

HEART RATE MONITOR

Care Instructions	2	Instructies voor onderhoud	14
Instructions d'entretien	4	Vedligeholdelsesinstruktioner	16
fascia cardio	6	huolto-ohjeet	18
Pflegehinweise	8	pulsmåler	20
Instrucciones para el cuidado	10	pulsmätare	22
Sensor de ritmo cardíaco	12	Instrukcje dotyczące konserwacji ...	24

Heart Rate Monitor Care Instructions

HRM-Dual™

The HRM-Dual is like any premium fitness fabric. The strap must be cleaned properly to perform under harsh training conditions.



Caring for the HRM-Dual

Before you can wash the strap, you must unsnap and remove the module.

NOTICE

A buildup of sweat and salt on the strap can permanently damage the heart rate monitor and decrease its ability to report accurate data.

Using too much detergent when washing the heart rate monitor may damage the heart rate monitor.

- Rinse the strap after every use.
- Wash the strap after every seven uses.
- Do not put the strap in the dryer.

Machine Washing

Before washing the strap in a washing machine, you must unsnap the module and fasten the clasp before washing.

- Wash the strap in the washing machine with a regular load of laundry.
- Place the strap in a washing bag or mesh laundry bag to prevent the strap from getting tangled.
- Use a small amount of mild detergent.
NOTE: Do not use detergents that contain harsh chemicals, fabric softener, bleach, or abrasive materials.
- Run the washing machine on the normal cycle, with warm water at a maximum temperature of 40°C (104°F).
- When drying the heart rate monitor, hang it up or lay it flat.

Hand Washing

NOTICE

Using too much detergent when washing the heart rate monitor may damage the heart rate monitor.

- Hand wash the strap using warm water at a maximum temperature of 40°C (104°F).
- Use a tiny amount of mild detergent, such as dishwashing liquid.
- When drying the heart rate monitor, hang it up or lay it flat.

Heart Rate Monitors with Non-Removable Modules

A Garmin® heart rate monitor with a non-removable module is like any premium fitness fabric. The strap must be cleaned properly to perform under harsh training conditions. Unlike some other styles of heart rate monitors, you cannot remove the module from the strap. You must hand wash the module and strap together.



Caring for Heart Rate Monitors with Non-Removable Modules

NOTICE

A buildup of sweat and salt on the strap can permanently damage the heart rate monitor and decrease its ability to report accurate data.

Using too much detergent when washing the heart rate monitor may damage the heart rate monitor.

- Do not put the heart rate monitor in a washing machine or dryer.
- Rinse the heart rate monitor after every use.
- Hand wash the heart rate monitor based on the model and type of activity:
 - Wash the HRM-Tri™, HRM-Run™, HRM-Pro™, or HRM-Pro Plus accessory after every seven uses or one pool swim.
 - Wash the HRM-Swim™ accessory after every seven uses.
- Hand wash the heart rate monitor using warm water at a maximum temperature of 40°C (104°F), and a tiny amount of mild detergent, such as dishwashing liquid.
- Thoroughly rinse the strap after hand washing the heart rate monitor to remove detergent residue that can cause skin irritation.
- When drying the heart rate monitor, hang it up or lay it flat.

Appendix

Tips for Storage and Protection

NOTICE

Minimize exposure to sunscreen, bleach, mosquito repellent, and chemicals found in certain deodorants, body washes, hand soaps, and first aid ointments. Specifically, propylene glycol, dipropylene glycol, and ethylenediaminetetraacetic acid (EDTA) can damage the strap.

- When storing the strap, hang it up or lay it flat.
- Avoid bending or tightly rolling the strap.
- Do not store the heart rate monitor in direct sunlight or extreme temperatures.
- If possible, unsnap the module of your heart rate monitor when not in use to prolong its life.

Ceinture cardio-fréquencemètre

Instructions d'entretien

HRM-Dual

Le HRM-Dual n'est pas différent des autres appareils de sport en tissu. La sangle doit être nettoyée correctement pour rester efficace dans des conditions d'entraînement difficiles.



Entretien du HRM-Dual

Avant de nettoyer la sangle, veillez à détacher et à retirer le module.

AVIS

L'accumulation de sueur et de sel sur la sangle peut détériorer de manière irréversible le moniteur de fréquence cardiaque et réduire la précision des données qu'il enregistre.

L'utilisation d'une trop grande quantité de détergent pour le laver peut endommager le moniteur de fréquence cardiaque.

- Rincez la sangle après chaque utilisation.
- Lavez la sangle toutes les sept utilisations.
- N'utilisez pas de sèche-linge.

Lavage en machine

Avant de laver la sangle dans un lave-linge, vous devez retirer le module et fermer le fermoir.

- Lavez la sangle à la machine à laver en utilisant la quantité de lessive standard.
- Placez la sangle dans un sac de lavage ou un filet de lavage pour éviter que la sangle s'emmêle.
- Utilisez une petite quantité de détergent non abrasif.

REMARQUE : n'utilisez pas de détergent contenant des produits chimiques agressifs, de l'assouplissant, de l'eau de Javel ou des substances abrasives.

- Lancez le lave-linge en cycle normal, avec de l'eau chaude à une température maximale de 40 °C (104 °F).
- Pour faire sécher le moniteur de fréquence cardiaque, suspendez-le ou déposez-le à plat.

Lavage à la main

AVIS

L'utilisation d'une trop grande quantité de détergent pour le laver peut endommager le moniteur de fréquence cardiaque.

- Lavez la sangle à la main à l'eau chaude, à une température maximale de 40 °C (104 °F).
- Utilisez une petite quantité de détergent non abrasif, par exemple du liquide vaisselle.
- Pour faire sécher le moniteur de fréquence cardiaque, suspendez-le ou déposez-le à plat.

Moniteurs de fréquence cardiaque avec modules non amovibles

Un Garmin moniteur de fréquence cardiaque avec un module non amovible est comme tous les matériaux textiles de plein air. La sangle doit être nettoyée correctement pour rester efficace dans des conditions d'entraînement difficiles. Contrairement à d'autres types de moniteurs de fréquence cardiaque, vous ne pouvez pas retirer le module de la sangle. Vous devez donc nettoyer le module et la sangle ensemble.



Entretien de moniteurs de fréquence cardiaque avec modules non amovibles

AVIS

L'accumulation de sueur et de sel sur la sangle peut détériorer de manière irréversible le moniteur de fréquence cardiaque et réduire la précision des données qu'il enregistre.

L'utilisation d'une trop grande quantité de détergent pour le laver peut endommager le moniteur de fréquence cardiaque.

