



**Récepteur avec sangle de  
poitrine  
pour la mesure de la  
fréquence cardiaque avec des  
smartphones**

## **MODE D'EMPLOI**



## **FOURNITURE**

### **1 récepteur**

(N° d'art. RUNDC1,  
Type : 92-1103800-01)

pile au lithium (3V, CR1220)

Veillez ouvrir le boîtier pour retirer  
le film de protection avant d'utiliser le récepteur.



### **1 sangle de poitrine**

(comprenant un capteur et une ceinture  
élastique)

(N° d'art. RUNDC1, type: T000260)

pile au lithium (3V, CR2032)



La ceinture élastique se trouve dans l'emballage carton contenant le capteur de la sangle de poitrine. Ouvrez cet emballage carton pour retirer la ceinture élastique.

## **COMPATIBILITÉ ÉLECTROMAGNÉTIQUE**

Les champs magnétiques puissants (ex. les transformateurs) doivent absolument être évités, sinon les données transmises risquent d'être erronées. Le non respect de ces instructions peut engendrer des pannes ou endommager le récepteur ou la sangle de poitrine.

## **DANGERS POUR LES ENFANTS ET LES PERSONNES HANDICAPÉES**

Cet appareil n'est pas conçu pour être utilisé par des personnes (y compris des enfants) avec des capacités physiques, sensorielles ou mentales limitées ou des personnes manquant d'expérience ou de connaissances à moins qu'elles ne soient sous la surveillance d'une personne responsable de leur sécurité ou qu'elles

aient reçu de cette personne des instructions sur l'utilisation de l'appareil.

## **INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ**

**Important:** Consultez systématiquement votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement physique régulier. Le récepteur avec sangle de poitrine n'est pas un équipement médical, c'est un outil d'entraînement servant à mesurer et afficher votre fréquence cardiaque. Les porteurs de stimulateurs cardiaques ne doivent porter un appareil de mesure de fréquence cardiaque que sur accord de leur médecin.

**Remarque:** La ceinture peut contenir des composants en latex. Dans certains cas rares, ces matériaux peuvent entraîner des réactions allergiques, parfois relativement importantes, des irritations cutanées ou des rougeurs. Si vous constatez l'apparition de rougeurs, veuillez immédiatement retirer la ceinture et évitez de l'utiliser à nouveau. Dans ce cas, nous vous recommandons de consulter un dermatologue.

## **FONCTIONNEMENT À PILES**

Le récepteur et la sangle de poitrine sont chacun alimentés par une pile au lithium (récepteur: 3V, CR1220; sangle de poitrine: 3V, CR2032).

Vous trouverez ci-dessous quelques instructions concernant le maniement des **piles**:

- Ne remplace la pile que par une pile de même qualité.
- Les piles ne doivent pas être rechargées ni réactivées par d'autres moyens, être

ouvertes, jetées dans le feu ou mises en court-circuit.

- Conservez toujours les piles hors de portée des enfants. Si elles sont avalées, les piles peuvent représenter un danger. Par conséquent, conservez les piles et la sangle de poitrine hors de portée des jeunes enfants. Si une pile est avalée, faites immédiatement appel à un médecin.
- N'exposez jamais les piles à une chaleur excessive, comme les rayons du soleil, un feu ou une autre source de chaleur ! Il existe un risque élevé de fuite. Si ces consignes ne sont pas respectées, les piles risquent d'être endommagées, voire d'exploser.
- Retirez immédiatement une pile usagée du récepteur ou de la sangle de poitrine pour éviter tout écoulement. Dans ce cas, évitez le contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. Rincez immédiatement et abondamment à l'eau claire les endroits entrés en contact avec l'acide des piles et faites immédiatement appel à un médecin ! Si besoin, nettoyez les contacts de la pile, ainsi que les contacts à l'intérieur de l'appareil. Conservez le mode d'emploi afin de pouvoir consulter ultérieurement les données relatives aux piles.

Le non respect de ces indications peut entraîner des dommages et parfois même l'explosion des piles.

Pour en savoir plus sur le remplacement de la pile du récepteur ou de la sangle de poitrine, consultez les chapitres « Remplacer la pile du récepteur » ou « Remplacer la pile de la sangle de poitrine ».

## **RECYCLAGE**

Les piles sont des déchets spéciaux. Pour un recyclage correct des piles, des conteneurs correspondants sont à votre disposition dans les commerces vendant des piles ainsi que dans les endroits de ramassage d'ordures communales.



Si vous souhaitez vous séparer de votre récepteur ou sangle de poitrine, veuillez respecter les réglementations en vigueur. Le bureau de recyclage communal vous informera sur ce sujet.



