

# Mode d'emploi

## Montre GPS Bluetooth® avec mesure de la fréquence cardiaque



N° de modèle : AF5-GPS-6A/6B

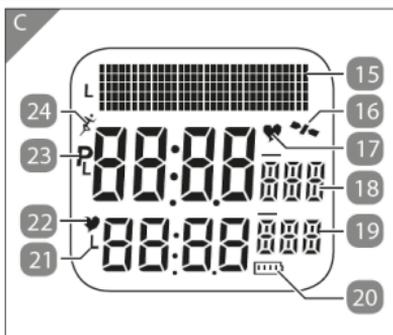
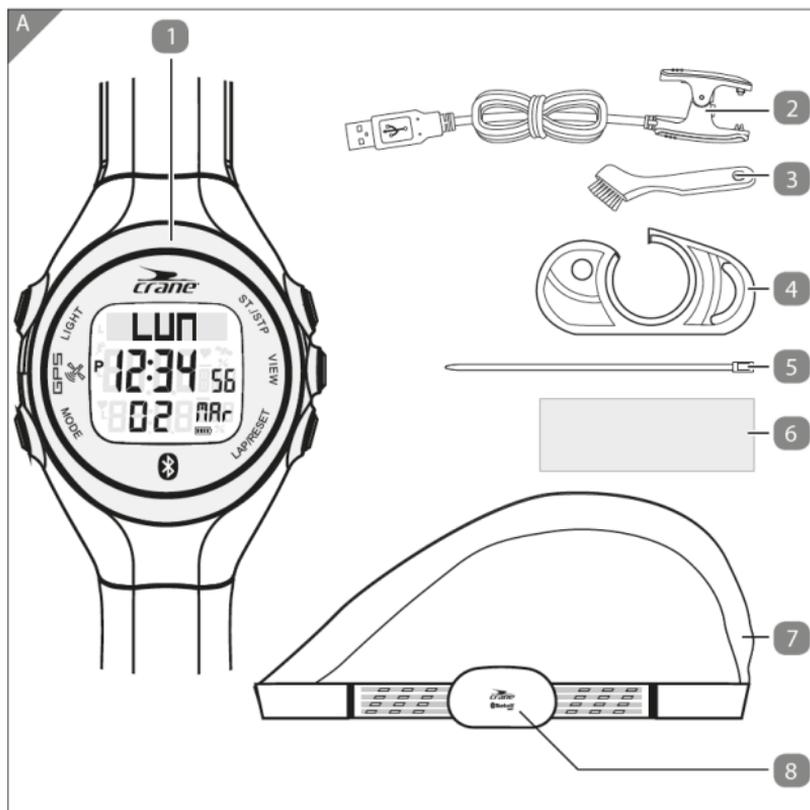
Edition de : S. 32/15 A

