

CAPITAL SPORTS

Timeter

Sporttimer

Sport Timer

Temporizador deportivo

Chronomètre de sport

Timer per lo sport

10028194 10029390 10029394

Sehr geehrter Kunde,

wir gratulieren Ihnen zum Erwerb Ihres Gerätes. Lesen Sie die folgenden Hinweise sorgfältig durch und befolgen Sie diese, um möglichen Schäden vorzubeugen. Für Schäden, die durch Missachtung der Hinweise und unsachgemäßen Gebrauch entstehen, übernehmen wir keine Haftung. Scannen Sie den QR-Code, um Zugriff auf die aktuellste Bedienungsanleitung und weitere Informationen rund um das Produkt zu erhalten.



INHALTSVERZEICHNIS

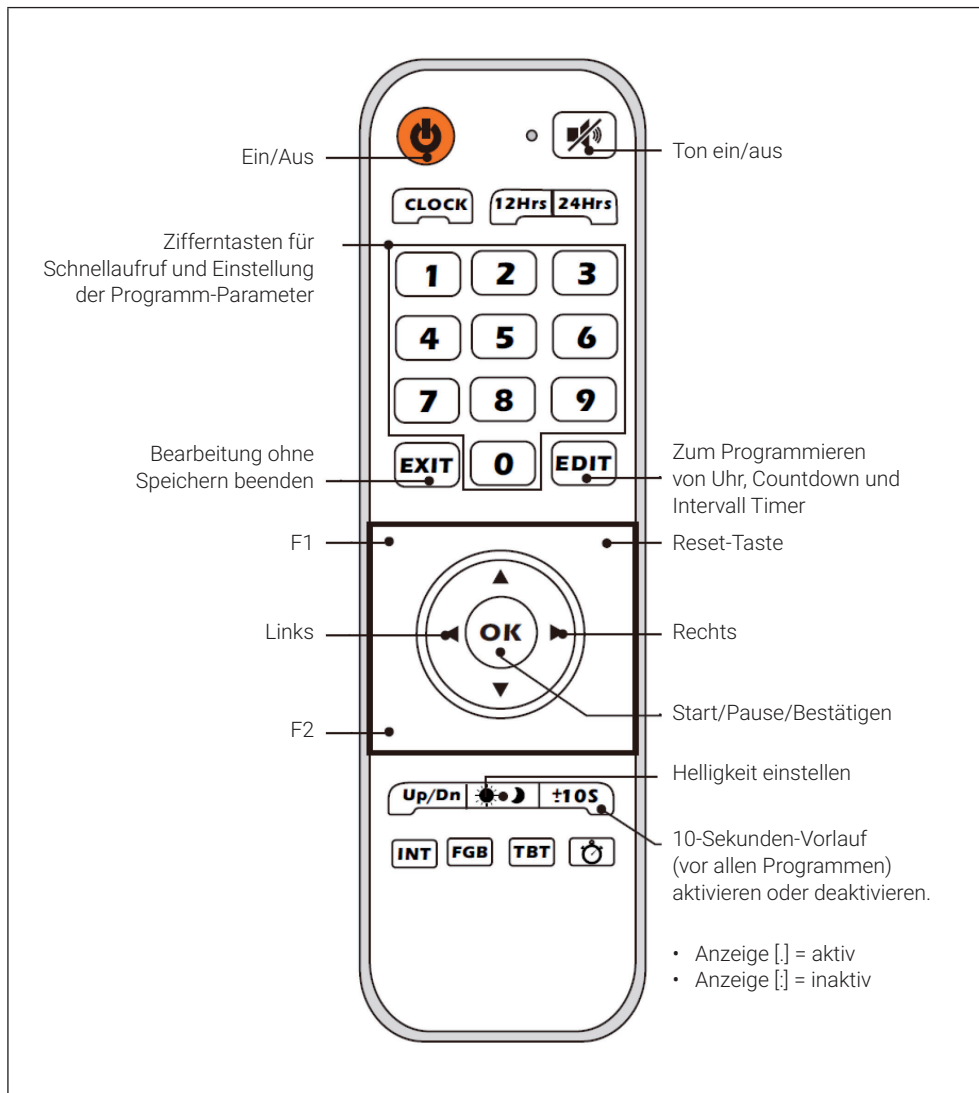
Fernbedienung 4
Einführung 5
Funktionen 5
Globale Funktionen 8
Hinweise zur Entsorgung 8
Hersteller & Importeur (UK) 8
Spezielle Entsorgungshinweise für Verbraucher in Deutschland 9

English 11
Español 17
Français 23
Italiano 29

TECHNISCHE DATEN

Artikelnummer	10028194, 10029390, 10029391
Stromversorgung Netzteil	100-240 V ~ 50/60 Hz
Stromversorgung Fernbedienung	2x 1,5V AAA-Batterie (nicht im Lieferumfang enthalten)

FERNBEDIENUNG



EINFÜHRUNG

Der CS Timer 6 bietet eine breite Funktionsvielfalt in einem kompakten Gehäuse: Neben einer gewöhnlichen Uhr finden Sie eine Stoppuhr-Funktion, die „Fight Gone Bad“-Anzeige, den „Tabata“-Timer sowie einen Intervall-Messer. Auch können individualisierte Intervalle für den eigenen Trainingsplan programmiert werden. Insgesamt können bis zu 13 Programme gespeichert werden.

FUNKTIONEN

Generelles Vorgehen

- Drücken Sie jeweils den gerade gewünschten Funktionsknopf (Clock, Countdown/Up, Interval timer) und EDIT, um zu bearbeiten.
- Nutzen Sie die Pfeiltasten (LINKS/RECHTS) und die Zifferntasten, um die zu bearbeitenden Werte auszuwählen und zu ändern. Drücken Sie danach EDIT zum speichern oder EXIT, um ohne zu speichern zu beenden.
- Nach dem Bearbeiten können Sie eine Kurzwahltaste für das Programm festlegen (0-9)

Uhr

- Drücken Sie CLOCK, um die Uhrzeit anzuzeigen.
- Drücken Sie EDIT, um die Uhrzeit zu stellen. Sobald die Ziffern blinken, stellen Sie die aktuelle Uhrzeit mithilfe der Pfeiltasten (RECHTS/LINKS zum Blättern, Zifferntasten zum Ändern) ein. Drücken Sie EDIT erneut, um die Änderung zu speichern oder EXIT, um die Bearbeitung der Uhrzeit ohne zu speichern abzubrechen.
- Mit 12HRS oder 24HRS wählen Sie zwischen der Anzeige im 12-Stunden bzw. 24-Stunden-Modus.



Intervall-Timer

- Drücken Sie INT, um den Intervall-Timer aufzurufen.
- Die blauen Ziffern zeigen die Runden an (max 99) - die roten Ziffern zeigen die Workout-Zeit bzw. Countdown- Zeit an (max. 99min 59sec). Zwei blinkende rote Punkte zeigen die Workout-Zeit an (sonst: Countdown-Restzeit).
- Drücken Sie zum Einstellen EDIT. Stellen Sie die Anzahl der Runden ein (blaue Ziffern).
- Drücken Sie nochmals EDIT. Stellen Sie nun die Workout-Zeit ein (rote Ziffern).
- Drücken Sie EDIT zum Abspeichern der Zeit.
- Drücken Sie EDIT zum Verlassen und Speichern. Drücken Sie EXIT zum Verlassen ohne zu Speichern.

