

Contenidos

Bienvenido.....	30
Guia Rapida.....	31
Nadanda.....	32
Ajustes personales.....	33
Ajuste la Hora.....	34
Ajuste la Alarma.....	34
Aguas abiertas.....	35
Chrono.....	36
Repasaar sus sesiones.....	37
Borrar Sesion.....	38
FAQS.....	39
Cuidado y mantenimiento.....	41
Garantia.....	41
Cambio de pilas.....	42

Bienvenido al Manual de Usuario PoolMate

Desplácese a través de las funciones del menú superior

Mode

Presione una vez – COMENZAR.
Mantenga presionado durante 2 segundos – PARAR/SALIR del menú actual.

Start



Up

Ajusta configuraciones y datos a mostrar

Down

Notas importantes:

1. PoolMate detecta todos los estilos normales de brazada como Croll, Braza, Espalda y Mariposa. PoolMate debe ponerse en modo PAUSE cuando se realizan series de pies o a un solo brazo
2. El estilo de brazada sólo debe cambiarse al final de cada largo, no a medio camino porque pueden registrarse imprecisiones en el número de brazadas o largos.
3. El numero de brazadas que se muestra es el numero de brazadas realizadas con el brazo donde lleva el PoolMate. Recuerde, cuando nada Crol o Espalda esto significa la mitad de las brazadas realizadas.
4. Como la mayoría de relojes deportivos, los botones no estan diseñados para pulsaros bajo el agua. NO buceé llevando PoolMate. La presión es mucho mayor y podría entrar agua dentro del reloj.
5. PoolMate hace un cálculo aproximado de la distancia en aguas abiertas basándose en la distancia de la brazada. Es necesario calibrar la primera vez que se nada en aguas abiertas y puede repetirse con frecuencia para obtener mejores resultados.

Guia Rapida

Cuando utilice PoolMate por primera vez debe introducir el tamaño de piscina, su peso y la mano donde lleva el reloj. Los datos por defecto son 25 mt, 65kg y mano izquierda.

Desde la pantalla principal FECHA/HORA

Pulse **Mode 4 veces** hasta SETUP, seleccione pulsando **Start**.

Configure el reloj en unidades métricas o imperiales como requerido, pulsando **Arriba/Abajo**.

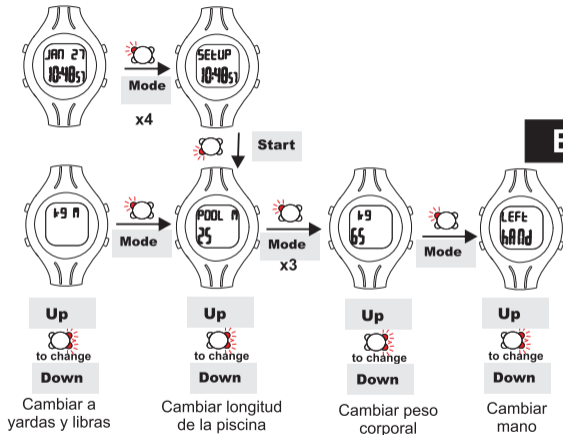
Seleccione la longitud de la piscina presionando **Arriba/Abajo** hasta que se muestre la medida correcta.

Pulse **Mode 3 veces** para introducir su peso (utilice de nuevo **Arriba/Abajo** para seleccionar el valor correcto)

Pulse **Mode 1 vez** para seleccionar mano izquierda (left) o derecha (right) pulse **Arriba** para seleccionar).

Mantenga pulsado el boton **Start 2 segundos** para volver al menu principal y pulse **Mode** para ir la pantalla FECHA/HORA.

Ahora ya esta listo para nadar!



Nadando

Pueden grabarse hasta 99 series por sesión.

Grabar Sesión Completa

Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Start** para empezar (aparecerá SWIM)

Durante o después de la sesión, presione Arriba/Abajo para visualizar Largos, Brazadas, Distancia (m), Calorías, Índice de Eficiencia y Número de Serie. Pulse Mode para mostrar Elapsed (tiempo transcurrido) desde que empezó a grabar, pulse Mode otra vez para mostrar la Hora Actual.

Mantenga pulsado 2 seg el boton Start para parar.