- Ne lavez pas le moniteur de fréquence cardiaque à la machine à laver et n'utilisez pas de sèche-linge.
- Rincez le moniteur de fréquence cardiaque après chaque utilisation.
- Nettoyez la sangle du moniteur de fréquence cardiaque à la main en fonction du modèle et du type d'activité :
 - Nettoyez l'accessoire HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro ou HRM-Pro Plus après sept utilisations ou après chaque séance de natation en piscine.
 - Lavez l'accessoire HRM-Swim toutes les sept utilisations.
- Lavez le moniteur de fréquence cardiaque à la main et à l'eau chaude (sans dépasser une température de 40 °C [104 °F]). Utilisez un tout petit peu de détergent doux comme du liquide vaisselle.
- Après avoir lavé le moniteur de fréquence cardiaque à la main, rincez soigneusement la sangle afin d'éliminer les résidus de détergent susceptibles d'irriter la peau.
- Pour faire sécher le moniteur de fréquence cardiaque, suspendez-le ou déposez-le à plat.

Annexes

Astuces pour le stockage et la protection

AVIS

Limitez l'exposition à la crème solaire, à l'eau de Javel, aux répulsifs anti-moustiques et aux produits chimiques présents dans certains déodorants, produits nettoyants pour le corps, savons pour les mains et pommades de premiers soins. Plus précisément, le propylène glycol, le dipropylène glycol et l'acide éthylène diamine tétra-acétique (EDTA) peuvent endommager la sangle.

- Pour stocker la sangle, suspendez-la ou déposez-la à plat.
- Evitez de plier ou de rouler la sangle.
- Ne stockez pas le moniteur de fréquence cardiaque à la lumière directe du soleil ou à des températures extrêmes.
- Si possible, retirez le moniteur de fréquence cardiaque de la sangle quand vous ne l'utilisez pas pour prolonger sa durée de vie.

Istruzioni sulla manutenzione della fascia cardio

HRM-Dual

L'HRM-Dual è come qualsiasi tessuto fitness di alta qualità. È necessario pulire l'elastico correttamente per ottenere prestazioni ottimali anche in condizioni di allenamento estreme.



Manutenzione del HRM-Dual

È necessario staccare e rimuovere il modulo prima di lavare l'elastico.

AVVISO

Un accumulo di sudore e sale sulla fascia può danneggiare in modo permanente il sensore della frequenza cardiaca e ridurre la capacità di segnalare dati accurati.

L'utilizzo eccessivo di detergente durante il lavaggio della fascia cardio può danneggiare il sensore della frequenza cardiaca.

- Sciacquare l'elastico dopo ogni utilizzo.
- Lavare l'elastico dopo sette utilizzi.
- Non inserire l'elastico in asciugatrice.

Lavaggio in lavatrice

Prima di lavare l'elastico in lavatrice, è necessario sganciare il modulo e fissare la fibbia prima del lavaggio.

- Lavare l'elastico in lavatrice insieme a un normale carico di biancheria.
- Riporre l'elastico in un sacchetto o in un retino per lavatrice in modo da evitare che si attorcigli.
- Utilizzare una quantità ridotta di detergente non aggressivo.

NOTA: non utilizzare detersivi che contengono prodotti chimici corrosivi, ammorbidente, candeggina o materiali abrasivi.

- Utilizzare un ciclo normale, con acqua calda a una temperatura massima di 40 °C (104 °F).
- Appendere o distendere la fascia cardio per asciugarla.

Lavaggio a mano

AVVISO

L'utilizzo eccessivo di detergente durante il lavaggio della fascia cardio può danneggiare il sensore della frequenza cardiaca.

- Lavare a mano l'elastico con acqua calda a una temperatura massima di 40 °C (104 °F).
- Utilizzare una quantità ridotta di detergente non aggressivo, ad esempio il detersivo per i piatti.
- Appendere o distendere la fascia cardio per asciugarla.

Fasce cardio con moduli non rimovibili

Una fascia cardio con modulo non rimovibile Garmin è adatta a qualsiasi attività di fitness. È necessario pulire l'elastico correttamente per ottenere prestazioni ottimali anche in condizioni di allenamento estreme. A differenza di altre fasce cardio, non è possibile rimuovere il modulo dall'elastico. Bisogna lavare a mano modulo e fascia cardio assieme.



Manutenzione delle fasce cardio con moduli non rimovibili

AVVISO

Un accumulo di sudore e sale sulla fascia può danneggiare in modo permanente il sensore della frequenza cardiaca e ridurre la capacità di segnalare dati accurati.

L'utilizzo eccessivo di detergente durante il lavaggio della fascia cardio può danneggiare il sensore della frequenza cardiaca.

- Non introdurre la fascia cardio in lavatrice o asciugatrice.
- Sciacquare la fascia cardio dopo ogni utilizzo.
- Lavare a mano la fascia cardio in base al modello e al tipo di attività:
 - Lavare l'accessorio HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro o HRM-Pro Plus dopo sette utilizzi o dopo una nuotata in piscina.
 - Lavare l'accessorio HRM-Swim dopo sette utilizzi.
- Lavare a mano la fascia cardio utilizzando acqua calda a una temperatura massima di 40 °C (104 °F) e una piccola quantità di detergente delicato, come un detersivo per piatti.
- Risciacquare accuratamente la fascia dopo il lavaggio a mano per rimuovere i residui di detergente che possono causare irritazione cutanea.
- Appendere o distendere la fascia cardio per asciugarla.

Appendice

Suggerimenti per la conservazione e la protezione

AVVISO

Ridurre al minimo l'esposizione a crema solare, candeggina, repellente per zanzare e sostanze chimiche presenti in alcuni deodoranti, detersivi per il corpo, saponi per le mani e pomate di pronto soccorso. In particolare, il glicole propilenico, il glicole dipropilenico e l'acido etilendiamminotetraacetico (EDTA) possono danneggiare la fascia.

- Appendere la fascia o posizionarla distesa per riporla.
- Evitare di piegare o arrotolare la fascia.
- Non conservare la fascia cardio alla luce diretta del sole o a temperature estreme.
- Se possibile, sganciare il modulo della fascia cardio quando non è in uso per prolungarne la durata.

Herzfrequenz-Brustgurt

Pflegehinweise

HRM-Dual

Das HRM-Dual Gerät ist mit anderen hochwertigen Materialien für den Fitnessbereich vergleichbar. Der Gurt muss ordnungsgemäß gereinigt werden, damit er unter anspruchsvollen Trainingsbedingungen funktioniert.



Pflege des HRM-Dual Geräts

Vor dem Waschen des Gurts müssen Sie das Modul entfernen.

HINWEIS

Schweiß- und Salzurückstände auf dem Gurt können den Herzfrequenzsensor dauerhaft schädigen und dessen Fähigkeit zum Melden genauer Daten einschränken.

