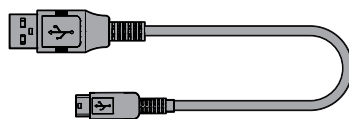
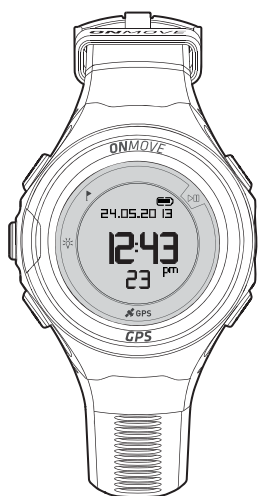




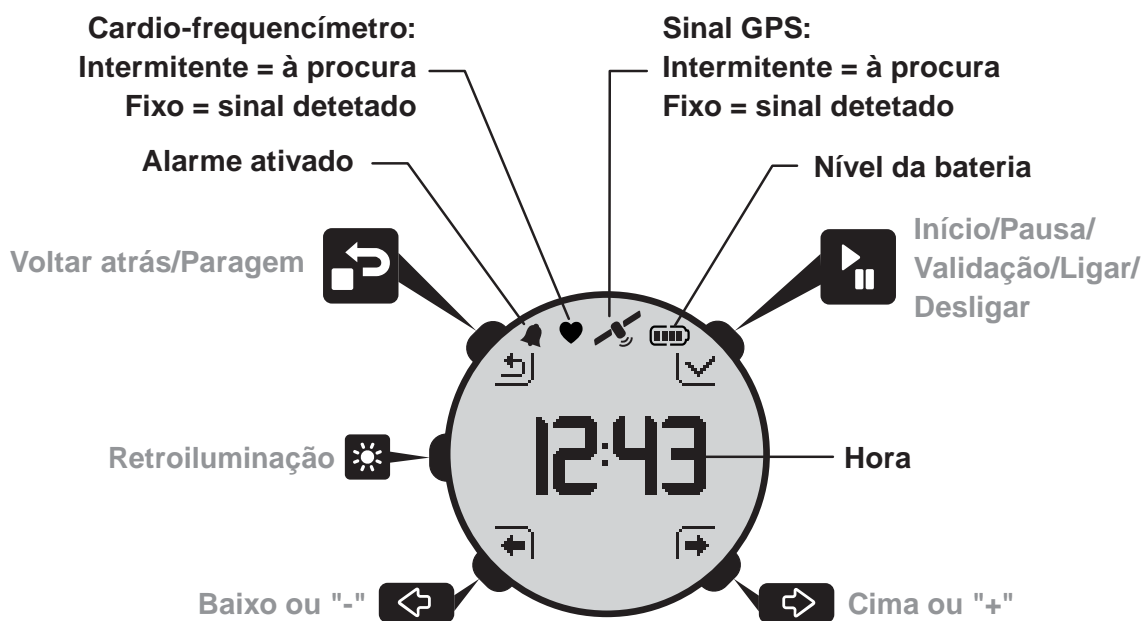
RESUMO

1	AJUSTES.....	3
1.1	Ajuda intuitiva	3
1.2	Ajustes no primeiro arranque	3
1.3	Cinto de cardio-frequencímetro.....	4
1.4	Acesso ao modo Ajustes	5
1.4	Configurações gerais	6
1.6	Parâmetros do utilizador	8
1.7	Parâmetros da zona-alvo.....	9
1.8	Parâmetros de exibição.....	10
1.9	Configuração do cardio-frequencímetro	11
1.10	Acerca de	12
2	UTILIZAÇÃO.....	13
2.1	Colocação em funcionamento.....	13
2.2	Modo relógio	13
2.3	Modo de atividade "Livre"	13
2.4	Desligar o ONmove 220	16
3	DIÁRIO	17
3.1	Diário das sessões.....	17
3.2	Apagar uma sessão	17
3.3	Apagar a memória.....	18
3.4	Estado da memória	18
4	MENSAGENS	18
4.1	Sinal GPS e/ou do cardio-frequencímetro perdido.....	18
4.2	Nível da bateria.....	19
4.3	Memória cheia	20
5	CARREGAMENTO DA BATERIA	21
6	TRANSFERIR E VISUALIZAR OS SEUS DADOS PARA O "DECATHLON COACH" ...	21
6.1	Transferência a partir de um computador	21
6.2	Transferência a partir de um smartphone ou de um tablet.....	22
7	CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS	22
8	ENTRE EM CONTACTO CONNOSCO.....	22
9	INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO	23
10	MENÇÕES LEGAIS	23
10.1	Declaração de conformidade CE	23
10.2	Reciclagem	23



Cabo USB para:

- Recarregar a bateria
- Transferir as suas atividades para o deathloncoach.com

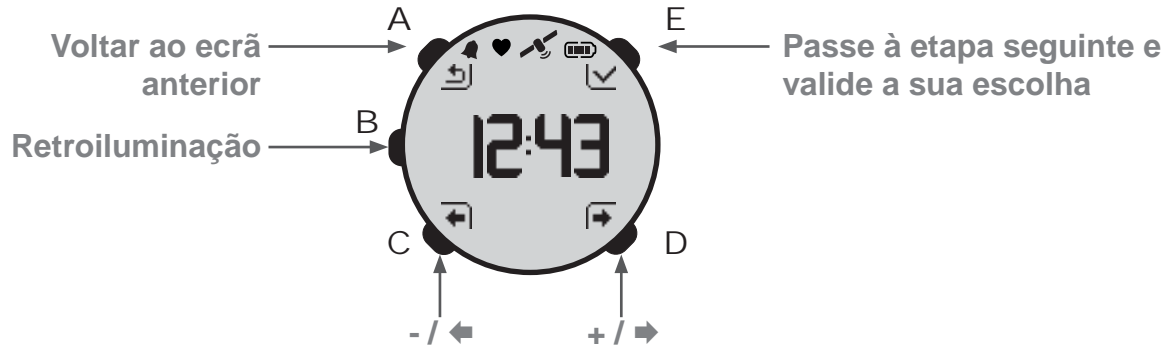


1 AJUSTES

1.1 Ajuda intuitiva

Princípio de ajustamento para cada configuração:

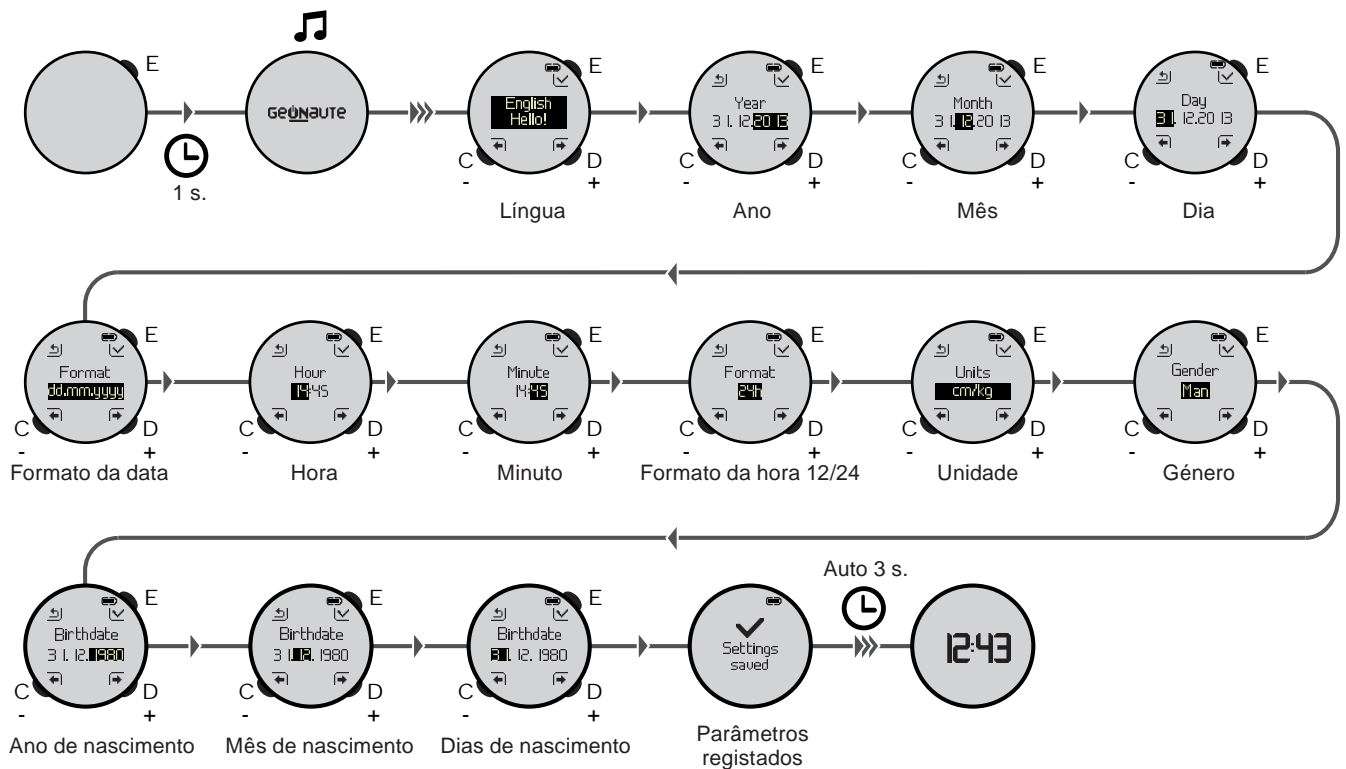
Em cada ajuste, utilize os botões **C** e **D** para ajustar os valores



Os ajustes marcados ➤ permitem uma deslocação rápida pelos valores com uma pressão prolongada no botão **E**

Determinados ajustes ou exibições provocam um sinal sonoro representado pelo ícone 🎵.

1.2 Ajustes no primeiro arranque

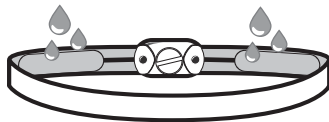


1.3 Cinto de cardio-frequencímetro

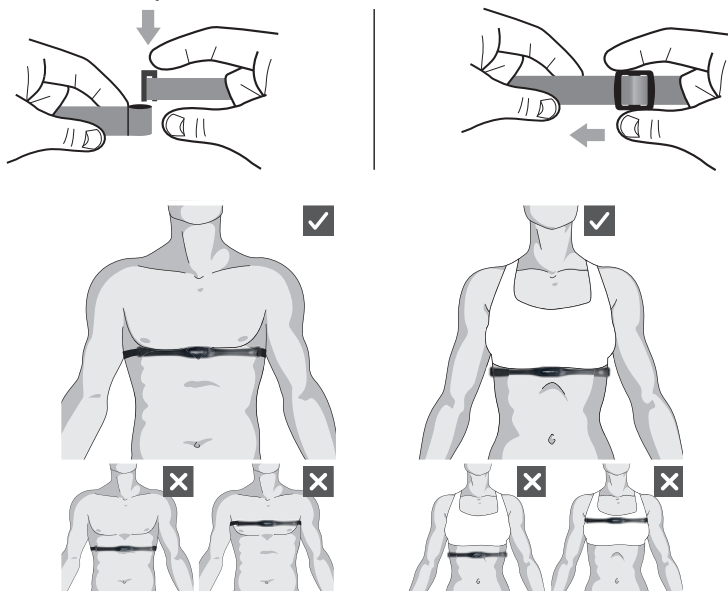
O seu ONmove 220 é compatível com os cintos de cardio-frequencímetro que utilizam o protocolo Bluetooth® Smart.

