

## Notice – compteur

### **Touche Mode**

La touche *Mode* sert à naviguer d'une fonction à l'autre. Vous pouvez remettre les compteurs à zéro en maintenant cette touche enfoncée.

### **Time / Chronomètre**

Appuyez sur la touche *Mode* jusqu'à ce que *Time* apparaisse à l'écran. Il s'agit d'un chronomètre qui va enregistrer la durée de votre entraînement. En maintenant la touche *Reset* appuyée un moment, vous pouvez remettre le chrono à zéro.

### **Speed / Vitesse**

Cette fonction indique votre vitesse en km/h.

### **Distance**

Cette fonction indique la distance parcourue lors de votre séance. En maintenant la touche *Reset* appuyée un moment, vous pouvez remettre le compteur à zéro.

### **Odo / Distance totale** (selon les modèles)

Cette fonction indique la distance totale en km parcourue sur votre appareil.

### **Pulse / Cardiomètre** (selon les modèles)

Cette fonction vous permet de mesurer votre pouls. Mettez la paume des mains sur les capteurs de pouls et attendez environ 30 secondes tout en continuant l'entraînement. Votre pouls à la minute s'affiche. Veillez à ne pas dépasser 150 battements par minute. Consultez votre médecin pour convenir avec lui du pouls optimum pour vos entraînements.

### **Calories :**

Cette fonction affiche les calories brûlées pendant votre séance d'entraînement. Attention, il s'agit d'une valeur indicative ! Le nombre réel de calories brûlées peut y être supérieur ou inférieur. En maintenant la touche *Reset* appuyée un moment, vous pouvez remettre le compteur à zéro.