Wenn beim Waschen des Herzfrequenzsensors zu viel Reinigungsmittel verwendet wird, kann das Gerät beschädigt werden.

- Reinigen Sie den Gurt nach jeder Verwendung.
- Waschen Sie den Gurt nach jeder siebten Verwendung.
- Der Gurt ist nicht für den Trockner geeignet.

Maschinenwäsche

Vor dem Waschen des Gurts in der Waschmaschine müssen Sie das Modul entfernen und den Verschluss schließen.

- Waschen Sie den Gurt in der Waschmaschine zusammen mit einer normalen Waschladung.
- Verwenden Sie für den Gurt einen Wäschebeutel oder ein Wäschenetz, damit er sich in der Waschmaschine nicht verwickelt.
- Verwenden Sie eine geringe Menge eines milden Reinigungsmittels.

HINWEIS: Verwenden Sie keine Reinigungsmittel, die scharfe Chemikalien enthalten, Weichspüler, Bleich- oder Scheuermittel.

- Wählen Sie den normalen Waschgang mit warmem Wasser mit einer Temperatur von maximal 40 °C (104 °F).
- Hängen Sie den Herzfrequenzsensor zum Trocknen auf oder lassen Sie ihn liegend trocknen.

Handwäsche

HINWEIS

Wenn beim Waschen des Herzfrequenzsensors zu viel Reinigungsmittel verwendet wird, kann das Gerät beschädigt werden.

- Waschen Sie den Gurt mit der Hand. Verwenden Sie dabei warmes Wasser mit einer Temperatur von maximal 40 °C (104 °F).
- Verwenden Sie eine sehr geringe Menge eines milden Reinigungsmittels, z. B. ein Spülmittel.
- Hängen Sie den Herzfrequenzsensor zum Trocknen auf oder lassen Sie ihn liegend trocknen.

Herzfrequenz-Brustgurt mit nicht entfernbareren Modulen

Ein Garmin Herzfrequenz-Brustgurt mit nicht entfernbareren Modul ist mit anderen hochwertigen Materialien für den Fitnessbereich vergleichbar. Der Gurt muss ordnungsgemäß gereinigt werden, damit er unter anspruchsvollen Trainingsbedingungen funktioniert. Im Gegensatz zu anderen Arten von Herzfrequenz-Brustgurten lässt sich das Modul nicht vom Gurt entfernen. Sie müssen das Modul und den Gurt zusammen mit der Hand waschen.



Pflegen von Herzfrequenz-Brustgurten mit nicht entfernbareren Modulen

HINWEIS

Schweiß- und Salzurückstände auf dem Gurt können den Herzfrequenzsensor dauerhaft schädigen und dessen Fähigkeit zum Melden genauer Daten einschränken.

Wenn beim Waschen des Herzfrequenzsensors zu viel Reinigungsmittel verwendet wird, kann das Gerät beschädigt werden.

- Der Herzfrequenzsensor ist nicht für die Waschmaschine oder den Trockner geeignet.
- Reinigen Sie den Herzfrequenzsensor nach jeder Verwendung.
- Waschen Sie den Herzfrequenz-Brustgurt je nach Modell und Art der Aktivität mit der Hand:
 - Waschen Sie das HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro oder HRM-Pro Plus Zubehör nach jeder siebten Verwendung bzw. nach einer Verwendung beim Schwimmbadschwimmen.
 - Waschen Sie das HRM-Swim Zubehör nach jeder siebten Verwendung.
- Waschen Sie den Herzfrequenz-Brustgurt mit der Hand. Verwenden Sie dabei warmes Wasser mit einer Temperatur von maximal 40 °C (104 °F) und eine sehr geringe Menge eines milden Reinigungsmittels, z. B. ein Spülmittel.
- Spülen Sie den Gurt nach der Handwäsche des Herzfrequenzsensors gründlich ab, um Reste des Reinigungsmittels zu entfernen, die Hautirritationen hervorrufen können.
- Hängen Sie den Herzfrequenzsensor zum Trocknen auf oder lassen Sie ihn liegend trocknen.

Anhang

Tipps für Aufbewahrung und Schutz

HINWEIS

Setzen Sie das Gerät möglichst nicht Sonnenschutzmitteln, Bleichmitteln, Insektenschutzmitteln und Chemikalien aus, die in bestimmten Deos, Duschgelen, Seifen und Erste-Hilfe-Salben enthalten sind. Insbesondere Propylenglykol, Dipropylenglycol und Ethylendiamintetraessigsäure (EDTA) können den Gurt beschädigen.

- Hängen Sie den Gurt zum Aufbewahren auf oder bewahren Sie ihn liegend auf.
- Knicken Sie den Gurt nicht und rollen Sie ihn auch nicht straff auf.
- Bewahren Sie den Herzfrequenz-Brustgurt nicht in direktem Sonnenlicht oder bei extremen Temperaturen auf.
- Entfernen Sie nach Möglichkeit das Modul des Herzfrequenz-Brustgurts, wenn es nicht verwendet wird, um die Lebensdauer zu verlängern.

Monitor de frecuencia cardiaca

Instrucciones para el cuidado

HRM-Dual

El HRM-Dual es como cualquier tejido deportivo de alta calidad. La correa se debe limpiar correctamente para que funcione durante duras sesiones de entrenamiento.



Cuidados del HRM-Dual

Antes de lavar la correa, debes desabrochar y quitar el módulo.

AVISO

La acumulación de sudor y sal en la correa puede dañar permanentemente el monitor de frecuencia cardiaca y reducir su capacidad para ofrecer datos precisos.

El uso de demasiado detergente al lavar el monitor de frecuencia cardiaca puede dañarlo.

- Enjuaga la correa después de cada uso.
- Lava la correa cada 7 usos.
- No metas la correa en la secadora.

Lavado a máquina

Antes de lavar la correa en la lavadora, debes quitar el módulo y abrochar el cierre.

- Lava la correa en la lavadora con una carga normal de ropa.
- Coloca la correa en una bolsa de lavado o en una bolsa de malla para evitar que se enrede.
- Utiliza poca cantidad de un detergente suave.

NOTA: no utilices detergentes que contengan productos químicos peligrosos, suavizante, lejía o materiales abrasivos.

- Programa la lavadora en un ciclo normal con agua caliente a una temperatura máxima de 40 °C (104 °F).
- Cuelga o coloca el monitor de frecuencia cardiaca en posición horizontal para secarlo.

Lavado a mano

AVISO

El uso de demasiado detergente al lavar el monitor de frecuencia cardiaca puede dañarlo.