Colocação do cinto:

1 - Humedeça os sensores do seu cinto.

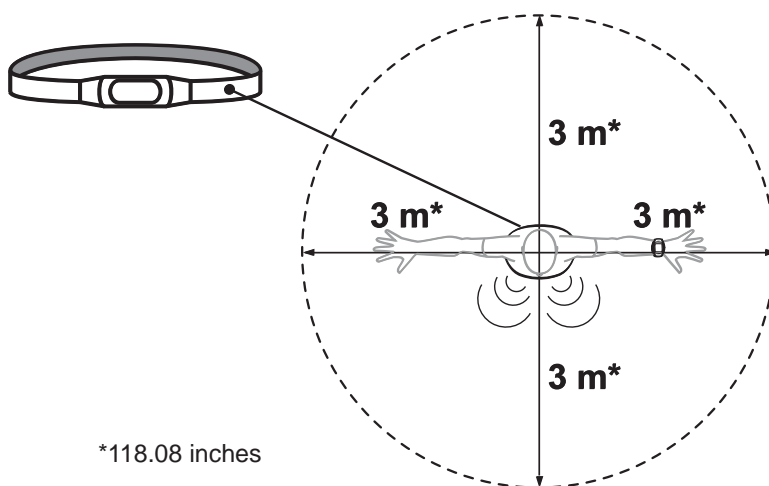


2 - Coloque o cinto no tronco e aperte.



3 - Aperte o cinto corretamente garantindo que os elétrodos ficam devidamente encostados no seu tronco.

Deteção do sinal: Aquando da procura do sinal da frequência cardíaca com o seu ONmove 220, certifique-se de que este se encontra na área de emissão do seu cinto:



*118.08 inches

1.4 Acesso ao modo Ajustes

Este menu permite-lhe aceder aos diferentes ajustes do seu ONmove 220:

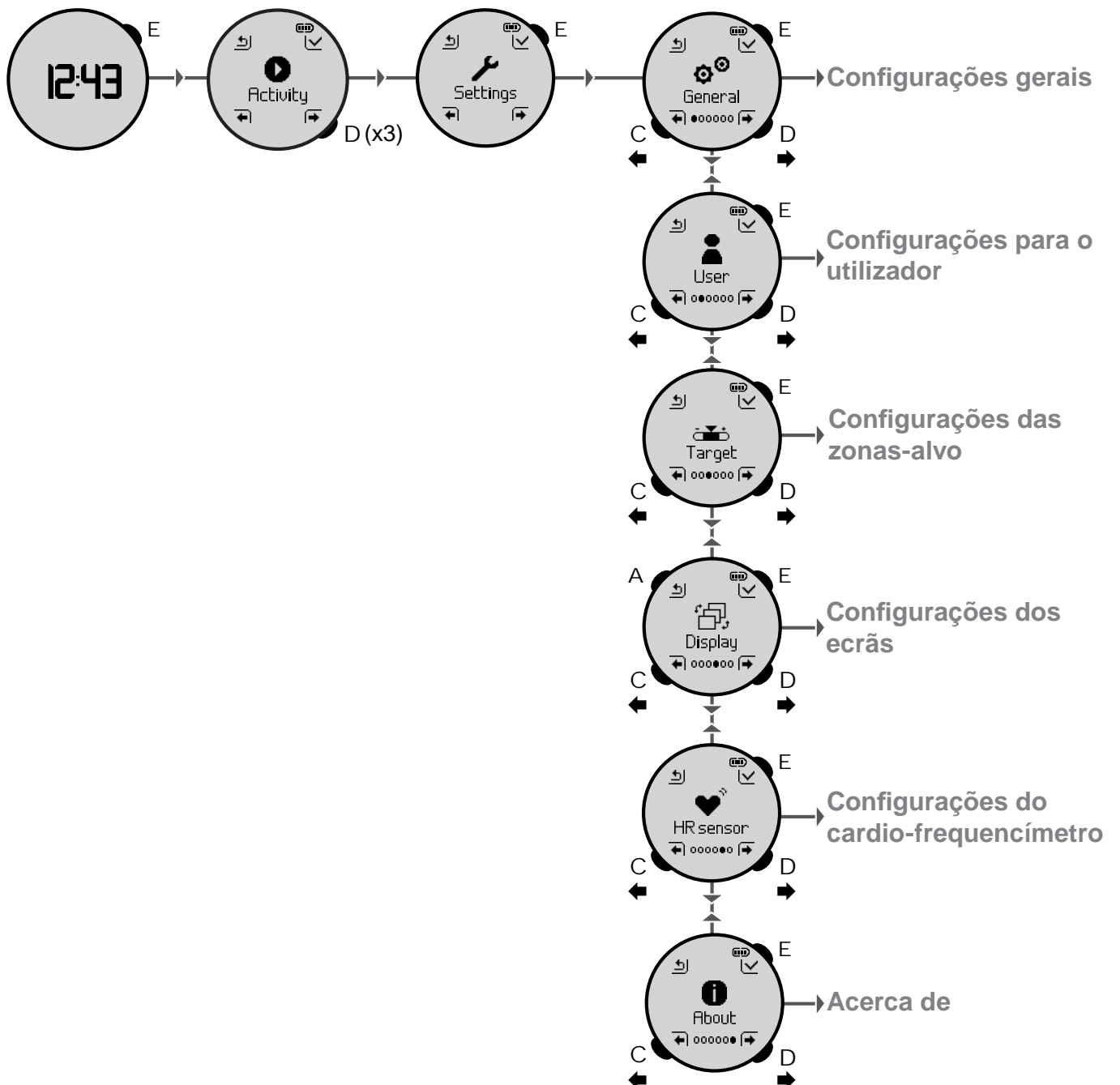
- Configurações gerais.
- Configurações para o utilizador.
- Zona-alvo.
- Personalização dos ecrãs.
- Ativação do cardio-frequencímetro.

■ No modo relógio, pressione o botão **E** para aceder ao menu principal.

Navegue nos menus com recurso aos botões **C** (←) e **D** (→) até chegar ao modo "Ajustes".

■ Pressione novamente o botão **E** para entrar no menu "Ajustes".

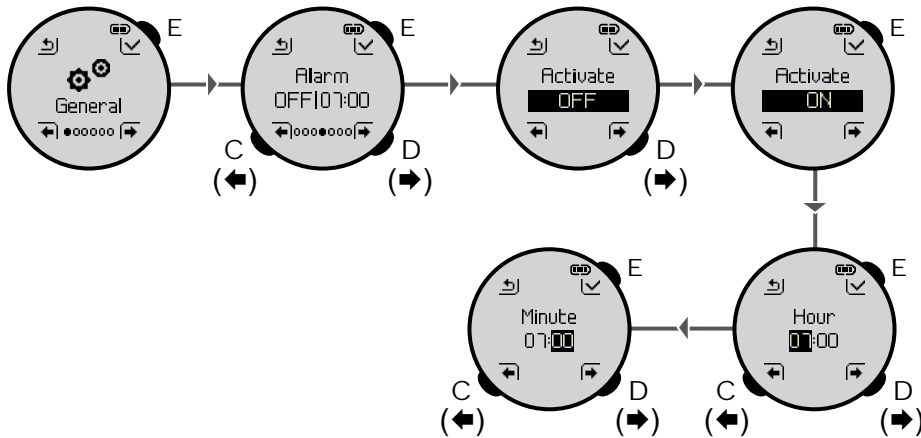
■ Pressione o botão **A** para voltar ao menu anterior.



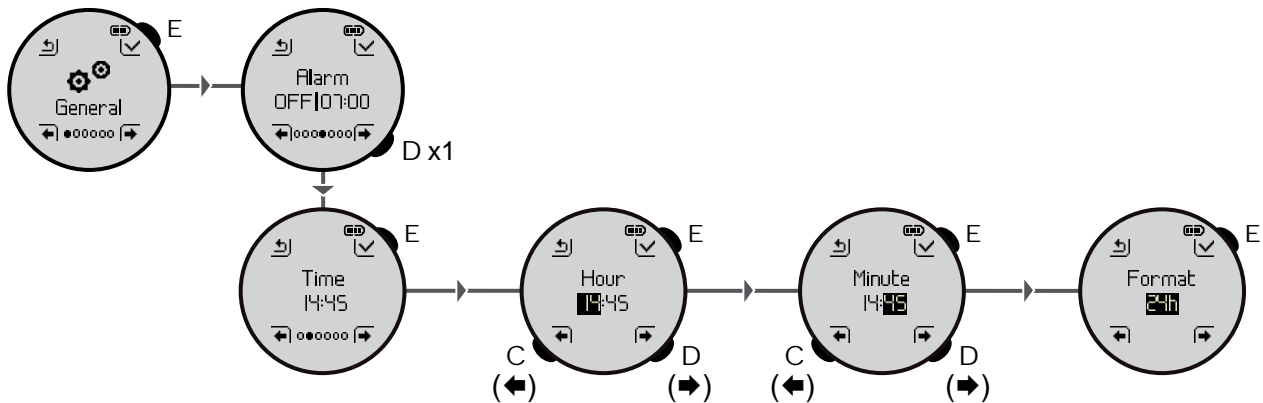
1.4 Configurações gerais

Observação: Os valores padrão dos diferentes menus são os valores definidos na primeira colocação em funcionamento.

