

**RUNNING
DYNAMICS POD**

Інструкція користувача

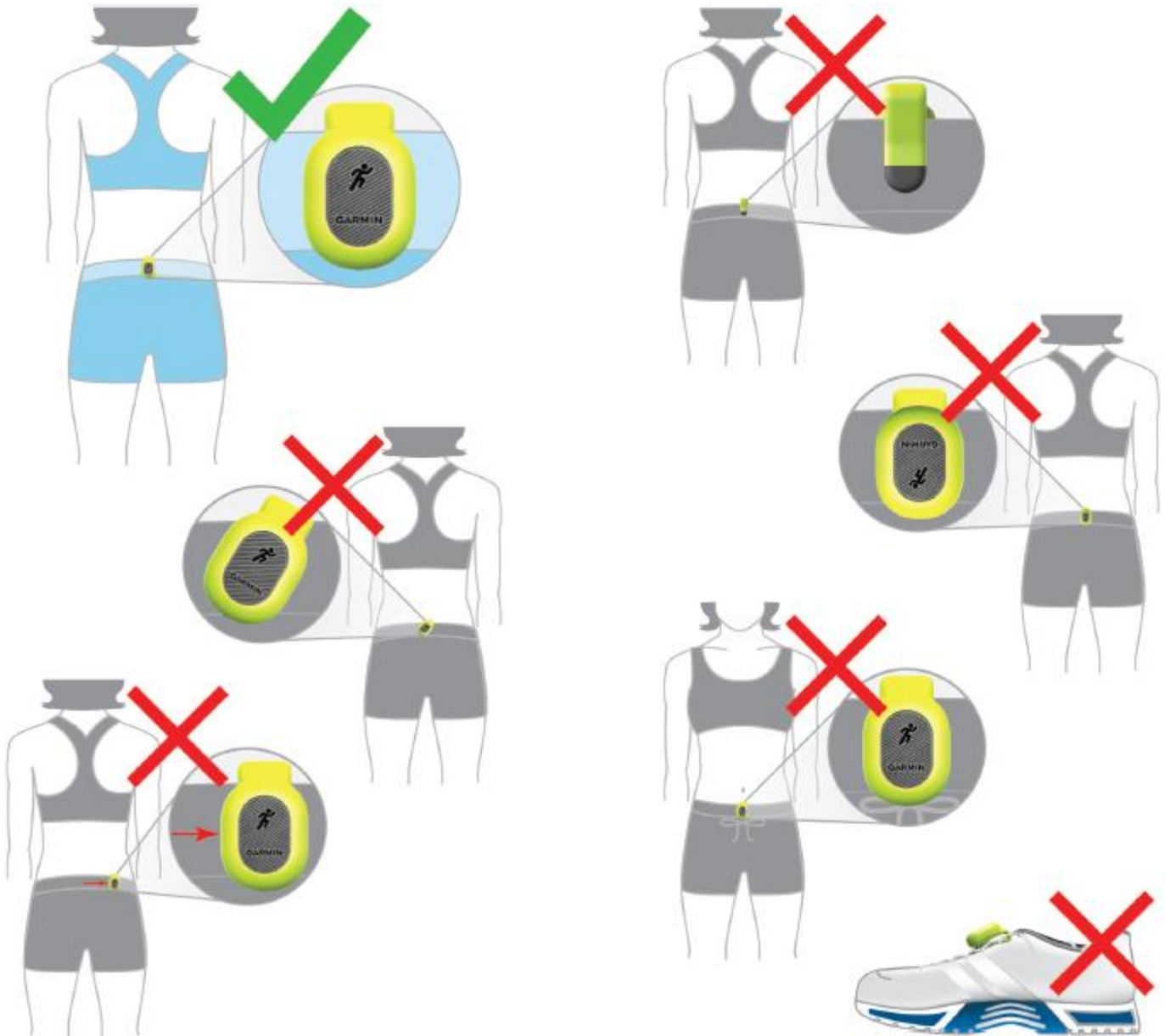
© 2016 Garmin Ltd. або підрозділи

Усі права збережені. Відповідно до законодавства про захист авторських прав повне або часткове копіювання цього посібника без письмового дозволу компанії Garmin не допускається. Компанія Garmin залишає за собою право змінювати або поліпшувати свої продукти та вносити зміни до змісту цього посібника без зобов'язання оповіщувати будь-яку особу або організацію щодо таких змін або поліпшень. Останні оновлення та додаткові відомості щодо використання цього продукту доступні на вебсайті www.garmin.com.

Garmin®, логотип Garmin, Forerunner®, ANT+® є товарними знаками компанії Garmin Ltd. або її підрозділів, зареєстрованими в США та інших країнах. Ці товарні знаки заборонено використовувати без явного дозволу Garmin.

Цей пристрій має сертифікацію ANT+®. Список сумісних пристроїв та додатків див. за адресою: www.thisisant.com/directory.

M/N: RDP



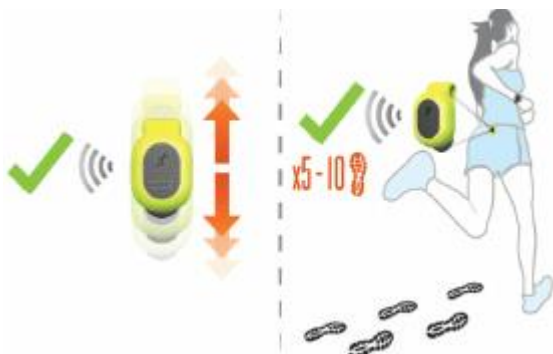
Вступ

⚠ ОБЕРЕЖНО

Відомості про безпеку та іншу важливу інформацію див. у посібнику *Правила техніки безпеки та відомості про виріб*.

