況：

1



手錶檢測到已存儲過識別號碼的傳感器：訓練可以開始；

2



如搜索在20秒內未完成，則手錶自動停止搜索。

此時手錶將提示您開啟匹配功能。 但您仍可以在無傳感器的情況下繼續訓練。

您可以通過按 ►|| 。

當傳感器搜索失敗時，請您參考[章節 13.5 - 傳感器的檢測](#)(故障排除)。

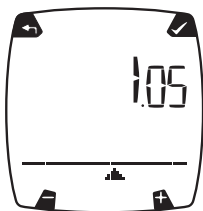
12. 5. 3. 校對步速傳感器

每位用戶的步伐長度不一。 步伐差別將影響 測量精確度。 因此須對步速傳感器進行校對以確保 測量結果可靠。

如何校對步速傳感器？

校對傳感器時，您需要在某段已瞭解的具體路程內進行跑步，建議最短1公里（田徑場跑道較為理想）。

為瞭解參數設置時的均衡率，須進行以下除法運算：實際奔跑距離 / 手錶測量距離= 均衡率。



例如，您在田徑場完成2圈半的奔跑距離（即1000米） 而您的手錶測量距離為950米。參數均衡率= $1000 / 950 = 1.05$ 。

某些用戶的步伐測量結果可能要更改20%左右。



為獲得最準確的測量結果，建議在使用或校對步速傳感器時保持其佩戴于同一位置（左腳或右腳，鞋面上方）。例如：如果您已經在右腳上校對了步速傳感器，且使用鞋夾固定，建議在隨後的使用中保持該佩戴方式。同樣，如果您是在鞋內佩戴步速傳感器且完成了校對，則請保持此佩戴方式。

12.5.4. 開啟傳感器

關閉傳感器可避免在無需使用的情況下，因手錶搜索到傳感器而產生不必要的電量消耗。

一切與此傳感器相關的參數將不可用。

在使用 CW 500 SD 和 CW 500 SD PC型產品時可關閉心率測量胸帶的功能。

使用 CW 500 SD PC型產品時可關閉S&D Connect 傳輸部件的功能。

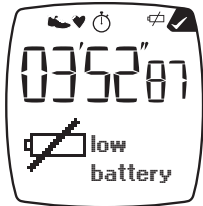
您可以將功能關閉的傳感器重新開啟。

12.6. 12.6 默認設置

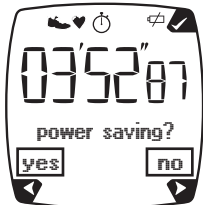
此菜單可幫助您瞭解產品的初始設置情況，而無需刪除數據或更改已選定的顯示語言。

12.7. 電池管理

當電池低電時，將有低電量提示出現在當前界面上，持續3秒：



當電池低電時，將有低電量提示出現在當前界面上，持續3秒。



手錶將提示您進入節能模式

確認進入節能模式后將導致以下功能不可用：

- 3種跑步模式（獨立，間歇及挑戰模式）（FREE, INTERVALS or CHALLENGE）；
- 背景光；
- 傳感器的匹配。



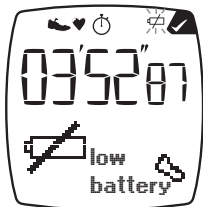
請預先瞭解電池的使用壽命以便更換。

圖標  以提醒方式閃爍。



節能模式下無法退出。

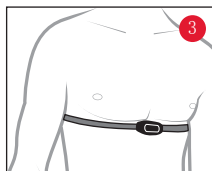
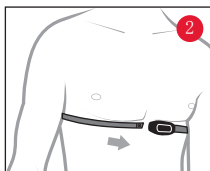
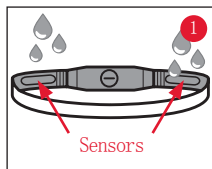
如需重新使用手錶功能，須更換電池（參見章節 17 - 電池的更換）。取出並重裝上已用電池同樣可使手錶其他功能恢復，但可能會在使用中因電量不足而中斷工作。



當步速傳感器電池低電后手錶同樣會報警提示（電池低電文字提示 + 圖標提示）。

13. 故障排除.