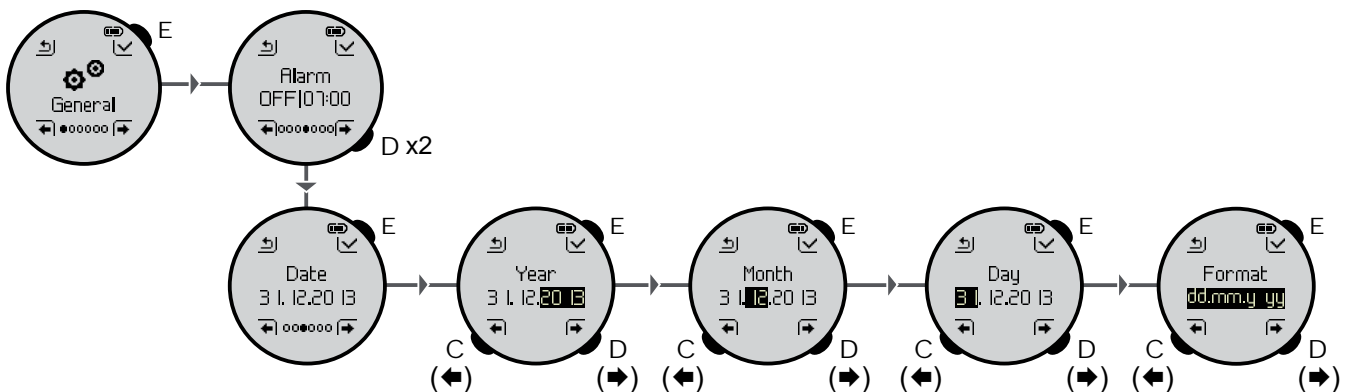
1.5.1 Ajuste do alarme



1.5.2 Ajuste da hora

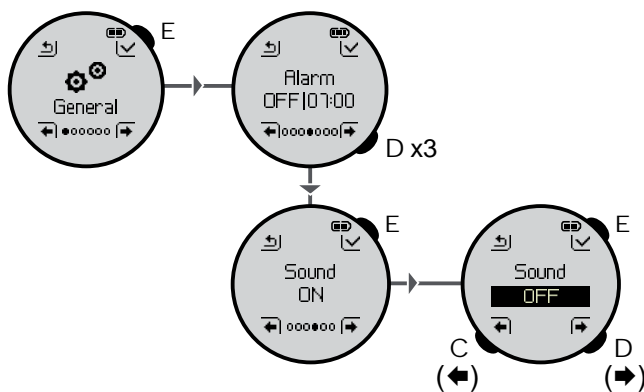


1.5.3 Ajuste da data

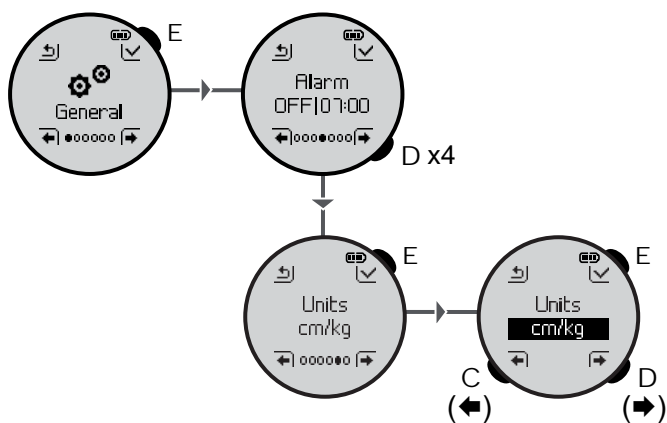


1.5.4 Ajuste do som

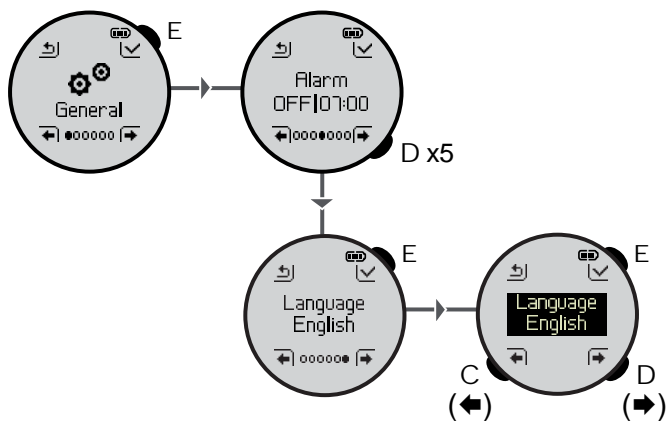
Observação: Este ajuste não se aplica ao som de alarme. Se estiver definido para "OFF", o som do alarme permanecerá ativo.



1.5.5 Ajuste das unidades

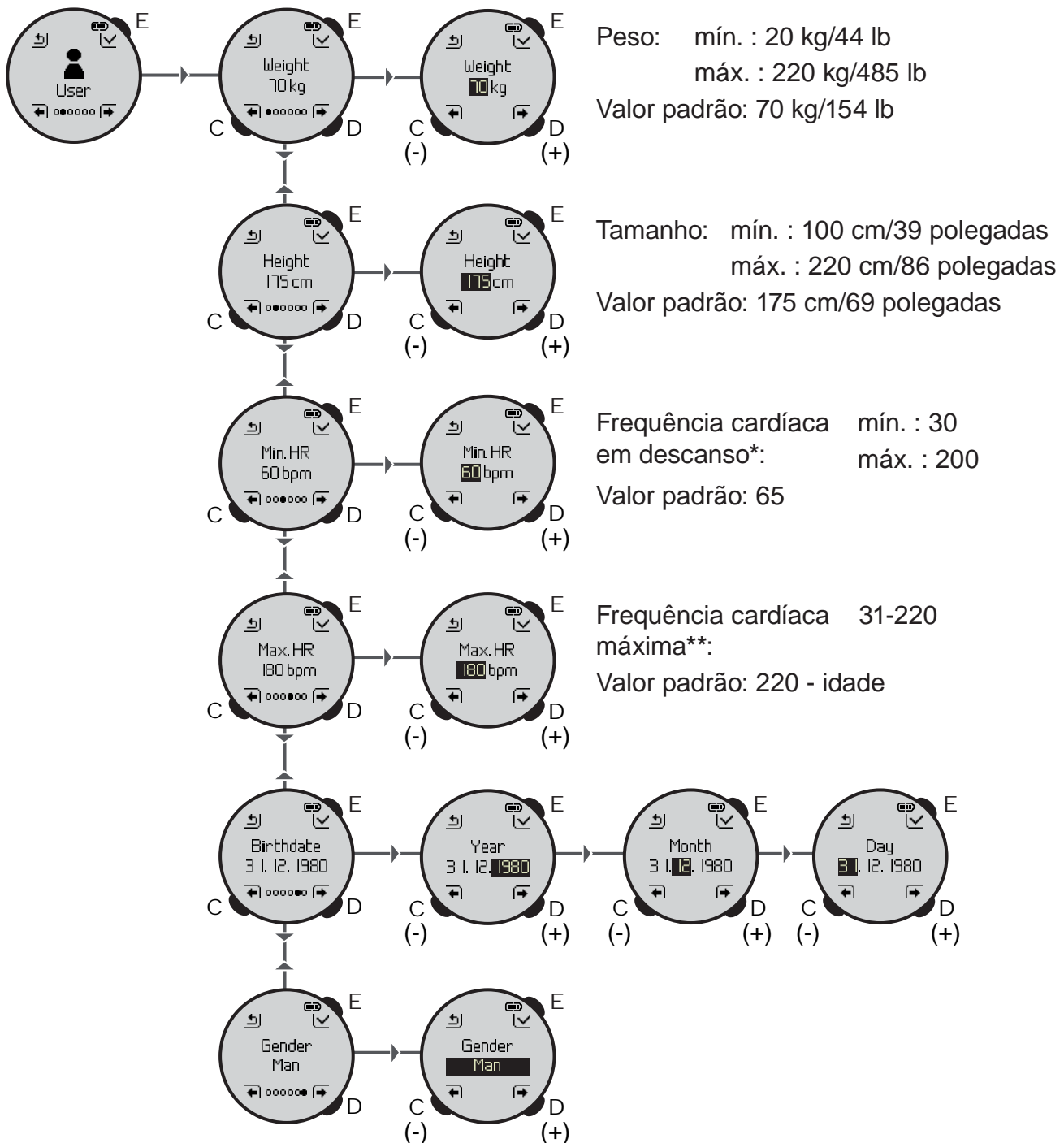


1.5.6 Ajuste da língua



1.6 Parâmetros do utilizador

Os parâmetros pessoais do utilizador são igualmente sincronizados automaticamente durante a ligação à sua conta myGeonaute (**ver o ponto 6**).



* **Observação:** Este valor representa a sua frequência cardíaca em descanso. Permite calcular de forma mais exata o seu gasto de calorías. Para determinar este valor, depois de acordar permaneça deitado e meça a sua frequência cardíaca. Pode igualmente medi-la em qualquer momento desde que se deite e permaneça calmo durante 5 minutos.

** **Observação:** Este valor representa a frequência cardíaca mais elevada que poderá atingir durante o esforço. Por defeito, este valor é calculado em função da fórmula: $220 - \text{idade} = \text{bpm máx.}$

1.7 Parâmetros da zona-alvo

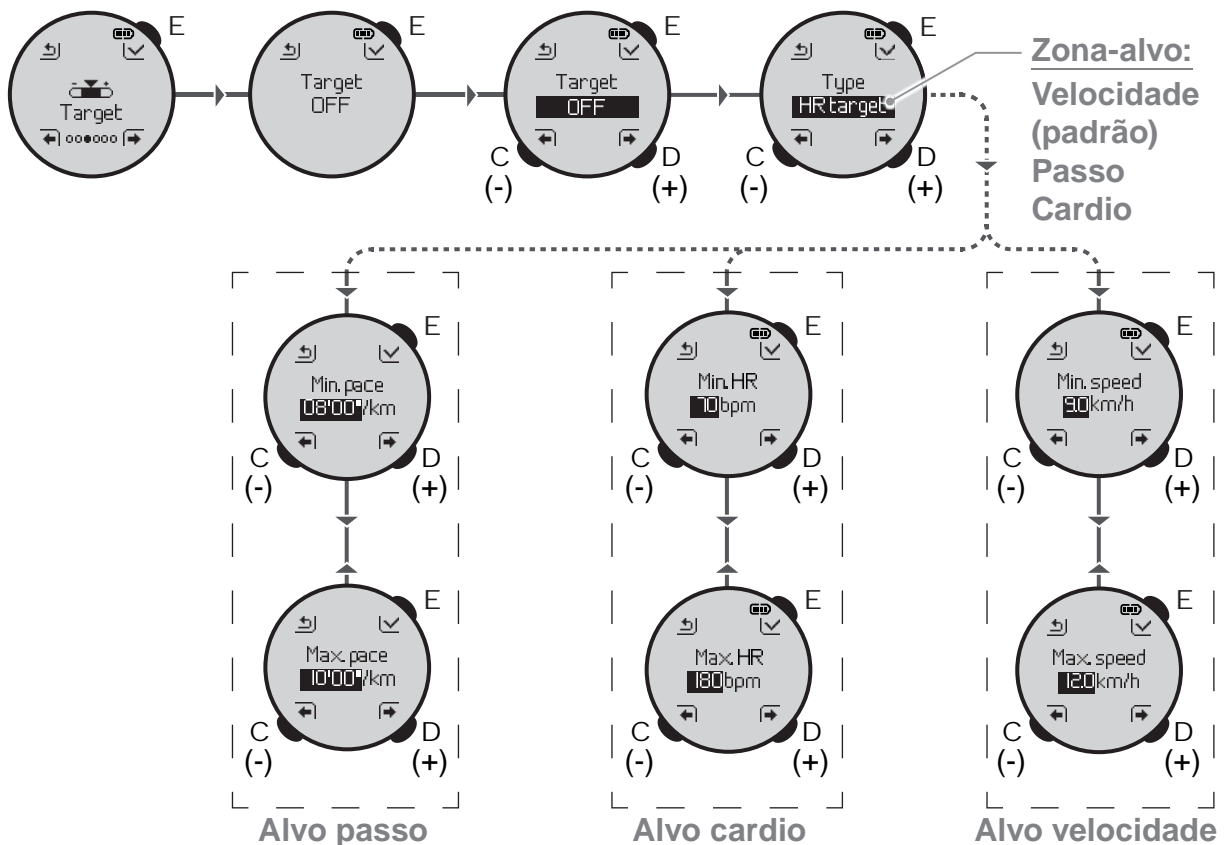
A configuração de uma zona-alvo permite-lhe gerir melhor o seu esforço e ajuda-o a permanecer numa zona de esforço determinada.