Grabar Series Individuales

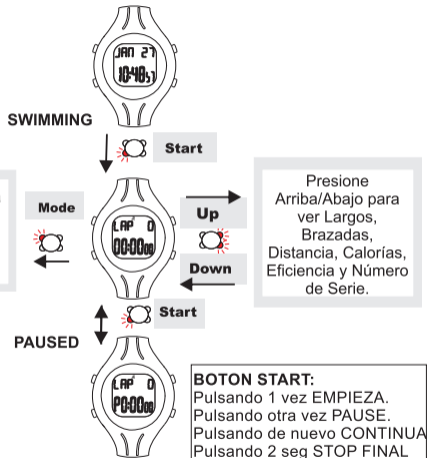
Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Start** para su primera serie.

Presione Start para Pausar (una P aparecerá en la esquina inferior izquierda y el tiempo de su última serie será mostrado durante 3 segundos, luego se pondrá a cero para calcular su tiempo de descanso).

Pulse Start otra vez para empezar de nuevo nade su siguiente serie. Repita tantas veces como necesite.

Mantenga pulsado 2 seg el boton Start para parar.

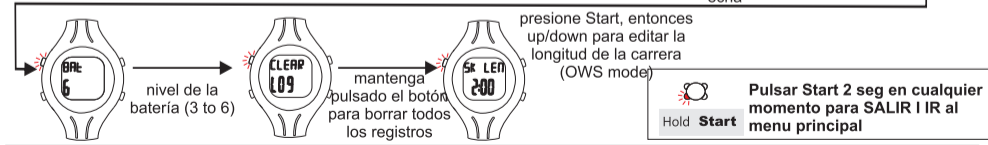
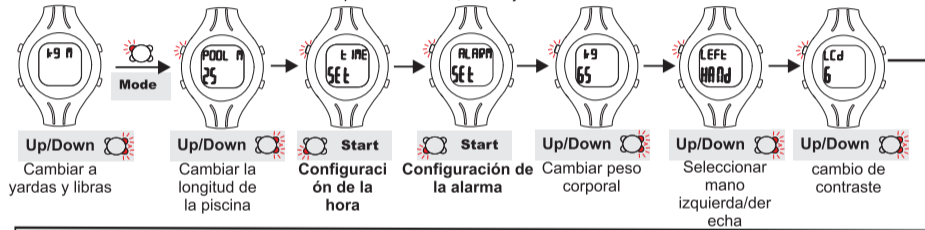
Pulsa Mode para ver tiempo Transcurrido y tiempo Actual mientras nada



Ajustes personales

Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Mode** 4 veces hasta **SETUP**. Pulse **Start**

Presione **Mode** para desplazarse por los ajustes del reloj – Seleccione sistema de unidades métrico o imperial, longitud de la piscina, Hora, Alarma, Peso, Mano Izquierda/Derecha, Reset y Nivel de Batería.



Ajuste la Hora

Desde TIME SET en el menu SETUP

Pulse *Start*

Las horas parpadearan en la pantalla del reloj, pulse *Arriba/Abajo* para cambiar el valor.. Pulse *Mode* otra vez para seleccionar Año, luego Mes, luego Día, luego 12/24horas y ajuste los valores con *Arriba/Abajo*.

Mantenga pulsado 2 seg. el boton *Start* para volver a SETUP.
Mantenga otra vez pulsado 2 segundos el botón *Mode* para volver al Menú principal.



Start



Up



to change

Down



Hold
Start

Pulsar
Start 2
seg para
SALIR

Ajuste la Alarma

Desde ALARM SET en el menu SETUP

Pulse *Start* - las horas parpadearan en la pantalla del reloj, pulse *Arriba/Abajo* para pantalla del reloj, pulse *Mode* para seleccionar Minutos, pulse *Mode* otra vez para ON or OFF y ajuste los valores con *Arriba/Abajo*.

Mantenga pulsado 2seg. el boton *Start* para volver a SETUP.
Mantenga pulsado 2 segundos de nuevo el botón *Mode* para volver al menú principal.

Con la Alarma en posicion ON aperecera en la pantalla el icono de una campana sobre los segundos. La alarma sonara cada dia a la hora seleccionada durante un minuto a hasta que se pulse *Mode*



Start



Up



to change

Down

seleccionar
Hora,
Minutos,
On/Off



Mode



Aguas abiertas (Openwater swimming)

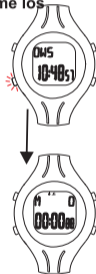
La primera vez que se utiliza PoolMate en el modo Aguas Abiertas (OWS) es necesario realizar una calibración del nado, que debe realizarse en las condiciones normales y habituales en las que se nada en aguas abiertas. Por ejemplo si se utiliza neopreno, deberás llevarlo puesto para hacer la calibración.