Optional: Drücken Sie eine Zifferntaste, um das geänderte Programm auf dieser abzulegen.

Countdown-Timer

- Drücken Sie die PFEILTASTE UNTEN, um den Countdown-Modus zu aktivieren.
- Drücken Sie OK für Start/Pause oder EDIT, um einen neuen Countdown einzustellen.
- Stellen Sie den Countdown ein und drücken Sie EDIT zum Verlassen und Speichern. Drücken Sie EXIT zum Verlassen ohne zu Speichern.

Optional: Drücken Sie eine Zifferntaste, um das geänderte Programm auf dieser abzulegen. Ein langer Piepton signalisiert Ihnen, dass der Countdown abgelaufen ist.

Countup-Timer

- Drücken Sie die PFEILTASTE OBEN, um den Count-up-Modus zu aktivieren.
- Drücken Sie OK für Start/Pause oder EDIT, um einen neuen Count-up einzustellen.
- Stellen Sie den Count-up- ein und drücken Sie EDIT zum Verlassen und Speichern. Drücken Sie EXIT zum Verlassen ohne zu Speichern.

Optional: Drücken Sie eine Zifferntaste, um das geänderte Programm auf dieser abzulegen.

Default: 100min-Count-Up

- Drücken Sie F1 - auf dieser Taste ist ein 100-Minuten-Timer vorinstalliert. Start/Pause mit OK.
- Drücken Sie RESET zum Zurücksetzen.

Default: 20min-Countdown

- Drücken Sie F2 - auf dieser Taste ist ein 20-Minuten-Timer vorinstalliert. Start/Pause mit OK.
- Drücken Sie RESET zum Zurücksetzen.

Fight Gone Bad (vorinstalliert)

- Drücken Sie FGB für die Fight Gone Bad – Funktion. Der Timer wird angezeigt (17:00)
- Drücken Sie OK zum Starten.

Hinweis: Ein einzelner Piep-Ton signalisiert einen neuen Workout-Zyklus, ein doppelter Piep-Ton zeigt jeweils eine Ruhephase an. Jede Runde dauert 5 Minuten, unterbrochen von 1 Minute Pause.

Tabata (vorinstalliert)

- Drücken Sie TBT für die Tabata-Funktion. Der Timer wird angezeigt (00:00).
- Drücken Sie OK zum Starten.

Hinweis: Der Zyklus: 20 Sekunden Workout – 10 Sekunden Pause läuft 8 Mal hintereinander ab und wird jeweils von Piep-Tönen signalisiert.

Stoppuhr

Drücken Sie das Stoppuhr-Symbole (unten rechts) für die Stoppuhr-Funktion. Der Timer wird angezeigt (00:00). Drücken Sie OK zum Starten.

Globale Funktionen

Ein-/Ausschalten	Rote Taste links oben auf der Fernbedienung.
Stummschalten	Drücken Sie MUTE für die Stummschaltung der Piep-Töne.
10-Sekunden-Countdown	Den obligatorischen Countdown vor jeder Übungsfunktion können Sie mit +10S aktivieren bzw. deaktivieren.

Hinweise zur Entsorgung



Wenn es in Ihrem Land eine gesetzliche Regelung zur Entsorgung von elektrischen und elektronischen Geräten gibt, weist dieses Symbol auf dem Produkt oder auf der Verpackung darauf hin, dass dieses Produkt nicht im Hausmüll entsorgt werden darf. Stattdessen muss es zu einer Sammelstelle für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten gebracht werden. Durch regelkonforme Entsorgung schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen vor negativen Konsequenzen. Informationen zum Recycling und zur Entsorgung dieses Produkts, erhalten Sie von Ihrer örtlichen Verwaltung oder Ihrem Hausmüllentsorgungsdienst.

Dieses Produkt enthält Batterien. Wenn es in Ihrem Land eine gesetzliche Regelung zur Entsorgung von Batterien gibt, dürfen die Batterien nicht im Hausmüll entsorgt werden. Informieren Sie sich über die örtlichen Bestimmungen zur Entsorgung von Batterien. Durch regelkonforme Entsorgung schützen Sie die Umwelt und die Gesundheit Ihrer Mitmenschen vor negativen Konsequenzen.

Hersteller & Importeur (UK)

Hersteller:


Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Deutschland.

Importeur für Großbritannien:

Berlin Brands Group UK Limited
 PO Box 42
 272 Kensington High Street
 London, W8 6ND
 United Kingdom

SPEZIELLE ENTSORGUNGSHINWEISE FÜR VERBRAUCHER IN DEUTSCHLAND

Entsorgen Sie Ihre Altgeräte fachgerecht. Dadurch wird gewährleistet, dass die Altgeräte umweltgerecht verwertet und negative Auswirkungen auf die Umwelt und menschliche Gesundheit vermieden werden. Bei der Entsorgung sind folgende Regeln zu beachten:

- Jeder Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, Elektro- und Elektronikaltgeräte (Altgeräte) sowie Batterien und Akkus getrennt vom Hausmüll zu entsorgen. Sie erkennen die entsprechenden Altgeräte durch folgendes Symbol der durchgestrichene Mülltonne (WEEE Symbol). 
- Sie haben Altbatterien und Altakkumulatoren, die nicht vom Altgerät umschlossen sind, sowie Lampen, die zerstörungsfrei aus dem Altgerät entnommen werden können, vor der Abgabe an einer Entsorgungsstelle vom Altgerät zerstörungsfrei zu trennen.
- Bestimmte Lampen und Leuchtmittel fallen ebenso unter das Elektro- und Elektronikgesetz und sind dementsprechend wie Altgeräte zu behandeln. Ausgenommen sind Glühbirnen und Halogenlampen. Entsorgen Sie Glühbirnen und Halogenlampen bitte über den Hausmüll, sofern Sie nicht das WEEE Symbol tragen.
- Jeder Verbraucher ist für das Löschen von personenbezogenen Daten auf dem Elektro- bzw. Elektronikgerät selbst verantwortlich.

Rücknahmepflicht der Vertreiber

Vertreiber mit einer Verkaufsfläche für Elektro- und Elektronikgeräte von mindestens 400 Quadratmetern sowie Vertreiber von Lebensmitteln mit einer Gesamtverkauffläche von mindestens 800 Quadratmetern, die mehrmals im Kalenderjahr oder dauerhaft Elektro- und Elektronikgeräte anbieten und auf dem Markt bereitstellen, sind verpflichtet,

- 1 bei der Abgabe eines neuen Elektro- oder Elektronikgerätes an einen Endnutzer ein Altgerät des Endnutzers der gleichen Geräteart, das im Wesentlichen die gleichen Funktionen wie das neue Gerät erfüllt, am Ort der Abgabe oder in unmittelbarer Nähe hierzu unentgeltlich zurückzunehmen und
- 2 auf Verlangen des Endnutzers Altgeräte, die in keiner äußeren Abmessung größer als 25 Zentimeter sind, im Einzelhandelsgeschäft oder in unmittelbarer Nähe hierzu unentgeltlich zurückzunehmen; die Rücknahme darf nicht an den Kauf eines Elektro- oder Elektronikgerätes geknüpft werden und ist auf drei Altgeräte pro Geräteart beschränkt.