É emitido um sinal sonoro sempre que se verifica uma saída de zona.

Estão disponíveis 3 tipos de zonas-alvo: velocidade, passo, cardio-frequencímetro

Observação: A configuração "Alvo cardio" apenas está disponível se o cardio-frequencímetro estiver ativado (**ver o ponto 1.8**).

Assim que for ativada uma zona-alvo, ficará disponível durante a atividade um 4.º ecrã com uma indicação gráfica da sua zona-alvo.



Valores de ajuste das diferentes zonas-alvo.

Zona-alvo de passo:

- Passo mín. : de 2' 00" a 60' 00", (valor padrão: 10' 0")
- Passo máx. : de 1' 00" a 59' 00", (valor padrão: 8' 0")

Zona-alvo de frequência cardíaca:

- Frequência cardíaca mín. : de 30 a 200 bpm
- Frequência cardíaca máx. : de 40 a 220 bpm

Zona-alvo de velocidade:

- Velocidade mín. : de 1 a 98 km/h, (valor padrão: 9 km/h)
- Velocidade máx. : de 2 a 99 km/h, (valor padrão: 12 km/h)

1.8 Parâmetros de exibição

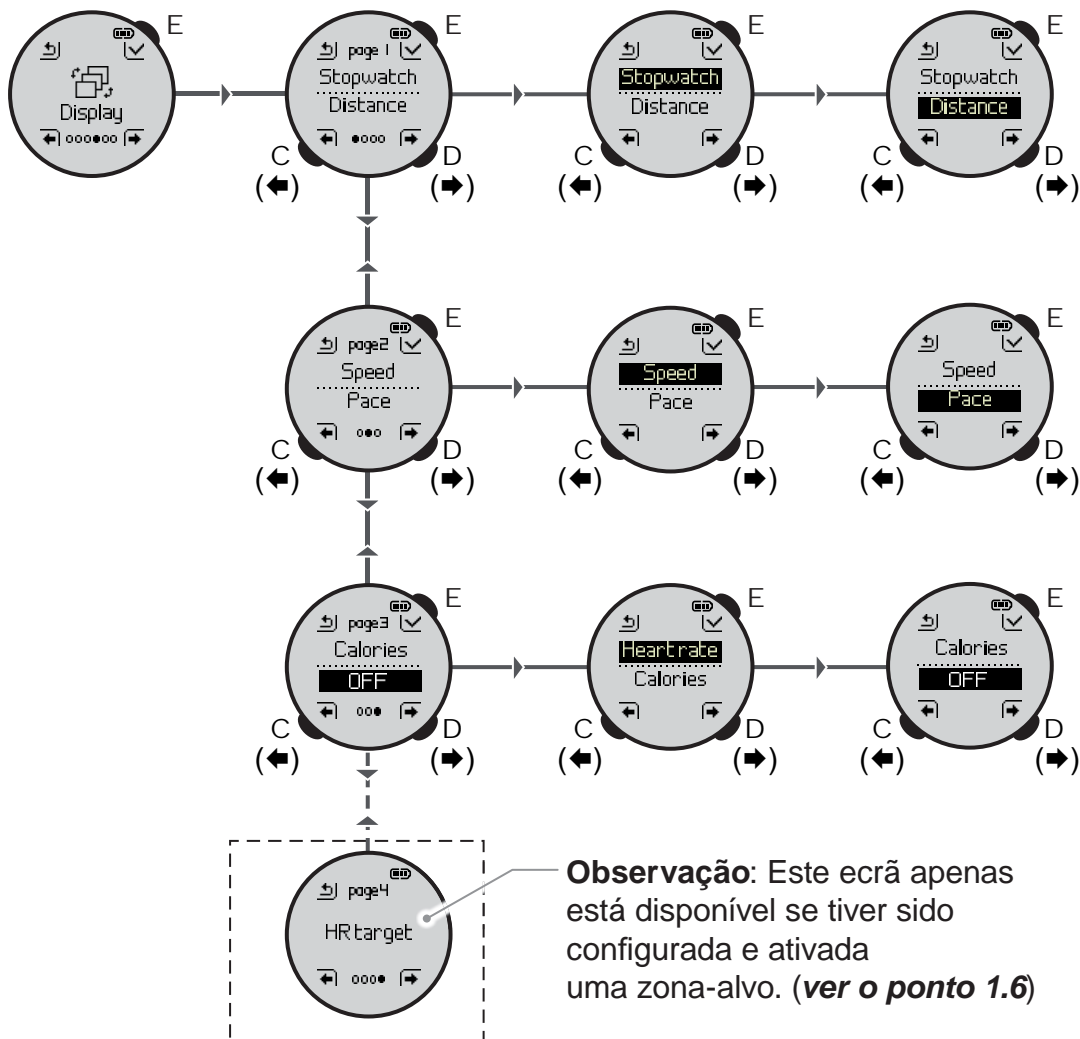
Este parâmetro permite selecionar as informações visíveis durante uma atividade. Cada ecrã exibe uma ou duas indicações definidas pelo utilizador.

Observação: Deve ser selecionado, pelo menos, um valor nos 3 ecrãs.

O tamanho da informação adapta-se em função do número de valores selecionado. Assim, a exibição será maior se estiver selecionado apenas um valor por ecrã.

Exemplo:

- Ecrã 1: Cronómetro + *Distância*,
- Ecrã 2: Velocidade + *Passo*,
- Ecrã 3: Calorias.



Lista dos valores disponíveis:

- Cronómetro
- Velocidade instantânea
- Velocidade média
- Passo instantâneo
- Passo médio
- Calorias

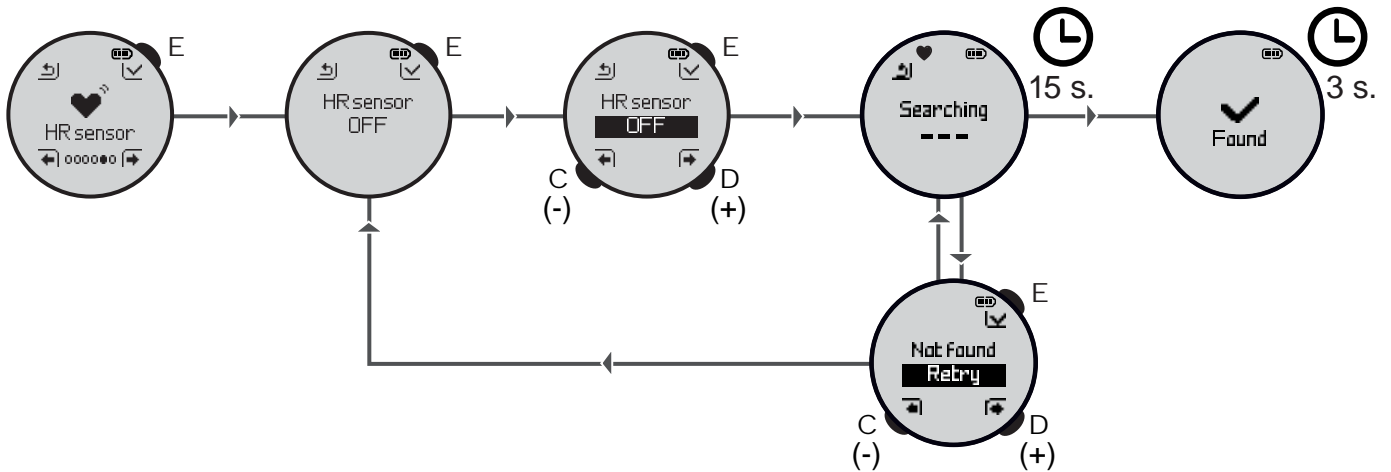
Frequência cardíaca Observação: é necessário ativar o cardio-frequencímetro para poder selecionar o valor da frequência cardíaca. (ver o ponto 1.8)

1.9 Configuração do cardio-frequencímetro

1.9.1 Ativação do cardio-frequencímetro

OFF: (valor padrão), o sensor não será procurado no início de uma atividade.

ON: o sensor será procurado automaticamente no início de uma atividade.

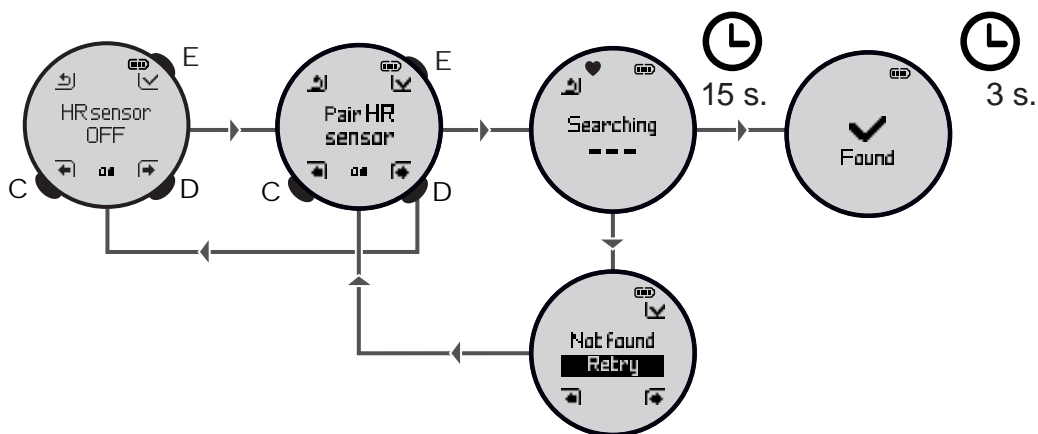


Na primeira ativação do cardio-frequencímetro, é automaticamente iniciada uma procura do seu cinto. Esta procura permite associar o seu cinto ao seu ONmove 220; esta ação denomina-se "Emparelhamento".