- Lava a mano la correa con agua caliente a una temperatura máxima de 40 °C (104 °F).
- Utiliza poca cantidad de un detergente suave, como un líquido de lavavajillas.
- Cuelga o coloca el monitor de frecuencia cardiaca en posición horizontal para secarlo.

Monitores de frecuencia cardiaca con módulos no extraíbles

Un monitor de frecuencia cardiaca de Garmin con un módulo no extraíble es como cualquier tejido de fitness de alta calidad. La correa se debe limpiar correctamente para que funcione durante duras sesiones de entrenamiento. A diferencia de otros tipos de monitores de frecuencia cardiaca, no puedes retirar el módulo de la correa. Debes lavar a mano el módulo y la correa conjuntamente.



Cuidados de los monitores de frecuencia cardiaca con módulos no extraíbles

AVISO

La acumulación de sudor y sal en la correa puede dañar permanentemente el monitor de frecuencia cardiaca y reducir su capacidad para ofrecer datos precisos.

El uso de demasiado detergente al lavar el monitor de frecuencia cardiaca puede dañarlo.

- No pongas el monitor de frecuencia cardiaca en una lavadora o en una secadora.
- Enjuaga el monitor de frecuencia cardiaca después de cada uso.
- Lava a mano el monitor de frecuencia cardiaca según el modelo y tipo de actividad:
 - Lava el accesorio HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro o HRM-Pro Plus cada siete usos o tras una sesión de natación en piscina.
 - Lava el accesorio HRM-Swim cada siete usos.
- Lava a mano el monitor de frecuencia cardiaca con agua caliente a una temperatura máxima de 40 °C (104 °F) y poca cantidad de un detergente suave, como un líquido de lavavajillas.
- Aclara con cuidado la correa después de lavar a mano el monitor de frecuencia cardiaca para eliminar los residuos de detergente que pueden causar irritación cutánea.
- Cuelga o coloca el monitor de frecuencia cardiaca en posición horizontal para secarlo.

Apéndice

Sugerencias para el almacenamiento y la conservación

AVISO

Reduce al mínimo la exposición a la crema solar, la lejía, el repelente para mosquitos y las sustancias químicas presentes en ciertos desodorantes, geles corporales, jabones de manos y pomadas de primeros auxilios. En concreto, el propilenglicol, el dipropilenglicol y el ácido etilendiamino tetraacético (EDTA) pueden dañar la correa.

- Cuelga o coloca la correa de forma horizontal para guardarla.
- Evita doblar o enrollar muy fuerte la correa.
- No guardes el monitor de frecuencia cardiaca bajo la luz directa del sol ni a temperaturas extremas.
- Si es posible, quita el módulo del monitor de frecuencia cardiaca cuando no vayas a usarlo para prolongar su vida útil.

Instruções de manutenção

Sensor de ritmo cardíaco

HRM-Dual

O HRM-Dual é como qualquer tecido de fitness de alta qualidade. A correia tem de ser limpa corretamente para ter um bom desempenho em condições de treino difíceis.



Cuidados a ter com o HRM-Dual

Antes de lavar a correia, tem de desprender e retirar o módulo.

AVISO

A acumulação de transpiração e sal na correia pode danificar permanentemente o monitor de ritmo cardíaco e diminuir a sua capacidade de comunicar dados precisos.

A utilização de demasiado detergente durante a lavagem do monitor de ritmo cardíaco pode danificar o mesmo.

- Passe a correia por água após cada utilização.
- Lave sempre a correia a cada sete utilizações.
- Não coloque a correia na máquina de secar.

Lavagem à máquina

Antes de lavar a correia na máquina de lavar, desprenda o módulo e prenda o fecho.

- Lave a correia na máquina com uma carga normal de roupa suja.
- Coloque a correia num saco de lavagem ou num saco de rede para impedir a correia de se emaranhar.
- Utilize pequenas quantidades de detergente suave.

NOTA: não utilize detergentes com químicos agressivos, amaciador, lixívia ou materiais abrasivos.

- Utilize a máquina de lavar num ciclo normal com água morna a uma temperatura máxima de 40 °C (104 °F).
- Ao secar o monitor de ritmo cardíaco, pendure-o ou estenda-o na horizontal.

Lavagem à mão

AVISO

A utilização de demasiado detergente durante a lavagem do monitor de ritmo cardíaco pode danificar o mesmo.

- Lave a correia à mão com água morna a uma temperatura máxima de 40 °C (104 °F).
- Utilize uma pequena quantidade de detergente suave, como líquido lava-louça.
- Ao secar o monitor de ritmo cardíaco, pendure-o ou estenda-o na horizontal.

Monitores de ritmo cardíaco com módulos não amovíveis

Um monitor de ritmo cardíaco com um módulo não amovível da Garmin é semelhante a qualquer tecido de fitness premium. A correia tem de ser limpa corretamente para ter um bom desempenho em condições de treino difíceis. Ao contrário de outros estilos de monitores de ritmo cardíaco, não pode remover o módulo da correia. O módulo e a correia têm de ser lavados em conjunto.



Cuidados a ter com monitores de ritmo cardíaco com módulos não amovíveis

AVISO

A acumulação de transpiração e sal na correia pode danificar permanentemente o monitor de ritmo cardíaco e diminuir a sua capacidade de comunicar dados precisos.

A utilização de demasiado detergente durante a lavagem do monitor de ritmo cardíaco pode danificar o mesmo.

- Não coloque o monitor de ritmo cardíaco na máquina de lavar, nem na máquina de secar.
- Lave o monitor de ritmo cardíaco após cada utilização.
- Lave manualmente o monitor de ritmo cardíaco com base no modelo e tipo de atividade:
 - Lave o acessório HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro ou HRM-Pro Plus após sete utilizações ou uma utilização em piscina.
 - Lave o acessório HRM-Swim após sete utilizações.
- Lave o monitor de ritmo cardíaco à mão com água morna a uma temperatura máxima de 40 °C (104 °F) e uma pequena quantidade de detergente suave, como detergente da loiça.
- Enxague cuidadosamente a correia depois de lavar o monitor de ritmo cardíaco à mão para remover resíduos de detergente que podem causar irritação na pele.
- Ao secar o monitor de ritmo cardíaco, pendure-o ou estenda-o na horizontal.

Anexo

Dicas para Armazenamento e Proteção

AVISO

Minimize a exposição a protetores solares, lixívia, repelentes de mosquitos e produtos químicos encontrados em determinados desodorizantes, géis de banho, sabonetes para as mãos e pomadas de primeiros socorros. Em específico, o propilenoglicol, o dipropilenoglicol e o ácido etilenodiaminotetraacético (EDTA) podem danificar a correia.