- Bei einem Vertrieb unter Verwendung von Fernkommunikationsmitteln ist die unentgeltliche Abholung am Ort der Abgabe auf Elektro- und Elektronikgeräte der Kategorien 1, 2 und 4 gemäß § 2 Abs. 1 ElektroG, nämlich „Wärmeüberträger“, „Bildschirmgeräte“ (Oberfläche von mehr als 100 cm²) oder „Großgeräte“ (letztere mit mindestens einer äußeren Abmessung über 50 Zentimeter) beschränkt. Für andere Elektro- und Elektronikgeräte (Kategorien 3, 5, 6) ist eine Rückgabemöglichkeit in zumutbarer Entfernung zum jeweiligen Endnutzer zu gewährleisten.
- Altgeräte dürfen kostenlos auf dem lokalen Wertstoffhof oder in folgenden Sammelstellen in Ihrer Nähe abgegeben werden: www.take-e-back.de
- Für Elektro- und Elektronikgeräte der Kategorien 1, 2 und 4 an bieten wir auch die Möglichkeit einer unentgeltlichen Abholung am Ort der Abgabe. Beim Kauf eines Neugeräts haben sie die Möglichkeit eine Altgerät abholung über die Webseite auszuwählen.
- Batterien können überall dort kostenfrei zurückgegeben werden, wo sie verkauft werden (z. B. Super-, Bau-, Drogeriemarkt). Auch Wertstoff- und Recyclinghöfe nehmen Batterien zurück. Sie können Batterien auch per Post an uns zurücksenden. Altbatterien in haushaltsüblichen Mengen können Sie direkt bei uns von Montag bis Freitag zwischen 08:00 und 16:00 Uhr unter der folgenden Adresse unentgeltlich zurückgeben:

**Chal-Tec Fulfillment GmbH
Norddeutschlandstr. 3
47475 Kamp-Lintfort**

- Wichtig zu beachten ist, dass Lithiumbatterien aus Sicherheitsgründen vor der Rückgabe gegen Kurzschluss gesichert werden müssen (z. B. durch Abkleben der Pole).
- Finden sich unter der durchgestrichenen Mülltonne auf der Batterie zusätzlich die Zeichen Cd, Hg oder Pb ist das ein Hinweis darauf, dass die Batterie gefährliche Schadstoffe enthält. (»Cd« steht für Cadmium, »Pb« für Blei und »Hg« für Quecksilber).

Hinweis zur Abfallvermeidung

Indem Sie die Lebensdauer Ihrer Altgeräte verlängern, tragen Sie dazu bei, Ressourcen effizient zu nutzen und zusätzlichen Müll zu vermeiden. Die Lebensdauer Ihrer Altgeräte können Sie verlängern indem Sie defekte Altgeräte reparieren lassen. Wenn sich Ihr Altgerät in gutem Zustand befindet, könnten Sie es spenden, verschenken oder verkaufen.

Dear Customer,

Congratulations on purchasing this device. Please read the following instructions carefully and follow them to prevent possible damages. We assume no liability for damage caused by disregard of the instructions and improper use. Scan the QR code to get access to the latest user manual and more product information.



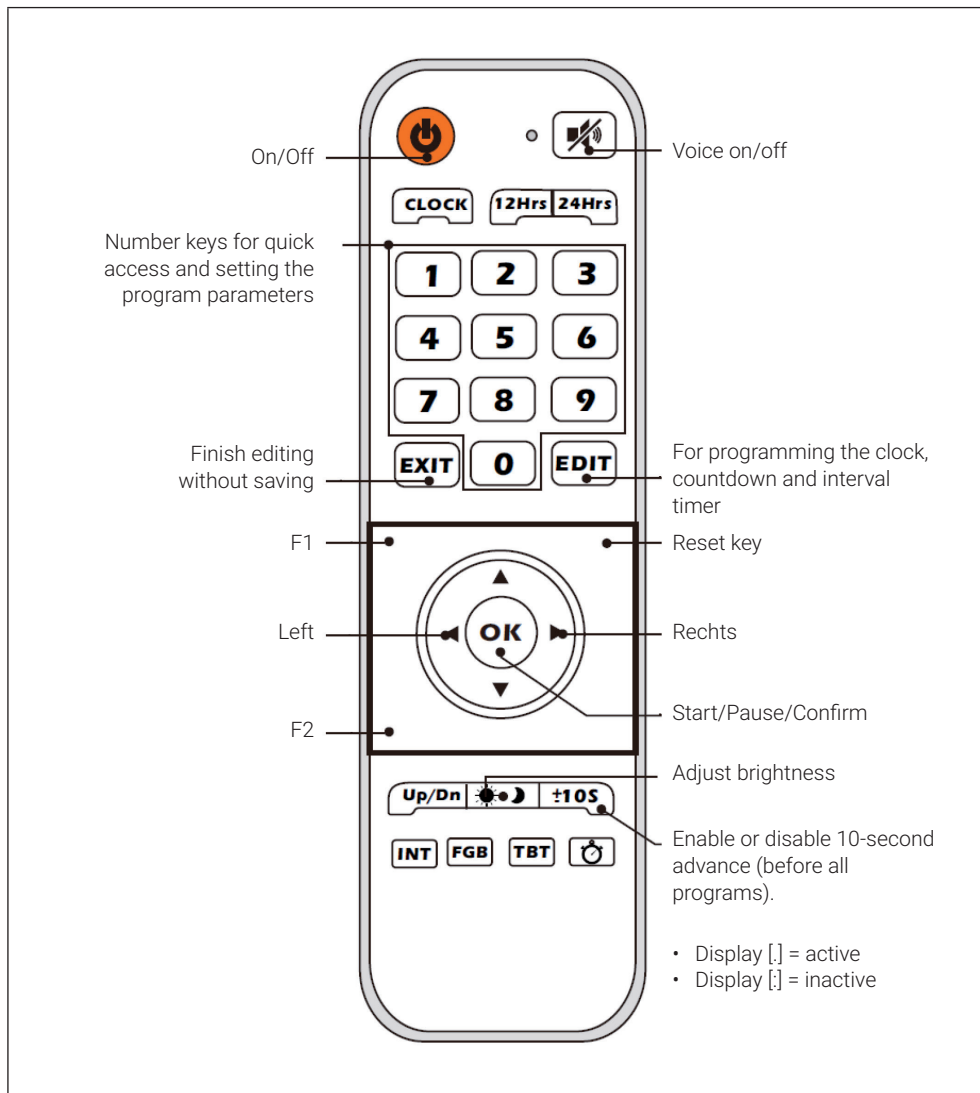
CONTENT

Remote Control 12
 Introduction 13
 Functions 13
 Global Functions 16
 Disposal Considerations 16
 Manufacturer & Importer (UK) 16

TECHNICAL DATA

Order number	10028194, 10029390, 10029391
Power supply Power supply unit	100-240 V ~ 50/60 Hz
Power supply remote control	2x 1.5V AAA battery (not included)

REMOTE CONTROL



INTRODUCTION

The CS Timer 6 offers a wide range of functions in a compact housing: In addition to an ordinary watch, you will find a stopwatch function, the „Fight Gone Bad“ display, the „Tabata“ timer and an interval meter. You can also program individualized intervals for your own training plan. A total of up to 13 programs can be stored.

