

HEART RATE MONITOR



SIGMA[®]
GERMANY

Art.Nr. 2612805



DE

EN

FR

IT

ES

NL

iD.GO

**BEDIENUNGSANLEITUNG/
INSTRUCTION MANUAL**

Inhalt

1 Kennenlernen

1.1	Vorwort und Verpackungsinhalt	3
1.2	Übersicht der Uhr, Symbole und Displayaufbau	4
1.3	Einstellen der Uhrzeit	5

2 Trainieren

2.1	Anlegen des Brustgurtes	6
2.2	Anzeige der Herzfrequenz	8
2.3	Trainingszeit (starten, stoppen, zurücksetzen)	8
2.4	Beenden des Trainings	10

3 Informieren

3.1	Wichtige Hinweise	11
3.2	Häufig gestellte Fragen und Service	12
3.3	Gewährleistung	14

1.1 Vorwort und Verpackungsinhalt

Vielen Dank, dass Sie sich für eine Sportuhr aus dem Hause SIGMA SPORT® entschieden haben.

Die neue iD.GO wird Ihnen jahrelang ein treuer Begleiter beim Sport und in der Freizeit sein. Die iD.GO ist ein technisch anspruchsvolles Messinstrument. Um die vielfältigen Funktionen Ihrer neuen Sportuhr kennen zu lernen und anwenden zu können, lesen Sie diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch.

SIGMA SPORT® wünscht Ihnen viel Spaß bei der Benutzung Ihrer iD.GO.



Sportuhr iD.GO

→ EKG-genau



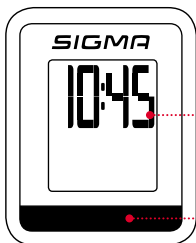
Elastischer Gurt



Pulsabnehmer mit Sender

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

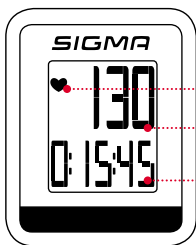
1.2 Übersicht der Uhr, Symbole und Displayaufbau



Ruhemodus

Uhrzeit

Funktionstaste

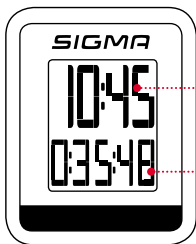


Trainingsmodus mit Herzfrequenz

Symbol für empfangene Herzfrequenz

Aktuelle Herzfrequenz

Stoppuhr (Trainingszeit)



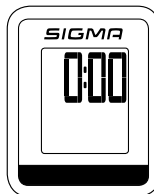
Trainingsmodus ohne Herzfrequenz

Uhrzeit

Stoppuhr

Letzte Trainingszeit

1.3 Einstellen der Uhrzeit



Die iD.GO befindet sich im Ruhezustand.
(Im Display wird nur die Uhrzeit angezeigt)

Hinweis:

Einstellungen zügig vornehmen!
Die iD.GO wechselt automatisch zum jeweils nächsten einzustellenden Punkt.

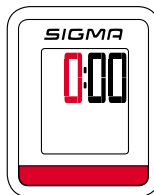


Funktionstaste gedrückt halten, bis „hold“ und dann das blinkende Uhrzeit-Format (24 Stunden oder 12 Stunden Anzeige) erscheinen.



Mit der Funktionstaste zwischen 24 und 12 Stunden Format wählen.

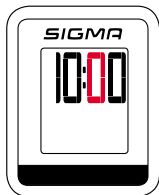
Warten - Display wechselt zur nächsten Einstellung.



Aktuelle Uhrzeit in Stunden durch wiederholtes Drücken der Funktionstaste einstellen.

Warten - Display wechselt zur nächsten Einstellung.

1.3 Einstellen der Uhrzeit



Erste Ziffer der Minuteneinstellung durch wiederholtes Drücken der Funktionstaste einstellen.

Warten – Display wechselt zur nächsten Einstellung.



Zweite Ziffer der Minuteneinstellung durch wiederholtes Drücken der Funktionstaste einstellen.

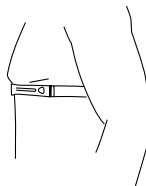
Warten - die Uhrzeit für die iD.GO ist eingestellt.

2.1 Anlegen des Brustgurtes



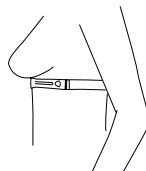
Über den Feststellmechanismus kann die Länge des Gurtes individuell angepasst werden.

Achten Sie darauf, die Gurtlänge so einzustellen, dass der Gurt gut, aber nicht zu fest anliegt.



Den Sender bei Herren unterhalb des Brustmuskelaansatzes platzieren.

Das SIGMA-Logo muss lesbar nach vorne zeigen.

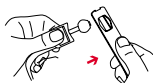


Den Sender bei Damen unterhalb des Brustansatzes platzieren.

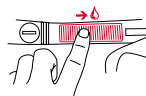
Das SIGMA-Logo muss lesbar nach vorne zeigen.

2 Trainieren

2.1 Anlegen des Brustgurtes

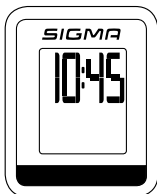


Verbinden Sie den Sender mit dem elastischen Gurt.

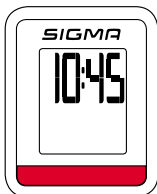


Den Gurt frontseitig leicht von der Haut abheben. Gerippte Zonen (Elektroden) auf der Rückseite des Senders mit Speichel oder mit Wasser befeuchten.

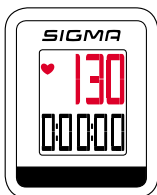
2.2 Anzeige der Herzfrequenz



Die iD.GO befindet sich im Ruhezustand. Der Brustgurt ist angelegt.

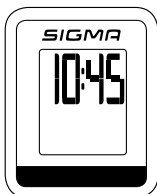


Funktionstaste kurz drücken, um den Trainingsmodus zu aktivieren.



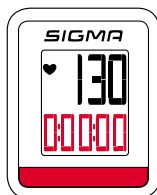
Im Display erscheint die aktuelle Herzfrequenz.

2.3 Trainingszeit (starten, stoppen, zurücksetzen)

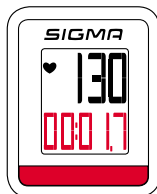


Die iD.GO befindet sich im Ruhezustand. Der Brustgurt ist angelegt.

2.3 Trainingszeit (starten, stoppen, zurücksetzen)



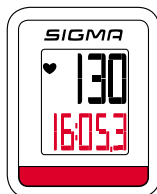
Funktionstaste kurz drücken, um die iD.GO zu aktivieren.



Bei Trainingsbeginn: Starten der Stoppuhr durch kurzes Drücken der Funktionstaste.

Stoppuhr beginnt zu laufen.

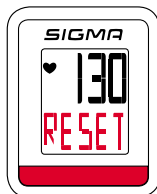
Die Stoppuhr misst bis zu einer Zeit von einer Stunde, zehntel Sekunden genau. Wird länger als eine Stunde trainiert, erscheint die Trainingszeit im Format h:mm:ss.



Bei Trainingsende: Stoppen der Stoppuhr durch kurzes Drücken der Funktionstaste.

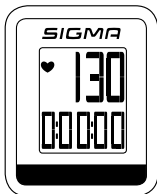
Stoppuhr bleibt stehen.

Durch nochmaliges Drücken der Funktionstaste startet die Stoppuhr erneut.



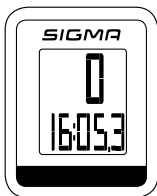
Zurücksetzen der Stoppuhr auf Null, durch langes Drücken der Funktionstaste, bis "hold", "RESET" und dann 0:00:00 im Display erscheinen.

2.3 Trainingszeit (starten, stoppen, zurücksetzen)

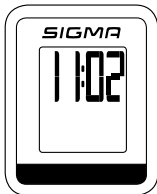


Die Stoppuhr ist auf Null zurückgesetzt.

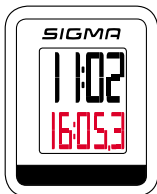
2.4 Beenden des Trainings



Brustgurt ablegen, Stoppuhr stoppen.
Nur so kehrt die iD.GO automatisch nach kurzer Zeit in den Ruhezustand zurück.



Die iD.GO befindet sich im Ruhezustand.



Durch kurzes Drücken der Funktionstaste kann die letzte Trainingszeit abgerufen werden.

Löschen der letzten Trainingszeit (siehe 2.3).

3 Informieren

3.1 Wichtige Hinweise

Falls keine Herzfrequenzanzeige auf dem Display zu lesen ist, kann das folgende Gründe haben:

- Der Gurt mit dem Pulsabnehmer wurde nicht korrekt angelegt.
- Die Sensoren (Elektroden) des Pulsabnehmers sind verschmutzt oder nicht feucht.
- Es liegen Störeinflüsse durch elektrische Störquellen vor (Hochspannungsleitungen, Bahnlinien, etc).
- Die Senderbatterie (CR 2032) ist leer (Art.-Nr. 00342).

Bitte konsultieren Sie vor Beginn des Trainings Ihren Arzt – insbesondere, wenn bei Ihnen kardiovaskuläre Grunderkrankungen vorliegen.