# Répertoire

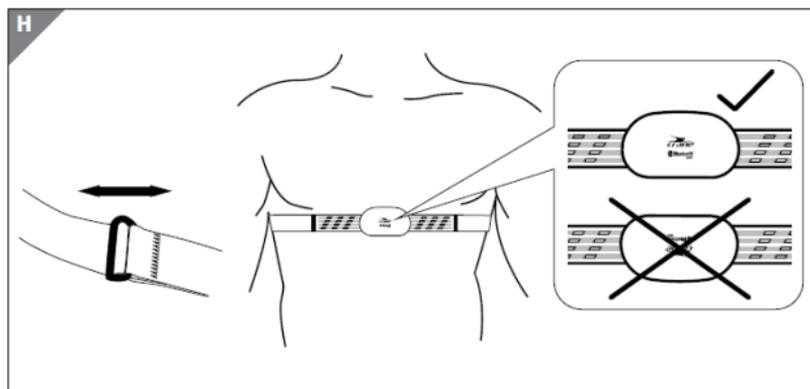
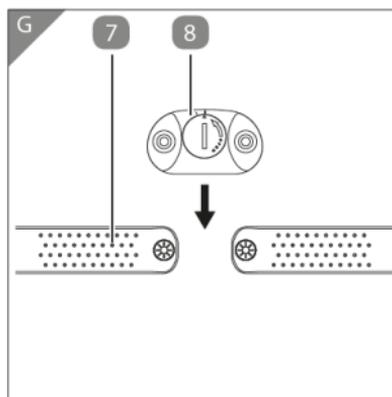
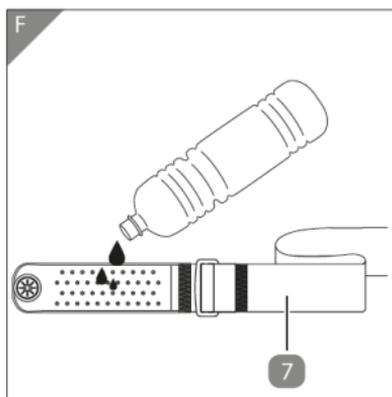
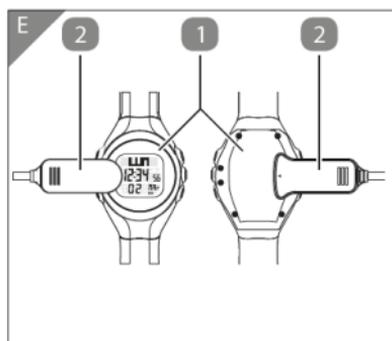
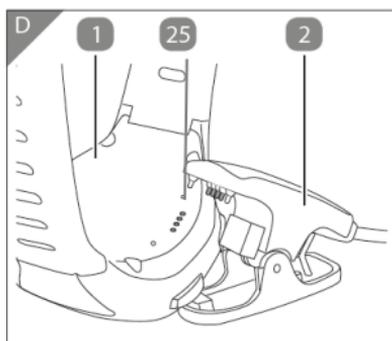
Répertoire .....	2
Vue d'ensemble .....	4
Utilisation .....	5
Contenu de livraison / pièces de l'appareil .....	6
Codes QR.....	7
Généralités .....	8
Lire le mode d'emploi et le conserver.....	8
Légende des symboles.....	8
Vérifier la montre GPS et le contenu de la livraison .....	9
Sécurité .....	10
Utilisation conforme à l'usage prévu .....	10
Consignes de sécurité.....	11
Étanchéité à l'eau.....	17
Mise en service .....	19
Chargement de l'accumulateur de la montre GPS .....	19
Ceinture de poitrine.....	20
Support pour vélo.....	22
Télécharger et installer l'application Crane Connect.....	22
Informations générales sur le GPS .....	23
Fonctionnement .....	26
Allumer et éteindre la montre GPS .....	26
Verrouiller les touches .....	27
Éclairage du champ d'affichage.....	27

Modes de la montre GPS.....	28
Mode de réglage.....	29
Mode horloge.....	35
Mode d'entraînement avec GPS .....	36
Mode intervalle avec GPS.....	41
Mode d'histoire.....	44
Mode alarme .....	47
Transmission des données.....	48
Nettoyage et entretien .....	49
Remplacer la pile de l'unité émettrice .....	51
Rangement.....	52
Recherche d'erreurs.....	53
Données techniques .....	57
Déclaration de conformité.....	58
Élimination .....	58
Élimination de l'emballage.....	58
Élimination de l'appareil usagé .....	58

# Vue d'ensemble



# Utilisation



## Contenu de livraison / pièces de l'appareil

- |    |  |    |                                 |
|----|--|----|---------------------------------|
| 1  | Montre GPS   | 14 | Touche LIGHT (lumière)          |
| 2  | Câble de raccordement USB                              | 15 | Ligne du haut                   |
| 3  | Brosse de nettoyage                                    | 16 | Symbole GPS                     |
| 4  | Support pour vélo                                      | 17 | Symbole fréquence cardiaque     |
| 5  | Serre-câbles   | 18 | Ligne du milieu                 |
| 6  | Plaques de fixation                                    | 19 | Ligne du bas                    |
| 7  | Ceinture de poitrine                                   | 20 | Symbole état de chargement accu |
| 8  | Unité émettrice  | 21 | Symbole L (tour, lap)           |
| 9  | Touche ST./STP (démarrage/arrêt)                       | 22 | Symbole fréquence cardiaque     |
| 10 | Touche VIEW (afficher)                                 | 23 | Symbole P (format temps 12 h)   |
| 11 | Touche LAP/RESET (temps intermédiaire / remise à zéro) | 24 | Symbole entraînement            |
| 12 | Touche MODE  | 25 | Contacts de chargement          |
| 13 | Champ d'affichage                                      |    |                                 |

# Codes QR

## Aller rapidement et facilement au but avec les codes QR

Si vous avez besoin d'informations sur les produits, de pièces de rechange ou d'accessoires, de données sur les garanties fabricant ou sur les unités de service ou si vous souhaitez regarder confortablement des instructions en vidéo – avec nos codes QR, vous parvenez au but en toute facilité.