FUNCTIONS

General procedure

- Press the desired function button (Clock, Countdown/Up, Interval timer) and EDIT to edit.
- Use the arrow keys (LEFT/RIGHT) and numeric keys to select and change the values to be edited. Then press EDIT to save or EXIT to exit without saving.
- After editing, you can set a speed dial key for the program (0-9)

Clock

- Press CLOCK to display the time.
- Press EDIT to set the time. When the digits are flashing, use the arrow keys (RIGHT/LEFT to scroll, number keys to change) to set the current time. Press EDIT again to save the change or EXIT to cancel editing the time without saving.
- Use 12HRS or 24HRS to select between 12-hour or 24-hour mode display.



Interval Timer

- Press INT to enter the interval timer.
- The blue digits indicate the laps (max 99) the red digits indicate the workout time or countdown time (max 99min 59sec). Two flashing red dots indicate the workout time (otherwise: countdown remaining time).
- Press EDIT to set the number of laps (blue digits).
- Press EDIT again to set the workout time (red digits).
- Press EDIT to save the time.
- Press EDIT to exit and save. Press EXIT to exit without saving.

Optional: Press a number key to store the changed program on it.

Countdown Timer

- Press the DOWN ARROW KEY to activate the countdown mode.
- Press OK for Start/Pause or EDIT to set a new countdown.
- Set the countdown and press EDIT to exit and save. Press EXIT to exit without saving.

Optional: Press a number key to store the changed program on it. A long beep indicates that the countdown has ended.

Countup Timer

- Press the UP ARROW KEY to activate the Count-up mode.
- Press OK for Start/Pause or EDIT to set a new count.
- Set the count-up and press EDIT to exit and save. Press EXIT to exit without saving.

Optional: Press a number key to store the changed program on it.

Default: 100min count-up

- Press F1 a 100-minute timer is preinstalled on this key. Start/pause with OK.
- Press RESET to reset.

Default: 20min countdown

- Press F2 a 20-minute timer is preinstalled on this key. Start/pause with OK.
- Press RESET to reset.

Fight Gone Bad (preinstalled)

- Press FGB for the Fight Gone Bad function. The timer is displayed (17:00)
- Press OK to start.

Note: A single beep indicates a new workout cycle, a double beep indicates a rest period. Each lap lasts 5 minutes, interrupted by 1 minute rest.

Tabata (pre-installed)

- Press TBT for the Tabata function. The timer is displayed (00:00).
- Press OK to start.

Note: The cycle: 20 second workout 10 second pause runs 8 times in a row and is indicated by beeps.2

Stopwatch

Press the stopwatch icon (bottom right) for the stopwatch function. The timer is displayed (00:00). Press OK to start.

GLOBAL FUNCTIONS

Switching on/off	Red button in the upper left corner of the remote control.
Mute	Press MUTE to mute the beep sounds.
10-second countdown	You can enable or disable the mandatory countdown before each exercise function by pressing +10S.

DISPOSAL CONSIDERATIONS



If there is a legal regulation for the disposal of electrical and electronic devices in your country, this symbol on the product or on the packaging indicates that this product must not be disposed of with household waste. Instead, it must be taken to a collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. By disposing of it in accordance with the rules, you are protecting the environment and the health of your fellow human beings from negative consequences. For information about the recycling and disposal of this product, please contact your local authority or your household waste disposal service.

This product contains batteries. If there is a legal regulation for the disposal of batteries in your country, the batteries must not be disposed of with household waste. Find out about local regulations for disposing of batteries. By disposing of them in accordance with the rules, you are protecting the environment and the health of your fellow human beings from negative consequences.

MANUFACTURER & IMPORTER (UK)

Manufacturer:

Chal-Tec GmbH, Wallstrasse 16, 10179 Berlin, Germany.

Importer for Great Britain:

Berlin Brands Group UK Limited
 PO Box 42
 272 Kensington High Street
 London, W8 6ND
 United Kingdom

Estimado cliente:

Le felicitamos por la adquisición de este producto. Lea atentamente el siguiente manual y siga cuidadosamente las instrucciones de uso con el fin de evitar posibles daños. La empresa no se responsabiliza de los daños ocasionados por un uso indebido del producto o por haber desatendido las indicaciones de seguridad. Escanee el código QR para obtener acceso al manual de usuario más reciente y otra información sobre el producto:



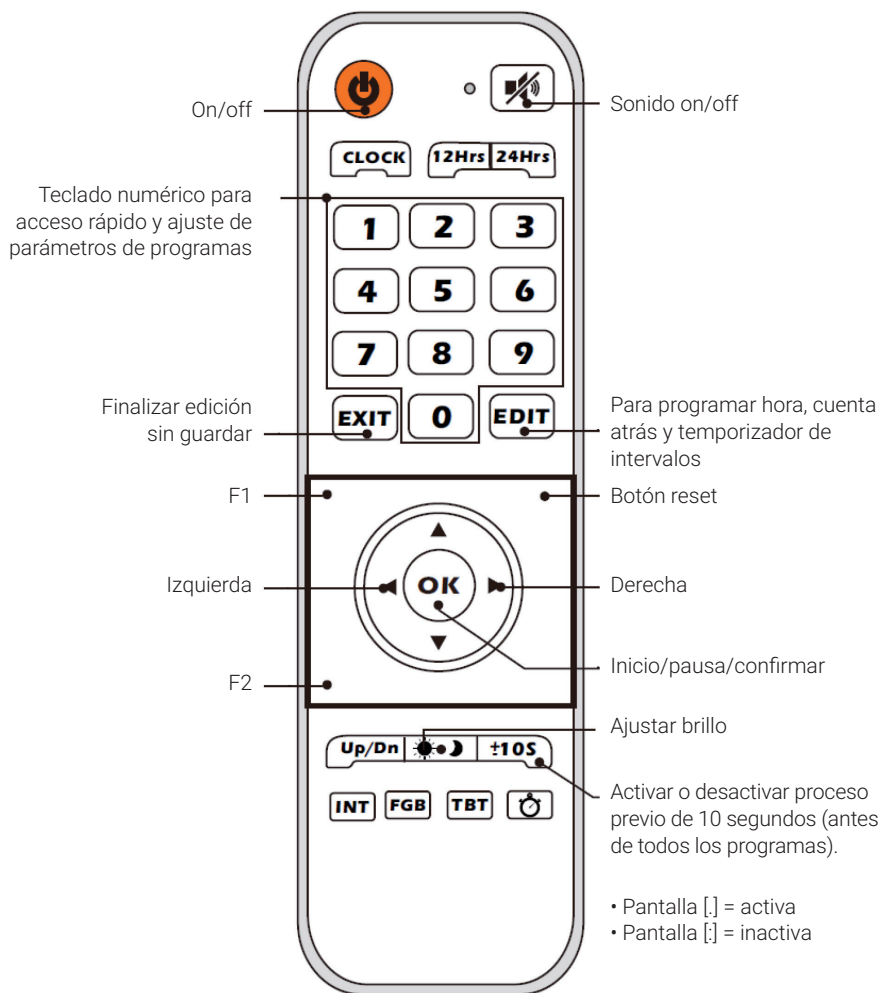
ÍNDICE DE CONTENIDOS

Mando a distancia 18
 Introducción 19
 Funciones 19
 Funciones globales 22
 Indicaciones sobre la retirada del aparato 22
 Fabricante e importador (Reino Unido) 22

DATOS TÉCNICOS

Número de artículo	10028194, 10029390, 10029391
Suministro eléctrico (fuente de alimentación)	100-240 V ~ 50/60 Hz
Suministro eléctrico Mando a distancia	2 pilas AAA 1,5 V (no incluidas en el envío)

MANDO A DISTANCIA



INTRODUCCIÓN

El Temporizador CS 6 ofrece una amplia variedad de funciones en una estructura compacta: Además de un reloj convencional, encontrará una función de cronómetro, el indicador „Fight Gone Bad“, el temporizador „Tabata“ y un medidor de intervalos. También se pueden programar intervalos individuales para un plan de entrenamiento propio. En total puede guardar hasta 13 programas.

FUNCIONES

Procedimiento general

- Pulse el botón de función deseado (clock, countdown/up, interval timer) y luego EDIT para editar.
- Utilice los botones de dirección (IZQUIERDA/DERECHA) y el teclado numérico para seleccionar y modificar los valores a editar. A continuación, pulse EDIT para guardar o EXIT para finalizar sin guardar.
- Tras la edición, puede establecer una tecla de acceso rápido para el programa (0-9).

Hora

- Pulse CLOCK para visualizar la hora.
- Pulse EDIT para configurar la hora. En cuanto las cifras parpadeen, ajuste la hora actual con ayuda de los botones de dirección (DERECHA/IZQUIERDA para navegar, teclas numéricas para modificar). Pulse EDIT de nuevo para guardar los cambios, o bien EXIT para cancelar la configuración de la hora sin guardar.
- Con 12HRS o 24HRS puede elegir entre modo de visualización de 12 o 24 horas.



Temporizador de intervalos

- Pulse INT para acceder al temporizador de intervalos.
- Las cifras azules muestran los ciclos (máx. 99) - las cifras rojas muestran el tiempo de entrenamiento y el tiempo de cuenta atrás (máx. 99 min 59 seg). Dos puntos rojos parpadeando muestran el tiempo de entrenamiento (de lo contrario: cuenta atrás - tiempo de recuperación).
- Pulse EDIT para configurar. Ajuste el número de ciclos (cifras azules).
- Pulse de nuevo EDIT. Configure ahora el tiempo de entrenamiento (cifras rojas).
- Pulse EDIT para guardar el tiempo.
- Pulse EDIT para salir y guardar. Pulse EXIT para salir sin guardar.

Opcional: Pulse una cifra del teclado para guardar en dicho número el programa modificado.

Temporizador de cuenta atrás

- Pulse la FLECHA DE DIRECCIÓN INFERIOR para activar el modo de cuenta atrás.
- Pulse OK para iniciar/pausar o EDIT para configurar una nueva cuenta atrás.
- Configure la cuenta atrás y pulse EDIT para salir y guardar. Pulse EXIT para salir sin guardar.

Opcional: Pulse una cifra del teclado para guardar en dicho número el programa modificado. Un pitido largo les indica que la cuenta atrás ha finalizado.

Temporizador de cuenta progresiva

- Pulse la FLECHA DE DIRECCIÓN SUPERIOR para activar el modo de cuenta progresiva.
- Pulse OK para iniciar/pausar o EDIT para configurar una nueva cuenta progresiva.
- Configure la cuenta progresiva y pulse EDIT para salir y guardar. Pulse EXIT para salir sin guardar.

Opcional: Pulse una cifra del teclado para guardar en dicho número el programa modificado.

Por defecto: cuenta progresiva de 100 min

- Pulse F1 - en esta tecla está preinstalada un temporizador de 100 minutos. Inicio/Pausa con OK.
- Pulse RESET para restablecer.

Por defecto: Cuenta atrás de 20 min

- Pulse F2 - en esta tecla está preinstalada un temporizador de 20 minutos. Inicio/Pausa con OK.
- Pulse RESET para restablecer.

Fight Gone Bad (preinstalado)

- Pulse FGB para la función Fight Gone Bad. Aparecerá el temporizador (17:00).
- Pulse OK para iniciar.

Nota: Un único pitido señala un nuevo ciclo de entrenamiento, un doble pitido indica la fase de recuperación. Cada ciclo dura 5 minutos, interrumpido por 1 minuto de recuperación.

Tabata (preinstalado)

- Pulse TBT para la función Tabata. Aparecerá el temporizador (00:00).
- Pulse OK para iniciar.

Nota: El ciclo: 20 segundos de entrenamiento - 10 segundos de pausa 8 veces de manera consecutiva que se señalizan mediante pitidos.

Cronómetro

Pulse el símbolo del cronómetro (abajo a la derecha) para la función del cronómetro. Aparecerá el temporizador (00:00). Pulse OK para iniciar.

FUNCIONES GLOBALES

Encender / apagar	Botón de función arriba a la derecha del mando a distancia.
Silencio	Pulse MUTE para silenciar los pitidos.
Cuenta atrás 10 segundos	La cuenta atrás obligatoria antes de cada función de entrenamiento puede activarla o desactivarla con +10S.

INDICACIONES SOBRE LA RETIRADA DEL APARATO



Si en su país existe una disposición legal relativa a la eliminación de aparatos eléctricos y electrónicos, este símbolo estampado en el producto o en el embalaje advierte que no debe eliminarse como residuo doméstico. En lugar de ello, debe depositarse en un punto de recogida de reciclaje de aparatos eléctricos y electrónicos. Una gestión adecuada de estos residuos previene consecuencias potencialmente negativas para el medio ambiente y la salud de las personas. Puede consultar más información sobre el reciclaje y la eliminación de este producto contactando con su administración local o con su servicio de recogida de residuos.

Este producto contiene baterías. Si en su país existe una disposición legal relativa a la eliminación de baterías, estas no deben eliminarse como residuo doméstico. Infórmese sobre la normativa vigente relacionada con la eliminación de baterías. Una gestión adecuada de estos residuos previene consecuencias potencialmente negativas para el medio ambiente y la salud de las personas.