3.2 Häufig gestellte Fragen und Service

Was passiert, wenn ich während des Trainings den Brustgurt ablege?

Die Uhr erhält kein Herzfrequenzsignal mehr, in der oberen Zeile erscheint „0“ - nach kurzer Zeit wird die „0“ durch die aktuelle Uhrzeit ersetzt. Falls wieder ein Herzfrequenzsignal empfangen wird, erscheint es automatisch auf dem Display.

Schalten sich SIGMA Sportuhren komplett ab?

Nein. Im Ruhezustand wird nur die Uhrzeit angezeigt, so dass Sie die Sportuhr auch als normale Armbanduhr verwenden können. In diesem Zustand verbraucht die iD.GO nur sehr wenig Strom.

Kann ich den Brustgurt auf einem Laufband verwenden?

Ja – die Signale können von fast allen entsprechenden Cardiogeräten empfangen und angezeigt werden.

Sind SIGMA Sportuhren wasserdicht und können zum Schwimmen verwendet werden?

Ja - die iD.GO ist bis 3 ATM wasserdicht (entspricht einem Prüfdruck von 3 bar). Die iD.GO ist zum Schwimmen geeignet.

Bitte beachten: die Tasten unter Wasser nicht betätigen, da sonst Wasser in das Gehäuse eindringen kann. Der Gebrauch im Meerwasser sollte vermieden werden, da Funktionsstörungen auftreten können.

Was ist der Grund, wenn die Anzeige im Display träge reagiert oder eine Schwarzfärbung zeigt?

Es könnte sein, dass die Betriebstemperatur über- oder unterschritten wurde. Ausgelegt ist Ihre Sportuhr auf eine Temperatur von 1°C bis 55°C.

Was ist bei einer schwachen Displayanzeige zu tun?

Eine schwache Displayanzeige kann die Folge einer zu schwachen Batterie sein. Sie sollte so schnell wie möglich ausgewechselt werden – Batterietyp CR 2032 (Art.-Nr. 00342).

3.2 Häufig gestellte Fragen und Service

Batteriewechsel

In Sportuhr und Brustgurt wird die Batterie CR 2032 (Art.-Nr. 00342) verwendet.

Die SIGMA Sportuhr ist ein hochtechnisches Messinstrument. Um die Funktion und Wasserdichtigkeit zu gewährleisten, sollte der Batteriewechsel vom autorisierten Fachhändler durchgeführt werden. Durch unsachgemäßen Batteriewechsel kann die Sportuhr beschädigt werden; dadurch erlischt der Anspruch auf Gewährleistung.

Die Uhrzeit muss nach einem Batteriewechsel erneut eingestellt werden.

3.3 Gewährleistung

Die Garantie für Produkte von SIGMA SPORT gilt 24 Monate ab Rechnungsdatum und bezieht sich auf mechanische oder technische Probleme (Displaydefekte, Datentransferprobleme, Halterung, optische Mängel). Die Garantie ist nur dann umfänglich gültig, wenn die SIGMA SPORT Produkte auch nur mit den von SIGMA SPORT mitgelieferten, bzw. empfohlenen Zubehörkomponenten, verwendet werden.

Die Garantie bezieht sich aber nicht auf Batterien, Akkus und Verschleißteile (Armbänder, Gummis, Brustgurte etc.) sowie mutwillige Beschädigung und Defekte verursacht durch falsche Anwendung.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt-/Weinstraße

Service-Tel. +49 (0) 6321/9120-118
E-Mail: service@sigmasport.com

3.3 Gewährleistung

Batterien dürfen nicht im Hausmüll entsorgt werden (Batteriegesetz – BattG)!
Bitte geben Sie die Batterien an einer benannten Übergabestelle zur Entsorgung ab.



LI=Lithium

Sie finden die Konformitäts-Erklärung unter folgendem Link:
ce.sigmasport.com/idgo

1 Your new iD.GO

1.1 Introduction and packaging contents 17

1.2 Overview: Watch, symbols and display layout 18

1.3 Setting the time 19

2 Training

2.1 Attaching the chest belt 20

2.2 Displaying the heart rate frequency 22

2.3 Training time (start, stop, reset) 22

2.4 Ending the training 24

3 Information

3.1 Important information 25

3.2 Frequently asked questions and service 26

3.3 Warranty 28

1.1 Introduction and packaging contents

Thank you for choosing a SIGMA SPORT® sport watch.

Your new iD.GO will be a loyal companion for you during sport and recreation for years to come. The iD.GO is a technically demanding measuring instrument. To familiarize yourself with and learn how to use the many functions of your new sport watch, please read these operating instructions carefully.

SIGMA SPORT® wishes you hours of fun and enjoyment with your iD.GO.



iD.GO sport watch

→ ECG accurate



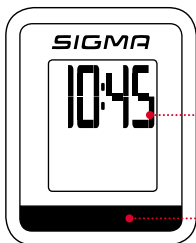
Elastic strap



Transmitter

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

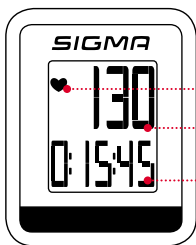
1.2 Overview: Watch, symbols and display layout



Sleep mode

Time

Top button

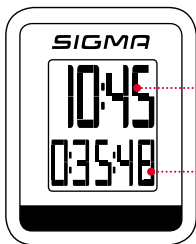


Training mode with heart rate

Symbol for heart rate received

Current heart rate

Stopwatch (training time)



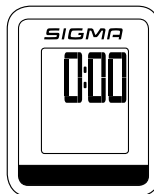
Training mode without heart rate

Time

Stopwatch

Previous training time

1.3 Setting the time



The clock can only be set when the iD.GO is in sleep mode. (Only time is displayed)

Note:

Do not pause too long when changing the settings! The iD.GO automatically changes to the next item to be set after 3-4 seconds.

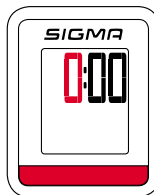


Press the top button down for 4 seconds, (you will first see the word "hold", followed by the flashing time format - 24 hour or 12 hour display), then release.



Choose between 24 and 12 hour format using the top button.

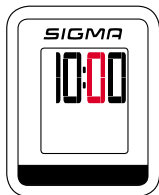
Please wait – display will automatically change to the next setting.



Set the current time in hours by repeatedly pressing the top button.

Please wait – display will change to the next setting.

1.3 Setting the time



Set the first digit of the minute setting by repeatedly pressing the top button.

Please wait – display will change to the next setting.



Set the second digit of the minute setting by repeatedly pressing the top button.

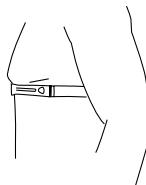
Please wait – the time is now set.

2.1 Attaching the chest belt



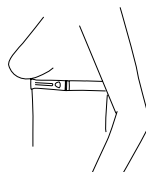
The locking mechanism can be used to individually adjust the belt length.

Ensure that you set the belt length so that the belt is securely but not too tightly attached.



For men, attach the belt just below the pectoral muscles.

It must be possible to read the SIGMA logo at the front.

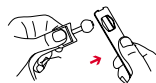


For women, attach the belt just below the breast.

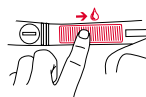
It must be possible to read the SIGMA logo at the front.

2 Training

2.1 Attaching the chest belt

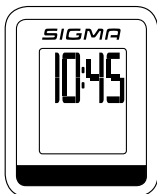


Attach transmitter to the elastic strap.

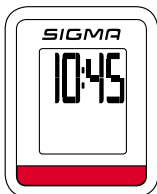


Lift the belt slightly from the skin and wet the rear surface of the conductive ribbed rubber pads with water or moisten the pads with saliva.

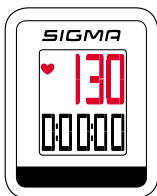
2.2 Displaying the heart rate frequency



The iD.GO is in sleep mode.
The chest belt is attached.

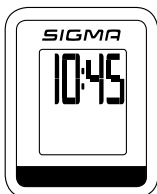


Press the top button to activate training mode.



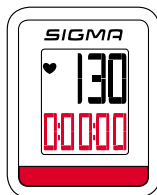
The current heart rate appears in the display.

2.3 Training time (start, stop, reset)

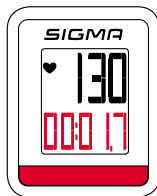


The iD.GO is in sleep mode.
The chest belt is attached.

2.3 Training time (start, stop, reset)



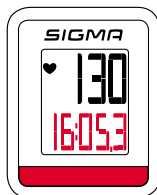
Press the top button to activate the iD.GO.



Start the stopwatch by pressing the top button.

Stopwatch starts running.

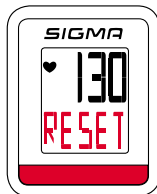
For the first hour of training, the stopwatch displays the time including the tenths of seconds. If you train for more than an hour, the training time is displayed in the format h:mm:ss.



Stop the stopwatch by pressing the top button.

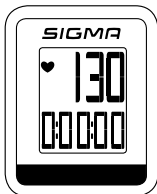
Stopwatch stops running.