13.1. 心率異常



檢查心率測量胸帶是否安裝正確，且傳感器是否潤濕：

周圍環境中所存在的電磁波干擾會導致心率測量儀出現暫時性的信號不穩或測量結果失准。大部份的干擾情況均，出現在，以下情況下：如：靠近高壓線，懸吊電纜，交通信號燈，電視機，發動機，汽車，機動類運動器材，移動電話，電腦屏幕，微波爐等物品時或當您穿過電子安全門時

其他因素同樣會導致心率測量結果失准：

- 您的心率測量胸帶被其他用戶的手錶匹配。請在匹配傳感器時保持與其他用戶10米以上的距離（參見 [章節 12.5.1 - 匹配傳感器](#)）；
- 衣服拍打胸帶或靜電過強；
- 毛髮過濃；
- 跡。

當心率測量結果不穩定時，須在第一時間檢查是否有影響胸帶工作的因素存在。

13.2. 速度和里程異常

手錶所測量的里程與實際里程不符：檢查步速傳感器的佩戴位置並進行校對（參見章節 5.1.1 - 鞋上安裝位置）。

建議在同一只腳上佩戴、校對和使用傳感器。

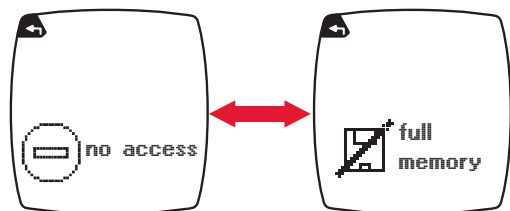
例如：如果在右腳上校對好傳感器，則應繼續佩戴在右腳上訓練。參見 章節 12.5.3 - 校對步速傳感器。

請確認您的步速傳感器未與他人的手錶相匹配。請在重新匹配傳感器時保持與其他用戶10米以上的距離（參見章節 12.5.1 匹配傳感器）。

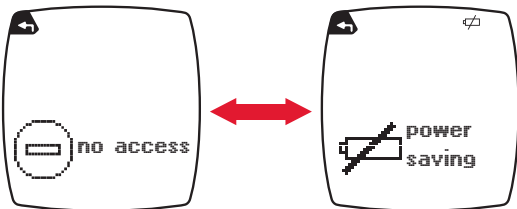
13.3. 手錶電池低電

：電池低電須更換。

13.4. 無法使用某些功能



存儲空間已滿，須刪除某些記錄以釋放空間（參見章節11.1 - 數據模式的使用）。



 或節能模式開啟（參見章節 13.3 - 手錶電池低電）。

手錶處於節能模式時，以下功能不可用：

- 背景光；
- 匹配傳感器；
- 跑步模式（獨立，間歇及挑戰模式）（FREE, INTERVALS or CHALLENGE）。

13.5. 檢測傳感器

傳感器未檢測到：

- 請遠離其他使用步速傳感器或心率胸帶的用戶10米以上；
- 將傳感器靠近手錶；
- 激活步速傳感器(搖動)；
- 將心率胸帶潤濕后正確佩戴（參見章節 13, 1 - 心率異常），
- 重新進行匹配(參見章節 12. 5. 1 - 匹配傳感器)；
- 更換傳感器的電池；
- 在手錶設置菜單內查看傳感器是否激活（參見章節12. 5. 4 激活傳感器）。

13.6. 訓練時查詢時間

時間已默認設定于參數列表內。 按下  直至第2行 或第3 行顯示信息出現。 如果該指標未出現于列表內，請參考 章節 12. 4 -顯示方式 進行設置。

13.7. 無法設置自動圈數提示

每圈的參數下限不可低於30秒或0. 1公里。 如果所設定數值低於此下限，圖標  將顯示于屏幕，且所選數值將閃爍3秒以提示用戶重新設定數值。

13.8. 恢復出廠設置

恢復出廠設置可在 設置 / 默認設置模式下完成。

14. 技術規格.

按配件	手錶	步速傳感器	心率測量胸帶	U盤傳輸配件
防水性	5 ATM	1 ATM	1 ATM	不可防水
待機時間 視產品具體用途而定(帶傳感器)				
1小時/ 周	18個月	12個月	5個月	USB接口自動充電
4小時/ 周	12個月	9個月	2個月	
存儲空間	10次訓練 130圈 30小時 達到3個存儲限度 之一 時存儲空間已滿。			
允許的數值幅度:				
目標區 心率	每分鐘搏動40 - 240次			
速度目標區:	1,0 - 40,0 km /h			
步頻目標區:	60 - 1,0 mm/km			
每圈里程信息	0,1 - 99,9 km			
每圈里程信息	30' ' à 99:59' 59'			
間歇訓練模式下里 程信息	0,1 - 9,9 km			
間歇訓練模式下時 長信息	15' ' à 99:59' 59'			
心率	每分鐘搏動40 - 240次			
挑戰模式下里程信息	0,1 - 99,9 km			
挑戰模式下時長信息	30' ' à 99:59' 59'			
挑戰模式下速度信息	1,0 - 40,0 km /h			
傳輸協議				
傳輸範圍	使用中3m 匹配中10 m	使用中3 m 匹配中10 m	使用中3 m 匹配中10 m	5 m
工作溫度	-10° C 至50° C	-10° C 至50° C	-10° C 至50° C	-10° C 至50° C
電池型號	CR 2032	CR 2032	CR 2032	未標注
重量	61 g.	9 g.	46 g.	7 g.