FABRICANTE E IMPORTADOR (REINO UNIDO)

Fabricante:

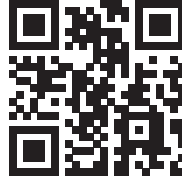
Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlín, Alemania.

Importador para Gran Bretaña:

Berlin Brands Group UK Limited
PO Box 42
272 Kensington High Street
London, W8 6ND
United Kingdom

Cher client,

Toutes nos félicitations pour l'acquisition de ce nouvel appareil. Veuillez lire attentivement les instructions suivantes de branchement et d'utilisation afin d'éviter d'éventuels dommages. Le fabricant ne saurait être tenu pour responsable des dommages dus au non-respect des consignes de sécurité et à la mauvaise utilisation de l'appareil. Scannez le QR-Code pour accéder à la dernière version du mode d'emploi et à d'autres informations concernant le produit:



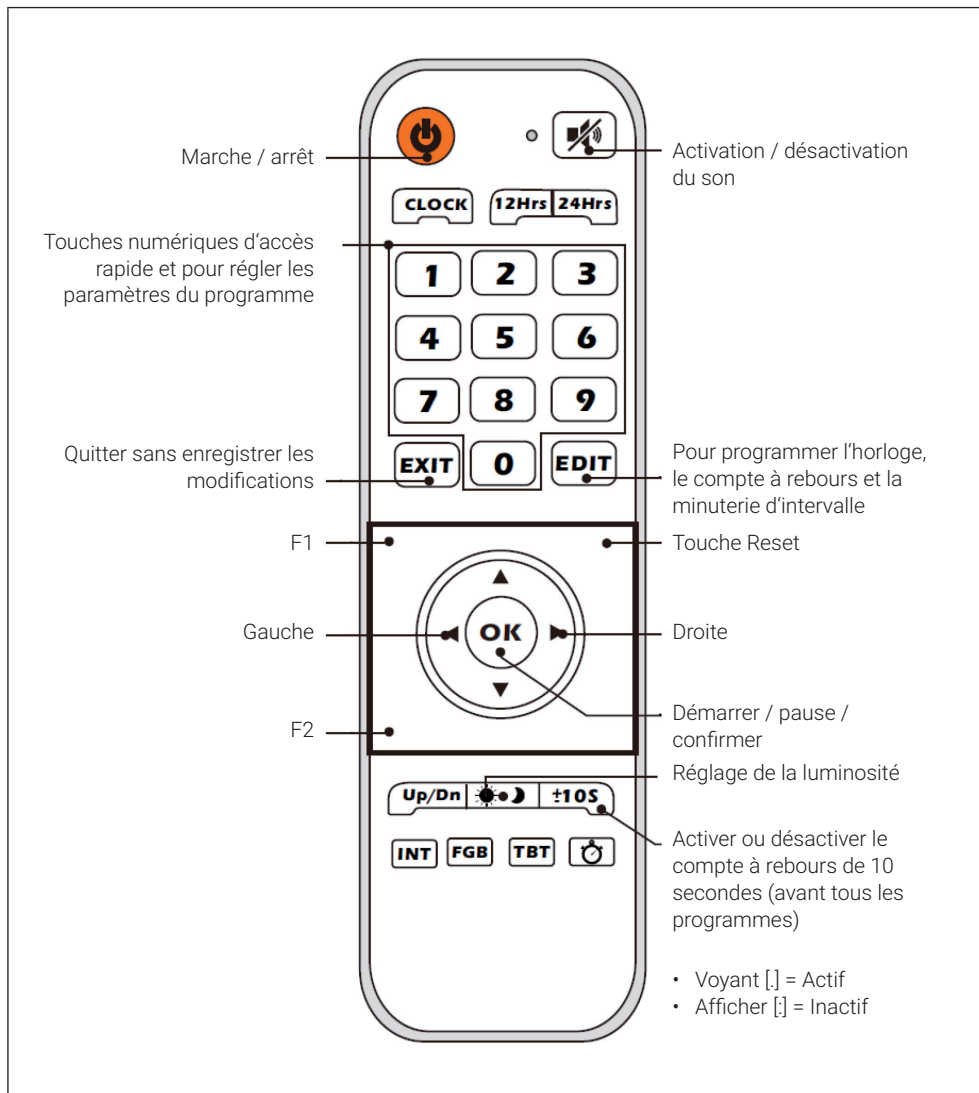
SOMMAIRE

Télécommande	24
Introduction	25
Fonctions	25
Fonctions globales	28
Informations sur le recyclage	28
Fabricant et importateur (UK)	28

FICHE TECHNIQUE

Numéro d'article	10028194, 10029390, 10029391
Alimentation de l'adaptateur secteur	100-240 V ~ 50/60 Hz
Alimentation de la télécommande	2x piles 1,5V AAA (non fournies)

TÉLÉCOMMANDE



INTRODUCTION

Le CS Timer 6 offre une large gamme de fonctions dans un boîtier compact : en plus d'une horloge classique, vous trouverez une fonction chronomètre, l'affichage „Fight gone bad“, la minuterie „Tabata“ et un compteur d'intervalles. Vous pouvez également programmer des intervalles personnalisés pour votre propre plan d'entraînement. Vous pouvez enregistrer jusqu'à 13 programmes au total.

FONCTIONS

Procédure générale

- Appuyez sur la touche de fonction souhaitée (horloge, compte à rebours / haut, minuterie d'intervalle) et EDIT pour modifier.
- Utilisez les touches fléchées (GAUCHE / DROITE) et les touches numériques pour sélectionner et modifier les valeurs à modifier. Appuyez ensuite sur EDIT pour enregistrer ou EXIT pour quitter sans enregistrer.
- Après l'édition, vous pouvez définir une touche de raccourci pour le programme (0-9).
- Appuyez sur CLOCK pour afficher l'heure.
- Appuyez sur EDIT pour régler l'heure. Dès que les chiffres clignotent, réglez l'heure actuelle à l'aide des touches fléchées (DROITE / GAUCHE pour faire défiler, touches numériques pour changer). Appuyez à nouveau sur EDIT pour enregistrer la modification ou sur EXIT pour quitter la modification de l'heure sans enregistrer.
- Choisissez entre l'affichage en mode 12 heures ou 24 heures avec 12HRS ou 24HRS.



Minuteur d'intervalle

- Appuyez sur INT pour accéder à la minuterie d'intervalle.
- Les chiffres bleus indiquent les tours (max 99) - les chiffres rouges indiquent le temps d'entraînement ou le compte à rebours (max 99 mn 59 sec). Deux points rouges clignotants indiquent le temps d'entraînement (sinon : compte à rebours du temps restant).
- Appuyez sur EDIT pour valider. Définissez le nombre de tours (chiffres bleus).
- Appuyez à nouveau sur EDIT. Réglez maintenant la durée de l'entraînement (chiffres rouges).
- Appuyez sur EDIT pour enregistrer la durée.
- Appuyez sur EDIT pour enregistrer et quitter. Appuyez sur EXIT pour quitter sans enregistrer.

