



User guide SILVA Pedometer Mp3 art. No. 56019

General information about Pedometers

To register every step the pedometer uses a built-in pendentum. This pendulum is moving and during movement will give a clicking sound. This is completely normal and is required to make the product work properly.

Fitter function

The Pedometer has a fitter function which prevents accidental registration of steps when standing still or through accidental movements that are not part of the walk. This means that the number of steps taken will not be displayed until after six steps of continuous movement.

Attaching the pedometer

The ideal place is to attach it on the top of the trousers or on a belt close to the hip. For best functionality it shall be placed vertically i.e. not tilting.

Miscellaneous

The Pedometer is not shock or waterproof – therefore treat it carefully. The pedometer does not have an ON/OFF button since the power consumption when in use is not extremely low.

Battery

This pedometer is powered by a rechargeable Li-ion battery. The battery is recharged by connecting the pedometer to a PC using the enclosed USB cable. Charging time is approximately 2.5 hours. The battery icon will indicate when the battery is fully charged.

Buttons

This pedometer has 6 buttons: Mode, Back light, ADJUST and Set and two volume/song selection buttons.



Main operating modes

This pedometer registers steps and measures distance and calories. It also has built in timer and Mp3 player.

Press MODE to toggle between the modes.

Personal settings

Setting distance and weight units

The Pedometer's default setting is metric (km for distance, cm for stride length and kg for body weight). This can be changed to imperial (miles, ft and lb). Press and hold ADJUST+knappet for 3 seconds to change between metric or imperial. This can be done from all modes except clock mode.

Calculate Stride length (30-240cm)

Precise setting of stride length and weight are needed to get accurate values of distance and consumed calories.

Set the stride length by walking 10 steps and then measure that distance. Divide the distance by 10 to find your stride length.

Setting Stride length

Default setting is 75cm (2.5ft).

Press MODE so the text KM/MIL is in the display. Press and hold SET and then set the stride length is displayed.

Press ADJUST+repeatedly to increase the stride length to the preferred setting (increases by 1 cm per press, or 1 inch if MIL is selected).

Press and hold SET and stride length will increase with 10 cm or 12 inch per second.

When stride length is set the pedometer automatically returns to calorie mode after a few seconds.

Setting Body weight (30-125 kg)

Default setting is 45kg (100lb).

Press MODE so the text CAL is shown in the display.

Press and hold SET and body weight is displayed.

Press ADJUST+repeatedly to increase the body weight to the wished value (increases by 1 kg per press, or 1 lb if MIL is selected).

Press and hold SET and body weight will increase with 10 kg or 10 lb per second.

When body weight is set the pedometer automatically returns to calorie mode after a few seconds.

Steps

Press MODE repeatedly until a foot symbol is shown in the display. The Mp3 pedometer counts each step and can be used both indoor and outdoor when walking or jogging.

Distance

Press MODE repeatedly until KM or MIL is shown in the display. The Mp3 pedometer measures distance in either km or miles. The distance is based on the entered stride length.

Calories

Press MODE repeatedly until CAL is shown in the display. Calories measurement is based on the number of steps and body weight entered.

Timer

Press MODE repeatedly until a clock symbol is visible in the display. The timer will start automatically when the pedometer starts to register steps and will help you show the length of your walk/run.

Mp3 player

Memory card

The Mp3 pedometer uses standard SD Memory Cards to store music. SD Memory Cards can be easily sourced in most computer stores.

Inserting SD Card

Insert the SD Card with the front of the card facing the belt clip and press gently, with a finger or pointed item, until a click sound is heard. To eject the SD Card, press until a click sound is heard and then remove the card.

Connect the Mp3 pedometer to the PC

Before you connect the Mp3 pedometer to a PC, make sure the Mp3 player is turned OFF.

When connecting the unit to a PC, use the enclosed USB cable and connect it to the ear phone plug on the pedometer and the USB contact on your computer.

The computer will install the necessary drivers (you might need an internet connection) and install the Mp3 pedometer as a removable disk.

Downloading music

There are several methods you can use to download music to your Mp3 pedometer.

• Drag & drop – Use the mouse and drag music from your hard drive to the Mp3 pedometer.

• Use the „Save“ functions that is available in music software and save the music directly on the Mp3 pedometer.