The stopwatch can be restarted by pressing the top button again.



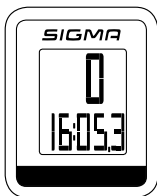
Reset the stopwatch to zero by keeping the top button pressed down until "hold", "RESET" and then 0:00:00 appears in the display.

2.3 Training time (start, stop, reset)



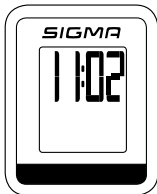
The stopwatch is reset to zero.

2.4 Ending the training



Stop the stopwatch by pressing the top button and remove the chest belt.

After a short time, the iD.GO will automatically return to the sleep mode.



The iD.GO is in sleep mode.



The previous training time can be recalled by pressing the top button.

To delete the previous training time, see section 2.3.

3 Information

3.1 Important information

If no heart rate frequency can be read on the display, this may be the result of the following:

- The chest belt with transmitter is not worn properly.
- The inside surfaces of the conductive ribbed rubber pads are not clean or not moist.
- Disturbance exists from electrical interference sources (high-voltage cables, railway lines etc).
- Transmitter battery (CR 2032) is empty (ref. no. 00342).

Please consult your doctor before starting training – especially if you suffer from any cardiovascular illnesses.

3.2 Frequently asked questions and service

What happens if I remove the chest belt during training?

The watch will no longer receive any heart rate signal and "0" will appear on the display. After a short time, the "0" will be replaced by the current time. If a heart rate frequency is received again, it will automatically appear on the display.

Does the SIGMA sport watch completely switch off?

No. Only the time is displayed in sleep mode, so that you can also use the heart rate monitor as a normal watch. The iD.GO uses very little power in this state.

Can I use the chest belt on a treadmill?

Yes – the signals can be received and displayed by almost all corresponding cardio devices.

Are SIGMA sport watches waterproof and can they be used for swimming?

Yes – the iD.GO is watertight up to 3 ATM (corresponds to a test pressure of 3 bar). The iD.GO is suitable for swimming. Please note: Do not press the buttons underwater, as otherwise water can enter the housing. Avoid using in sea water, as malfunctions can occur.

The display responds sluggishly or shows a black coloration, what is the reason for this?

The operating temperature may have been exceeded or fallen below. Your sport watch is designed for a temperature of 1°C to 55°C.

What should I do if the display is faint?

A faint display may be the result of a weak battery. The latter should be replaced as soon as possible – battery type CR 2032 (ref. no. 00342)

3.2 Frequently asked questions and service

Battery change

A CR 2032 battery (ref. no. 00342) is used in the sport watch and chest belt. The SIGMA sport watch is a state-of-the-art measuring instrument. To ensure proper functioning and water tightness, the batteries should only be changed by an authorized dealer. Incorrect battery changes can damage the sport watch leading to expiry of the claim to warranty.

After a battery change, the time has to be set again.

3.3 Warranty

The warranty for products from SIGMA SPORT is valid for 24 months from the invoice date onwards and covers mechanical and technical problems (display defects, data transfer problems, the holder, visual defects). The warranty is valid to its full extent only if the SIGMA SPORT products are used with accessory components supplied or recommended by SIGMA SPORT.

However, the warranty does not cover normal batteries, rechargeable batteries or wearing parts (arm straps, rubber components, chest straps etc.); nor does it cover wanton damage and defects caused by incorrect use.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118
E-mail: service@sigmasport.com

3.3 Warranty

Batteries must not be disposed of in household waste (European Battery Law)! Please take the batteries to an official collection point for disposal.



Li=Lithium

The declaration of conformity can be found at:
ce.sigmasport.com/idgo

Contenu

1 Découverte

1.1 Préface et contenu de l'emballage 31

1.2 Aperçu de la montre, symboles et structure de l'écran 32

1.3 Réglage de l'heure 33

2 Entraînement

2.1 Mise en place de la ceinture thoracique 34

2.2 Affichage de la fréquence cardiaque 36

2.3 Durée d'entraînement (début, fin, mise à zéro) 36

2.4 Fin de l'entraînement 38

3 Informations

3.1 Remarques importantes 39

3.2 Questions fréquemment posées & Service 40

3.3 Garantie 42

1.1 Preface et contenu de l'emballage

Nous vous remercions d'avoir choisi un cardio-fréquencemètre de marque SIGMA SPORT®.

Votre nouveau iD.GO restera, pendant de longues années, un compagnon fidèle pour vos sorties sportives et de loisirs. Le iD.GO est un instrument de mesure utilisant des techniques avancées. Nous vous prions de bien vouloir lire le présent mode d'emploi attentivement pour découvrir et pouvoir utiliser au mieux les nombreuses fonctions de votre nouveau cardio-fréquencemètre.

SIGMA SPORT® vous souhaite beaucoup de plaisir avec votre nouveau iD.GO.



Cardio-fréquencemètre iD.GO

→ Précision ECG



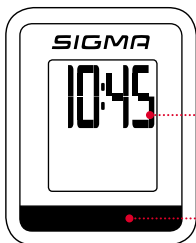
Sangle élastique



Emetteur thoracique

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

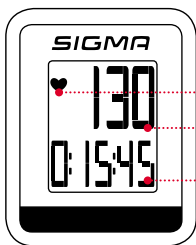
1.2 Aperçu de la montre, symboles et structure de l'écran



MODE DE VEILLE

Heure

Touche de fonctions

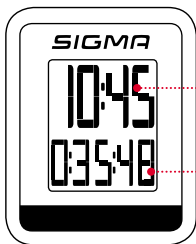


Mode d'entraînement avec fréquence cardiaque

Symbole de réception de la fréquence cardiaque

Fréquence cardiaque actuelle

Chronomètre [durée d'entraînement]



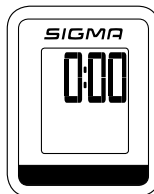
Mode d'entraînement sans fréquence cardiaque

Heure

Chronomètre

Dernier temps d'entraînement

1.3 Réglage de l'heure



Le iD.GO est en veille. (Seule l'heure s'affiche à l'écran.)

Remarque :

**Ne traînez pas pour procéder aux réglages !
Le iD.GO revient automatiquement au dernier point à régler.**

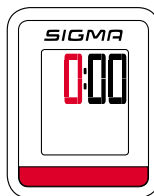


Maintenez la touche de fonctions enfoncée jusqu'à ce que "hold", puis le format de l'heure (24 heures ou 12 heures) clignotent à l'écran.



Choisissez entre 24 ou 12 heures au moyen de la touche de fonctions.

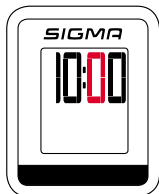
Attendez - L'écran passe au réglage suivant.



Réglez l'heure actuelle en heures en appuyant à plusieurs reprises sur la touche de fonctions.

Attendez - L'écran passe au réglage suivant.

1.3 Reglage de l'heure



Réglez le premier chiffre pour le réglage des minutes en appuyant à nouveau sur la touche de fonctions.

Attendez – L'écran passe au réglage suivant.



Réglez le second chiffre pour le réglage des minutes en appuyant à nouveau sur la touche de fonctions.

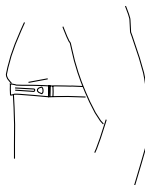
Attendez – L'heure du iD.GO est réglée.

2.1 Mise en place de la ceinture thoracique



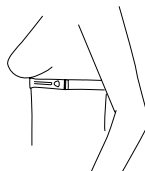
Le mécanisme de blocage permet de régler la longueur de la ceinture.

Veillez à régler la longueur de la ceinture de sorte que la ceinture tienne correctement, mais ne soit pas trop serrée.



Chez les hommes, placez l'émetteur sous la naissance du muscle pectoral.

Le logo SIGMA doit être tourné vers l'avant de manière à être lisible.

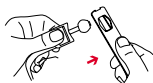


Chez les femmes, placez l'émetteur sous la naissance de la poitrine.

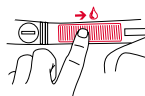
Le logo SIGMA doit être tourné vers l'avant de manière à être lisible.

2 Entraînement

2.1 Mise en place de la ceinture thoracique

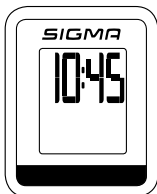


Raccordez l'émetteur à la ceinture élastique.

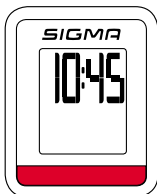


Soulevez légèrement la ceinture à l'avant. Humidifiez légèrement la zone nervurée (électrodes) à l'arrière de l'émetteur au moyen de salive ou d'eau.

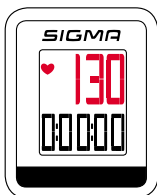
2.2 Affichage de la fréquence cardiaque



Le iD.GO est en veille.
La ceinture thoracique est en place.

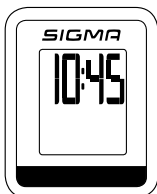


Enfoncez brièvement la touche de fonctions
pour activer le mode d'entraînement.



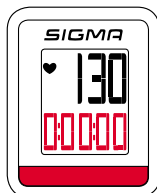
La fréquence cardiaque actuelle apparaît
à l'écran.