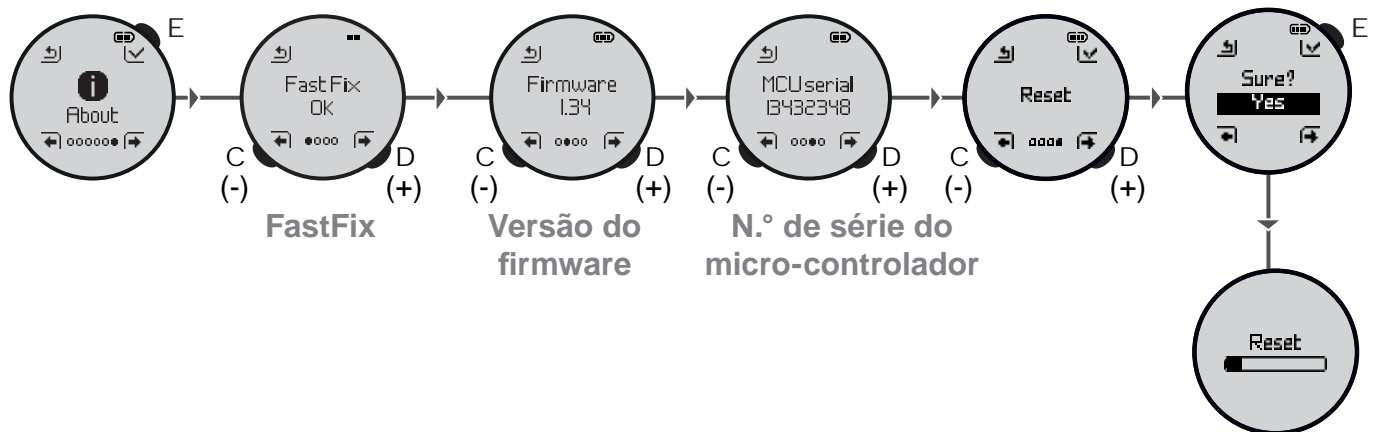
Depois de efetuado o emparelhamento, o seu cinto fica gravado na memória.

O emparelhamento deve ser efetuado na primeira utilização do seu cinto, quando o carregar ou depois de reinicializar o seu ONmove 220.

1.9.2 Emparelhamento de um cinto



1.10 Acerca de



1.10.1 FastFix

O seu ONmove 220 tem que detetar, pelo menos, 4 sinais de satélite para definir a sua posição.

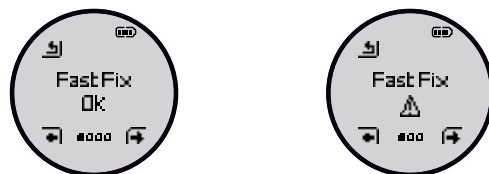
O sistema FastFix permite ao seu ONmove 220 prever a trajetória dos satélites durante um período de 7 dias.

Desta forma, o seu ONmove 220 conhece a localização exata dos satélites antes do início da procura.

Poderá, assim, beneficiar de uma deteção do sinal em menos de 30 segundos, mesmo que o sinal seja fraco ou que a área seja parcialmente coberta.

No menu "Acerca de", pode verificar a qualquer momento se o seu FastFix está atualizado ou não.

Para atualizar o seu FastFix, basta sincronizar o seu produto com o software ONconnect.



1.10.2 Firmware

O firmware é o software interno do seu relógio. Este firmware pode ser atualizado para aplicar correções ou novas funcionalidades ao seu relógio.

Receberá informações acerca de novas atualizações a cada sincronização do seu produto com o software ONconnect.

Certifique-se de que dispõe da atualização mais recente para poder beneficiar das últimas correções.

1.10.3 MCU Serial

Este número pode ser-lhe solicitado pelo nosso Serviço Após Venda em caso de problemas com o seu produto.

1.10.4 Reset

Esta função permite reinicializar o seu relógio. Atenção: todas as suas sessões, ajustes e parâmetros pessoais serão eliminados.

2 UTILIZAÇÃO

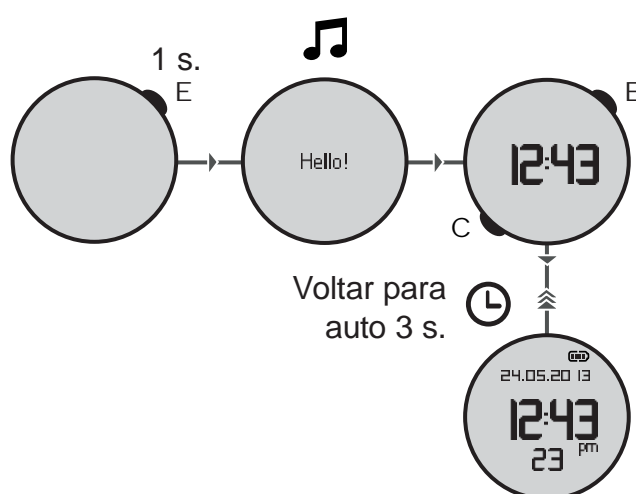
2.1 Colocação em funcionamento

Antes da primeira utilização, é aconselhável o carregamento completo do ONmove 220. O tempo de carregamento completo é de cerca de 1h30. Depois de carregado, dispõe de uma autonomia de 7 horas no modo GPS e de 10 dias no modo hora. O ONmove 220 é facilmente carregado ligando-o a uma porta USB do seu computador ou a um adaptador USB de 5 V-1 A.

2.2 Modo relógio

Desde que o relógio esteja ligado, é possível aceder sempre ao modo relógio.

Para ligar o relógio, pressione o botão **E** durante 1 segundo.



2.3 Modo de atividade "Livre"

- Para aceder ao modo "Livre", pressione **E** no modo de relógio.

Observação: Quando a memória do seu ONmove 220 estiver cheia, é emitido um bip e o ecrã exibe "**Memória cheia**". De seguida, é-lhe proposto o seguinte:

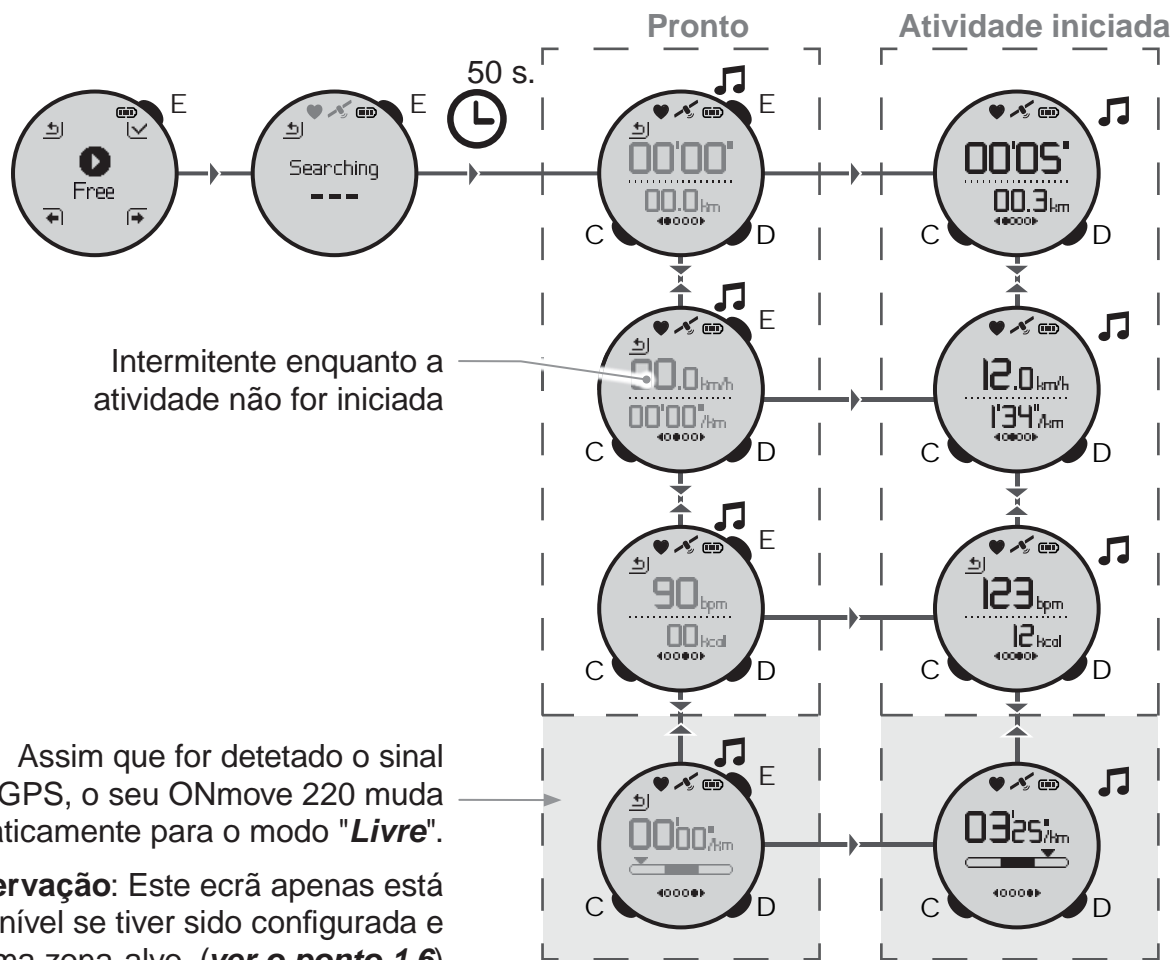
- libertar espaço de memória eliminando algumas sessões ou
- substituir automaticamente o treino mais antigo.

- Selecione o modo "Livre" pressionando o botão **E**. A procura do sinal GPS e/ou do cardio-frequencímetro será iniciada automaticamente.

Durante esta procura, os ícones e piscam. A procura do sinal GPS pode variar entre 15 segundos e 1 minuto, dependendo das condições de receção. Assim que o sinal GPS é encontrado, é emitido um sinal sonoro.

Observação: A qualidade de receção do sinal de satélite é ligeiramente afetada pelo ambiente envolvente e por deslocações. De modo a facilitar a receção, recomendamos que, na medida do possível:

- Se posicione numa área aberta, afastada de edifícios circundantes e que não se posicione ao abrigo de árvores.
- Permaneça imóvel durante a deteção do sinal.
- De forma a otimizar a receção do sinal de satélite, mantenha o FastFix atualizado sincronizando o seu produto com o software ONconnect. (Ver o ponto 1.10.1)




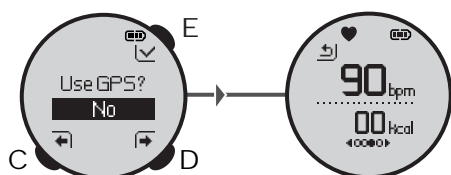
■ Pressione o botão **E** para iniciar a atividade; é emitido um sinal sonoro.

Durante a atividade, pressione o botão **C** ou **D** para modificar a exibição dos ecrãs definidos nos parâmetros de exibição (ver o ponto 1.7).


2.3.1 GPS ou Cardio-frequencímetro não detetado


Caso 1: sinal GPS não encontrado.

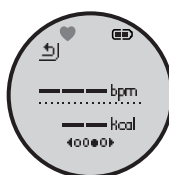
Tem a possibilidade de iniciar a atividade sem GPS. **Os valores "Velocidade", "Passo", "Distância"** e o ícone  deixarão de ser exibidos.