• Highlight the music you want copied to the Mp3 pedometer in PC, right click and choose „Copy“, navigate to the removable disk, right click and choose „Paste“.

• Use a SD Card reader to download music to the memory card.

Disconnect the Mp3 pedometer from the PC

Before the USB cable is removed from your computer, use the „safely remove hardware“ function in your PC and disconnect the Mp3 pedometer.

Mp3 On/Off

Press and hold SET+OFF until OFF is shown in the display.

Press and hold MODE button for two seconds to turn the Mp3 player ON and enter the Mp3 menu.

The display will present WAIT while the numbers of songs are read from the SD Card.

The number of songs stored on the SD Card will be presented for 4 seconds in the display for example [0006]. After these 4 seconds the song will be presented [0001].

Press and hold SET to release the menu.

Press and hold MODE for 2 seconds to turn the Mp3 player off. OFF is then shown in the display.

The Mp3 player has a battery save function that automatically turns the Mp3 player off, if no steps have been taken during 30 minutes. The Mp3 player must be manually put in on to start again.

Choose song

Press and hold arrow left to go to next song in the list. Press and hold arrow right to navigate to previous song.

Volume

Press arrow right repeatedly to decrease the volume and arrow left repeatedly to increase the volume.

Play list order

You can choose between 4 different ways to play songs. These are visible as icons in the top of the display.

To change play list order Press ADJUST button before you have started to listen to your music.

Picture Shuffle complete song list

ALL

Picture Repeat complete song list

1 ALL

Picture Play one song

1

Picture Repeat one song

1

Equalizer settings

There are 5 pre-programmed equalizer settings you can use depending of the type of music to which you are listening. These are visible icons in the left of the display.

When listening to music, press ADJUST to change Equalizer setting.

CLA – Classical music

POP – Pop music

ROCK – Rock music

JAZZ – Jazz music

BAS – Dance music

Display backlight

The display has a built in background lighting and is activated by pressing the light button. The backlight turns off automatically after 5 seconds.

Resetting the pedometer

Press and hold ADJUST button for 2 seconds in pedometer mode to reset the pedometer.

Factory reset

Unscrew the belt clip.

Press the small button using a pointed item to do a factory reset.

Specifications

Temperature range Operation: -10°C to +50°C

Storage: -20°C to +60°C

Memory capacity SD Card 4GB

Type: Rechargeable Li-ION

Battery life time, continuous use: 5h

Charge time: 2,5h

Ear phones Standard 3,5mm contact

USB connection USB 2.0

Warranty

Silva warrants that, for a period of two (2) years, your Silva Product will be substantially free of defects in materials and workmanship under normal use. Silva's liability under this warranty is limited to repairing or replacing the product. This limited warranty extends only to the original purchaser.

If the Product proves defective during the Warranty Period please contact the original place of purchase. Make sure to have your proof of purchase on hand when returning the product. Returns cannot be processed without original proof of purchase. This limited warranty does not apply if the Product has been damaged by accident, misuse, abuse, negligence, or damage resulting from use of the Product in an abnormal manner. This limited warranty does not cover normal wear and tear. Silva is not responsible for any consequences, direct or indirect, or incidental from use of this product. In no event will Silva be liable for consequential damages, including but not limited to loss of profits, loss of business, loss of revenue, or other economic losses, arising from the use of this product. Some limitations do not allow the exclusion or limitation of incidental or consequential damages, so the above limitation or exclusion may not apply to you. This Warranty is valid and may be processed only in the country of purchase.

For more information please visit www.silva.se



Bruksanvisning för SILVA Pedometer Mp3 Art.nr. 56019

Allmänt om pedometrar

För att registrera varje steg använder pedometern en inbyggd patkentskyddad pendel. Pendeln rör sig och ger under rörelserna ifrån sig ett klickande ljud. Detta är helt normalt och behövs för att produkten ska fungera riktigt.

Fitterfunktion

Pedometern har en fitterfunktion som förhindrar att steg registreras av misstag när man står still eller gör korta rörelser av missstag, som inte är en del av promenaden/öppningen. Detta betyder att antalet steg som tas kommer att visas efter sex steg vid kontinuerlig rörelse.

Dästa pedometern

Dästa ställer att fåsta pedometern i byxans överkant eller på ett bälte nära höften. För bästa funktion ska den placeras vertikalt dvs. inte luta.