2.3 Duree d'entraînement (debut, fin, mise a zero)

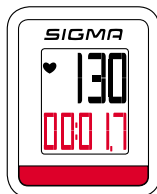


Le iD.GO est en veille.
La ceinture thoracique est en place.

2.3 Duree d'entraînement (debut, fin, mise a zero)



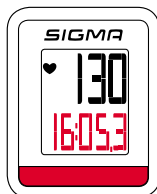
Enfoncez brièvement la touche de fonctions
pour activer le iD.GO.



Au début de l'entraînement : démarrez le
chronomètre en appuyant brièvement sur
la touche de fonctions.

Le chronomètre commence à défiler.

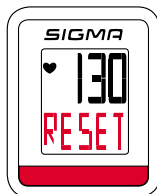
Jusqu'à une heure, le chronomètre mesure au
dixième de seconde près. Si l'entraînement
dure plus d'une heure, le format de la durée
d'entraînement est h:mm:ss.



A la fin de l'entraînement : arrêtez le chronomètre
en appuyant brièvement sur la touche de fonctions.

Le chronomètre s'arrête.

Appuyez à nouveau sur la touche de fonctions pour
redémarrer le chronomètre.



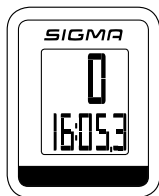
Remettez le chronomètre à zéro en maintenant la
touche de fonctions enfoncée jusqu'à ce que "hold",
"RESET", puis 0:00:00 apparaissent à l'écran.

2.3 Duree d'entraînement (debut, fin, mise a zero)



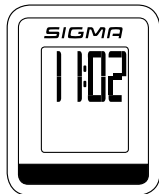
Le chronomètre est remis à zéro.

2.4 Fin de l'entraînement



Retirez la ceinture thoracique et arrêtez le chronomètre.

Il s'agit de la seule façon pour le iD.GO de revenir en veille rapidement.



Le iD.GO est en veille.



Appuyez brièvement sur la touche de fonctions pour consulter la dernière durée d'entraînement.

Effacer le dernier temps d'entraînement : cf. 2.3.

3 Informations

3.1 Remarques importantes

La fréquence cardiaque peut ne pas s'afficher à l'écran pour les raisons suivantes :

- La ceinture de transmission n'est pas correctement placée.
- Les capteurs (électrodes) de la ceinture de transmission sont sales ou n'ont pas été humidifiés.
- Des interférences électriques influencent la transmission (lignes à haute tension, lignes de chemin de fer, etc.).
- La pile de l'émetteur (CR 2032) est vide (n° art. 00342).

Avant de début l'entraînement, veuillez consulter votre médecin – tout particulièrement en cas de maladies cardio-vasculaires.

3.2 Questions fréquemment posées & Service

Que se passe-t-il si je retire la ceinture thoracique pendant l'entraînement ?

La montre ne reçoit plus aucun signal pour la fréquence cardiaque. "0" apparaît dans la ligne supérieure. Après un moment, "0" est remplacé par l'heure. Si un nouveau signal est reçu, celui-ci apparaît automatiquement à l'écran.

Est-il possible d'éteindre complètement un cardio-fréquencemètre SIGMA ?

Non. En veille, seule l'heure s'affiche de sorte que vous pouvez également utiliser le cardio-fréquencemètre comme une montre normale. En veille, le iD.GO ne consomme que très peu de courant.

Puis-je utiliser la ceinture thoracique sur un tapis de course ?

Oui – Les signaux peuvent être reçus et affichés par presque tous les appareils cardio adaptés.

Les cardio-fréquencemètres SIGMA sont-ils étanches et peuvent-ils être utilisés pour nager ?

Oui – Le iD.GO est étanche jusqu'à 3 ATM (c'est-à-dire une pression d'essai de 3 bar). Le iD.GO convient pour la natation. À noter : N'utilisez pas les touches sous l'eau car l'eau peut alors pénétrer dans le boîtier. Évitez d'utiliser le cardio-fréquencemètre dans la mer car l'eau salée peut causer des dysfonctionnements.

Pourquoi l'affichage peut-il réagir lentement ou présenter des taches noires ?

Il peut arriver que la température de service soit trop élevée ou trop basse. Le cardio-fréquencemètre a été conçu pour fonctionner entre 1 et 55°C.

Que puis-je faire si l'affichage à l'écran est faible ?

Un affichage faible peut être causé par une pile faible. Celle-ci doit être remplacée aussi rapidement que possible. Type de pile : CR 2032 (n° art. 00342).

3.2 Questions fréquemment posées & Service

Remplacement des piles

Le cardio-fréquencemètre et la ceinture thoracique utilisent des piles CR 2032 (n° art. 00342).

Le cardio-fréquencemètre SIGMA est un instrument de mesure technique. Pour garantir son fonctionnement et son étanchéité, les piles doivent être remplacées par un revendeur agréé. Un remplacement inapproprié des piles peut endommager le cardio-fréquencemètre, ce qui entraîne l'extinction de la garantie.

L'heure doit être à nouveau réglée après avoir remplacé la pile.

3.3 Garantie

La garantie sur les produits SIGMA SPORT est d'une durée de 24 mois à compter de la date de la facture et porte sur les problèmes mécaniques ou techniques (défauts d'affichage, problèmes de transfert de données, support, défauts visuels). La garantie ne s'applique dans son ensemble que lorsque les produits SIGMA SPORT sont exclusivement utilisés avec les accessoires fournis ou recommandés par SIGMA SPORT.

La garantie ne porte cependant pas sur les piles, accus et pièces d'usure (bracelets, caoutchoucs, sangles thoraciques, etc.), ainsi qu'en cas de dégâts volontaires et de défauts causés par une mauvaise utilisation.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius -Leber- Straße 15
D-67433 Neustadt./Weinstraße

Tél. + 49 [0] 63 21-9120-118
E-mail : service@sigmasport.com

3.3 Garantie

Les piles ne peuvent pas être jetées dans les ordures ménagères (loi européenne relative aux piles) ! Veuillez rapporter vos piles dans un centre de collecte agréé.



Li=Lithium

Vous trouverez la déclaration CE à l'adresse :
ce.sigmasport.com/idgo

Indice

1 Conoscere l'apparecchio

1.1 Introduzione e contenuto della confezione 45

1.2 Panoramica delle funzioni dell'orologio, icone e aspetto del display 46

1.3 Impostazione dell'ora 47

2 Training

2.1 Indossare la fascia toracica 48

2.2 Indicazione della frequenza cardiaca 50

2.3 Tempo di training (inizio, arresto, ripristino) 50

2.4 Fine del training 52

3 Informare

3.1 Avvertenze importanti 53

3.2 Domande frequenti e assistenza 54

3.3 Garanzia 56

1

Conoscere l'apparecchio

1.1 Introduzione e contenuto della confezione

Grazie per aver scelto un orologio sportivo SIGMA SPORT®.

Il vostro nuovo iD.GO diventerà un compagno fidato con cui condividere attività sportive e tempo libero per molti anni. Il orologio sportivo iD.GO è uno strumento tecnico di misurazione ad alta precisione. Per conoscere e utilizzare le numerose funzioni del vostro nuovo orologio sportivo, leggete attentamente le presenti istruzioni per l'uso.

SIGMA SPORT® vi augura buon divertimento con il vostro iD.GO.



Orologio sportivo iD.GO

→ Preciso come un ECG



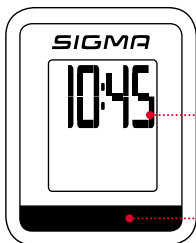
Fascia elastica



Trasmettitore

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

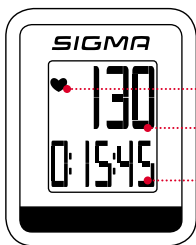
1.2 Panoramica delle funzioni dell'orologio, icone e struttura del display



Modo stand by

Orario

Pulsante Top

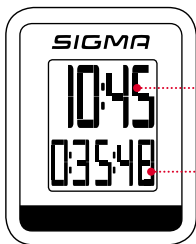


Modo training con frequenza cardiaca

Simbolo per la frequenza cardiaca ricevuta

Frequenza cardiaca attuale

Cronometro (sessione di training)



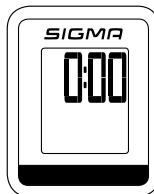
Modo training senza frequenza cardiaca

Orario

Cronometro

Ultima sessione di training

1.3 Impostazione dell'ora



Il ID.GO si trova nella modalità di stand by. (Nel display viene visualizzata solo l'ora)

Avvertenza:
eseguire la regolazione senza esitazioni!
Il ID.GO passa automaticamente al punto di regolazione successivo.

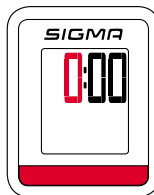


Tenere premuto il pulsante top fino a "hold" e viene visualizzato il formato ora lampeggiante (visualizzazione a 24 ore o a 12 ore).



Tramite il pulsante top selezionare il formato ora scegliendo tra 24 ore e 12 ore.

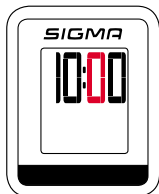
Attendere - Il display passa alla regolazione successiva.