- Ao guardar a correia, pendure-a ou estenda-a na horizontal.
- Evite dobrar ou enrolar a correia.
- Não guarde o monitor de ritmo cardíaco em locais expostos à luz solar direta ou a temperaturas extremas.
- Se possível, desprenda o módulo do monitor de ritmo cardíaco quando não estiver a ser utilizado para prolongar a sua vida útil.

Hartslagmeter

Instructies voor onderhoud

HRM-Dual

De HRM-Dual is als elk premium weefsel voor fitnessdoeleinden. De band moet op de juiste wijze schoongemaakt worden om goed te functioneren onder zware trainingsomstandigheden.



Onderhoud van de HRM-Dual

Voordat u de band gaat wassen, moet u de module loskoppelen en verwijderen.

LET OP

Als er veel zweet en zout op de band terecht komt kan de hartslagmeter permanent beschadigd raken. Dit kan ertoe leiden dat gegevens minder nauwkeurig worden gerapporteerd.

Door het gebruik van een te grote hoeveelheid reinigingsmiddel tijdens het reinigen van de hartslagmeter kan de hartslagmeter beschadigd raken.

- Spoel de band na elk gebruik schoon.
- Was de band na elke zeven keer gebruiken.
- Droog de band niet in een wasdroger.

Wassen in wasmachine

Voordat u de band in een wasmachine wast, moet u de module loskoppelen en de gesp sluiten.

- Was de band in de wasmachine met een normale lading wasgoed.
- Plaats de band in een waszak om te voorkomen dat de band in ander wasgoed verstrikt raakt.
- Gebruik een kleine hoeveelheid mild waspoeder.

OPMERKING: Gebruik geen wasmiddelen met bijtende chemische stoffen, wasverzachter, bleekmiddel of schurende materialen.

- Gebruik een normaal wasprogramma met warm water op een maximumtemperatuur van 40 °C (104 °F).
- Laat de hartslagmeter hangend of plat drogen.

Wassen met de hand

LET OP

Door het gebruik van een te grote hoeveelheid reinigingsmiddel tijdens het reinigen van de hartslagmeter kan de hartslagmeter beschadigd raken.

- Was de band met de hand. Gebruik hiervoor warm water met een maximumtemperatuur van 40 °C (104 °F).
- Gebruik een zeer kleine hoeveelheid zacht wasmiddel, bijvoorbeeld vaatwasmiddel.
- Laat de hartslagmeter hangend of plat drogen.

Hartslagmeters met niet-verwijderbare modules

Een Garmin hartslagmeter met een niet-verwijderbare module heeft dezelfde eigenschappen als de meeste premium weefsels voor fitnessdoeleinden. De band moet op de juiste wijze schoongemaakt worden om goed te functioneren onder zware trainingsomstandigheden. In tegenstelling tot sommige andere typen hartslagmeters, kunt u bij dit type de module niet van de band losmaken. U moet de module en de band samen met de hand wassen.



Hartslagmeters met niet-verwijderbare modules schoonmaken

LET OP

Als er veel zweet en zout op de band terecht komt kan de hartslagmeter permanent beschadigd raken. Dit kan ertoe leiden dat gegevens minder nauwkeurig worden gerapporteerd.

Door het gebruik van een te grote hoeveelheid reinigingsmiddel tijdens het reinigen van de hartslagmeter kan de hartslagmeter beschadigd raken.

- Stop de hartslagmeter niet in een wasmachine of droger.
- Spoel de hartslagmeter na elk gebruik af.
- Was de hartslagmeter met de hand op basis van het model en het type activiteit:
 - Was het HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro of HRM-Pro Plus accessoire na elke zeven keer gebruiken of na één keer zwemmen in het zwembad.
 - Was het HRM-Swim accessoire na elke zeven keer gebruiken.
- Was de hartslagmeter met de hand. Gebruik hiervoor warm water met een maximumtemperatuur van 40 °C (104 °F) en een zacht reinigingsmiddel in een kleine hoeveelheid, zoals afwasmiddel.
- Spoel de band grondig af nadat u de hartslagmeter met de hand hebt gereinigd om resten van reinigingsmiddelen te verwijderen die huidirritatie kunnen veroorzaken.
- Laat de hartslagmeter hangend of plat drogen.

Appendix

Tips voor bewaren en bescherming

LET OP

Zorg voor minimale blootstelling aan zonnebrandcrème, bleekmiddel, muggenwerend middel en chemicaliën die worden aangetroffen in bepaalde typen deodorant, douchproducten, handzeep en zalf. Met name propyleenglycol, dipropyleenglycol en ethyleendiaminetetra-azijnzuur (EDTA) kunnen de band beschadigen.

- Hang de band op of leg deze plat neer bij het bewaren.
- Vouw de band niet op en rol deze niet strak op.
- Bewaar de hartslagmeter niet in direct zonlicht of bij extreme temperaturen.
- Koppel indien mogelijk de module van uw hartslagmeter los wanneer deze niet wordt gebruikt om de levensduur ervan te verlengen.

Pulsmåler

Vedligeholdelsesinstruktioner

HRM-Dual

HRM-Dual er som ethvert andet førsteklasses fitnessmateriale. Remmen skal rengøres grundigt for at fungere optimalt under barske træningsforhold.



Pleje af HRM-Dual

Før du kan rengøre remmen, skal du fjerne modulet.

BEMÆRK

Ophobning af sved og salt på remmen kan beskadige pulsmåleren permanent og reducere dens evne til at rapportere nøjagtige data.

Hvis du bruger for meget rengøringsmiddel, når du vasker pulsmåleren, kan det beskadige pulsmåleren.

- Skyl remmen, hver gang den er blevet brugt.
- Vask remmen, hver gang den er blevet brugt syv gange.
- Kom ikke remmen i tørretumbleren.

Maskinvask

Før du vasker remmen i en vaskemaskine, skal du tage modulet af og spænde låsen.

- Vask remmen i en normalt fyldt vaskemaskine.
- Læg remmen i en vaskepose eller et vasketøjnet for at undgå, at remmen bliver sammenfiltret.
- Brug kun en lille mængde mildt vaskemiddel.

BEMÆRK: Brug ikke vaskemiddel, der indeholder skrappe kemikalier, skyllemiddel, blegemiddel eller slibemidler.

- Lad vaskemaskinen køre i normal cyklus med varmt vand ved en maks. temperatur på 40° C (104° F).
- Når pulsmåleren skal tørres, skal den hænges op eller lægges fladt.

Håndvask

BEMÆRK

Hvis du bruger for meget rengøringsmiddel, når du vasker pulsmåleren, kan det beskadige pulsmåleren.