Övrigt

Pedometern är inte stötsäker eller vattentät så den bör hanteras varsamt.

Pedometern saknar ON-/OFF-knapp eftersom elfordriften är väldigt låg när den är anslut.

Batteri

Pedometern drivs med ett laddningsbart Li-ion-batteri. Anslut pedometern till din PC med hjälp av den medföljande USB-kabeln för att ladda batteriet. Laddningsstid är ca. 2,5 timmar. Batterikenheten visar när batteriet är fullsladdat.

Knappar

Pedometern har 6 knappar Mode, Back light, ADJUST och Set och två knappar för välväg musik/musik.

Huvudinställningar

Pedometern registrerar steg och mäter distans och kalorier. Den har också en inbyggd tidtagare och Mp3-spelare.

Personliga inställningar

Inställning av distans och vikt

Pedometerns fabrikinställning är metrisk (km för distans, cm för stege längd och kg för kroppsvikt). Detta kan ändras till brittisk standard (miles, ft och lb.).

Tryck och håll ADJUST+knappen för att återställa distansen och fortsätt med att välja mellan inställningar.

Beräkning av stege längd (30-240 cm)

Pedometern har en beräkning av stege längd och vikt behövs för att få riktiga värden för distans och förbrukade kalorier.

Ställ in stege längden genom att gå 10 steg och mät därefter distansen. Dels distansen med 10 för att få fram stege längden.

Inställning av stege längd

Fabrikinställningen är 75 cm (2,5 ft).

Tryck på MODE så att texten KM visas.

Tryck och håll ADJUST+knappen för att återställa distansen.

Tryck och håll SET+knappen för att öka stege längden till önskat värde (okar med 1 cm per tryckning eller 1 inch om MIL är markerat).

Tryck och håll SET+knappen för att återställa distansen till standarden.

När stege längden ställts in återgår pedometern automatiskt till distansläget efter några sekunder.

Inställning av kroppsvikt (30-125 kg)

Fabrikinställningen är 45 kg (100 lb).</p



Guía para el usuario: Podómetro SILVA Mp3 art. No. 56019

Datos generales acerca de los podómetros

Para registrar cada paso, el podómetro utiliza un péndulo interno patentado. Este péndulo se mueve y durante el movimiento produce un ruido de pequeños chasquidos. Esto es completamente normal y necesario para que el producto funcione correctamente.

Función de filtro

El podómetro tiene una función de filtro que previene el registro accidental de pasos cuando se está de pie o cuando se hacen pequeños movimientos ocasionales que no son parte del caminar/correr. Esto significa que el número de pasos dados se mostrará después de seis pasos de movimiento continuado.

Colocarse el podómetro

El lugar ideal para fijarlo es en la parte superior de los pantalones o en un cinturón cerca de la cadera. Para un mejor funcionamiento, deberá estar colocado verticalmente.

Vario

Este podómetro no es una prueba de polvos o agua – por lo tanto, tráteslo con cuidado. El podómetro no tiene un botón On/Off, porque el consumo eléctrico cuando no se está usando es extremadamente bajo.

Batería

Este podómetro funciona con una batería recargable de iones de litio (Li-ion).

Para cargar la batería, conecte el podómetro a su PC utilizando el cable USB

adjunto. El tiempo de carga es de aproximadamente 2,5 horas. Aparece el icono de batería cuando ésta está totalmente cargada.

Botones

Este podómetro tiene 6 botones: Mode, Back light (luz posterior), Adjust (ajustar) y Set (fijar) y dos botones de selección de volumen/canción.

Principales modos de funcionamiento

Este podómetro registra los pasos y mide la distancia y las calorías. También tiene programado un temporizador y un reproductor de Mp3.

Presione MODE para cambiar entre los modos.

Ajustes personales

Fijar unidades de distancia y peso

El ajuste por defecto del podómetro es métrico (KM para distancia, cm para largo de la zancada y kg para peso corporal). Esto puede cambiarse al Sistema imperial (millas, pies y libras).

Presione y mantenga presionado el botón ADJUST para poner los datos, y luego mantenga presionado el botón ADJUST durante 3 segundos para cambiar entre métrico e imperial. Esto puede hacerse desde todos los modos excepto el Clock Mode (modo reloj).

Calcular largo de la zancada (30-240 cm)

Se preverá automáticamente el largo de la zancada y del peso, para obtener valores exactos de la distancia y calorías consumidas.