Regolare l'ora corrente premendo ripetutamente il pulsante top.

Attendere - Il display passa alla regolazione successiva.

1.3 Impostazione dell'ora



Regolare la prima cifra dei minuti premendo ripetutamente il pulsante top.

Attendere - Il display passa alla regolazione successiva.



Regolare la seconda cifra dei minuti premendo ripetutamente il pulsante top.

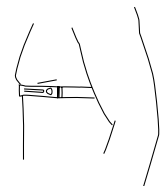
Attendere - L'ora del iD.GO è ora impostata.

2.1 Indossare la fascia toracica



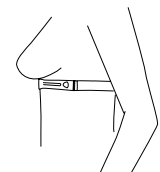
Tramite il meccanismo di blocco è possibile regolare la lunghezza della cinghia.

Nella regolazione della lunghezza della cinghia accertarsi che la cinghia sia ben fissata, ma che non sia troppo stretta.



Per gli uomini il sensore deve essere posizionato sotto l'attacco del muscolo pettorale.

Il logotipo SIGMA deve essere leggibile sulla parte anteriore.

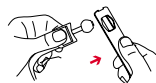


Per le donne il sensore deve essere posizionato sotto l'attacco del seno.

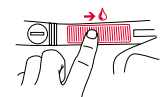
Il logotipo SIGMA deve essere leggibile sulla parte anteriore.

2 Training

2.1 Indossare la fascia toracica

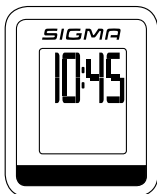


Posizionare il sensore sulla fascia elastica.

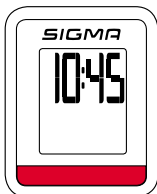


Sollevare leggermente anteriormente la cinghia dalla pelle. Inumidire con saliva o acqua le zone ondulate (elettrodi) sulla parte posteriore del sensore.

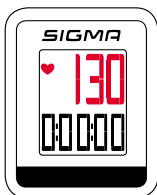
2.2 Indicazione della frequenza cardiaca



Il iD.GO si trova nella modalità di stand by.
La fascia toracica è indossata.

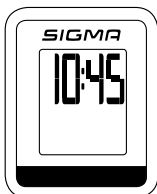


Premere brevemente il pulsante top per attivare la modalità training.



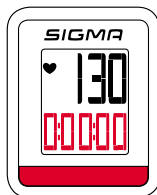
Sul display viene visualizzata la frequenza cardiaca attuale.

2.3 Tempo di training (inizio, arresto, ripristino)

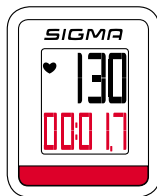


Il iD.GO si trova nella modalità di stand by.
La fascia toracica è indossata.

2.3 Tempo di training (inizio, arresto, ripristino)



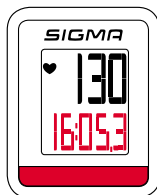
Premere brevemente il pulsante top per attivare il iD.GO.



All'inizio del training: avviare il cronometro premendo leggermente il pulsante top.

Il cronometro inizia a contare.

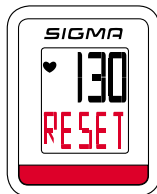
Il cronometro effettua una misurazione per un periodo fino a un'ora con la precisione di un decimo di secondo. Se il training dura più di un'ora, il tempo di training viene visualizzato nella forma h:mm:ss.



Alla conclusione del training: fermare il cronometro premendo leggermente il pulsante top.

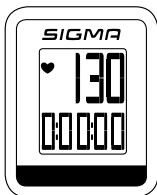
Il cronometro è disattivo.

Premendo nuovamente il pulsante top il cronometro viene nuovamente avviato.



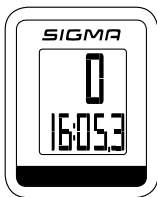
L'azzeramento del cronometro premendo a lungo il pulsante top, fino "hold", "RESET" e quindi la visualizzazione di 0:00:00.

2.3 Tempo di training (inizio, arresto, ripristino)

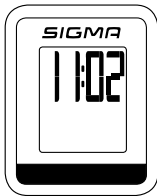


Con questa operazione il cronometro è azzerato.

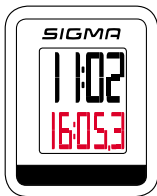
2.4 Fine del training



Levarsi la fascia toracica, fermare il cronometro. Solo in questo modo il iD.GO torna dopo breve alla modalità di stand by.



Il iD.GO si trova nella modalità di stand by.



Con la breve pressione del pulsante top è possibile richiamare l'ultima sessione di training.

Cancellazione dell'ultima sessione di training (vedere 2.3).

3 Informare

3.1 Avvertenze importanti

Le motivazioni per la mancata visualizzazione dei dati relativi alla frequenza cardiaca possono essere le seguenti:

- La cinghia con il sensore di frequenza non è stata indossata in modo corretto.
- I sensori (elettrodi) del sensore di frequenza sono sporchi o non sono umidi.
- Ci sono disturbi provocati da fonti di interferenza elettrica (linee di alta tensione, linee di alimentazione ferroviaria ecc.).
- La batteria del sensore (CR 2032) è scarica (art.-nr. 00342).

Consultare il proprio medico prima del training specialmente se si soffre di disturbi cardiovascolari.

3.2 Domande frequenti e assistenza

Cosa succede se levo la fascia toracica durante il training?

L'orologio non riceve più il segnale di frequenza cardiaca, sulla riga superiore compare "0" dopo poco lo "0" viene sostituito dall'ora corrente. Nel caso in cui si dovesse ricevere nuovamente la frequenza cardiaca, questa viene automaticamente visualizzata sul display.

I cardiofrequenzimetri SIGMA si spengono mai completamente?

No. Nella modalità di stand by viene visualizzata solo l'ora, in modo che possiate utilizzare l'orologio sportivo anche come normale orologio da polso. In questo stato il iD.GO utilizza pochissima corrente.

Posso utilizzare la fascia toracica su un tapis roulant?

Sì - i segnali vengono ricevuti e visualizzati da quasi tutti i dispositivi cardiaci.

I orologio sportivo SIGMA sono impermeabili e possono essere utilizzati per fare il bagno?

Sì - il iD.GO è impermeabile fino a 3 ATM (corrisponde ad una pressione di test di 3 bar). Il iD.GO può essere indossato per nuotare.

Si prega di osservare: non azionare i tasti sott'acqua, poiché potrebbe acqua penetrare nella carcassa. L'uso nell'acqua di mare deve essere evitato poiché si potrebbero verificare disturbi funzionali.

Per quale motivo la visualizzazione sul display è pigra oppure ha un colore molto scuro?

È probabile che le temperature di esercizio siano state superate o siano insufficienti. Il orologio sportivo può funzionare con temperature da 1 °C fino a 55 °C.

Cosa fare quando la visualizzazione sul display è debole?

Una visualizzazione debole del display può essere dovuta ad una batteria con una carica insufficiente. Questa dovrebbe essere sostituita il prima possibile - batteria tipo CR 2032 (art. nr. 00342).

3.2 Domande frequenti e assistenza

Sostituzione batteria

Il orologio sportivo utilizza una batteria tipo CR 2032 (art. nr. 00342).

Il orologio sportivo SIGMA è uno strumento di misurazione di altissima tecnologia. Per garantire il funzionamento e l'impermeabilità, la sostituzione della batteria dovrebbe essere effettuata da un tecnico specializzato.

Se la batteria viene sostituita in modo non idoneo il cardiofrequenzimetro potrebbe esserne danneggiato con la conseguente invalidazione della garanzia.

Dopo la sostituzione della batteria l'ora deve essere nuovamente impostata.

3.3 Garanzia

La garanzia per i prodotti SIGMA SPORT vale 24 mesi a partire dalla data di fatturazione e copre problemi meccanici o tecnici (difetti del display, problemi di trasferimento dati, supporto, vizi estetici). La garanzia è inoltre pienamente valida solo se i prodotti SIGMA SPORT vengono utilizzati solo con i componenti accessori forniti o consigliati da SIGMA SPORT.

Tuttavia la garanzia non copre pile, batterie e parti soggette a usura (cinturini, gomme, fasce toraciche) nonché danni e difetti intenzionali causati dall'errato utilizzo.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius -Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Germania

Tel. + 49 [0] 63 21-9120-118
E-mail: service@sigmasport.com

3.3 Garanzia

Le batterie non devono essere smaltite nei rifiuti domestici (Legge europea sulle batterie)! Portare le batterie in un luogo di raccolta designato per il loro smaltimento.



LI=Lithium

La dichiarazione CE è disponibile all'indirizzo:
ce.sigmasport.com/idgo

Contenido

1	Presentación	
1.1	Introducción y contenido de la caja	59
1.2	Resumen del reloj, de los símbolos y de la presentación de la pantalla	60
1.3	Ajuste de la hora	61
2	Entrenamiento	
2.1	Colocación del transmisor torácico	62
2.2	Visualización de la frecuencia cardíaca	64
2.3	Tiempo de entrenamiento (iniciar, detener, reiniciar)	64
2.4	Finalización del entrenamiento	66
3	Información	
3.1	Indicaciones importantes	67
3.2	Preguntas más frecuentes	68
3.3	Garantía	70

1 Presentación

1.1 Introducción y contenido de la caja

Muchas gracias por haberse decidido por un reloj deportivo de SIGMA SPORT®.