## Les codes QR, qu'est-ce?

Les codes QR (QR = Quick Response) sont des codes graphiques qui peuvent être lus à l'aide d'un appareil photo du smartphone et qui contiennent par exemple un lien vers un site Internet ou des données de contact.

Votre avantage: plus de frappe contraignante d'adresses Internet ou de données de contact!

## Comment faire?

Pour scanner les codes QR, vous avez simplement besoin d'un smartphone, d'un lecteur de codes QR installé ainsi que d'une connexion Internet\*.

Vous trouverez généralement un lecteur de codes QR gratuitement dans l'App Store de votre smartphone.

## Testez des maintenant

Scannez simplement le code QR suivant avec votre smartphone pour en savoir plus sur votre nouveau produit Aldi.\*

\* L'exécution du lecteur de codes QR peut entraîner des frais pour la connexion Internet en fonction de votre tarif.



## Généralités

### Lire le mode d'emploi et le conserver



Ce mode d'emploi fait partie de cette montre GPS Bluetooth® avec mesure de la fréquence cardiaque. Il contient des informations importantes pour la mise en service et l'utilisation.

Pour garantir une compréhension facile, la «montre GPS Bluetooth® avec mesure de la fréquence cardiaque» est appelée par la suite seulement «montre GPS».

Lisez le mode d'emploi, en particulier les consignes de sécurité avant d'utiliser la montre GPS. Le non respect de ce mode d'emploi peut provoquer des dommages sur la montre GPS et aboutir à des résultats d'entraînement erronés.

Le mode d'emploi est basé sur les normes et réglementations en vigueur dans l'Union Européenne. À l'étranger, veuillez respecter les directives et lois spécifiques au pays.

Conservez le mode d'emploi et l'emballage pour des utilisations futures. Si vous transmettez la montre GPS à des tiers, joignez obligatoirement ce mode d'emploi.

### Légende des symboles

Les symboles et mots signalétiques suivants sont utilisés dans ce mode d'emploi, sur la montre GPS ou sur l'emballage.

 **AVERTISSEMENT!**

**AVERTISSEMENT!** Ce terme signalétique désigne un risque à un degré moyen qui, si on ne l'évite pas, peut avoir comme conséquence la mort ou une grave blessure.

## **ATTENTION!**

**ATTENTION!** Ce terme signalétique désigne un risque à degré réduit qui, si on ne l'évite pas, peut avoir comme conséquence une blessure moindre ou moyenne.

## **AVIS!**

**AVIS!** Ce terme signalétique avertit contre les possibles dommages matériels.



Ce symbole vous offre des informations complémentaires utiles pour le montage et l'utilisation.



Déclaration de conformité (voir chapitre «Déclaration de conformité»): Les produits marqués par ce symbole remplissent les exigences des directives CE.

### **Vérifier la montre GPS et le contenu de la livraison**

1. Retirez doucement la montre GPS et les accessoires de l'emballage.
2. Enlevez le matériel d'emballage et tous les films de protection.
3. Vérifiez si la livraison est complète (voir **figure A**).
4. Vérifiez si la montre GPS ou les différentes pièces présentent des dommages. Si c'est le cas, n'utilisez pas la montre GPS. Veuillez-vous adresser au fabricant à l'adresse de service indiquée sur la carte de garantie.

## **Sécurité**

### **Utilisation conforme à l'usage prévu**

Cette montre GPS dispose d'un système de navigation. La position de l'utilisateur peut être déterminée par l'utilisation du réseau de satellites américain «GPS» qui contourne la Terre. Ceci est possible partout et à tout moment à l'extérieur.

La montre GPS permet notamment de mesurer la distance, la vitesse et l'altitude et convient tout particulièrement aux sports tels que la course à pied, les randonnées à vélo et à pied, la voile, le ski etc.

La montre GPS n'est pas utilisable pour les applications complexes telles que le parapente, le parachutisme ou le vol à voile.

La montre GPS est conçue à des fins privées et ne convient pas à des fins commerciales.

La montre GPS peut également être utilisée lors de l'entraînement, pour mesurer et afficher votre fréquence cardiaque. La montre GPS n'est pas un appareil médical.