Fije el largo de la zancada dando 10 pasos y mida esa distancia. Divida la distancia por 10 para averiguar el largo de su zancada.

Fijar el largo de la zancada

El valor predeterminado es de 75 cm (2.5 pies).

Presione MODE para aparecer el texto KM en la pantalla.

Presione SET y se mostrará el actual largo de la zancada.

Presione ADJUST repetidamente para aumentar el largo de la zancada al valor deseado (aumenta de 1 a 1 cm por pulsación, o 1 pulgada si se ha seleccionado MIL).

Presione y mantenga presionado SET y el largo de la zancada aumentará de a 10 cm o 12 pulgadas por segundo.

Cuando se fija el largo de la zancada, el podómetro regresa automáticamente a modo distancia después de unos pocos segundos.

Establecer el peso corporal (30-125 kg)

El valor predeterminado es de 45 kg (100 lbs).

Presione MODE repetidamente hasta que aparezca CAL en la pantalla.

Presione SET y se mostrará el peso corporal actual.

Presione ADJUST repetidamente para aumentar el peso corporal al valor deseado (aumenta de 1 a 1 kg por pulsación, o 1 libra si se ha seleccionado MIL).

Presione y mantenga presionado SET y el peso corporal aumentará de a 10 kg o 10 Lb por segundo.

Cuando se fija el peso corporal, el podómetro regresa automáticamente a modo calorías después de unos pocos segundos.

Pasos

Presione MODE repetidamente hasta que aparezca KM o MIL en la pantalla. El podómetro Mp3 mide la distancia en Km o Millas. La distancia se basa en el largo de zancada introducido.

Calorías

Presione MODE repetidamente hasta que aparezca CAL en la pantalla. La medición de calorías se basa en el número de pasos y el peso corporal introducido.

Temporizador

Presione MODE repetidamente hasta que vea un símbolo de reloj en la pantalla. El temporizador empezará a funcionar automáticamente cuando el podómetro comience a registrar pasos y le ayudará a comprobar la duración de su caminata/carrera.

Reproductor Mp3

Tarjetas de memoria

El podómetro Mp3 usa Standard SD Memory Cards tarjetas de memoria SD estándar para almacenar música. Las tarjetas de memoria SD se pueden encontrar en las tiendas de informática.

Insertar la tarjeta SD

Inserte la tarjeta SD con la parte frontal de la tarjeta mirando hacia el broche del cinturón y presione suavemente, con un dedo o un objeto punteado, hasta que se escuche un clic.

Para sacar la tarjeta SD, presione hasta que se escuche un clic y luego retire la tarjeta SD.

Conectar el podómetro Mp3 al PC

Antes de conectar el podómetro Mp3 al ordenador, asegúrese de que el reproductor Mp3 esté apagado (OFF).

Al conectar la unidad a su PC, utilice el cable USB adjunto y conectelo a la clavija para auriculares del ordenador, introduciendo el enchufe USB en su ordenador.

El ordenador instalará los controladores (drivers) necesarios (usted puede necesitar conexión a internet) e instalará el software Mp3 como disco extraible.

Descargar música

Use uno de estos métodos para descargar música a su podómetro Mp3.

• Arrastrar y soltar: Utilice el ratón y arrastre música de su disco duro al podómetro Mp3.

• Utilice las funciones de "guardar" disponibles en el software de música y guarde la música directamente en el podómetro Mp3.

• Marque en su PC la música que quiere copiar al podómetro Mp3, haga clic con el botón derecho y seleccione "Copiar", explore para buscar el disco extraíble, haga clic en el botón derecho y seleccione "Pegar".

• Utilice un lector de tarjetas SD para descargar música a la tarjeta de memoria.

Desconectar el podómetro Mp3 del PC

Antes de desconectar el cable USB de su ordenador, use la función de "quitar hardware con seguridad" de su PC y desconecte después del podómetro Mp3.

Presione MODE repetidamente hasta que aparezca OFF (apagado) en la pantalla.

Presione y mantenga presionado el botón MODE durante dos segundos para poner el reproductor Mp3 en ON (encendido) y entrar en el menú de Mp3. La pantalla mostrará el mensaje WAIT ("espera") mientras que los nombres de las canciones son leídos desde la tarjeta SD.