15. 保修

OXYLANE 向本產品的第一手購買者提供無質量問題擔保。本產品自購買之日起保修2年。請保存發票以作為購買憑證。以下情況不在保修範圍內：

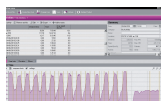
- 對產品不當使用，無視注意事項使用，事故，產品保養不當或將產品用於商業用途；
- 由未經OXYLANE授權的人員對產品進行維修而導致的損壞；
- 電池、外殼開裂、破碎，或有衝撞的痕跡。

保修有效期間，儀器可享受免費維修或更換服務（經銷售商認可后）。

16. 可用配件



採用ANT + 技術的心率測量胸帶



Geonaute Software軟件及U盤

W 500 SD 產品可與以下設備配合使用：

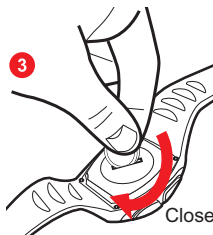
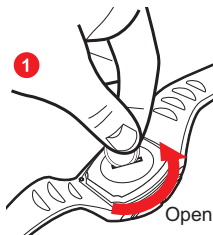
- Kalenji “ANT+” 技術心率測量胸帶（Décathlon 商店有售）；
- Kalenji “S&D Connect” U盤（可用於將訓練數據傳輸到個人電腦，並存儲Geonaute Software軟件）。

須激活胸帶和U盤以便手錶進行搜索（參見章節 12.5.4 – 激活傳感器）。

CW 500 SD 型產品可與“Kalenji S&D Connect”U盤搭配使用。

17. 電池的更換

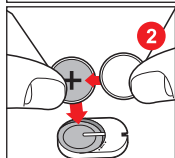
17.1. 更換手錶電池



17.2 更換步速傳感器電池



逆時針方向旋轉圓形電池蓋以將其開啟。電池蓋上的圓點應與步速傳感器上箭頭後方的圓點對齊。

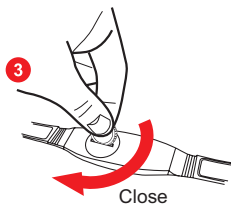
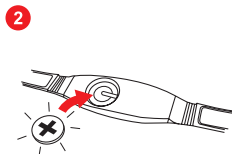
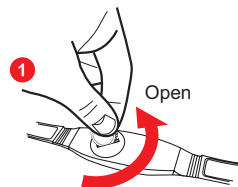


取下電池蓋。30秒後將新電池裝入，正極朝上。



重新蓋上電池蓋，將兩個圓點對齊並順時針方向旋緊。電池蓋上的圓點應與箭頭前方圓點對齊。

17.3 更換心率測量胸帶的電池



Sauf W 500 SD



“打交叉的垃圾箱”標誌表明該產品及其電池不可作為生活垃圾丟棄。必須進行專門的篩選。將電池和電子產品一起放在專門的回收中心。這種對電子產品的處理措施有利於保護環境和您的身體健康。



該儀器符合FCC 標準中第15章條文之規定。其功能可滿足以下兩個條件：

- 1 該儀器不會對人體產生有害影響；
- 2 該儀器應可承受一切電磁幹擾，包括可能對其功能造成影響的幹擾。

該儀器滿足FCC標準中第15章條文規定之要求，且已通過B級數碼產品質量標準檢測。該標準保證儀器在家用安裝情況下可承受正常範圍內的電磁幹擾。該儀器生成、使用且發射電波能量，如用戶未按照說明進行正確安裝，儀器可能對電波信號造成影響。然而，在家用安裝情況下，儀器無法保證不生成任何幹擾。

如果儀器對收音機或電視機的信號接收造成幹擾，且此幹擾現象在每次關閉再開啟儀器後便會出現，則用戶可採取以下措施（之一）來解決：

- 調整信號接收天線方向或位置；
- 增加儀器與信號接收機之間的距離；
- 避免儀器與信號接收機使用同一交流電源；
- 諮詢零售商或收音機/電視機專業維修人員意見。