N'utilisez la montre GPS que comme décrit dans ce mode d'emploi. Toute autre utilisation est considérée comme non conforme à l'usage prévu et peut provoquer des dommages matériels.

Le fabricant ou commerçant décline toute responsabilité pour des dommages survenus par une utilisation non conforme ou contraire à l'usage prévu.

## Consignes de sécurité

### **AVERTISSEMENT!**

#### **Risque d'accident/de blessure!**

N'utilisez pas la montre GPS lorsque vous conduisez un véhicule. Il est dangereux de détourner votre regard de la route et ceci peut entraîner un accident où vous-même ou d'autres personnes peuvent se blesser.

- Arrêtez-vous ou demandez à un passager d'effectuer les réglages.

### **AVERTISSEMENT!**

#### **Risque sanitaire!**

La montre GPS n'est pas un appareil médical, il est un outil d'entraînement pour la mesure et l'affichage de votre fréquence cardiaque.

- Consultez toujours un médecin avant de commencer un programme d'entraînement régulier.
- Si vous portez un pacemaker, vous pourrez seulement utiliser des appareils de mesure de la

fréquence cardiaque avec l'accord de votre médecin.

- N'utilisez pas la ceinture de poitrine en cas d'allergie au latex. La ceinture de poitrine peut contenir des éléments de latex et provoquer chez vous éventuellement des irritations de la peau et des rougeissements.
- L'ingestion de piles peut mettre la vie en danger. Conservez la pile et la ceinture de poitrine hors de portée de petits enfants. Faites appel sans tarder à une assistance médicale en cas d'ingestion de pile.
- Enlevez immédiatement une pile usée de la ceinture de poitrine pour éviter toute fuite. Dans ce cas, évitez le contact avec la peau, les yeux et les muqueuses. En cas de contact avec de l'acide de pile, rincez immédiatement les endroits concernés avec beaucoup d'eau claire et consultez immédiatement un médecin.

 **AVERTISSEMENT!**

- Cette montre GPS peut être utilisée par des enfants à partir de huit ans, ainsi que par des

personnes à capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ou à carence en expérience et en savoir, lorsqu'elles sont sous surveillance ou qu'elles ont été formées à l'utilisation de la montre GPS et qu'elles ont compris les dangers qu'elle peut provoquer.

- Les enfants ne doivent pas jouer avec la montre GPS. Le nettoyage et l'entretien par l'utilisateur ne doivent pas être effectués par des enfants sans surveillance.
- Tenez les enfants de moins de huit ans éloignés de la montre GPS et des accessoires.
- Ne laissez pas les enfants jouer avec le film d'emballage. Ils pourraient les avaler et s'étouffer.

## **AVERTISSEMENT!**

### **Risque d'explosion et d'incendie!**

Les accus lithium et les piles peuvent exploser en cas de manipulation non conforme.

- Votre montre GPS est alimentée par un accus lithium polymère que vous ne pouvez pas remplacer.

- Vous ne devez pas chauffer, ouvrir, court-circuiter ou éliminer par le feu les accus et les piles.
- Ne percez pas de trous dans la montre GPS.
- Pour ne pas surchauffer l'accu, n'exposez pas la montre GPS aux rayons directs du soleil ou à d'autres sources de chaleur, par ex. dans un véhicule.
- Pour charger l'accu dans la montre GPS, utilisez seulement le câble de chargement fourni et une connexion USB à votre PC ou un chargeur USB.
- Ne rechargez jamais l'accu à une température inférieure à +10 °C! Ceci amène l'endommagement chimique de la cellule et peut provoquer un incendie.
- Remplacez seulement la pile de l'unité émettrice de la ceinture de poitrine par un type de pile similaire (CR2032). Toujours insérer la pile correctement concernant les polarités (+ et -) marquées sur la pile et l'équipement. Ne pas court-circuiter la pile. Il convient d'enlever immédiatement les piles mortes de l'équipement et de les mettre convenablement au rebut. Ne pas mettre au rebut les piles dans

le feu. Maintenir les piles hors de portée des enfants. Ne pas laisser les enfants effectuer de remplacement de pile sans la surveillance d'un adulte. Enlever la pile de la ceinture de poitrine si elle ne doit pas être utilisée pendant une période de temps prolongée.

- N'essayez pas de charger la pile ou de la réactiver par d'autres moyens.