Su nuevo iD.GO será su fiel compañero en el deporte y tiempo libre durante muchos años. El iD.GO es un instrumento de medición de alta tecnología. Para poder conocer y utilizar las múltiples funciones de su nuevo reloj deportivo, lea atentamente este manual de instrucciones.

SIGMA SPORT® desea que se divierta utilizando su iD.GO.



Reloj deportivo iD.GO

→ Precisión ECG



Banda elástica

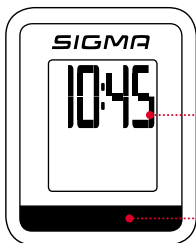


Transmisor torácico

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

1.2 Resumen del reloj, de los símbolos y de la presentación de la pantalla

Modo de reposo

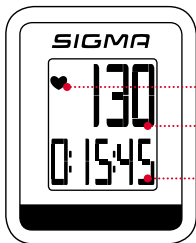


Hora

Botón superior

Modo de entrenamiento con frecuencia cardíaca

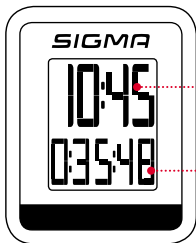
Símbolo para la frecuencia cardíaca recibida



Frecuencia cardíaca actual

Cronómetro (tiempo de entrenamiento)

Modo de entrenamiento sin frecuencia cardíaca

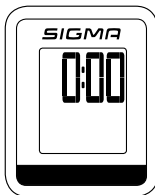


Hora

Cronómetro

Último tiempo de entrenamiento

1.3 Ajuste de la hora

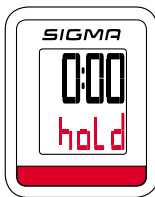


El iD.GO se encuentra en estado de reposo.
(En la pantalla se muestra sólo la hora)

Indicación:

¡Realizar los ajustes inmediatamente!

El iD.GO cambia automáticamente a cada próximo punto que se debe ajustar.

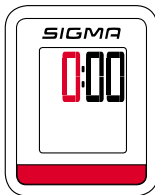


Mantener presionada el botón superior hasta que aparezca "hold" y el formato de hora parpadeante (visualización de 24 o 12 horas).



Con el botón superior seleccionar entre el formato de 24 y 12 horas.

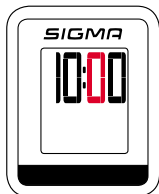
Espere, la pantalla cambia al próximo ajuste.



Ajustar la hora actual presionando varias veces el botón superior.

Espere, la pantalla cambia al próximo ajuste.

1.3 Ajuste de la hora



Ajustar la primera cifra del ajuste de los minutos presionando varias veces el botón superior.

Espere, la pantalla cambia al próximo ajuste.



Ajustar la segunda cifra de los minutos presionando varias veces el botón superior.

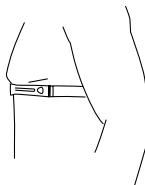
Espere, la hora del iD.GO está ajustada.

2.1 Colocación del transmisor torácico



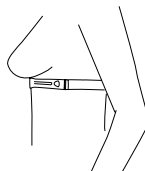
Mediante el mecanismo de ajuste fino se puede adaptar la longitud de la correa de manera individual.

Observe al ajustar la longitud de la correa que la misma quede bien, no demasiado fija.



En los hombres colocar el transmisor por debajo del inicio del músculo pectoral.

El logo de SIGMA debe indicar hacia adelante de forma legible.

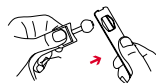


En las mujeres colocar el transmisor por debajo del inicio del pecho.

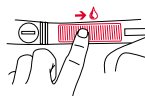
El logo de SIGMA debe indicar hacia adelante de forma legible.

2 Entrenamiento

2.1 Colocación del transmisor torácico

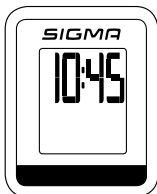


Conecte el transmisor con la banda elástica.

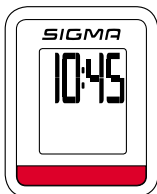


Levantar la correa levemente de la piel, desde el frente. Humedecer la zona de los electrodos, sobre la parte trasera del transmisor, con transpiración o con agua.

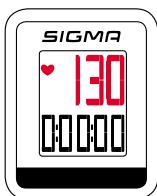
2.2 Visualización de la frecuencia cardíaca



El iD.GO se encuentra en estado de reposo.
El transmisor torácico está colocado.

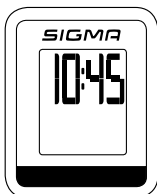


Presionar brevemente el botón superior para activar el modo de entrenamiento.



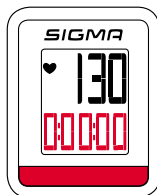
En la pantalla aparece la frecuencia cardíaca actual.

2.3 Tiempo de entrenamiento (iniciar, detener, reiniciar)

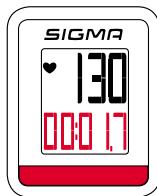


El iD.GO se encuentra en estado de reposo.
El transmisor torácico está colocado.

2.3 Tiempo de entrenamiento (iniciar, detener, reiniciar)



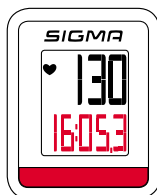
Presionar brevemente el botón superior para activar el iD.GO.



Al inicio del entrenamiento: Iniciar el cronómetro presionando brevemente el botón superior.

El cronómetro comienza a marchar.

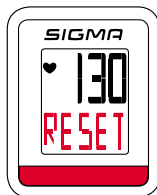
El cronómetro mide hasta un tiempo de una hora, de manera exacta en décimas de segundos. Si se entrena por más de una hora el tiempo de entrenamiento aparece en el formato h:mm:ss.



Al final del entrenamiento: Detener el cronómetro presionando brevemente la botón superior.

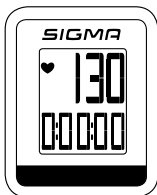
El cronómetro se detiene.

Presionando nuevamente la botón superior se inicia nuevamente el cronómetro.



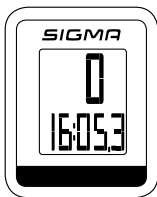
Se reinicia el cronómetro a cero presionando largamente la botón superior, hasta que aparece "hold", "RESET" y luego 0:00:00 en la pantalla.

2.3 Tiempo de entrenamiento (iniciar, detener, reiniciar)

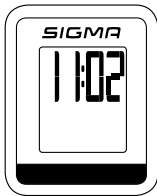


El cronómetro se ha reiniciado a cero.

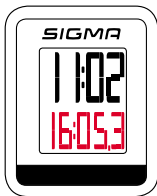
2.4 Finalización del entrenamiento



Quitarse el transmisor pectoral, detener el cronómetro.
Sólo así el iD.GO regresa automáticamente luego de un breve tiempo a su estado de reposo.



El iD.GO se encuentra en estado de reposo.



Presionando brevemente la botón superior se puede activar el último tiempo de entrenamiento.

Borrar el último tiempo de entrenamiento (véase 2.3).

3 Información

3.1 Indicaciones importantes

Si no se pudiese leer el indicador de frecuencia cardíaca en la pantalla, puede deberse a las siguientes causas:

- La correa con el transmisor torácico no fue colocada correctamente.
- Los sensores (electrodos) del transmisor torácico están sucios o no están húmedos.
- Existen interferencias por fuentes eléctricas (líneas de alta tensión, líneas de trenes, etc.).
- La batería del transmisor (CR 2032) está descargada (Nr. de art. 00342).

Por favor consulte a su médico antes de comenzar con el entrenamiento, especialmente si usted tiene enfermedades cardiovasculares.

3.2 Preguntas más frecuentes

¿Qué sucede si durante el entrenamiento me quito el transmisor torácico?

El reloj no recibe más la señal de la frecuencia cardíaca, en el renglón superior aparece "0", luego de un breve tiempo el "0" se reemplaza por la hora actual. Si se receptara nuevamente la señal de frecuencia cardíaca, la misma aparecerá automáticamente en la pantalla.

¿Los monitores de ritmo cardíaco SIGMA se apagan completamente?

No. En estado de reposo sólo se muestra la hora, de manera tal que el reloj deportivo también se puede utilizar como reloj pulsera normal. En este estado el iD.GO consume muy poca energía.

¿Puedo utilizar el transmisor torácico en una cinta de correr?

Si, las señales pueden ser receptadas por casi todos los aparatos cardíacos correspondientes y mostradas por los mismos.

¿Los reloj deportivo SIGMA son herméticos y pueden utilizarse para nadar?

Si, el iD.GO es hermético hasta 3 ATM (se corresponde con una presión de prueba de 3 bares). El iD.GO es apto para natación. Por favor observe: no presionar las teclas debajo del agua, ya que sino podría ingresar agua en la carcasa. Se debe evitar el uso en agua de mar, ya que sino se podrían producir fallos en el funcionamiento.