Anleitung Kalibrierung

Drücke 'MODE' um in den OWS Modus zu gelangen, dann 'START'. Schwimme die vermessene Strecke ein Mal. Halte 'START' für 2 Sekunden gedrückt, um die Trainingseinheit zu beenden. Als nächstes drücke 'UP' um die Daten abzurufen. Drücke 'UP', bis die Distanz angezeigt wird. Diese wird zum jetzigen Zeitpunkt nicht unbedingt korrekt sein, das ist aber kein Problem. Drücke nun 'START' und dann 'UP' oder 'DOWN', um die Distanz entsprechend der geschwommenen Strecke einzustellen. Drücke und halte 'START' für ein paar Sekunden um das Menü zu verlassen. Dein PoolMate ist nun auf Deine Armzuglänge kalibriert.

PoolMate también puede utilizarse en modo de Aguas Abiertas cuando se nada en el exterior en un lago o en el mar. Realizará un cálculo aproximado de la velocidad, distancia, etc..., basándose en la distancia y número de brazadas.

Für die folgenden Trainingseinheiten drücke 'MODE' bis OWS im Display erscheint. Drücke dann 'START' und schwimme los



Der OWS Modus kann auch zum Schätzen der Distanz in sehr großen Pools und Gegenströmungen genutzt werden.

Schwimme einfach ein paar Bahnen in einem normalen Pool in der gleichen Intensität wie Du auch in einer Gegenströmung würdest und befolge die Anleitung zur Kalibrierung.

E

(bitte beachte jedoch, dass der PoolMate nur schätzt und daher nicht so genau wie z.B. eine GPS-Messung bei Fahrzeugen sein kann.)

Chrono

Utilice PoolMate de esta manera en bicicleta o corriendo

PoolMate puede utilizarse tambien en modo Chrono como Cronometro hasta 99 vueltas fuera de la piscina.

Desde la pantalla FECHA/HORA pulse Mode para ir a CHRONO Pulse Start.

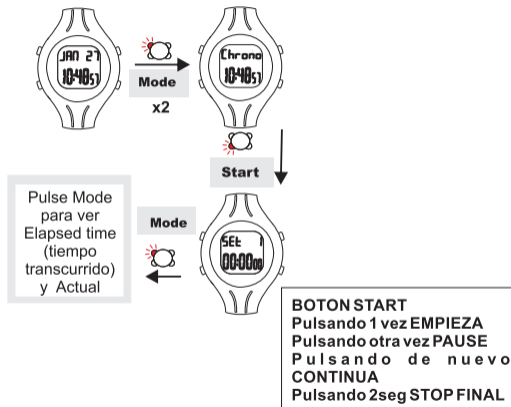
La pantalla le mostrara el Set 1

Como cuando nada, pulsando Start otra vez, se pondra en PAUSE, pulsando otra vez empezara de nu y el numero de Set aumentara.

Mantanga pulsado para PARAR.

La sesion puede verse de igual modo que una sesion de natacion- utilizando Arriba/Abajo inmediatamente despues de la sesion, o en la pantalla LOG. Los registros de Chrono son diferentes a los de natacion porque no aparecera la palabra SWIM.

NOTA: En modo Chrono el sensor de movimiento no funciona- solo se registra el Tiempo- no la Velocidad o Distancia.



Repasar sus sesiones

Ultima sesion

Después de nadar, podrá ver los datos directamente desde la pantalla FECHA/HORA simplemente pulsando Arriba/Abajo para ver los Largos, Brazadas por Largo, Distancia, Velocidad (segundos por cada 100 m o yardas), Calorías, Eficiencia y Tiempo.

PoolMate tiene una amplia memoria para guardar detalles de hasta 50 sesiones



Otras Sesiones

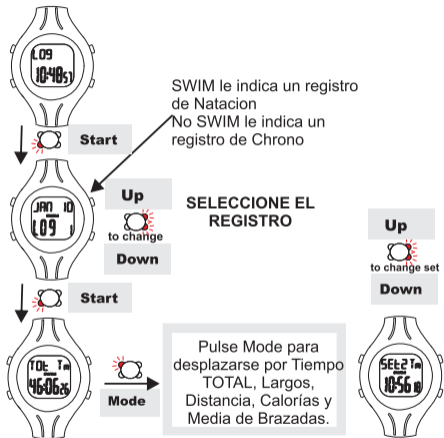
Desde la pantalla FECHA/HORA pulse Mode 3 veces para ir a LOG

Pulse *Start* para entrar. Pulse *Arriba/Abajo* para desplazarse por las sesiones guardadas. (PoolMate guarda cada sesion por numero y fecha). Pulse *Start* para ver los detalles de la sesion seleccionada.