KRIPPL-WATCHES Warenhandels GmbH  
Maria-Theresia-Straße 41, 4600 Wels, Autriche

Éliminez l'emballage conformément aux règlements en vigueur. Le bureau de recyclage communal vous informera sur ce sujet.

## **MISE EN SERVICE**

### **1. Installation de l'application runtastic / Code d'activation**

Entrez l'adresse ci-dessous dans la barre d'adresse de votre navigateur pour accéder au site Internet runtastic, puis suivez les instructions pas à pas pour saisir votre code d'activation.

<http://www.runtastic.com/de/activate>

Vous pouvez également scanner le code QR ci-après à l'aide de votre smartphone pour pouvoir accéder au site Internet. Pour utiliser cette fonction, vous devez au préalable télécharger l'application gratuite dans l'App Store. Cette application vous permettra de scanner ce code. Suivez les instructions fournies sur le site Internet runtastic.



Vous avez **également** la possibilité de **télécharger** la fonction de mesure de pulsations et de nombreuses autres fonctions dans les App Stores.

## 2. Poser la sangle de poitrine

Capteur face avant :



Capteur face arrière :



Raccordez la ceinture élastique au capteur. Positionnez la ceinture élastique de façon à ce que le capteur soit posé fixement sur la poitrine en dessous des muscles pectoraux.



Pour garantir un bon contact avec la peau, vous devez humidifier les contacts du capteur ou

utiliser un gel EKG (disponible dans les pharmacies).

### **3. Connecter votre matériel runtastic**

Branchez le récepteur dans le port de connexion des écouteurs sur votre smartphone.

Veuillez à respecter le bon positionnement du récepteur :



Vous pouvez également

raccorder les écouteurs de votre smartphone sur le récepteur, un port spécifique est prévu pour cela au-dessus du récepteur.

#### **NOTE**

1. Si vous n'obtenez aucune donnée de fréquence cardiaque, il se peut que la polarité des contacts du récepteur soit inversée sur votre smartphone. Dans ce cas, ouvrez le boîtier du récepteur (comme indiqué au chapitre « Remplacer la pile du récepteur ») et inversez le commutateur dans le boîtier. Refermez le boîtier et renouvelez le raccordement comme indiqué au chapitre 3. « Activer la mesure de fréquence cardiaque ».
2. Si la mesure est instable, envoyez un email à l'adresse suivante : [service@runtastic.com](mailto:service@runtastic.com)
3. Le microphone et le haut-parleur sont désactivés dès que le récepteur est

raccordé au téléphone. Mais il est possible d'utiliser les écouteurs.

4. La télécommande des écouteurs de l'iPhone ne fonctionne pas lorsque le récepteur est raccordé au téléphone.
5. Le récepteur est activé et consomme de la batterie dès qu'il est raccordé au téléphone, et ce même si l'application runtastic n'est pas active. Il est donc conseillé de débrancher le récepteur si vous ne l'utilisez pas.
6. La durée de vie de la pile du récepteur est d'env. 2 ans et demi pour une utilisation d'une heure par jour. Si la transmission entre le récepteur et la sangle de poitrine ne fonctionne plus, remplacez la pile comme indiqué au chapitre « Remplacer la pile du récepteur » et « Remplace la pile de la sangle de poitrine ».

#### **4. Activer la mesure de fréquence cardiaque**

Pour activer la mesure de fréquence cardiaque, ouvrez l'application runtastic sur votre smartphone.

##### ***iPhone :***

Allez dans le menu «**Settings**» et sélectionnez «**Heart Rate Settings**».

Choisissez l'option „**runtastic Receiver with Chest Strap**“ et réglez „**Enable runtastic**

**Receiver**“ sur „**ON**“ et appuyez sur „**Re-Pair**“.

Si la connexion ne fonctionne pas, consultez le point 1. des remarques en page 7.

##### ***Systèmes d'exploitation Android :***

Allez dans le menu «**Settings**» (Symbole en haut à droite) et sélectionnez «**Heart Rate Settings**».

Sélectionnez « **Receiver + Chest strap (5.3 kHz)** ».

Si la connexion ne fonctionne pas, consultez le point 1. des remarques en page 7.

#### **BlackBerry :**

Allez dans le menu «**Settings**» et sélectionnez « **Heart Rate**».

Dans le menu «**Heart Rate Monitoring**», sélectionnez «**enabled**» et dans le menu «**Heart Rate Sensor**» sélectionnez «**runtastic**».

Si la connexion ne fonctionne pas, consultez le point 1. des remarques en page 7.

#### **Windows Phone 7 :**

Allez dans le menu «**Settings**» et sélectionnez «**Heart Rate Settings**».

Réglez l'option «**runtastic Receiver (5.3 kHz)** » sur «**ON**».

Si la connexion ne fonctionne pas, consultez le point 1. des remarques en page 7.