Caso 2: cardio-frequencímetro não encontrado.

Tem a possibilidade de iniciar a atividade sem cardio-frequencímetro. **Os valores "BPM" e "Calorias"** deixarão de ser exibidos. A procura do sinal do seu cardio-frequencímetro continuará durante 15 minutos e o ícone  piscará.

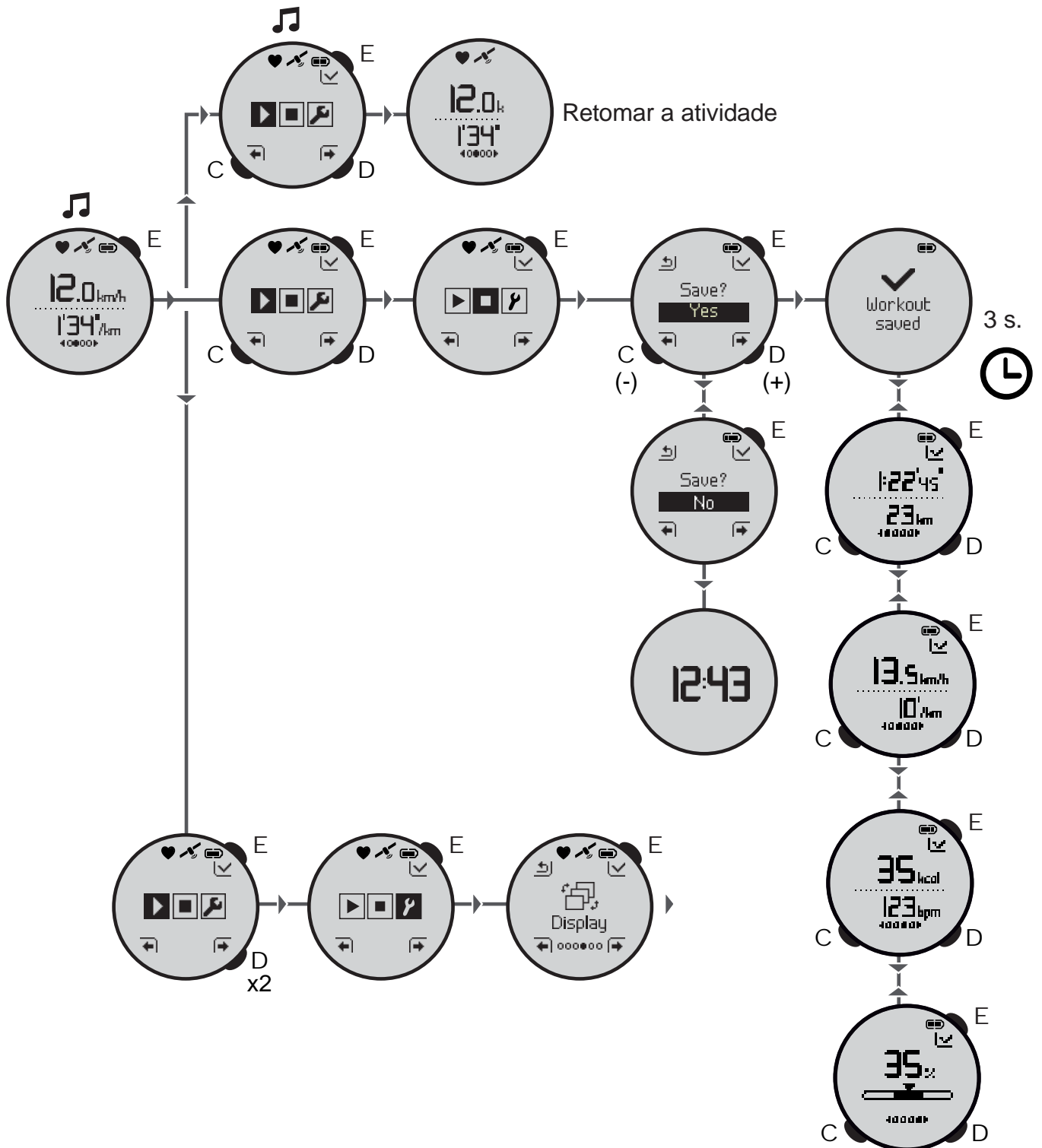
Se, após 15 minutos, não for detetado nenhum sinal, a procura será automaticamente interrompida e o ícone  deixará de ser exibido.



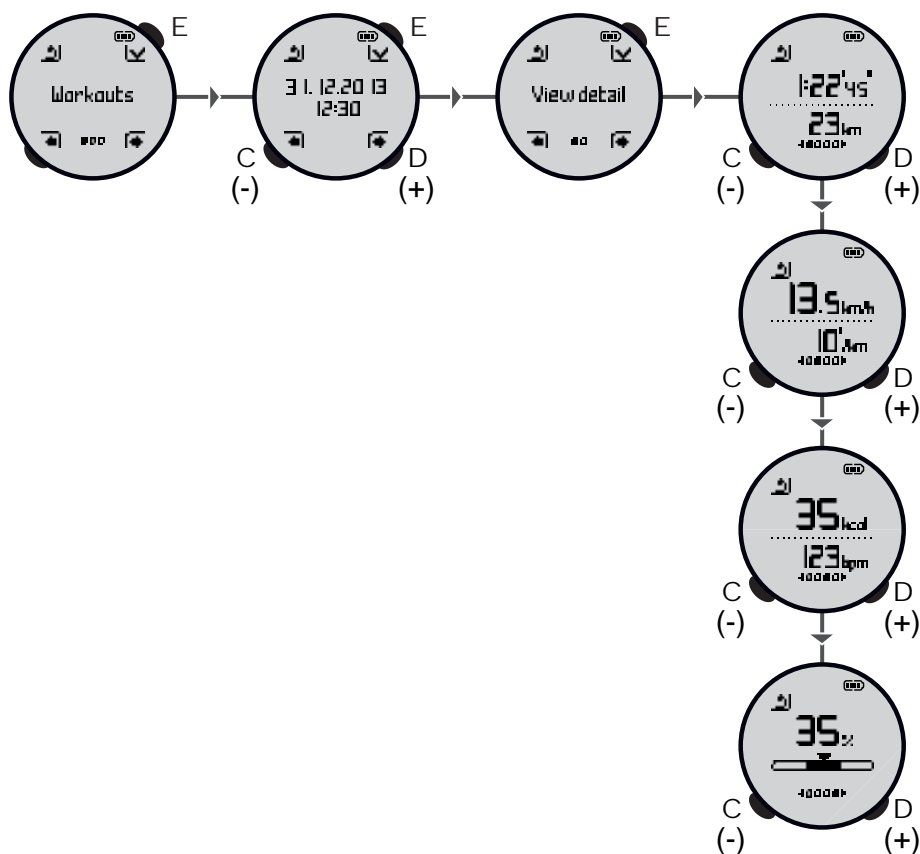
2.3.2 Paragem da atividade (ou colocação em pausa)

Esta ação permite ao utilizador:

- Gravar a atividade
- Sair da atividade
- Aceder aos ajustes do produto



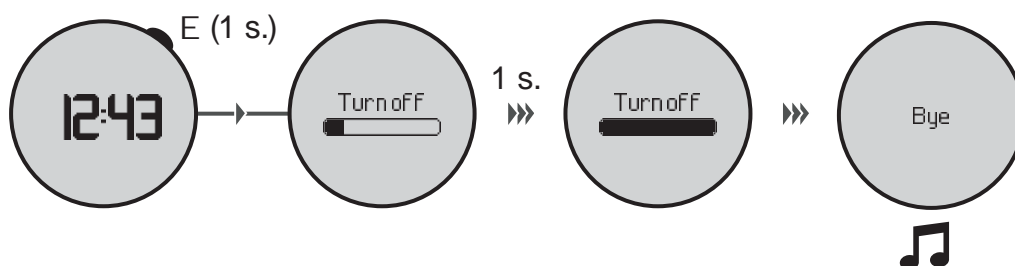
2.3.3 Visualização da atividade após ter guardado



2.4 Desligar o ONmove 220

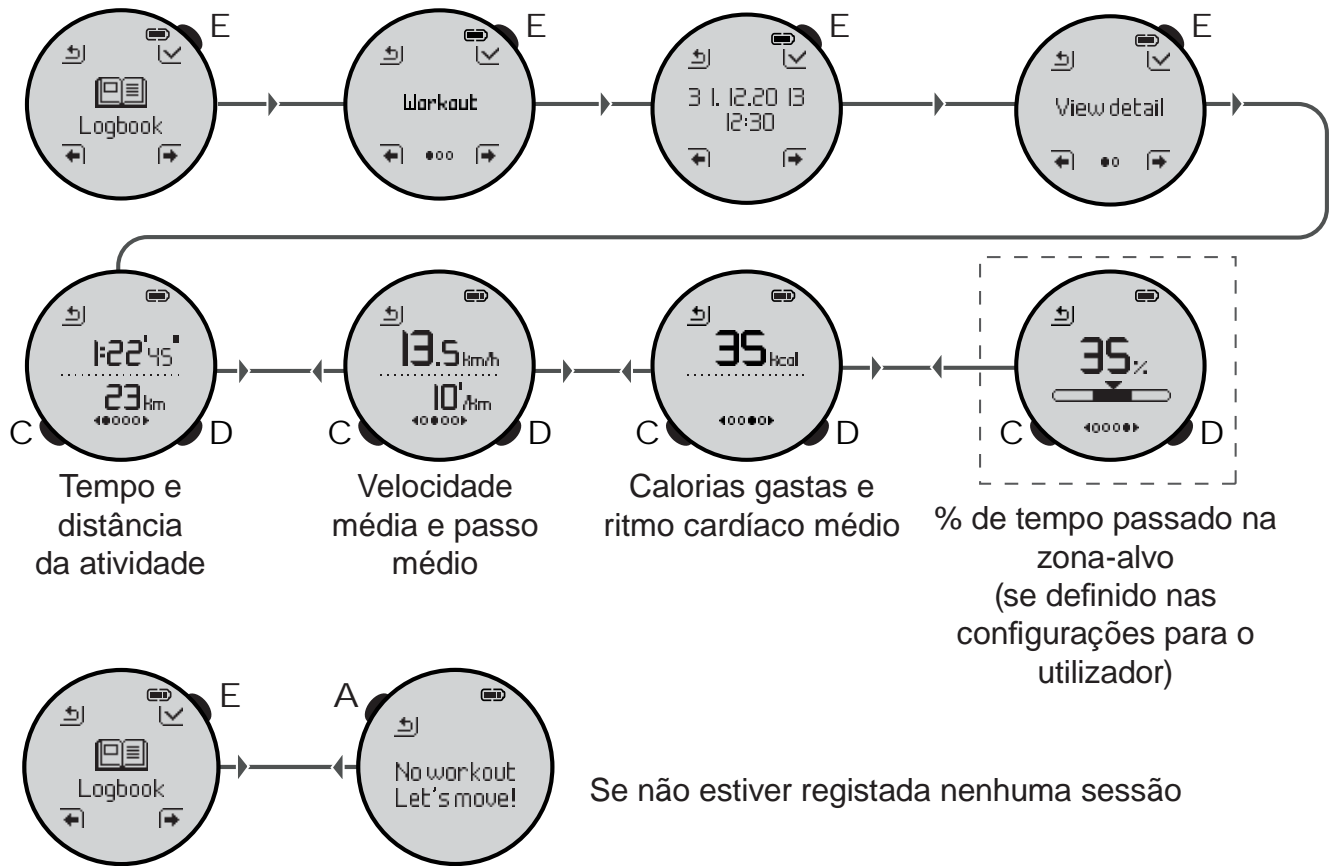
Para economizar a carga da bateria, pode desligar o seu ONmove 220 em qualquer momento, exceto em casos específicos (ver Modo de atividade).