¿A qué se debe cuando la indicación en la pantalla reacciona de manera lenta o aparece una coloración negra?

Puede ser que se ha superado la temperatura de servicio, o no se ha alcanzado la misma. Su reloj deportivo soporta una temperatura de 1°C hasta 55°C.

¿Qué se debe hacer cuando el indicador de la pantalla está débil?

Una coloración negra puede ser el signo de que la batería está descargada. La misma se debería cambiar lo más rápido posible, tipo de batería CR 2032 (Nr. de art. 00342).

3.2 Preguntas más frecuentes

Cambio de la batería

En el monitor de ritmo cardíaco y en el transmisor pectoral se utiliza la batería CR 2032 (Nr. de art. 00342).

El reloj deportivo SIGMA es un instrumento de medición de alta exigencia técnica. Para garantizar su funcionamiento y su hermeticidad se deberá realizar el cambio de batería en un centro especializado que esté autorizado. Si se realiza un cambio de batería incorrecto se puede dañar el monitor de ritmo cardíaco y con esto se extingue el derecho de la garantía.

La hora se debe ajustar nuevamente luego de cada cambio de batería.

3.3 Garantía

La garantía de productos SIGMA SPORT es válida durante 24 meses a partir de la fecha de la factura y se refiere a problemas mecánicos o técnicos (defectos de pantalla, problemas de transmisión de datos, soporte, defectos ópticos).

La garantía solamente es plenamente válida si los productos SIGMA SPORT son usados exclusivamente con los componentes de accesorios suministrados por SIGMA SPORT o bien recomendados.

La garantía no se refiere a baterías, acumuladores y piezas de desgaste (brazaletes, gomas, correas pectorales, etc.) así como a daños o defectos ocasionados deliberadamente por el mal uso.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius -Leber- Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße
Alemania

Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118

Correo electrónico: service@sigmasport.com

3.3 Garantía

¡Las baterías no deben desecharse en la basura doméstica [Ley Europea de Baterías]! Por favor, entregue las baterías a uno de los lugares de recogida indicados para su eliminación.



LI=Lithium

Puede encontrar la declaración de conformidad CE en:
ce.sigmasport.com/idgo

Inhoud

1	Kennismaking	
1.1	Voorwoord en verpakkingsinhoud	73
1.2	Overzicht van het horloge, symbolen en indeling van het display	74
1.3	Instelling van de kloktijd	75
2	Trainen	
2.1	Omdoen van de borstriem	76
2.2	Weergave van de hartslag	78
2.3	Trainingstijd (starten, stoppen, terugstellen)	78
2.4	Beeindigen van de training	80
3	Informatie	
3.1	Belangrijke aanwijzingen	81
3.2	Vaak gestelde vragen en ondersteuning	82
3.3	Garantie	84

1

Kennismaking

1.1 Voorwoord en verpakkingsinhoud

Hartelijk dank dat u gekozen hebt voor een sporthorloge van SIGMA SPORT®.

Uw nieuwe iD.GO zal u jarenlang trouw begeleiden bij sport en ontspanning. De iD.GO is een technisch geavanceerd meetinstrument. Lees de gebruiksaanwijzing a.u.b. zorgvuldig door om de diverse functies van uw nieuwe sporthorloge te leren kennen en te gebruiken.

SIGMA SPORT® wenst u veel plezier bij het gebruik van uw iD.GO.



Sporthorloge iD.GO

→ ECG-nauwkeurig



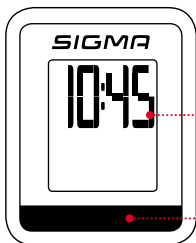
Elastische riem



Hartslagsensor met zender

Transmission frequency: 5.4 kHz
Transmission power: < 11,37 dBm

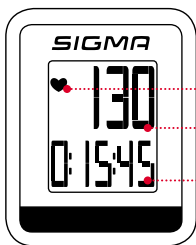
1.2 Overzicht van het horloge, symbolen en indeling van het display



Rustmodus

Kloktijd

Functietoets

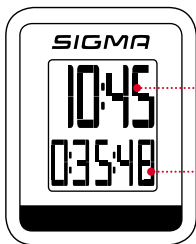


Trainingsmodus met hartslag

Symbool voor ontvangen hartslag

Actuele hartslag

Stopwatch (trainingstijd)



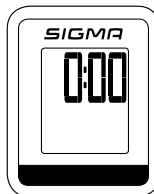
Trainingsmodus zonder hartslag

Kloktijd

Stopwatch

Laatste trainingstijd

1.3 Tijd instellen



De iD.GO staat in rustmodus. (op het display wordt alleen de kloktijd weergegeven)

Opmerking:

Voer de instellingen snel uit!

De iD.GO schakelt automatisch steeds naar het volgende in te stellen punt.

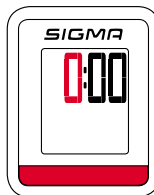


Houd de functiekноп ingedrukt, tot "hold" en vervolgens de knipperende tijndeling (24-uurs of 12-uursweergave) verschijnt.



Met de functiekноп kiest u tussen 24-uurs- en 12-uursindeling.

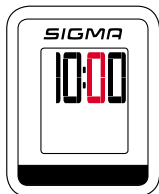
Even wachten - het display schakelt naar de volgende instelling.



Stel de huidige tijd in uren in door herhaaldelijk op de functiekноп te drukken.

Even wachten - het display schakelt naar de volgende instelling.

1.3 Tijd instellen



Stel het eerste cijfer van de minuten in door herhaaldelijk op de functieknop te drukken.

Even wachten - het display schakelt naar de volgende instelling.



Stel het tweede cijfer van de minuten in door herhaaldelijk op de functieknop te drukken.

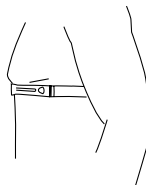
Even wachten - de kloktijd voor de iD.G.O is ingesteld.

2.1 Omdoen van de borstriem



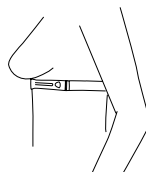
Met het vastzetmechanisme kan de lengte van de riem individueel aangepast worden.

Let erop dat u de riemlengte zo instelt, dat de riem goed, maar niet te strak tegen het lijf ligt.



Plaats de zender bij heren onder de aanzet van de borstspier.

Het SIGMA-logo moet leesbaar naar voren wijzen.

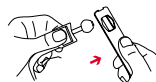


Plaats de zender bij dames onder de aanzet van de borst.

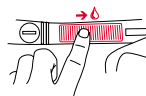
Het SIGMA-logo moet leesbaar naar voren wijzen.

2 Trainen

2.1 Omdoen van de borstriem

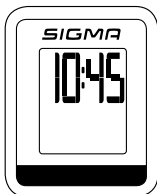


Verbind de zender met de elastische riem.

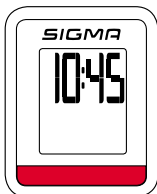


Til de riem aan de voorkant een klein stukje van de huid. Maak de blootliggende zones (elektroden) op de achterkant van de zender met speeksel of met water vochtig.

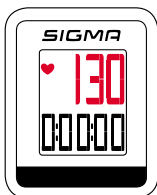
2.2 Weergave van de hartslag



De iD.GO staat in rustmodus.
De borstriem is geplaatst.

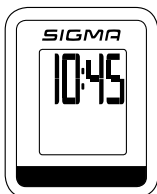


Druk kort op de functieknop om de
trainingsmodus in te schakelen.



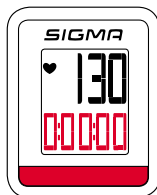
Op het display verschijnt de huidige hartslag.

2.3 Trainingstijd (starten, stoppen, terugstellen)

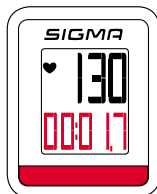


De iD.GO staat in rustmodus.
De borstriem is geplaatst.

2.3 Trainingstijd (starten, stoppen, terugstellen)



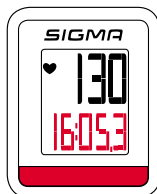
Druk kort op de functieknop om de iD.GO
te activeren.



Bij de start van de training: Start de stopwatch
door kort op de functieknop te drukken.

De stopwatch gaat lopen.

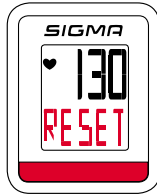
De stopwatch meet tot een uur lang, op de tiende
seconde precies. Traint u langer dan een uur, dan
verschijnt de trainingstijd in de indeling u:mm:ss.



Bij het einde van de training: Stop de stopwatch
door kort op de functieknop te drukken.

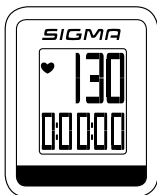
Stopwatch stopt.

Wanneer u nogmaals op de functieknop drukt,
start de stopwatch weer.



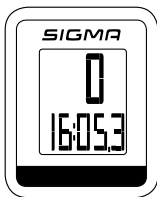
U stelt de stopwatch terug op nul door de
functieknop langer ingedrukt te houden, tot op het
display "hold", "RESET" en dan 0:00:00 verschijnt.