- Håndvask remmen med varmt vand ved en maksimal temperatur på 40° C (104° F).
- Brug en meget lille mængde mildt vaskemiddel som f.eks. opvaskemiddel.
- Når pulsmåleren skal tørres, skal den hænges op eller lægges fladt.

Pulssensorer med moduler, der ikke kan afmonteres

En Garmin pulssensor med moduler, der ikke kan afmonteres, behandles som ethvert førsteklasses træningsmateriale. Remmen skal rengøres grundigt for at fungere optimalt under barske træningsforhold. Til forskel fra andre typer pulssensor kan du ikke fjerne modulet fra remmen. Du skal håndvaske modulet og remmen sammen.



Vedligeholdelse af pulssensorer med moduler, der ikke kan afmonteres

BEMÆRK

Ophobning af sved og salt på remmen kan beskadige pulsmåleren permanent og reducere dens evne til at rapportere nøjagtige data.

Hvis du bruger for meget rengøringsmiddel, når du vasker pulsmåleren, kan det beskadige pulsmåleren.

- Kom ikke pulssensoren i vaskemaskinen eller tørretumbleren.
- Skyl pulssensoren efter hver anvendelse.
- Håndvask pulssensoren på følgende måde afhængig af aktivitetstype:
 - Vask HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro eller HRM-Pro Plus tilbehøret efter hver 7. brug eller efter en enkelt tur i en pool.
 - Vask HRM-Swim tilbehøret, hver gang det er blevet brugt syv gange.
- Håndvask pulsmåleren med varmt vand ved en temperatur på maks. 40 °C (104 °F) og en lille smule mildt rengøringsmiddel, f.eks. opvaskemiddel.
- Skyl remmen grundigt efter håndvask af pulsmåleren for at fjerne rester af rengøringsmiddel, der kan forårsage hudirritation.
- Når pulsmåleren skal tørres, skal den hænges op eller lægges fladt.

Appendiks

Tip til opbevaring og beskyttelse

BEMÆRK

Minimer eksponering for solcreme, blegemiddel, myggespray og kemikalier, der findes i visse deodoranter, body wash-produkter, håndsæber og førstehjælpssalver. Specielt kan propylenglykol, dipropylenglykol og ethyldiamintetraeddikesyre (EDTA) beskadige remmen.

- Opbevar remmen ved at hænge den op eller lægge den fladt.
- Undgå at bøje remmen eller rulle den stramt sammen.
- Pulsmåleren må ikke opbevares i direkte sollys eller ved ekstreme temperaturer.
- Hvis det er muligt, skal du tage pulsmåleren af, når den ikke er i brug, for at forlænge dens levetid.

Sykevyön huolto-ohjeet

HRM-Dual

HRM-Dual on kuin mikä tahansa ensiluokkainen kuntoilukangas. Hihna on puhdistettava kunnolla, jotta mittari toimii ankarimmissakin harjoitusolosuhteissa.



HRM-Dual: huoltaminen

Irrota moduuli ennen hihnan pesua.

HUOMAUTUS

Hihnaan kertynyt hiki ja suola voivat vaurioittaa sykevyötä pysyvästi ja heikentää sen kykyä ilmoittaa tiedot tarkasti.

Liian suuri pesuaineen määrä voi vahingoittaa sykevyötä.

- Huuhtelee hihna aina käytön jälkeen.
- Pese hihna seitsemän käyttökerran välein.
- Älä laita hihnaa kuivausrumpuun.

Konepesu

Irrota moduuli ja kiinnitä solki ennen hihnan pesemistä pesukoneessa.

- Pese hihna pesukoneessa normaalin pyykkimäärän seassa.
- Aseta hihna pesupussiin tai verkkopussiin, ettei hihna mene sotkuun.
- Käytä pieni määrä mietoa pesuainetta.

HUOMAUTUS: älä käytä pesuaineita, jotka sisältävät vahvoja kemikaaleja, huuhteluainetta, valkaisuainetta tai hankaavia aineita.

- Käytä pesukoneen normaalia, enintään 40°C (104°F) asteen ohjelmaa.
- Kun kuivaat sykevyötä, ripusta se roikkumaan tai aseta se tasaiselle pinnalle.

Käsinpesu

HUOMAUTUS

Liian suuri pesuaineen määrä voi vahingoittaa sykevyötä.

- Pese sykevyö käsin lämpimässä vedessä, jonka enimmäislämpötila on 40°C (104°F).
- Käytä pieni määrä mietoa pesuainetta, kuten astianpesunestettä.
- Kun kuivaat sykevyötä, ripusta se roikkumaan tai aseta se tasaiselle pinnalle.

Sykemittarit, joiden moduulia ei voi irrottaa

Garmin sykemittari, jonka moduulia ei voi irrottaa, on kuin mikä tahansa ensiluokkainen kuntoilukangas. Hihna on puhdistettava kunnolla, jotta mittari toimii ankarimmissakin harjoitusolosuhteissa. Joistakin muuntyyillisistä sykemittareista poiketen moduulia ei voi irrottaa hihnasta. Moduuli ja hihna on pestävä yhdessä käsin.



Huolto: sykemittarit, joiden moduulia ei voi irrottaa

HUOMAUTUS

Hihnaan kertynyt hiki ja suola voivat vaurioittaa sykevyötä pysyvästi ja heikentää sen kykyä ilmoittaa tiedot tarkasti.

Liian suuri pesuaineen määrä voi vahingoittaa sykevyötä.

- Älä käsittele sykevyötä pesukoneessa tai kuivaajassa.
- Huuhtelee sykevyö aina käytön jälkeen.
- Pese sykemittari käsin mallin ja suoritustyyppin mukaan:
 - Pese HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro tai HRM-Pro Plus lisävaruste seitsemän käyttökerran välein tai joka allasuintikerran jälkeen.
 - Pese HRM-Swim lisävaruste seitsemän käyttökerran välein.
- Pese sykevyö käsin lämpimällä vedellä, jonka lämpötila on enintään 40 °C (104 °F), ja pienellä määrällä mietoa pesuainetta, kuten astianpesunestettä.
- Huuhtelee hihna sykevyön käsinpesun jälkeen, jotta siihen ei jää pesuaineen jäämiä, jotka voivat ärsyttää ihoa.
- Kun kuivaat sykevyötä, ripusta se roikkumaan tai aseta se tasaiselle pinnalle.

Liite

Vihjeitä säilyttämiseen ja kunnossapitoon

HUOMAUTUS

Älä altista laitetta aurinkovoiteelle, valkaisuaineille, hyönteismyrkylle tai joissakin deodoranteissa, suihkugeeleissä, käsisäippuoissa ja ensiapuvoiteissa oleville kemikaaleille. Erityisesti propyleeniglykoli, dipropyleeniglykoli ja EDTA eli etyleenidiamiinitetraetikkahappo voivat vahingoittaa hihnaa.