- Pressione o botão **E** (1 segundo)

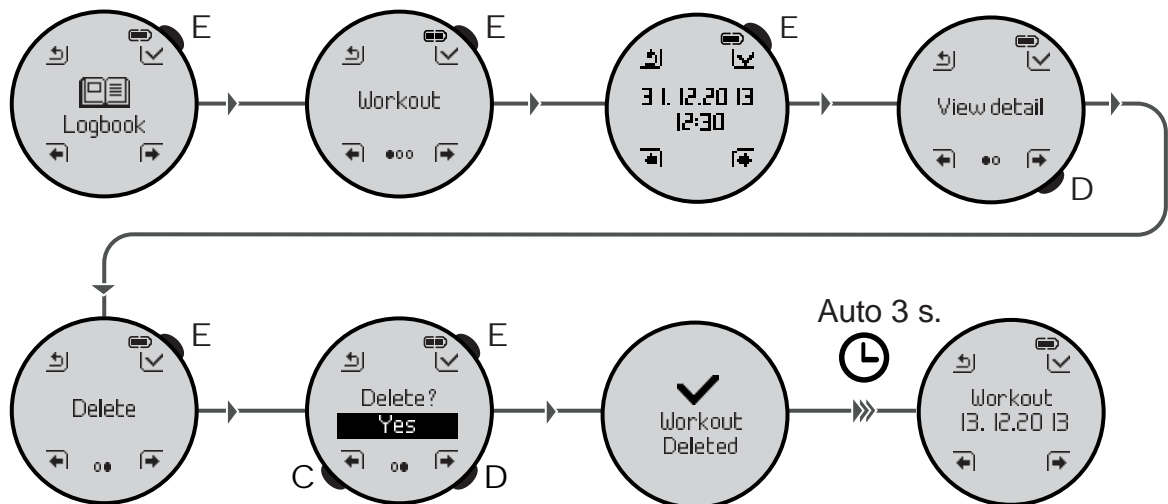


3 DIÁRIO

3.1 Diário das sessões



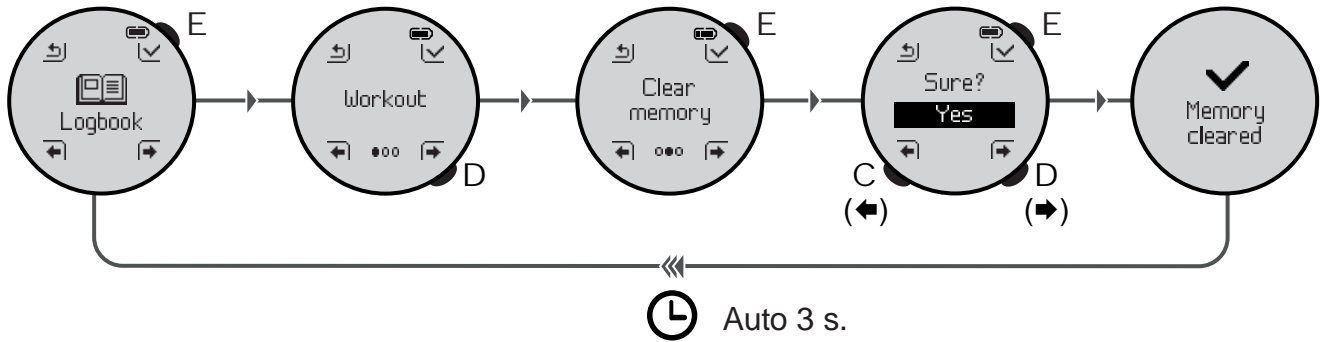
3.2 Apagar uma sessão



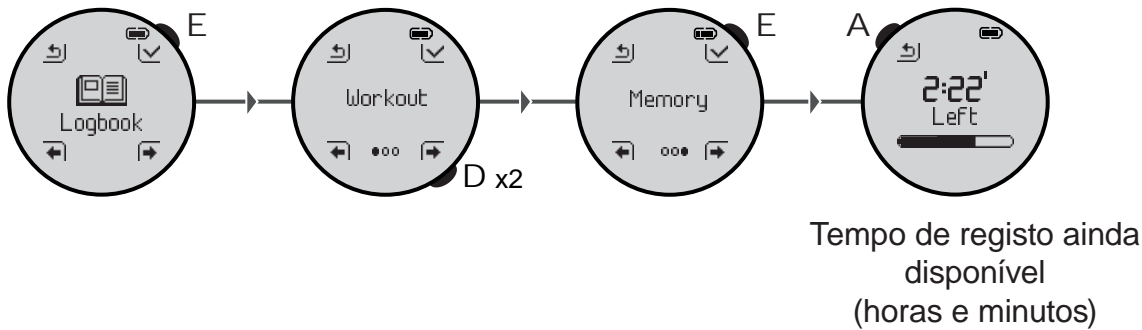
Após a eliminação de uma sessão, o ecrã exibirá a última sessão registada.

- Pressione o botão **A** para voltar ao menu diário.

3.3 Apagar a memória



3.4 Estado da memória



4 MENSAGENS

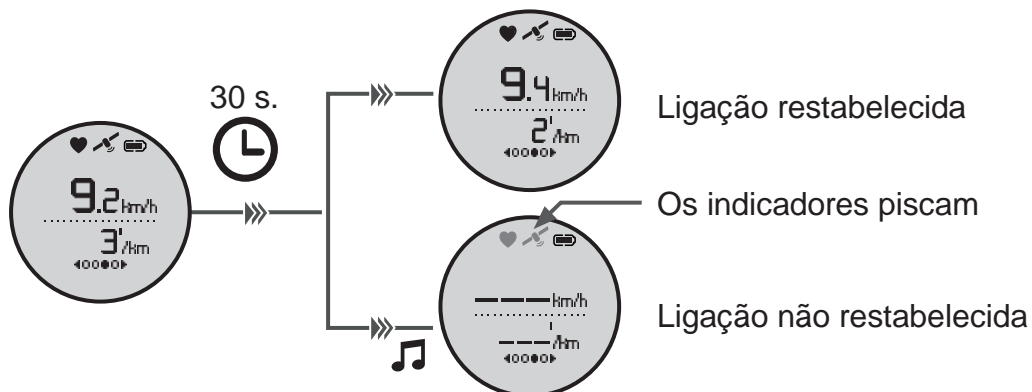
4.1 Sinal GPS e/ou do cardio-frequencímetro perdido

Quando a ligação GPS ou ao cardio-frequencímetro se perde, é iniciada automaticamente uma procura durante 30 segundos.

Durante este tempo, os valores exibidos congelam e os indicadores e piscam.

Se, após 30 segundos, a ligação não estiver restabelecida, o ecrã exibirá < - - - > em vez dos valores de "**Velocidade**" e "**Passo**"; a exibição da "**Distância**" permanecerá congelada e será emitido um bip.

A procura será automaticamente retomada e os indicadores e piscarão enquanto a ligação não for estabelecida.



4.2 Nível da bateria

4.2.1 Bateria do ONmove 220

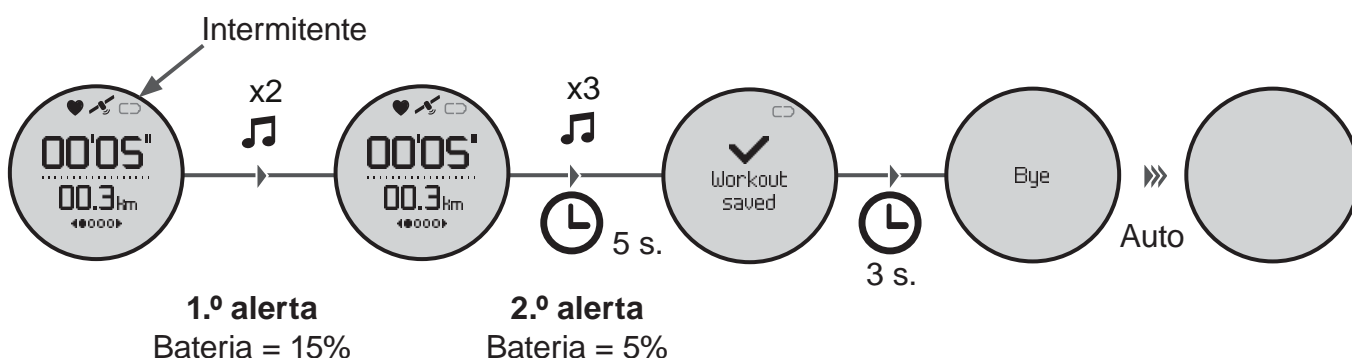
Existem 3 níveis de alerta:

- Quando a bateria atinge 15%, são emitidos 2 bips e o indicador pisca.
- Quando a bateria atinge 10%, são emitidos 2 bips.
- Quando a bateria atinge 5%, são emitidos 3 bips.

O produto desliga-se quando a bateria descarrega completamente.

