

## КИСТЕВОЙ ЭСПАНДЕР СО СЧЕТЧИКОМ ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ

Прочтите данную инструкцию перед использованием.  
Сохраните инструкцию для дальнейших обращений.

### Основные особенности

1. Двойной ряд значений на LCD-дисплее и управление одной кнопкой делают использование эспандера очень простым.
2. На дисплее отображаются точные данные количества сжатий, расхода калорий и времени тренировки.
3. В памяти сохраняются данные за неделю или месяц тренировок, что позволяет управлять результатами и быстрее достигнуть поставленных целей.
4. “Спящий” режим позволяет экономить заряд батареи.
5. Функция сброса результата позволяет обнулить значения нажатием одной кнопки.
6. Регулируемый угол между ручками позволяет адаптировать эспандер для разных по размеру ладоней.

### ИСПОЛЬЗОВАНИЕ

1. Разминайте запястье и пальцы в течение 3 минут перед тренировкой.
2. При первом сжатии или при нажатии кнопки на дисплее появится надпись GRIP ME (СЖАТЬ). Надпись исчезнет через 5 секунд после завершения тренировки.
3. Если не использовать эспандер в течение 30 минут, то он перейдет в “спящий” режим. Данные сохранятся в памяти.
4. При нажатии на кнопку во время тренировки на дисплее отобразится значение расхода калорий. Интенсивность расхода калорий примерно такая же как при медленной езде на велосипеде.

5. При повторном нажатии на дисплее появится значение общего количества сжатий. При третьем нажатии - значение времени тренировки.
6. Надпись GRIP исчезнет через 5 секунд после завершения тренировки. Появится надпись REST (ОТДЫХ). Если не использовать эспандер в течение 30 минут, то он перейдет в “спящий” режим. Значения этой тренировки обнулятся, но данные сохранятся в памяти.
7. Вы можете просмотреть данные за неделю или за месяц и сбросить данные удержанием кнопки в течение 3 секунд. Примечание: сброс значений из памяти сбросит и текущие значения за последнюю тренировку.
8. Для замены батарейки см. рис. 1-3.
9. Для регулировки угла между ручками см. рис. 4.



Рис. 1

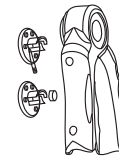


Рис. 2



Рис. 3



Рис. 4

### СПЕЦИФИКАЦИИ

Диапазон значений счетчика: 0 - 9999  
Диапазон значений расхода калорий: 0-310  
Диапазон значений времени: 0 - 99 ч : 59 м  
Нагрузка: нерегулируемая, 15 - 25 кг  
Тип батареек: AG13 (LR44, G13) x 1 шт.