Facultatif : appuyez sur une touche numérique pour y enregistrer le programme modifié.

Minuterie de compte à rebours

- Appuyez sur la flèche vers le bas pour activer le mode de compte à rebours.
- Appuyez sur OK pour Démarrer / Pause ou MODIFIER pour définir un nouveau compte à rebours.
- Réglez le compte à rebours et appuyez sur EDIT pour enregistrer et quitter. Appuyez sur EXIT pour quitter sans enregistrer.

Facultatif : appuyez sur une touche numérique pour y enregistrer le programme modifié. Un bip long indique que le compte à rebours est terminé.

Minuterie de chronomètre

- Appuyez sur la flèche vers le haut pour activer le mode chronomètre.
- Appuyez sur OK pour Démarrer / Pause ou MODIFIER pour définir un nouveau chronomètre.
- Réglez le chronomètre et appuyez sur EDIT pour enregistrer et quitter. Appuyez sur EXIT pour quitter sans enregistrer.

Facultatif : Appuyez sur une touche numérique pour y enregistrer le programme modifié.

Par défaut : chronomètre 100 mn

- Appuyez sur F1 - une minuterie de 100 minutes est préinstallée sur cette touche.
- Démarrer / mettez en pause avec OK.
- Appuyez sur RESET pour réinitialiser.

Par défaut : compte à rebours de 20 mn

- Appuyez sur F2 - une minuterie de 20 minutes est préinstallée sur cette touche.
- Démarrer / mettez en pause avec OK.
- Appuyez sur RESET pour réinitialiser. Fight Gone Bad (préinstallé)
- Appuyez sur FGB pour la fonction Fight Gone Bad. La minuterie s'affiche (17:00)
- Appuyez sur OK pour commencer.

Remarque : Un bip unique signale un nouveau cycle d'entraînement, un double bip indique une phase de repos. Chaque cycle dure 5 minutes, coupé par une pause d'une minute.

Tabata (préinstallé)

- Appuyez sur TBT pour la fonction Tabata. La minuterie s'affiche (00:00).
- Appuyez sur OK pour démarrer.

Remarque : Le cycle : entraînement de 20 secondes - pause de 10 secondes s'exécute 8 fois de suite et est signalé par des bips.

Chronomètre

Appuyez sur les symboles du chronomètre (en bas à droite) pour la fonction chronomètre. La minuterie s'affiche (00:00). Appuyez sur OK pour commencer.

FONCTIONS GLOBALES

Marche/arrêt	Touche rouge en haut à gauche de la télécommande.
Fonction muet	Appuyez sur MUTE pour couper les bips.
Compte à rebours de 10 secondes	Vous pouvez activer ou désactiver le compte à rebours obligatoire avant chaque fonction d'exercice avec +10S.

INFORMATIONS SUR LE RECYCLAGE



S'il existe une réglementation pour l'élimination ou le recyclage des appareils électriques et électroniques dans votre pays, ce symbole sur le produit ou sur l'emballage indique que cet appareil ne doit pas être jeté avec les ordures ménagères. Vous devez le déposer dans un point de collecte pour le recyclage des équipements électriques et électroniques. La mise au rebut conforme aux règles protège l'environnement et la santé de vos semblables des conséquences négatives. Pour plus d'informations sur le recyclage et l'élimination de ce produit, veuillez contacter votre autorité locale ou votre service de recyclage des déchets ménagers.

Ce produit contient des piles. S'il existe une réglementation pour l'élimination ou le recyclage des piles dans votre pays, vous ne devez pas les jeter avec les ordures ménagères. Renseignez-vous sur les dispositions locales relatives à la collecte des piles usagées. La mise au rebut conforme aux règles protège l'environnement et la santé de vos semblables des conséquences négatives.

FABRICANT ET IMPORTATEUR (UK)

Fabricant :

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlin, Allemagne.

Importateur pour la Grande Bretagne :

Berlin Brands Group UK Limited
 PO Box 42
 272 Kensington High Street
 London, W8 6ND
 United Kingdom

Gentile cliente,

La ringraziamo per aver acquistato il dispositivo. La preghiamo di leggere attentamente le seguenti istruzioni per l'uso e di seguirle per evitare possibili danni tecnici. Non ci assumiamo alcuna responsabilità per danni scaturiti da una mancata osservazione delle avvertenze di sicurezza e da un uso improprio del dispositivo. Scansionare il codice QR seguente, per accedere al manuale d'uso più attuale e per ricevere informazioni sul prodotto.