警告：

用戶在未經Decathlon書面許可情況下不可對產品進行任何改造，否則將不再享有產品保修等相關服務

18. 聯繫我們

我們十分希望您能夠提供關於產品質量，功能或使用方面的意見或建議（請至 www.kalenji.com 反饋）。

我們定會在最短的期限內給您答覆。



19. 索引

A		
“ANT +” U盤		20
B		
背景光		
按鍵		3
快速模式		24
步速傳感器		
安裝		4
校對		29
更換電池		36
步頻		
管理指標列表		25
查詢數據		19
目標區		23
C		
參數設定		22
存儲空間		
傳感器		20
安裝		4
激活		30
匹配		27
搜索		28
更換電池		35
D		
單位		22
電池		
信息		30
更換		35
管理（節能模式）Gestion		30
G		
故障排除		31
J		
間歇（模式）		9
校對步速傳感器		29
裏程		
管理指標列表		25
查詢數據		19
K		
Kalenji		37
卡路裏		
管理指標列表		25
查詢數據		19
目標區		23
L		
曆史數據（參見 數據）		
M		
目標區		23
模式		
時間模式		5
獨立模式		6
間歇模式		9
挑戰模式		14
數據模式		18
參數設置模式		22

N		
鬧鐘.....		24
P		
配件		35
激活（步速傳感器，心率測量胸帶）.....		30
Q		
清除	數據	18
	指標	25
圈	自動圈數提示	23
	手動圈數提示	3
	管理指標列表	25
清潔胸帶.....		1
確認選項.....		3
R		
軟件（Geonaute Software）.....		20
S		
手表按鍵.....		3
時間（主界面）.....		5
數據	查詢	19
	刪除	18
	傳輸至個人電腦	20
速度	管理指標列表	25
	查詢數據	19
	目標區	23
T		
挑戰（模式）.....		15
退出模式.....		3
X		
心率	管理指標列表	25
	最大心率	22
	休息時心率	22
	目標區	23
	查詢數據	19
心率測量胸帶	安裝	4
	更換電池	36
Y		
語言.....		22
Z		
在列中選擇.....		3
脂肪.....		19
指標	指標數量	24
	管理列表	25
助手.....		31



2 YEAR GUARANTEE SUBJECT TO NORMAL USAGE - GARANTIE 2 ANS EN USAGE NORMAL - GARANTIA: 2 ANOS DE USO NORMAL - GARANTIE 2 JAHRE BEI NORMALER VERWENDUNG - GARANZIA 2 ANNI IN USO NORMALE - 2 JAAR GARANTIE BIJ NORMAL GEBRUIK - GARANTIA DE 2 ANOS NO MODO DE UTILIZAÇÃO NORMAL - GWARANCJA 2 LETNIA W WARUNKACH NORMALNEGO UŻYTKOWANIA PRODUKTU - 2 EV GARANCIA RENDELTESSZERŰ HASZNÁLAT ESETÉRE - ГАРАНТИЯ 2 ГОДА ПРИ НОРМАЛЬНОМ ИСПОЛЬЗОВАНИИ - GARANTIE 2 ANI ÎN CONDIȚII DE UTILIZARE NORMALĂ - PRI BEZNMOM POUŽIVÁNÍ ZÁRUKA 2 ROKY - ZÁRUKA 2 ROKY PRI BEŽNÉM POUŽITÍ - 2 ÅRS GARANTI VID NORMALT SLITAGE - ВРЕДЕН ЗА ВОДНИТЕ ОРГАНИЗМИ, МОЖЕ ДА ИМА ДЪЛГОСРОЧНО ОТРИЦАТЕЛНО ВЪЗДЕЙСТВИЕ БЪРХУ ВОДНАТА ОКОЛНА СРЕДА - NORMAL KULLANIMDA 2 SENEKİ GARANTI - ГАРАНТОВАНО ПРОТЯГОМ 2 РОКІВ ПРИ НОРМАЛЬНОМУ ЗАСТОСУВАННІ - 正常使用情况下保质期2年 正常情况下使用,可保质2年
ضمان لمدة عامين مع الاستخدام العادي

Oxylane

Oxylane - 4 Boulevard de Mons
BP299 - 59665 Villeneuve d'Ascq Cedex
France

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda
CNPJ : 02.314.041/0001-88

Импортер: ООО «Октобл», 141031, Россия, Московская область,
Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево», владение 3,
строение 3

TURKSPORT Spor Ürünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.Şti
Forum Istanbul AVM. Kocatepe Mah. G Blok No: 1
Bayrampaşa - 34235 Istanbul - Turkey

合格品 B类
RN # 106987
NIF : N0013342-A
GB 18401-2003

 **Kalenji**
www.kalenji.com



Made in China
Fabricado na China
Произведено в Китае
İmal edildiği yer Çin
中国 制造