Pulse *Mode* para desplazarse por los TOTALES de esa sesión – Tiempo Nadando (Tot Tm), Rest time (REST T), Calorías (CAL), Largos (Tot L), Distancia (Metres)

Cualquier Serie (SETS) puede verse. Desplácese por Tiempo de Serie (S1), Rest Time (S1 RST), Largos (S1 LAP), Distancia (S1 M), Número Medio de Brazadas (S1 STK), Velocidad (S1 SPD), Índice de Eficiencia (S1 EFF) con Mode Mantenga pulseado *Start* para salir.

NOTA: Para comparar los datos entre las series (SET), seleccione el valor a comparar con Mode y desplácese entre las series con *Arriba/Abajo*. Se mostrara el valor de cada serie para que pueda compararlo



Borrar Sesion

Todas las sesiones se guardan automaticamente en LOG. Puede borrar las sesiones que no quiera guardar.
 Seleccione la sesion que quiere borrar, pulse Mode. ERASE aparecera en la parte superior de la pantalla.
 Pulse Mode, SURE (¿seguro?) aparecerá, presione otra vez Mode para eliminar la sesión seleccionada.
 NOTA: una vez borrada la sesion perdera el archivo y no podra recuperario.



FAQs

P Como funciona PoolMate?

R PoolMate contiene sensores que detectan el movimiento de los brazos. Un software de algoritmos desarrollado por nuestros ingenieros procesa la señal de cada brazada obteniendo información de cada largo, brazada, distancia, velocidad y consumo de calorías de forma automatizada.

P Necesito pulsar algún botón al final de cada largo como en otros contadores de largos?

R No, Pool-Mate es totalmente automático y notará cuando empiece un nuevo largo sin tener que hacer nada.

P Por qué necesito introducir mi peso?

R PoolMate lo utiliza para calcular el consumo de calorías.

P Quiero entrenar por series, puede PoolMate grabar cada serie?

R Si, puedes ver todos los detalles de cada serie y también los de todo el entrenamiento.

P Funciona PoolMate realizando virajes?

R Si, PoolMate funciona con virajes o cuando se toca la pared.

P Pool-Mate no actualiza mis largos cuando realizo series de pies o a un solo brazo

R Debes poner PoolMate en modo "Pause" cuando realices series de pies o a un solo brazo.

P Puedo llevar PoolMate en mi muñeca derecha?

R Si, PoolMate funcionara en ambas muñecas simplemente debes indicarlo en el menú SETUP.

P PoolMate me da resultados extraños cuando cambio mi brazada en medio de un largo?

R Pool-Mate no se ha diseñado para reconocer cambios de brazada en una parte de cada largo. Si va a cambiar su estilo de brazada, debe hacerlo cuando empiece cada largo. Si se interrumpe la brazada en medio de un largo puede ocasionar una cuenta inexacta de largos.

E

P Qué mide el Índice de Eficiencia?

R El Índice de Eficiencia se basa en el reconocido método del Swim-Golf que puede serle familiar.
.. Concéntrese en reducir su número de brazadas para aumentar la eficiencia y mejorará su natación.

P PoolMate no ha contado todos mis largos.

R) Si obtiene resultados inexactos, asegúrese que el reloj esté bien sujeto a la... Esto le ahorra energía, mejora su eficiencia y da a Pool-Mate un poco más de tiempo para registrar el cambio de largos. Algunos nadadores pueden encontrar mejores resultados llevando PoolMate en la otra muñeca.

P Como de exacto es PoolMate?

R El reloj se ha probado en una gran variedad de nadadores durante un periodo de 18 meses anterior a su lanzamiento. Tenemos un porcentaje de acierto de 99.75% entre todos recibidos durante cientos de km de muchos nadadores con un rango de 1500m entre 22 a 40 minutos. No se da ninguna garantía en aquellos nadadores con brazadas diferentes a lo habitual y la precisión puede variar con usuarios cuyas brazadas o habilidades difieran de lo normal.

P Funciona el reloj en todas las piscinas?

