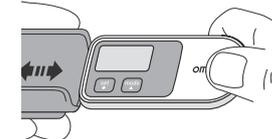
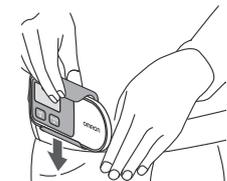




1.

**Варианты крепления шагомера**

1. Установите шагомер в клипсу. С помощью клипсы прикрепите шагомер к пояскому ремню брюк.
2. Поместите шагомер в нагрудный карман, при необходимости закрепив его клипсой.

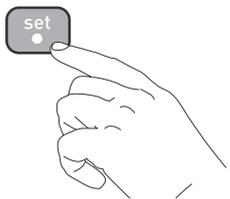


2.



**Активация:** нажмите и удерживайте любую кнопку в течение 2 секунд.

3.

**Общие настройки**

Нажмите кнопку ● и удерживайте в течение 2 секунд.

Выберите единицу измерения с помощью кнопки ▲. Подтвердите выбор, нажав ●.

**Примечание**

Если начальные значения заданы неправильно, результаты измерений могут быть неточными.

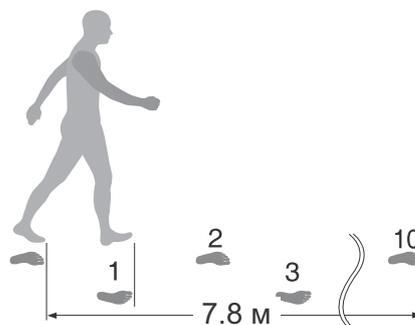
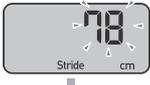
**Сведения об энергосберегающей функции элемента питания**

Для экономии энергии элемента питания дисплей устройства автоматически отключается, если не нажимать на кнопки в течение более 5 минут. Однако устройство продолжает производить подсчет шагов. Нажмите кнопки ● или ▲, чтобы вновь включить дисплей.

feet/inch ↔ cm  
(фунты/дюймы) ↓ (см)

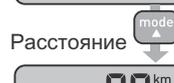
mile ↔ km  
(мили) ↓ (км)

12h ↔ 24h  
(12ч) ↓ (24ч)

**О длине шага**

- Начальное значение длины шага, которое мигает на дисплее, означает примерную длину шага, рассчитанную из настройки роста. Установите длину шага, основываясь на типе ходьбы и ваших физических данных.
- Чтобы правильно измерить среднюю длину шага, сделайте 10 шагов и разделите пройденное расстояние на число шагов (например, 7,8 метра поделите на 10 шагов = 78 см).
- Отображаемое расстояние рассчитывается путем умножения установленной длины шага на число шагов.

4.

**Шаги**

Проверка результатов за текущий день

**Случаи, когда устройство не может точно подсчитывать число шагов****Неравномерное движение**

- Если шагомер находится в сумке, которая движется неравномерно.
- Если шагомер подвешен к поясу или сумке.

**Непостоянная скорость ходьбы**

- Когда вы шаркаете ногами или обуты в сандалии и т.п.
- Когда вы не можете идти с постоянной скоростью в людном месте.

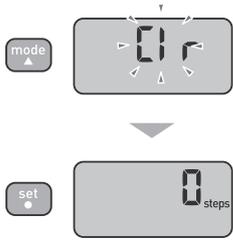
**Чрезмерное вертикальное движение или вибрация**

- Если вы встаете и/или садитесь.
- Когда вы занимаетесь другими видами спорта, кроме ходьбы.
- Когда вы спускаетесь или поднимаетесь по лестнице или крутому склону.
- При наличии вертикальной или горизонтальной вибрации в движущемся транспортном средстве (например, на велосипеде, в машине, поезде или автобусе).

**При очень медленной ходьбе****Примечание**

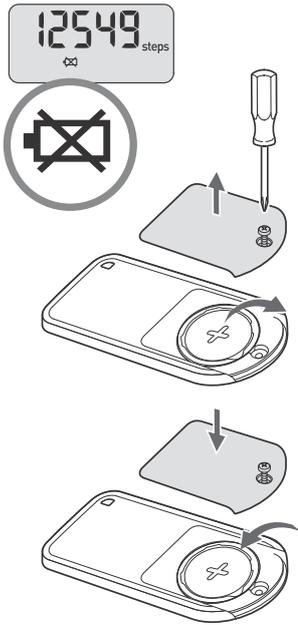
Чтобы не подсчитывать шаги, которые не являются ходьбой, шагомер не отображает подсчет шагов в течение первых 4 секунд с момента начала ходьбы. Если ходьба продолжается более 4 секунд, шагомер отобразит подсчет шагов для первых 4 секунд и продолжит считать.

5.



**Сброс:** Сброс всех значений: нажмите и удерживайте кнопку ▲ в течение 2 секунд. Подтвердите с помощью ●.

6.



Если на экране мигает или постоянно горит символ элемента питания, замените его на новый (CR2032). При замене соблюдайте полярность (положительной стороной (+) вверх). При извлечении элемента питания все настройки и значения измерений удаляются. Выполните повторную настройку (см. п.3)

#### Замена элемента питания

7.