## **5. Changement entre la transmission codée et non codée**

Vous disposez de 16 canaux codés et d'un canal non codé.

Appuyez une fois sur le bouton à l'avant de la sangle de poitrine pour



basculer entre les canaux codés. Maintenez le bouton enfoncé pendant 5 secondes pour basculer automatiquement sur le canal non codé.

Appuyez de nouveau sur le bouton pour revenir aux canaux codés.

#### **iPhone:**

Allez dans le menu «**Settings**» et choisissez «**Heart Rate Settings**». A l'écran en bas vous

verrez à quel canal la ceinture est en train de transmettre. Si vous voulez changer le canal, appuyez sur le bouton de la ceinture, choisissez «**Re-Pair**» et votre smartphone sera de nouveau couplé avec la ceinture et son nouveau canal.

### ***Systèmes d'exploitation Android :***

Sur votre smartphone Android, dans le menu «**Settings**», «**Heart Rate Settings**» sous le point «**Sensor channel**», vous verrez le canal sur lequel la sangle émet. Si un canal codé est utilisé, il y a un chiffre. Si le canal non codé est utilisé, il y a «**uncoded**». Pour changer de canal, il faut interrompre la connexion en sélectionnant «**No pulse connection**». Modifiez comme indiqué précédemment, le canal de transmission en appuyant sur le bouton de la sangle de poitrine. Sélectionnez de nouveau «**Receiver + Chest strap (5.3 kHz)**». Votre smartphone se reconnectera à la sangle de poitrine sur le nouveau canal.

### ***BlackBerry:***

Sur votre smartphone BlackBerry, dans le menu «**Settings**», «**Heart Rate Settings**» puis «**Sensor channel**», vous verrez le canal sur lequel la sangle émet. Si un canal codé est utilisé, il y a un chiffre. Si le canal non codé est utilisé, il y a «**uncoded**». Pour changer de canal, appuyez comme indiqué ci-dessus sur le bouton de la sangle de poitrine, sélectionnez de nouveau «**Connect Sensor**», votre smartphone se reconnectera à la sangle de poitrine sur le nouveau canal.

### ***Windows Phone 7 :***

Sur votre Windows Phone 7, dans le menu «**Settings**», «**Heart Rate**» puis «**Sensor channel**», vous verrez le canal sur lequel la sangle émet. Si un canal codé est utilisé, il y a un chiffre. Si le canal non codé est utilisé, il y a

« **uncoded** ». Pour changer de canal, appuyez comme indiqué ci-dessus sur le bouton de la sangle de poitrine, sélectionnez de nouveau « **Connect Sensor** », votre smartphone se reconnectera à la sangle de poitrine sur le nouveau canal.

**NOTE :**

**Avantage de la transmission codée :**

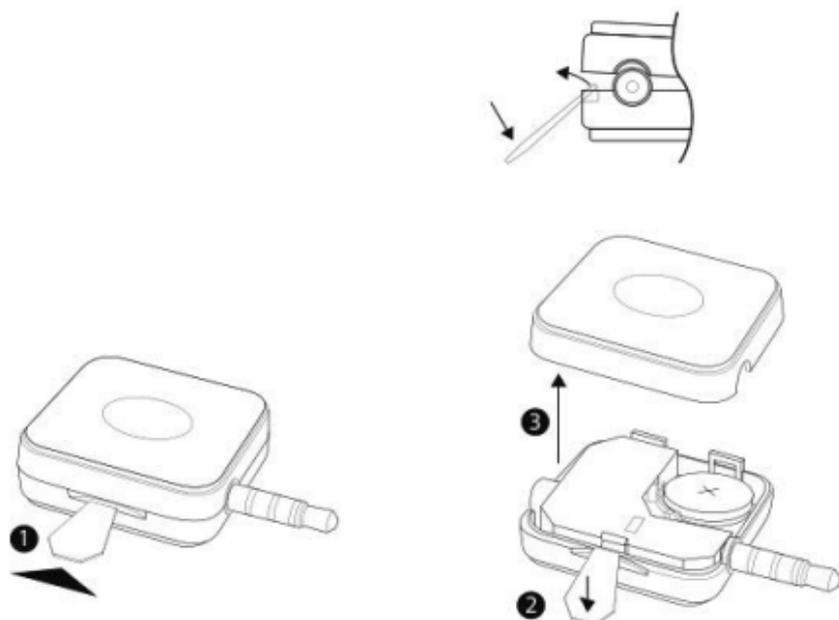
La transmission de la sangle de poitrine vers le récepteur est codée, la transmission est ainsi à peine perturbée par des facteurs externes, comme par ex. la sangle de poitrine d'une autre personne.

**Avantage de la transmission non codée :**

La transmission de la sangle de poitrine vers le récepteur intervient sur une fréquence reçue par la plupart des appareils de fitness. Vous pouvez ainsi utiliser la sangle de poitrine avec de nombreux autres appareils, comme par ex. un tapis de course ou un vélo elliptique.