- Säilytä hihnaa ripustamalla se roikkumaan tai asettamalla se tasaiselle pinnalle.
- Älä taivuta tai kierrä hihnaa tiukasti.
- Älä säilytä sykevyötä suorassa auringonvalossa tai äärimmäisissä lämpötiloissa.
- Jos mahdollista, voit pidentää sykevyön käyttöikää irrottamalla moduulin, kun et käytä sitä.

Instruksjoner for vedlikehold av pulsmåler

HRM-Dual

HRM-Dual er som alle andre førsteklasses treningsstoff. Stroppen må rengjøres på riktig måte for å kunne fungere skikkelig under tøffe treningsforhold.



Vedlikeholde HRM-Dual

Før du kan rengjøre stroppen, må du ta av modulen.

LES DETTE

Oppsamling av svette og salt på stroppen kan skade pulsmåleren permanent og redusere dens evne til å rapportere nøyaktige data.

Hvis du bruker for mye vaskemiddel når du vasker pulsmåleren, kan det skade den.

- Skyll stroppen etter hver bruk.
- Vask stroppen etter hver syvende bruk.
- Ikke kjør stroppen i tørketrommel.

Maskinvask

Før du vasker stroppen i en vaskemaskin, må du løsne modulen og feste låsen.

- Vask stroppen i vaskemaskinen sammen med en vanlig klesvask.
- Legg stroppen i en vaskepose eller nettingpose for ømfintlig tøy slik at den ikke floker seg eller vikler seg inn i annet tøy.
- Bruk en liten mengde mildt vaskemiddel.
MERK: Ikke bruk vaskemidler som inneholder sterke kjemikalier, tøymykner, blekemiddel eller slipende materialer.
- Kjør vaskemaskinen på normal syklus med varmt vann ved en maksimal temperatur på 40 °C (104 °F).
- Heng opp pulsmåleren eller legg den flatt når du skal tørke den.

Håndvask

LES DETTE

Hvis du bruker for mye vaskemiddel når du vasker pulsmåleren, kan det skade den.

- Håndvask stroppen med varmt vann ved en maksimal temperatur på 40 °C (104 °F).
- Bruk en liten mengde mildt vaskemiddel, for eksempel oppvaskmiddel.
- Heng opp pulsmåleren eller legg den flatt når du skal tørke den.

Pulsmålere med moduler som ikke kan tas av

En Garmin pulsmåler med modul som ikke kan tas av er som alt annet kvalitetstreningstøy. Stroppen må rengjøres på riktig måte for å kunne fungere skikkelig under tøffe treningsforhold. Til forskjell fra andre typer pulsmålere kan du ikke ta modulen av stroppen. Du må vaske modulen og stroppen sammen for hånd.



Vedlikehold av pulsmålere med moduler som ikke kan tas av

LES DETTE

Oppsamling av svette og salt på stroppen kan skade pulsmåleren permanent og redusere dens evne til å rapportere nøyaktige data.

Hvis du bruker for mye vaskemiddel når du vasker pulsmåleren, kan det skade den.

- Ikke legg pulsmåleren i en vaskemaskin eller en tørketrommel.
- Skyll pulsmåleren etter hver bruk.
- Vask pulsmåleren for hånd basert på modellen og aktivitetstypen:
 - Vask HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro eller HRM-Pro Plus-tilbehøret etter syv gangers bruk eller én svømmeøkt i basseng.
 - Vask HRM-Swim tilbehøret etter syv gangers bruk.
- Vask pulsmåleren for hånd med varmt vann med en maksimal temperatur på 40°C (104°F). Bruk en liten mengde mildt vaskemiddel, for eksempel oppvaskmiddel.
- Skyll stroppen grundig etter håndvask av pulsmåleren for å fjerne rester av vaskemiddel som kan forårsake hudirritasjon.
- Heng opp pulsmåleren eller legg den flatt når du skal tørke den.

Tillegg

Tips for oppbevaring og beskyttelse

LES DETTE

Minimer eksponering for solkrem, blekemiddel, myggmiddel og kjemikalier som finnes i visse deodoranter, kroppssåper, håndsåper og førstehjelpssalver. Spesielt kan propylenglykol, dipropylenglykol og etyldiamintetraeddiksyre (EDTA) skade stroppen.

- Når du ikke bruker stroppen, skal den henges opp eller legges flatt.
- Ikke brett eller rull stroppen hardt sammen.
- Ikke oppbevar pulsmåleren i direkte sollys eller i ekstreme temperaturer.
- Hvis det er mulig, løsner du modulen til pulsmåleren når den ikke er i bruk for å forlenge levetiden.

Instruktioner om skötsel av pulsmätare

HRM-Dual

HRM-Dual liknar andra träningstyger av premiumkvalitet. Remmen måste rengöras ordentligt för att den ska fungera under tuffa förhållanden.



Ta hand om HRM-Dual

Innan du kan tvätta remmen måste du lossa och ta bort modulen.

OBS!

En ansamling av svett och salt på remmen kan permanent skada pulsmätaren och minska dess förmåga att rapportera korrekta data.

Om du använder för mycket rengöringsmedel när du rengör pulsmätaren kan det skada pulsmätaren.

- Skölj remmen efter varje användning.
- Tvätta remmen efter var sjunde användning.
- Torka inte remmen i torktumlare.

Maskintvätt

Innan du tvättar remmen i en tvättmaskin måste du ta bort modulen och fästa spännet.

- Tvätta remmen i tvättmaskinen tillsammans med vanlig tvätt.
- Lägg remmen i en tvättpåse så att remmen inte blir tilltrasslad.
- Använd en liten mängd mild tvättmedel.
Obs! Använd inte tvättmedel som innehåller starka kemikalier, sköljmedel, blekmedel eller slipmedel.
- Kör tvättmaskinen på normalt program med varmt vatten som är max 40 °C (104 °F) varmt.
- Pulsmätaren ska hängas upp eller läggas plant när den ska torka.

Handtvätt

OBS!

Om du använder för mycket rengöringsmedel när du rengör pulsmätaren kan det skada pulsmätaren.

- Tvätta remmen för hand med varmt vatten som är max 40 °C (104 °F) varmt.
- Använd en liten mängd mild tvättmedel, som flytande diskmedel.
- Pulsmätaren ska hängas upp eller läggas plant när den ska torka.

Pulsmätare med modul som inte är borttagbar

En Garmin pulsmätare som har en modul som inte är borttagbar ska behandlas som vilket annat träningsmaterial som helst. Remmen måste rengöras ordentligt för att den ska fungera under tuffa förhållanden. Till skillnad från vissa andra typer av pulsmätare kan du inte ta bort modulen från remmen. Du måste handtvätta modulen och remmen.