#### Примечание по технике безопасности

Используются следующие значки и определения:

**⚠ Внимание:** неправильное использование может привести к травмам или повреждению имущества.

#### ⚠ Внимание:

- Прежде чем приступать к программе снижения веса или упражнениям, проконсультируйтесь со своим лечащим врачом или другим медицинским работником.
- Храните устройство в местах, недоступных для детей младшего возраста.
- Если во время тренировки вы устали или почувствовали боль, обязательно остановитесь и отдохните. Если боль и чувство дискомфорта не исчезают, немедленно прекратите упражнения и обратитесь к врачу.
- Если ребенок проглотил какую-либо мелкую деталь, немедленно обратитесь к врачу.
- Не раскачивайте шагомер на ремешке. Раскачивающийся на ремешке шагомер может стать причиной травмы.
- Не кладите устройство в задний карман шорт или брюк. Если устройство находится в кармане, его можно повредить, сев на него.
- При попадании электролита в глаза немедленно промойте их большим количеством чистой воды. Немедленно обратитесь к врачу.
- При попадании электролита из элемента питания на кожу или одежду немедленно смойте его большим количеством чистой воды. Немедленно обратитесь к врачу.
- При установке элемента питания обязательно соблюдайте полярность.
- Всегда используйте элементы питания нужного типа.
- Немедленно заменяйте севший элемент питания на новый.
- Извлекайте элемент питания из устройства, если вы не собираетесь пользоваться им в течение длительного времени (более 3 месяцев).
- Не бросайте элемент питания в огонь, так как он может взорваться.
- Не погружайте шагомер или его компоненты в воду. Устройство не является водонепроницаемым.

Компания OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. предоставляет гарантию на данный продукт в течение 2 лет с момента покупки. Гарантия не распространяется на элемент питания, упаковку и/или любые повреждения, нанесенные пользователем в результате неправильной эксплуатации (например, при падении или в результате нарушения условий эксплуатации).

8.

#### Технические характеристики

Наименование	Шагомер OMRON	
Модель	Walking style One 2.0 (HJ-320-RU)	
Источник питания	Литиевый элемент питания напряжением 3 В, тип CR2032	
Срок службы элемента питания	Примерно 6 месяцев* (при использовании по 12 часов в день) Примечание: поставляемый элемент питания предназначен для пробного использования. Он может разрядиться до истечения 6 месяцев.	
Диапазон измерений	Количество шагов	от 0 до 99 999 шагов
	Пройденное расстояние	от 0.0 до 5999.9 км / от 0.0 до 3725.9 миль
	Время	от 0:00 до 23:59 / от 12:00 до полудня до 11:59 после полудня
Диапазон настроек	Время: от 0:00 до 23:59 / от 12:00 до полудня до 11:59 после полудня	
	Длина шага: от 30 до 120 см с шагом 1 см / от 12 до 48 дюймов с шагом 1 дюйм	
Условия эксплуатации:	температура	от -10°C до +40°C (от 14°F до 140°F)
	температура окружающего воздуха	от 30 до 85% относительной влажности
	относительная влажность	от 30 до 85% относительной влажности
Габаритные размеры	75.0 (Ш) x 31.0 (В) x 8.0 (Д) мм	
Масса	Приблизительно 20 г (включая элемент питания)	
Комплект поставки	Шагомер, литиевый элемент питания напряжением 3 В (тип CR2032), клипса для крепления на поясное ремне, мини-отвертка, руководство по эксплуатации, гарантийный талон	

Данное изделие изготовлено компанией OMRON в строгом соответствии с системой контроля качества компании OMRON HEALTHCARE Co., Ltd., Япония.

\* Срок службы нового элемента питания основан на испытаниях, проведенных компанией OMRON.



Настоящий прибор соответствует требованиям Директивы 2004/108/EC (EMC) и Директивы 2011/65/EU (RoHS).



#### Директива ЕС 2006/66/EC об утилизации элементов питания

По вопросу утилизации элементов питания обратитесь в специализированные пункты приема, расположенные в Вашем городе, или к местным органам власти для получения подробной информации о том, куда и как вернуть элементы питания для экологически безопасной переработки.



#### Директива ЕС 2012/19/EU об утилизации электрических и электронных приборов

Для утилизации прибора обратитесь в специализированные пункты приема, расположенные в Вашем городе, или к местным органам власти для получения подробной информации о том, куда и как вернуть данный прибор для экологически безопасной переработки.

**Производитель** OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.  
(OMRON ХЕЛСКЭА Ко., Лтд.)  
53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, Kyoto, 617-0002 JAPAN  
(53, Кунотсубо, Терадо-чо, Муко, Киото, 617-0002 ЯПОНИЯ)

**Представитель в Европе** OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.  
(OMRON ХЕЛСКЭА ЕВРОПА Б.В.)  
Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, THE NETHERLANDS  
(Скорпиус 33, 2132 ЛР Хуфддорп, НИДЕРЛАНДЫ)  
www.omron-healthcare.com

**Производственное подразделение** OMRON DALIAN Co., Ltd.  
(OMRON ДАЛЯНЬ Ко., Лтд.)  
No. 3, Song Jiang Road, Economic and Technical Development Zone, Dalian 116600, China  
(№ 3, Сонг Джианг Роуд, Экономик энд Текникал Девелопмент Зоне, Дальянь 116600, Китай)

**Эксклюзивный дистрибьютор и импортер медицинской техники OMRON в России** ЗАО «КомплектСервис»  
РФ, 123557, г. Москва, Большой Тишинский переулок, д.26, корп.13-14  
www.csmedica.ru

Сделано в Китае