R PoolMate funciona en piscinas a partir de 15 metros de longitud. Sólo necesita ajustar la longitud de la piscina antes de su uso. Para reconocer que usted está nadando, el reloj necesita detectar varias brazadas. Si se usa una piscina pequeña, usted podría alcanzar el final antes de que ocurra esto. Si esto ocurriese, le recomendamos intente una piscina mayor.

P En qué unidades se mide la velocidad?

R La Velocidad mostrada es el tiempo medio en segundos cada 100 metros, si se ha configurado en sistema métrico , o yardas si se ha configurado en sistema imperial.

) El Índice de Eficiencia se calcula a partir de la distancia recorrida por brazada y el tiempo por brazada. Este índice disminuye cuando su eficiencia aumenta.

menos de 30	Excelente -Atleta profesional
30-40	Muy Bien
40-50	Por encima de la media
50-70	En la media
Mas de 70	Por debajo de la media

Cuidado y mantenimiento

PoolMate es resistente al agua hasta 50m, sin embargo los botones no han sido diseñados para utilizarse bajo el agua. Debe asegurarse que PoolMate está fuera del agua antes de pulsar los botones. No buceé usando el reloj.

No debería utilizar PoolMate si se empaña o aparecen gotas de agua en su interior. Nunca trate de desmontar o arreglar el reloj PoolMate usted mismo.

Proteja siempre su PoolMate de golpes, objetos punzantes, temperaturas extremas y largas exposiciones directas a los rayos del sol.

Si no lo utiliza, guarde su PoolMate en un lugar limpio, seco y alejado de cambios bruscos de temperatura. No guardarlo en un ambiente húmedo como una mochila deportiva.

No exponga a productos químicos y de limpieza que puedan dañar las juntas de PoolMate.

Si necesita limpiar su PoolMate, hágalo con un paño suave y húmedo. Si fuera necesario puede utilizar jabón neutro.

Garantía

No se garantiza la exactitud del reloj ni el número de vueltas y brazadas realizadas por nadadores con brazadas fuera de lo habitual. Si este producto fallara debido a materiales defectuosos, Swimovate Ltd. reparará o sustituirá sin cargo alguno durante un período de doce meses desde la fecha de compra (factura de compra necesaria). Esta garantía sólo se aplicará al comprador original y cubre las averías por material o funciones defectuosas ocurridas durante un uso normal.

No cubre las pilas, el reemplazo de las pilas, daños o fallos causados por negligencia, accidente, mal uso o alteraciones o modificaciones del producto, o cualquier fallo causado por el uso del producto fuera de las especificaciones publicadas. Swimovate Ltd en ningún caso será responsable de las consecuencias de la habilidad o inhabilidad para utilizar el producto. Swimovate Ltd. no asume ninguna responsabilidad por la pérdida o daños a terceros que puedan surgir por el empleo de este producto.

Si una reclamación bajo garantía parece ser necesaria, mande un correo electrónico a support@swimovate.com (o llame al teléfono +44 (0) 1784 481562) para obtener un número de devolución antes de enviar su Pool-Mate. Paquetes no serán aceptados sin un número de devolución.

Cambio de pilas

Las pilas PoolMate (Cr2025) tienen una duración estimada de 24 meses. Cuanto más horas dedique a nadar por semana, menos durarán las pilas. Para mantener la resistencia al agua y la validez de la garantía, Pool-Mate debe ser devuelto a Swimovate Ltd para su cambio de pilas o llevado a un relojero cualificado – no intente cambiarlas usted mismo.

Certificación

PoolMate dispone de los certificados CE y FCC. La marca CE se utiliza para señalar la conformidad con la directiva de La Unión Europea EMC 89/336/EEC. El Pool-Mate ha sido probado cumpliendo con los límites correspondientes a un dispositivo digital clase B, según parte 15 de las normas FCC. Estos límites son diseñados para proveer protección razonable frente a interferencias dañinas en una instalación residencial.

Patent

UK number 0822084.0 | USA number Us2010204952

Este Manual de Usuario y su contenido son únicamente para el empleo de nuestros clientes para obtener el conocimiento en cuanto a la utilización de PoolMate. El contenido no será revelado o reproducido sin el consentimiento previo escrito de Swimovate Ltd. Este manual se ha elaborado con sumo cuidado para asegurar la exactitud de la documentación, pero el contenido está sujeto a cambios sin previo aviso. La última versión de esta documentación se puede descargar en www.swimovate.com

Copyright © 2011 Swimovate Ltd

www.swimovate.com