2.3 Trainingstijd (starten, stoppen, terugstellen)

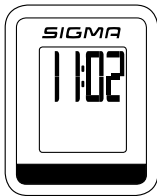


De stopwatch is teruggesteld op nul.

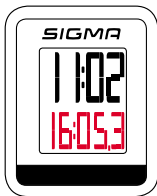
2.4 Beëindigen van de training



Doe de borstriem af en stop de stopwatch. Alleen zo keert de iD.GO automatisch na een korte tijd terug naar de rustmodus.



De iD.GO staat in rustmodus.



Door kort op de functiekноп te drukken, kunt u de laatste trainingstijd terugroepen.

De laatste trainingstijd wissen (zie 2.3).

3 Informatie

3.1 Belangrijke aanwijzingen

Als er geen hartslag op het display wordt weergegeven, kan dat de volgende oorzaken hebben:

- De riem met de hartslagmeter is niet correct geplaatst.
- De sensoren (elektroden) van de hartslagmeter zijn vuil of niet vochtig.
- Elektrische storingsbronnen veroorzaken storingsinvloeden (hoogspanningskabels, treinbovenleiding, enz.).
- De zenderbatterij (CR 2032) is leeg (art.nr. 00342).

Raadpleeg voor u begint met trainen uw arts, vooral als u cardiovasculaire problemen hebt.

3.2 Vaak gestelde vragen en ondersteuning

Wat gebeurt er als ik tijdens de training de borstriem afdoe?

Het horloge krijgt geen hartslagsignaal meer, in de bovenste regel verschijnt "0". Korte tijd later wordt de "0" vervangen door de kloktijd. Wanneer er weer een hartslagsignaal wordt ontvangen, verschijnt deze automatisch op het display.

Schakelt de SIGMA-sporthorloge helemaal uit?

Nee. In rustmodus wordt alleen de kloktijd weergegeven, zodat u de sporthorloge ook als gewoon horloge kunt gebruiken. In deze modus verbruikt de iD.GO slechts zeer weinig stroom.

Kan ik de borstriem op een loopband gebruiken?

Ja. De signalen kunnen door bijna alle geschikte cardioapparaten ontvangen en weergegeven worden.

Zijn SIGMA-sporthorloge waterdicht en kan ik ermee zwemmen?

Ja. De iD.GO is tot 3 atmosfeer waterdicht (dit komt overeen met een testdruk van 3 bar). De iD.GO is geschikt om mee te zwemmen. Let op: gebruik onder water de knoppen niet, omdat anders water in de behuizing kan binnendringen. Gebruik in zeewater moet worden vermeden, omdat dan functionele storingen kunnen optreden.

Waarom reageert de weergave op het display traag of wordt er zwart weergegeven?

Het kan zijn dat de bedrijfstemperatuur over- of onderschreden wordt. De sporthorloge is geschikt voor temperaturen van 1 °C tot 55 °C.

Wat moet ik doen als de weergave op het display zwak is?

Een zwakke weergave kan het gevolg zijn van een bijna lege batterij. U dient deze zo snel mogelijk te vervangen, batterijtype CR 2032 (art.nr. 00342).

3.2 Vaak gestelde vragen en ondersteuning

Batterij vervangen

In de sporthorloge en in de borstriem worden CR 2032-batterijen (art.nr. 00342) gebruikt.

De SIGMA-sporthorloge is een technisch hoogstaand meetinstrument. Om het functioneren en de waterdichtheid te garanderen, moet de batterij worden vervangen door een goedgekeurde vakleverancier.

Bij onoordeelkundig vervangen van de batterij kan de sporthorloge beschadigd raken. Daarbij raakt u uw aanspraak op garantie kwijt.

De kloktijd moet na het vervangen van de batterij opnieuw worden ingesteld.

3.3 Garantie

De garantie voor producten van SIGMA SPORT geldt gedurende 24 maanden na de factuurdatum en heeft betrekking op mechanische of technische problemen (displaydefecten, problemen met gegevensoverdracht, houder, optische gebreken). De garantie is alleen geldig, wanneer de SIGMA SPORT producten ook uitsluitend met door SIGMA SPORT meegeleverde, resp. aanbevolen accessoires worden gebruikt.

De garantie geldt niet voor batterijen, accu's en slijtdelen (armbanden, rubbers, borstgordels, etc.) of moedwillige beschadigingen en defecten die zijn veroorzaakt door onjuist gebruik.

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.- Julius -Leber- Straße 15
D-67433 Neustadt-/Weinstraße

Tel. + 49 (0) 63 21-9120-118
E-mail: service@sigmasport.com

3.3 Garantie

Batterijen horen niet thuis bij het restafval (Europese richtlijn batterijen).
Geef u de batterijen mee met de chemokar.



Li=Lithium

U kunt de CE-declaratie vinden op:
ce.sigmasport.com/idgo

FCC Addendum

Federal Communication Commission Interference Statement

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules.

These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one of the following measures:

Reorient or relocate the receiving antenna. Increase the separation between the equipment and receiver. Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected. Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

FCC Caution:

Any changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate this equipment. This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

Radiation Exposure Statement:

The product comply with the FCC portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

Industry Canada statement

This device complies with ISED's licence-exempt RSSs. Operation is subject to the following two conditions:

- (1) This device may not cause harmful interference, and
- (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'ISED applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :

- (1) le dispositif ne doit pas produire de brouillage préjudiciable, et
- (2) ce dispositif doit accepter tout brouillage reçu, y compris un brouillage susceptible de provoquer un fonctionnement indésirable.

Do not disassemble, modify or repair this product, as this may cause a fire, electric shock or product damage. Any modification will void the warranty of this product.

Ne pas démonter, modifier ni réparer ce produit, car cela pourrait provoquer un feu, un choc électrique ou un dommage produit. Toute modification annulera la garantie de ce produit.

This Class B digital apparatus complies with Canadian CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B).
Ce appareil digital de classe B est homologué CAN ICES-3 (B)/NMB-3 (B) pour le Canada.

Radiation Exposure Statement:

The product comply with the Canada portable RF exposure limit set forth for an uncontrolled environment and are safe for intended operation as described in this manual. The further RF exposure reduction can be achieved if the product can be kept as far as possible from the user body or set the device to lower output power if such function is available.

Déclaration d'exposition aux radiations:

Le produit est conforme aux limites d'exposition pour les appareils portables RF pour les États-Unis et le Canada établies pour un environnement non contrôlé. Le produit est sûr pour un fonctionnement tel que décrit dans ce manuel. La réduction aux expositions RF peut être augmentée si l'appareil peut être conservé aussi loin que possible du corps de l'utilisateur ou que le dispositif est réglé sur la puissance de sortie la plus faible si une telle fonction est disponible.

IC Statement

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

- (1) this device may not cause interference, and
- (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes:

- (1) il ne doit pas produire de brouillage et
- (2) l'utilisateur du dispositif doit être prêt à accepter tout brouillage radioélectrique reçu, même si ce brouillage est susceptible de compromettre le fonctionnement du dispositif. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

The device meets the exemption from the routine evaluation limits in section 2.5 of RSS 102 and compliance with RSS-102 RF exposure, users can obtain Canadian information on RF exposure and compliance. Le dispositif rencontre l'exemption des limites courantes d'évaluation dans la section 2.5 de RSS 102 et la conformité à l'exposition de RSS-102 rf, utilisateurs peut obtenir l'information canadienne sur l'exposition et la conformité de rf.

This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter. This equipment should be installed and operated with a minimum distance of 20 millimeters between the radiator and your body. Cet émetteur ne doit pas être Co-placé ou ne fonctionnant en même temps qu'aucune autre antenne ou émetteur. Cet équipement devrait être installé et actionné avec une distance minimum de 20 millimètres entre le radiateur et votre corps.

EU-Declaration of Conformity

EU-Konformitätserklärung

Wir, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr.-Julius-Leber-Str. 15, D-67433 Neustadt/Weinstraße erklären, dass das Produkt iD GO und der Sender Analogue Chestbelt bei bestimmungsgemäßer Verwendung den grundlegenden Anforderungen gemäß RED Directive 2014/53/EU und der RoHS Directive 2011/65/EU entspricht.

Sie finden die Konformitäts-Erklärung unter folgendem Link:
ce.sigmasport.com/idgo

EU-Declaration of Conformity

We, SIGMA-ELEKTRO GmbH, Dr.-Julius-Leber-Str. 15, D-67433 Neustadt/Weinstraße declare under our responsibility that the product iD GO and the transmitter analogue chestbelt are compliant with the essential requirements and other relevant requirements of the RED Directive 2014/53/EU and the RoHS Directive 2011/65/EU.

The declaration of conformity can be found at: ce.sigmasport.com/idgo

SIGMA-ELEKTRO GmbH

Dr.-Julius-Leber-Straße 15
D-67433 Neustadt/Weinstraße

SIGMA SPORT USA

1860B Dean St.
St. Charles, IL 60174, U.S.A.

SIGMA-ELEKTRO (Hong Kong) Ltd

Room 2010, 20/F, No.1 Hung To Road,
Kwun Tong, Kowloon, Hong Kong