## AVIS!

### **Risque d'endommagement!**

Un maniement inapproprié de la montre GPS peut l'endommager.

- Ne placez pas d'objets sur la montre GPS et n'appuyez pas fortement sur le champ d'affichage. Autrement, le champ d'affichage risque de se briser.
- Ne touchez pas le champ d'affichage avec des objets anguleux.
- Évitez les champs magnétiques très puissants (par ex., transformateurs) pour éviter tout écart de la mesure du temps et de la détermination de la position. Le non respect de ces consignes

peut entraîner des défauts ou l'endommagement de votre montre GPS.

- Pour une performance d'accu optimale, vous devez éviter des déchargements complets. Chargez l'accu lorsqu'il n'y a plus qu'une seule barre visible dans l'affichage de l'accu.
- Ne surchargez pas l'accu. Une connexion multiple d'un accu chargé ou chargé partiellement provoque une surcharge et un endommagement des cellules.
- Ne laissez pas l'accu branché pendant plusieurs jours sur le chargeur.
- **N'ouvrez jamais le boîtier de la montre GPS ou de la ceinture de poitrine.** Ils ne contiennent pas de pièces à entretenir (excepté le remplacement de la pile, voir paragraphe «Remplacer la pile»).
- Seules des pièces détachées correspondant à l'appareil d'origine pourront être utilisées lors de réparations. Dans cet appareil se trouvent des pièces électriques et mécaniques indispensables pour la protection contre des sources à risque.
- En cas de réparations de sa propre initiative, de branchement non conforme ou d'utilisation

incorrecte, tout droit de responsabilité et de garantie est exclu.

### Étanchéité à l'eau

La montre GPS est étanche jusqu'à 3 bar, la ceinture de poitrine est protégée contre les éclaboussures.

Veillez trouver dans le tableau ci-dessous le niveau d'étanchéité de votre montre GPS et référez-vous à ce- lui-ci pour connaître la bonne utilisation. L'indication sur les bars est basée sur la surpression d'air appliquée dans le cadre de l'examen d'étanchéité (DIN 8310).

Étanche jusqu'à	Pluie, éclaboussures 	Lavage des mains 	Douche 	Baignade, natation 	Sports nautiques 
aucune indication	oui	non	non	non	non
3 bar <sup>1</sup>	oui	oui	non	non	non

1) La montre résiste à une pression de 3 bar pour une durée limitée.

## AVIS!

### Risque d'endommagement!

- Ne plongez ni la montre GPS ni l'unité émettrice dans de l'eau ou un autre liquide.

- N'actionnez pas les touches si la montre GPS est mouillée, sinon, de l'eau pourrait pénétrer dans le boîtier et endommager l'horloge.
- Tenez compte du fait que l'eau salée et thermale peut conduire à la corrosion de pièces métalliques.
- Il est recommandé de ne pas passer sous la douche et d'aller au sauna étant donné qu'en raison des différences de température, de l'eau de condensation pourrait se former et ainsi, endommager l'horloge.

En cas de mouvement de natation ou sous un jet d'eau (par ex. sous la douche ou lors du lavage des mains), des pointes de pression peuvent survenir. La montre est sollicitée encore davantage aux endroits concernés que la profondeur de plongée ne laisse supposer. Ce n'est qu'à partir d'une classification de 5 bar qu'on parle d'une montre étanche (possibilité de prendre une douche). À partir d'une classification de 10 bar, la montre peut également être utilisée pour nager.

- Si la montre est exposée à de grandes différences de température comme lors d'un bain de soleil avec un saut ultérieur dans de l'eau plus

fraîche, du liquide de condensation peut se former dans le boîtier. Cela ne doit pas signifier une infiltration d'eau, mais l'humidité doit être immédiatement éliminée. Dans ces cas, contactez notre service.

## Mise en service

### Chargement de l'accu de la montre GPS

La montre GPS dispose d'un accu lithium polymère encastré. Chargez entièrement ce dernier avant la première utilisation de la montre GPS (env. 3 heures).

1. Pour éviter la corrosion, séchez éventuellement les points de contact **25** de la montre GPS avant de démarrer le chargement.
2. Fixez l'attache du câble USB **2** à la montre GPS **1** (voir **figure D**).

## AVIS!

### Risque d'endommagement!

Un branchement erroné du câble peut entraîner le réchauffement de la montre ou du câble.