Skötsel av pulsmätare med modul som inte är borttagbar

OBS!

En ansamling av svett och salt på remmen kan permanent skada pulsmätaren och minska dess förmåga att rapportera korrekta data.

Om du använder för mycket rengöringsmedel när du rengör pulsmätaren kan det skada pulsmätaren.

- Tvätta inte pulsmätaren i tvättmaskin och lägg den inte i torktumblaren.
- Skölj av pulsmätaren efter varje användning.
- Handtvätta pulsmätaren på olika sätt beroende på modell och typ av aktivitet:
 - Tvätta HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro eller HRM-Pro Plus tillbehöret efter var sjunde användning och efter varje simtur i bassäng.
 - Tvätta HRM-Swim tillbehöret efter var sjunde användning.
- Tvätta pulsmätaren för hand och använd vatten som är max 40 °C (104 °F) varmt och en liten mängd mildt rengöringsmedel, till exempel diskmedel.
- Skölj remmen noggrant efter att du handtvättat pulsmätaren för att ta bort rester av rengöringsmedel som kan orsaka hudirritation.
- Pulsmätaren ska hängas upp eller läggas plant när den ska torka.

Bilagor

Tips för förvaring och skydd

OBS!

Minimera exponering för solskyddsmedel, blekmedel, myggmedel och kemikalier som finns i vissa deodoranter, tvålar, handtvålar och första hjälpen-salvor. Särskilt propylenglykol, dipropylenglykol och etylendiamintetraättiksyra (EDTA) kan skada bandet.

- När du förvarar remmen ska du hänga upp den eller lägga den plant.
- Undvik att böja eller rulla ihop remmen.
- Förvara inte pulsmätaren i direkt solljus eller i extrema temperaturer.
- Om det går ska du ta bort pulsmätarens modul när den inte används för att förlänga dess livslängd.

Czujnik tętna

Instrukcje dotyczące konserwacji

HRM-Dual

HRM-Dual jest jak każdy inny materiał sportowy wysokiej klasy. Pasek należy czyścić w odpowiedni sposób, aby mógł spełniać swoje zadanie w trudnych warunkach.



Dbanie o HRM-Dual

Przed umyciem paska należy zdjąć z niego moduł czujnika.

NOTYFIKACJA

Pot i sól nagromadzone na pasku mogą trwale uszkodzić czujnik tętna i zmniejszyć jego możliwość raportowania dokładnych danych.

Używanie zbyt dużej ilości środka czyszczącego podczas czyszczenia czujnika tętna może go uszkodzić.

- Opłucz pasek po każdym użyciu.
- Myj pasek co siedem użycy.
- Nie susz paska w suszarce.

Pranie w pralce

Przed myciem paska w pralce należy odpiąć moduł i zamocować zapięcie.

- Wypierz pasek w pralce razem z innymi rzeczami do prania.
- Umieść pasek w woreczku lub siatce do prania, aby zabezpieczyć go przed splątaniem.
- Użyj małej ilości delikatnego detergentu.

UWAGA: Nie używaj detergentów, które zawierają środki o silnym działaniu, płynu do zmiękczenia tkanin, wybielacza ani środków czyszczących o działaniu ścierającym.

- Uruchom pralkę w normalnym cyklu, z ciepłą wodą o maksymalnej temperaturze 40°C (104°F).
- Podczas suszenia czujnik powinien wisieć lub leżeć na płasko.

Pranie ręczne

NOTYFIKACJA

Używanie zbyt dużej ilości środka czyszczącego podczas czyszczenia czujnika tętna może go uszkodzić.

- Przemyj pasek ciepłą wodą o maksymalnej temperaturze 40°C (104°F).
- Użyj małej ilości delikatnego detergentu, np. płynu do mycia naczyń.
- Podczas suszenia czujnik powinien wisieć lub leżeć na płasko.

Czujniki tętna z modułami, których nie można odłączyć

Garmin Wysokiej jakości czujnik tętna z modułem, którego nie można odłączać, jest wykonany z wysokiej jakości miękkiego materiału wykorzystywanego do tworzenia elementów stroju fitness. Pasek należy czyścić w odpowiedni sposób, aby mógł spełniać swoje zadanie w trudnych warunkach. W przeciwieństwie do niektórych innych typów czujników tętna nie ma możliwości wyjęcia modułu z paska. Moduł wraz z paskiem należy myć ręcznie.



Dbanie o czujniki tętna z modułami, których nie można odłączyć

NOTYFIKACJA

Pot i sól nagromadzone na pasku mogą trwale uszkodzić czujnik tętna i zmniejszyć jego możliwość raportowania dokładnych danych.

Używanie zbyt dużej ilości środka czyszczącego podczas czyszczenia czujnika tętna może go uszkodzić.

- Nie pierz czujnika w pralce ani nie susz w suszarce.
- Po każdym użyciu opłucz czujnik tętna.
- Umyj czujnik tętna odpowiednio do modelu i sposobu aktywności:
 - Umyj HRM-Tri, HRM-Run, HRM-Pro lub akcesorium HRM-Pro Plus po siedmiu użyciach lub po jednym pływaniu w basenie.
 - Umyj akcesorium HRM-Swim po siedmiu użyciach.
- Umyj czujnik tętna w ciepłej wodzie o maksymalnej temperaturze 40°C (104°F) z dodatkiem niewielkiej ilości łagodnego detergentu, np. płynu do mycia naczyń.
- Dokładnie opłucz pasek po umyciu czujnika tętna, aby usunąć pozostałości środka czyszczącego, które mogą powodować podrażnienie skóry.
- Podczas suszenia czujnik powinien wisieć lub leżeć na płasko.

Załącznik

Wskazówki dotyczące przechowywania i ochrony

NOTYFIKACJA

Zminimalizuj kontakt urządzenia z kremami z filtrem, wybielaczami, preparatami na komary i środkami chemicznymi występującymi w niektórych dezodorantach, płynach do mycia ciała, mydłach do rąk i maściach pierwszej pomocy. W szczególności glikol propylenowy, glikol dipropylenowy i kwas etylenodwuaminoczworoocowy (EDTA) mogą uszkodzić pasek.

- Podczas przechowywania pasek powinien wisieć lub leżeć na płasko.
- Należy unikać zginania i ciasnego zwijania paska.
- Nie przechowuj czujnika tętna w miejscach nasłonecznionych lub w skrajnych temperaturach.
- Jeśli jest to możliwe, odepnij moduł czujnika tętna, gdy nie jest używany, aby przedłużyć jego żywotność.