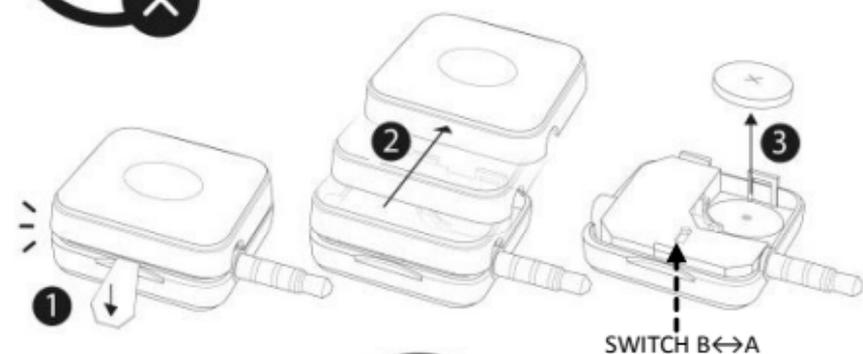
## **REEMPLACER LA PILE DU RÉCEPTEUR**

Ouvrez le boîtier du récepteur comme indiqué sur la figure.

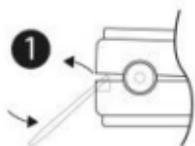




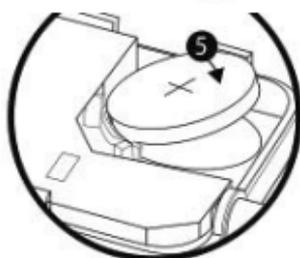
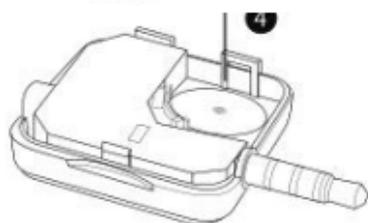
Don't open the top cover in this direction.



SWITCH B↔A



pile 3V de type CR1220. Veillez à ce que le pole plus (+) soit vers le haut et que la pile touche le contact de pile dans le boîtier.



## **REEMPLACER LA PILE DE LA SANGLE DE POITRINE**

Ouvrez le couvercle du compartiment de la pile à l'aide d'une pièce et en tournant le compartiment dans le sens des aiguilles d'une montre. Retirez la pile usagée et insérez une nouvelle pile 3V de type CR2032. Faites attention à ce que le pôle positif (+) soit placé vers le haut. Remplacez le couvercle du compartiment de la pile et refermez-le dans le sens inverse des aiguilles d'une montre. Faites attention à ce que le couvercle soit bien fermé pour empêcher l'humidité de pénétrer dans la sangle de poitrine.

## **CARACTÉRISTIQUES TECHNIQUES**

### **Récepteur**

Alimentation él. :

1 pile au lithium (3V, CR1220)

### **Sangle de poitrine**

Alimentation él. :

1 pile au lithium (3V, CR2032)

Fréquence de transmission de la sangle au récepteur : 5,3 kHz

### **Étanchéité à l'eau**

Le récepteur et la sangle de poitrine sont protégés contre les projections d'eau. Le tableau ci-dessous vous indique les activités et les conditions appropriées :

Sueur, projections	Douche	Baignade, natation	Sport aquatique
Oui	Non	Non	Non

**DÉCLARATION DE CONFORMITÉ**



### Directive EMC 2004/108/EC :

Résumé de la déclaration de conformité: Par la présente, Krippel-Watches déclare que le récepteur (n° d'art. RUNDC1, type: TP00270) et la sangle de poitrine (n° d'art. RUNDC1, type: T000260) sont conformes aux exigences élémentaires et aux autres dispositions de la directive 2004/108/EC.

Vous pouvez obtenir le texte complet de la déclaration de conformité sur le site Internet suivant: [www.runtastic.com](http://www.runtastic.com)

### **GARANTIE**

La garantie est valable pour une durée de deux ans à dater du jour de l'achat (ticket de caisse). Le fabricant s'engage à traiter gratuitement toute réclamation relative à un problème de matériel ou à un défaut de fabrication. La garantie ne s'applique pas aux piles et à une mauvaise manipulation, chutes, des coups et ainsi de suite.

Pour toutes réclamations vous pouvez

- a) contacter votre magasin
- b) nous écrire à l'adresse suivante:  
[service@runtastic.com](mailto:service@runtastic.com)

**VEUILLEZ FAIRE ATTENTION : NOUS NE POUVONS PAS ACCEPTER DES COLIS INATTENDUS ET IMPAYÉS.**

[www.runtastic.com](http://www.runtastic.com)