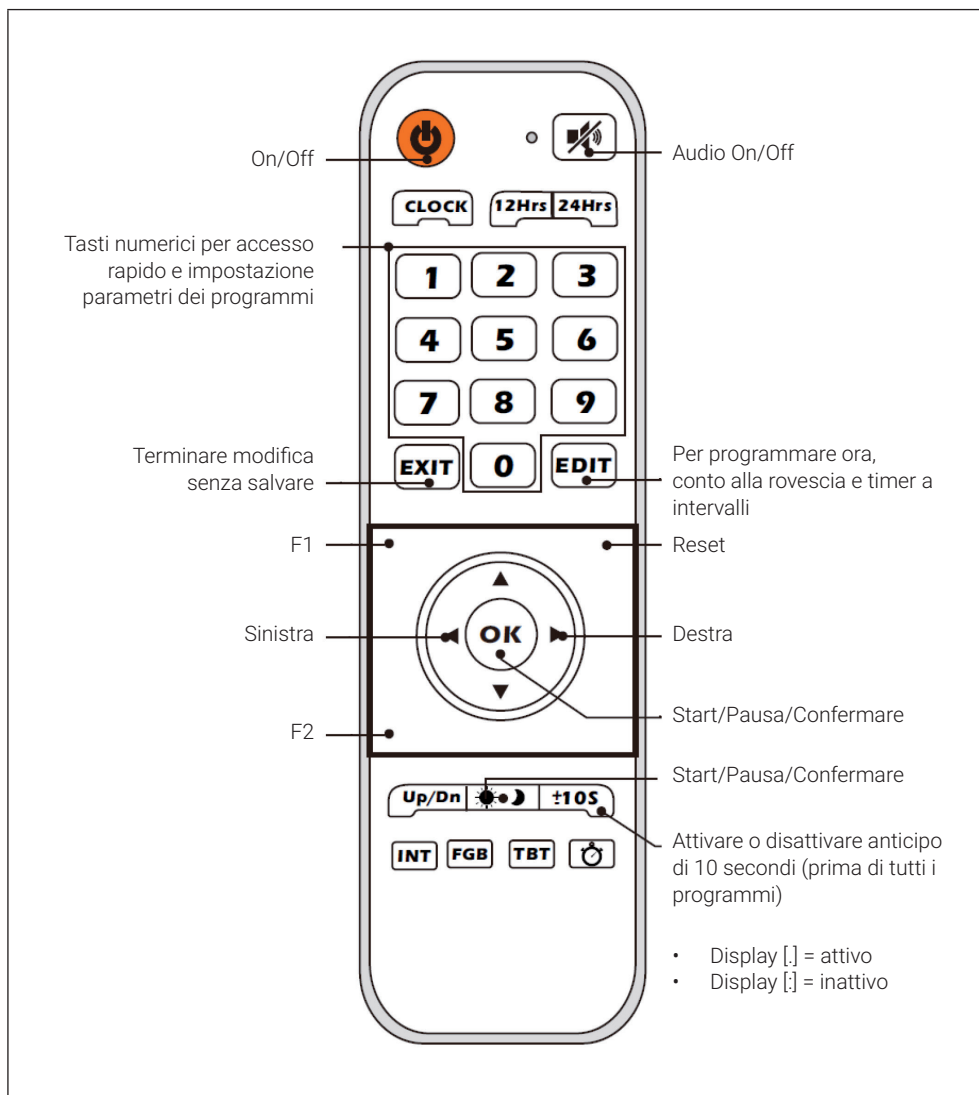
INDICE

Telecomando 30
Introduzione 31
Funzioni 31
Funzioni globali 34
Avviso di smaltimento 34
Produttore e importatore (UK) 34

DATI TECNICI

Numero articolo	10028194, 10029390, 10029391
Alimentazione	100-240 V ~ 50/60 Hz
Alimentazione telecomando	2 batterie AAA da 1,5 V (non incluse in consegna)

TELECOMANDO



INTRODUZIONE

Il timer 6 di Capital Sports offre numerose funzioni in un alloggiamento compatto. Oltre al tradizionale orologio, si trova una funzione cronometro, l'indicazione "Fight Gone Bad", il timer "Tabata" e un timer a intervalli.

FUNZIONI

Procedura generica

- Premere il tasto della funzione desiderata (Clock, Countdown/Up, Intervall timer) e EDIT per impostare.
- Usare i tasti freccia (SINISTRA/DESTRA) e i tasti numerici per selezionare e modificare i valori da impostare. Premere poi EDIT per confermare o EXIT per terminare senza salvataggio.
- Dopo l'impostazione, è possibile determinare un tasto di selezione rapida per il programma (0-9).

Orologio

- Premere CLOCK per visualizzare l'ora.
- Premere EDIT per impostare l'ora. Non appena le cifre lampeggiano, impostare l'ora attuale con i tasti freccia (SINISTRA/DESTRA per scorrere e tasti numerici per modificare). Premere poi EDIT per confermare o EXIT per terminare l'impostazione oraria senza salvataggio.
- Con 12HRS o 24HRS si seleziona tra formato orario a 12 o 24 ore.



Intervall Timer

- Premere INT per accedere al timer a intervalli.
- Le cifre blu mostrano i giri (max. 99), mentre quelle rosse mostrano la durata di allenamento o il tempo del countdown (max. 99 minuti e 59 secondi). Due punti rossi lampeggianti mostrano la durata di allenamento (altrimenti: tempo restante del countdown).
- Premere EDIT per impostare. Impostare il numero di giri (cifre blu).
- Premere EDIT di nuovo. Impostare la durata di allenamento (cifre rosse).
- Premere EDIT per salvare la durata.
- Premere EDIT per uscire e salvare. Premere EXIT per uscire senza salvare.

Opzionale: premere un tasto numerico per salvare il programma modificato in quella posizione.

Countdown Timer

- Premere il TASTO FRECCIA VERSO IL BASSO per attivare il timer con conto alla rovescia.
- Premere Start/Pausa o EDIT per impostare un nuovo countdown.
- Impostare il countdown e premere EDIT per uscire e salvare. Premere EXIT per uscire senza salvare.

Opzionale: premere un tasto numerico per salvare il programma modificato in quella posizione. Un lungo segnale acustico indica che il conto alla rovescia è scaduto.

Countup Timer

- Premere il TASTO FRECCIA VERSO L'ALTO per attivare il count-up timer.
- Premere Start/Pausa o EDIT per impostare un nuovo count-up.
- Impostare il count-up e premere EDIT per uscire e salvare. Premere EXIT per uscire senza salvare.

Opzionale: premere un tasto numerico per salvare il programma modificato in quella posizione.

Default: 100min-Count-Up

- Premere F1 – su questo tasto è preinstallato un timer di 100 minuti. Start/Pausa con OK.
- Premere RESET per resettare.

Default: 20min-Countdown

- Premere F2 – su questo tasto è preinstallato un timer di 20 minuti. Start/Pausa con OK.
- Premere RESET per resettare.

Fight Gone Bad (preinstallato)

- Premere FGB per la funzione Fight Gone Bad. Il timer mostra (17:00).
- Premere OK per avviare.

Nota: un singolo segnale acustico indica un nuovo ciclo di allenamento, un doppio segnale acustico indica rispettivamente una fase di riposo. Ogni giro dura 5 minuti, interrotto da 1 minuto di pausa.

Tabata (preinstallato)

- Premere TBT per la funzione Tabata. Il timer mostra (00:00).
- Premere OK per avviare.

Nota: il ciclo: 20 secondi di allenamento – 10 secondi di pausa è in funzione per 8 volte consecutive e viene segnalato da un segnale acustico.

Cronometro

Premere i simboli del cronometro (in basso a destra) per la funzione cronometro. Il timer mostra (00:00). Premere OK per avviare.

FUNZIONI GLOBALI

Accendere/ spegnere	Tasto rosso in alto a sinistra sul telecomando.
Muto	Premere MUTE per disattivare i segnali acustici.
Countdown 10 secondi	Il conto alla rovescia obbligatorio prima di ogni funzione di esercizio può essere attivato o disattivato con il tasto +10S.

AVVISO DI SMALTIMENTO



Se nel proprio paese si applicano le regolamentazioni inerenti lo smaltimento di dispositivi elettrici ed elettronici, questo simbolo sul prodotto o sulla confezione segnala che questi prodotti non possono essere smaltiti con i rifiuti normali e devono essere portati a un punto di raccolta di dispositivi elettrici ed elettronici. Grazie al corretto smaltimento dei vecchi dispositivi si tutela il pianeta e la salute delle persone da possibili conseguenze negative. Informazioni riguardanti il riciclo e lo smaltimento di questi prodotti si ottengono presso l'amministrazione locale oppure il servizio di gestione dei rifiuti domestici.

Il prodotto contiene batterie. Se nel proprio paese si applicano le regolamentazioni inerenti lo smaltimento di batterie, non possono essere smaltite con i normali rifiuti domestici. Preghiamo di informarvi sulle regolamentazioni vigenti sullo smaltimento delle batterie. Grazie al corretto smaltimento dei vecchi dispositivi si tutela l'ambiente e la salute delle persone da conseguenze negative.

PRODUTTORE E IMPORTATORE (UK)

Produttore:

Chal-Tec GmbH, Wallstraße 16, 10179 Berlino, Germania.

Importatore per la Gran Bretagna:

Berlin Brands Group UK Limited
PO Box 42
272 Kensington High Street
London, W8 6ND
United Kingdom