Активация

Щоб активувати датчик, потрібно струснути його або пробігти декілька кроків.



Сполучення датчика з сумісним пристроєм

Під сполученням мається на увазі з'єднання бездротових ANT+ датчиків із сумісним пристроєм. Для прикладу взято сполучення датчика з Forerunner® 735XT. Якщо у вас інший сумісний пристрій, див. Посібник користувача.

- 1 Активуйте датчик.
- 2 На пристрої Forerunner натисніть кнопку та оберіть заняття Біг.
- 3 Розташуйте пристрої близько один до одного.
- 4 Зачекайте, поки пристрій підключиться до датчика.

За необхідності оберіть **Меню > Налаштування > Датчики й аксесуари > Додати новий > Шукати всі** для сполучення та налаштування бездротових датчиків. Далі з'явиться повідомлення. У режимі Біг значок вказує на те, що датчик підключений.

Після початкового сполучення пристрій автоматично підключається до датчика, коли ви бігаєте, за умови, що датчик активний і знаходиться в межах радіусу дії.

Динаміка бігу

Ви можете використовувати ваш сумісний пристрій Garmin у парі з Running Dynamics Pod, щоб отримувати в реальному часі зворотний зв'язок про вашу бігову форму.

Датчик має акселерометр, який вимірює рух торса для обчислення шести показників бігу.

ПРИМІТКА: Функції динаміки бігу доступні лише для деяких пристроїв Garmin.

Каденс – число кроків за хвилину. Відображає загальне число кроків (для правої та лівої ніг разом).

Вертикальне коливання – відскок від землі під час бігу. Відображає вертикальний рух торса, вимірюється у сантиметрах.

Час контакту з землею – період часу, впродовж якого ноги торкаються поверхні під час бігу. Вимірюється у мілісекундах.

ПРИМІТКА: Час контакту з землею та розподіл часу контакту не доступні під час ходьби.

Розподіл часу контакту з землею – розподіл часу контакту з землею між лівою та правою ногами під час бігу. Відображається у відсотках. Наприклад, «53,2» зі стрілкою вліво або вправо.

Довжина кроку – відстань між стопами в межах одного кроку. Вимірюється у метрах.

Вертикальне співвідношення – співвідношення вертикального коливання до довжини кроку. Відображається у відсотках. Менше співвідношення свідчить про ліпшу бігову форму.

Специфікації

Тип батареї	Замінна CR1632
Строк служби батареї	До 1 року при використанні 1 год/день
Робоча температура	Від -10° до 50°C (від 14° до 122°F)
Частота бездротового з'єднання/протокол	2,4 ГГц, протокол бездротової передачі ANT+
Водонепроникність	1 ATM ¹

¹ Пристрій витримує тиск, еквівалентний глибини 10 м. Для отримання додаткової інформації перейдіть на www.garmin.com/waterrating.

Заміна батареї

- 1 Зніміть гнучку силіконову кліпсу, розтягнувши чохол навколо датчика.



- 2 На задній стороні датчика поверніть кришку ① проти годинникової стрілки, щоб зняти її.



- 3 Зніміть кришку та батарею ②

ПОРАДА: Ви можете скористатися магнітом, щоб вилучити батарейку.

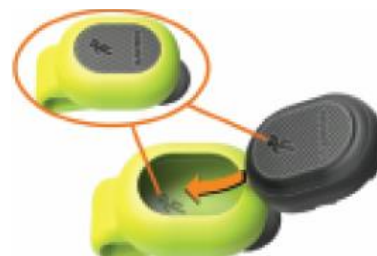
ПРИМІТКА: Ви можете знайти залишки мастильного матеріалу на заводській батарейці. Не застосовуйте гелі чи мастила до нової батареї.

- 4 Почекайте 30 секунд.
- 5 Вставте нову батарею у кришку, дотримуючись полярності. **ПРИМІТКА:** Не допускайте пошкодження або втрати кільця ущільнювача.

- 6 Встановіть назад кришку та поверніть її за годинниковою стрілкою, щоб закрити.

ПРИМІТКА: Не затискайте кільце ущільнювача. Його не має бути видно, коли кришка зафіксована.

- 7 Вставте датчик у гнучку силіконову кліпсу, розтягнувши чохол навколо датчика. Піктограма бігуна на датчику повинна бути суміщена з такою ж піктограмою всередині кліпси.



Догляд за датчиком

ПРИМІТКА

Уникайте сильних ударів і неналежного поводження, оскільки це може погіршити строк служби виробу.

Уникайте хімічних мийних засобів, розчинників та засобів для захисту від комах, які можуть пошкодити пластикові компоненти та покриття.

Уникайте прання датчика у пральній машині. Датчик здатен витримувати поодинокі випадкові прання у пральній машині при середній або прохолодній температурі. Часте машинне прання, гаряча температура прання або сушарка можуть пошкодити датчик.



Обмежена гарантія

На цей аксесуар поширюється стандартна обмежена гарантія Garmin. Для отримання додаткової інформації відвідайте вебсайт www.garmin.com/support/warranty.html

TRA
REGISTERED No:
ER50967/16
DEALER No:
0015955/08



GUID-6CFFADCD-F626-4E8F-A0A2-73FFF35E6C34 v3

Вересень 2020