Se estiver uma atividade em curso, esta é gravada automaticamente no diário antes de o ONmove 220 se desligar

- Recarregue a bateria (**ver o ponto 5**)



4.2.2 Bateria do cinto de cardio-frequencímetro

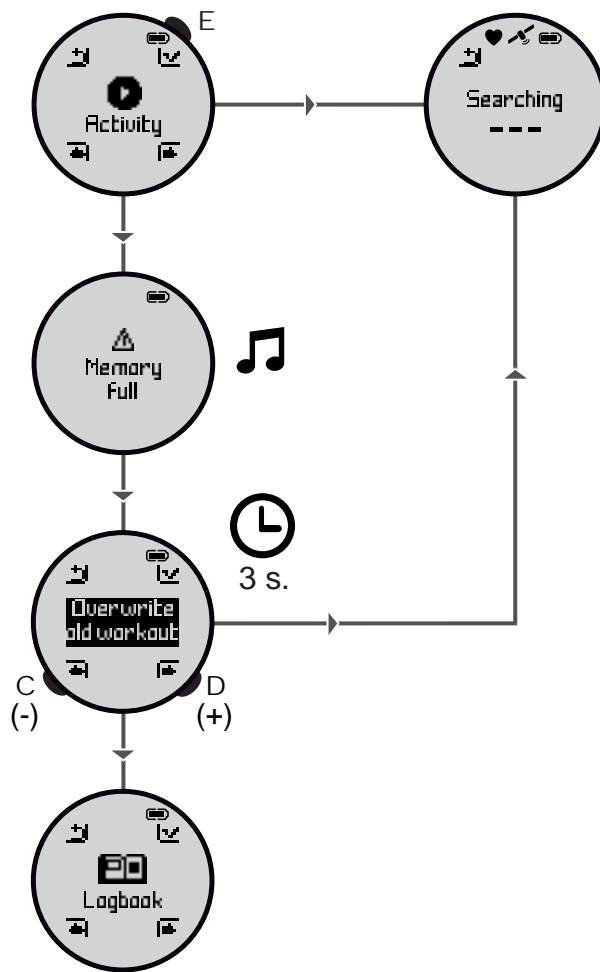
Quando a bateria do seu cinto de cardio-frequencímetro está fraca, é exibida uma indicação.



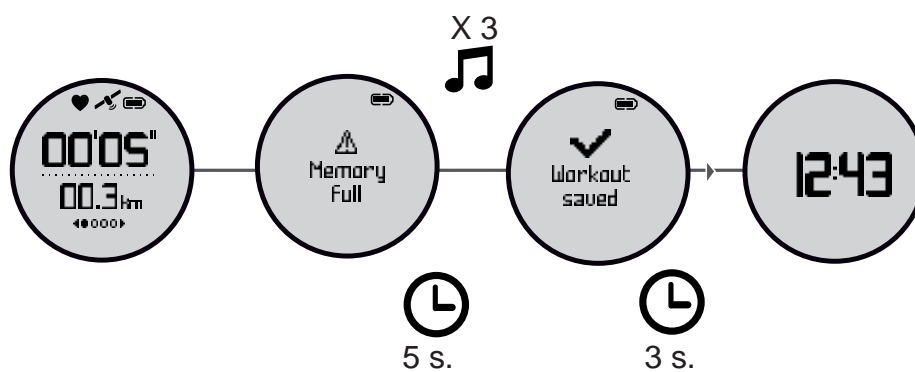
Lembre-se de carregar a pilha do seu cinto de cardio-frequencímetro (consulte as instruções do seu cinto de cardio-frequencímetro)

4.3 Memória cheia

4.3.1 Memória cheia antes da atividade



4.3.2 Memória cheia durante a atividade



5 CARREGAMENTO DA BATERIA

Existem 2 possibilidades para o carregamento do seu produto:

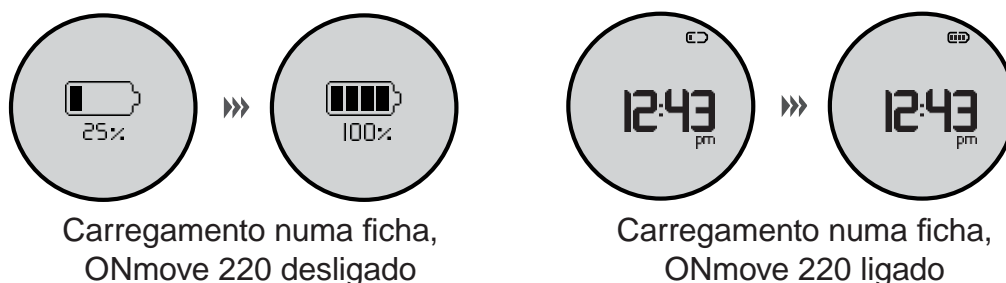
■ Carregamento num computador:

No carregamento num computador, o ecrã USB é exibido e o indicador da bateria apresenta animação mostrando o nível de carga. Não é possível aceder aos vários menus.



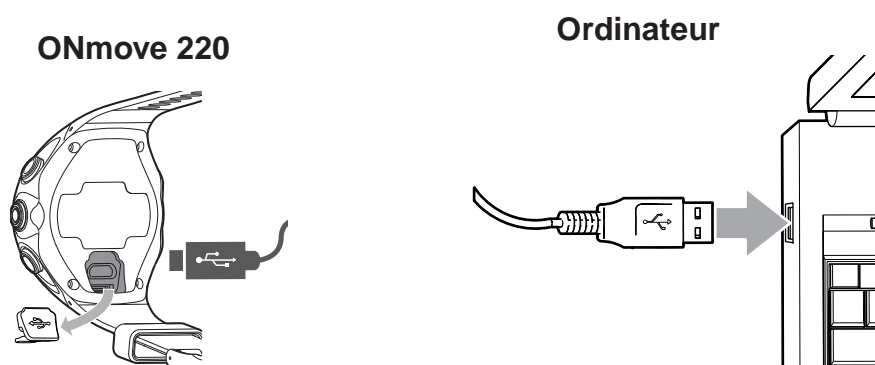
■ Carregamento numa ficha (adaptador não incluído) ou com uma bateria autónoma:

No carregamento numa ficha, o ecrã da bateria é exibido mostrando o nível de carga. Este modo de carregamento permite utilizar o produto durante o carregamento.



6 TRANSFERIR E VISUALIZAR OS SEUS DADOS PARA O "DECATHLON COACH"

6.1 Transferência a partir de um computador



- Conecte o seu ONmove 220 ao seu computador e aceda à página Web: support.geonaute.com
- Descarregue e instale o software ONconnect seguindo as instruções.
- Inicie o software ONconnect e depois crie a sua conta ou, caso já disponha de uma, inicie sessão.
- As suas sessões são apresentadas no software ONconnect.
- Selecione as sessões que pretende transferir e o desporto praticado e clique em Enviar para "Decathlon Coach" / "MyGeonaute.com".
- Depois de ter enviado as sessões, aceda à sua conta myGeonaute.com para as visualizar pormenorizadamente.

6.2 Transferência a partir de um smartphone ou de um tablet

O seu ONmove 220 permite-lhe transferir as suas sessões a partir de um smartphone ou tablet equipado com a tecnologia Bluetooth® Smart com toda a facilidade.

Pode verificar a compatibilidade do seu telemóvel em support.geonaute.com/bluetooth

- Descarregue a aplicação **myGeonaute connect** na App Store™ ou no Google Play™
- Ative o Bluetooth® no seu telemóvel



Android

iPhone

- Inicie a aplicação e seleccione "detetar um novo dispositivo"
- Siga as instruções da aplicação para conectar o seu produto, transferir as suas sessões e visualizá-las.

Observação: Os produtos Bluetooth® Smart como o ONmove 220 não são apresentados na lista de periféricos Bluetooth® do telemóvel. A associação (emparelhamento) entre o relógio e o smartphone efetua-se unicamente a partir da aplicação myGeonaute connect

7 CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

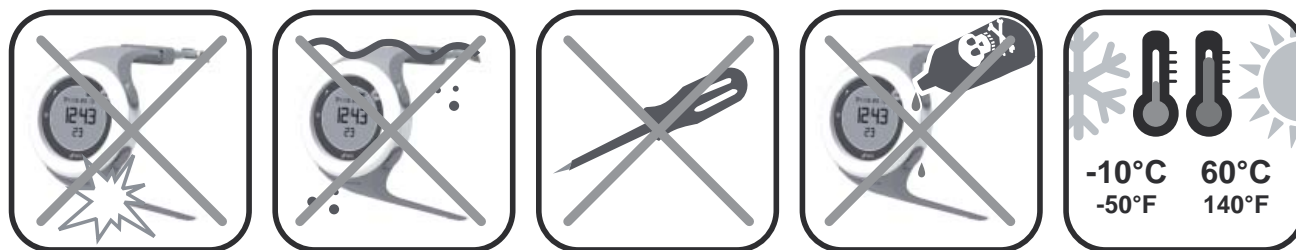
Especificações	
Peso	51 g/0,1 lb/1,8 oz
Bateria	Recarregável de iões de lítio
Impermeabilização	IPX7 (resistente a salpicos de água)
Ligação	Micro USB
Autonomia	7 horas no modo GPS 6h30 minutos no modo GPS e cardio 10 dias em modo relógio
Tempo de carregamento	1h30 minutos

8 ENTRE EM CONTACTO CONNOSCO

Estamos atentos aos seus comentários em matéria de qualidade, funcionalidade ou utilização dos nossos produtos: <http://support.geonaute.com>

Comprometemo-nos a responder no mais curto espaço de tempo.

9 INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO

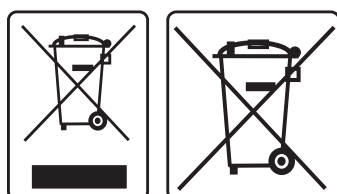


10 MENÇÕES LEGAIS

10.1 Declaração de conformidade CE

CE Pelo presente documento, a DECATHLON declara que o aparelho ONmove 220 está em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 1999/5/CE. A declaração de conformidade CE está disponível na seguinte ligação: <http://support.geonaute.com/pt-PT/declaration-de-conformite>

10.2 Reciclagem



Este produto e as pilhas nele contidas não podem ser eliminados com o lixo doméstico. Estes incluem-se num tipo de objetos de recolha seletiva. Deposite a pilha, bem como os seus produtos eletrónicos em final de vida, num ponto de recolha autorizado para efeitos de reciclagem. A recuperação do seu lixo eletrónico permite proteger o meio ambiente e a sua saúde.

GEONAUTE.COM

Made in Taiwan
Fabricado em Taiwan
Произведено в Тайване
İmal edildiği yer Tayvan
台灣製造
臺灣製造
ผลิตในไต้หวัน

商标 Geonaute
以下标示仅在中国大陆地区适用
迪脉(上海)企业管理有限公司,
上海市浦东新区银霄路393号五层东侧
邮编:201204
产品等级:合格品
质检证明:合格

IMPORTADO PARA BRASIL POR IGUASPORT Ltda
CNPJ : 02.314.041/0001-88

540-0011 大阪市中央区農人橋1-1-22 大江ビル10階
ナチュラムイーコマース株式会社

台灣迪卡儂有限公司
台灣台中市408南屯區大墩南路379號
諮詢電話: (04) 2471-3612

Импортер: ООО «Октобл», 141031, Россия, Московская область,
Мытищинский район, МКАД 84-й км., ТПЗ «Алтуфьево»,
владение 3, строение 3, +7(495)6414446
для занятий спортом

TURKSPORT Spor Ürünleri Sanayi ve Ticaret Ltd.
ŞtiOsmaniye Mahallesi Çobançeşme
KoşuyoluBulvarı No: 3 Marmara Forum Garden Office
0B Blok 01 Bakırköy 34146 Istanbul, TURKEY

Ref. : 2062555

Производитель и адрес, Франция:

DECATHLON

DECATHLON - 4 Boulevard de Mons - BP 299
59665 Villeneuve d'Ascq cedex - France