Si presiona el botón SET, las canciones se reproducirán en orden aleatorio en la tarjeta SD, por ejemplo [0001]. Después de estos 4 segundos, se presentará la lista de canciones [0001]. Presione SET para empezar a escuchar (en este caso la canción [0001]).

Presione SET para poner la música en pausa. Presione SET para volver al modo MODE durante 2 segundos para apagar (OFF) el reproductor Mp3, se muestra OFF en la pantalla.

El reproductor Mp3 tiene una función de ahorro de baterías que apaga automáticamente el reproductor si no se ha usado ningún paso durante 30 minutos. Habrá que volver encender manualmente el reproductor Mp3 (para ponerlo en "ON").

Elegir canción

Presione y mantenga presionada la flecha izquierda para ir a la siguiente canción de la lista. Presione y mantenga presionada la flecha derecha para navegar a la canción anterior.

Volumen

Presione flecha derecha repetidamente para disminuir el volumen y flecha izquierda repetidamente para aumentar el volumen.

Orden de lista de reproducción

Usted puede elegir entre 4 diferentes formas en las que prefiere que se reproduzcan las canciones. Estas se visualizan como íconos en lo alto de la pantalla.

Para cambiar el orden de la lista de reproducción, presione el botón ADJUST antes de haber empezado a escuchar su música.

Imagen Shuffle (mezclar) la lista completa de canciones

Imagen Repeat (repetir) la lista completa de canciones

Imagen Play (reproducir) una canción

Imagen Repeat (repetir) una canción

Ajustes del ecualizador

Hay 5 ajustes preprogramados del ecualizador que usted puede usar, dependiendo del tipo de música que esté escuchando. Estos íconos se ven en la parte izquierda de la pantalla.

Al escuchar música, presione ADJUST para cambiar los ajustes del ecualizador.

CLA – Música clásica

POP – Música pop

ROCK – Música rock

JAZZ – Música jazz

BAS – Música de danza

Icono inferior posterior de la pantalla

La pantalla viene con una iluminación posterior que se activa presionando el botón de la luz (ícono ???). La luz posterior se apaga automáticamente después de 5 segundos.

Presionar a cero el podómetro

Presione y mantenga presionado ADJUST durante 2 segundos estando en el modo podómetro para poner a cero el podómetro.

Puesta a cero de fábrica

Desmonte el broche base del cinturón.

Presione el botón que pequeño usando un objeto punteado para hacer una puesta a cero de fábrica.

Especificaciones

Rango de temperatura: Funcionamiento: -10°C a +50°C

Almacenamiento: -20°C a +60°C

Capacidad de memoria de tarjeta SD

Batería: 4GB

Tipo: Recargable Li-ION

Vida útil de la batería, uso continuado: 5h

Tiempo de carga: 2,5h

Auriculares

Contacto estándar: 3,5mm

Conexión USB

USB 2.0

Garantía

Silva garantiza que, durante un período de dos (2) años, su producto Silva permanecerá

satisfactoriamente libre de defectos en los materiales y mano de obra, con un uso normal. La

responsabilidad de Silva al respecto de las garantías es limitada a la reparación o sustitución del

producto. Esta garantía limitada es concedida solamente al comprador original.

Si el Producto demuestra estar defectuoso durante el Período de la garantía, por favor, póngase en contacto con el punto de compra original. Asegúrese de tener su prueba de compra a mano al devolver el producto. Asimismo, envíe con el producto una descripción detallada del problema que se ha detectado. Si el Producto ha sido alterado, si no ha sido instalado, operado o mantenido de conformidad con las instrucciones aportadas por Silva, o si ha sufrido tensiones físicas o eléctricas anormales, mal uso, negligencia o accidente, Esta garantía tampoco cubre el daño que resulte de tales causas. Si no se cumplen las condiciones mencionadas anteriormente, o si el daño que resulta del uso de este producto. La responsabilidad de Silva no sobrepasará en ningún caso el importe que usted pagó por el producto. Algunas jurisdicciones no permiten la exclusión o limitación de daños secundarios o resultantes, de modo que la limitación o exclusión anteriormente mencionadas no aplicarán usted. Esta Garantía será válida y podrá ser procesada solamente en el país de compra.

Para más información, visite www.silva.se

Si el producto no cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

Si el producto cumple con las normas de la WEEE, no lo desechar.

</div