- Veuillez à ce que le câble USB soit branché de manière à ce que les broches métalliques de l'agrafe s'enclenchent parfaitement dans les points de contacts de la montre.

3. Raccordez le câble USB à un chargeur USB ou un port USB alimenté en courant de votre ordinateur. L'installation d'un pilote n'est pas nécessaire pour le chargement de l'accu. Si la montre GPS est éteinte, elle est automatiquement allumée par le chargement. Lors du chargement, le symbole d'une pile qui se remplit s'affiche dans le champ d'affichage <sup>13</sup>. Si l'accu est complètement chargé, le mot «PLEIN» s'affiche.
4. Retirez le connecteur USB du chargeur USB ou du PC.
5. Retirez doucement l'agrafe du câble USB de la montre GPS.

### État de chargement accu

Un chargement d'accu a une autonomie de 16 heures max. en mode d'entraînement avec GPS et env. un an en mode heure.

Dans le champ d'affichage <sup>13</sup>, l'état de chargement d'accu est représenté par quatre barres avec le symbole <sup>20</sup>.

- Si vous ne voyez plus qu'une seule barre, vous devriez rapidement charger la montre si possible.

### Ceinture de poitrine

La ceinture de poitrine élastique avec l'unité émettrice sert à mesurer la fréquence cardiaque. L'unité émettrice enregistre les battements de cœur via la surface caoutchoutée de la ceinture de poitrine et transmet les impulsions à la montre GPS via Bluetooth®. Après avoir mis la ceinture de poitrine, vous devez établir une connexion Bluetooth® entre la montre GPS et l'unité émettrice. La montre est d'ores et déjà liée à la ceinture de poitrine en usine. En temps normal, une nouvelle liaison est seulement nécessaire après un changement de pile dans la ceinture de poitrine ou le remplacement de la ceinture de poitrine.

La pile est déjà insérée dans la ceinture de poitrine à la livraison, cette dernière est opérationnelle. Pour remplacer la pile de l'unité émettrice, référez-vous au paragraphe «Remplacer la pile de l'unité émettrice».

L'unité émettrice est activée dès que vous avez mis la ceinture de poitrine et s'éteint lorsque vous retirez la ceinture de poitrine ou l'unité émettrice.

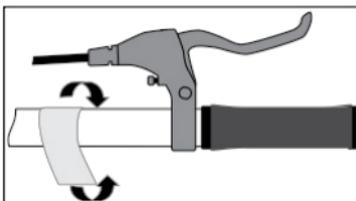
Procédez comme suit pour mettre la ceinture de poitrine:

1. Pour assurer un bon contact avec la peau, humidifiez la surface caoutchoutée de la ceinture de poitrine **7** avec un peu d'eau chaude ou alors, appliquez un peu de gel pour ECG (vous en trouverez dans des magasins médicaux spécialisés) (voir **figure F**).
2. Raccordez l'unité émettrice **8** à la ceinture de poitrine via ses boutons (voir **figure G**).
3. Réglez la ceinture de poitrine de manière à ce qu'elle soit bien placée sous les muscles de la poitrine et que l'unité émettrice soit fixée dans le bon sens (voir **figure H**).
4. Passez au mode d'entraînement de votre montre GPS et faites afficher la fréquence cardiaque (voir paragraphe «Mode d'entraînement avec GPS»). Le symbole battement de cœur **17** ou **22** ou sur la ligne du haut **15** devrait clignoter et la fréquence cardiaque être affichée après quelques instants. Si ce n'est pas le cas, consultez le chapitre «Recherche d'erreurs».

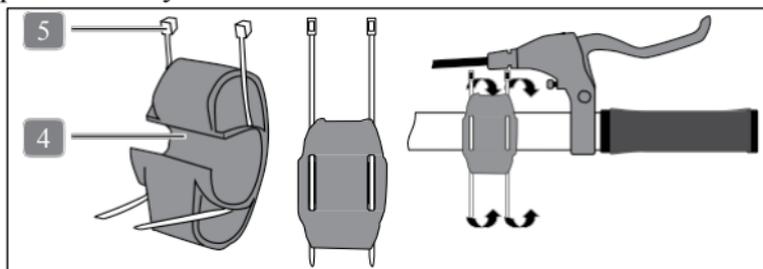
## Support pour vélo

La montre GPS peut être portée comme une montre-bracelet ou être fixée au guidon de votre vélo moyennant le support fourni:

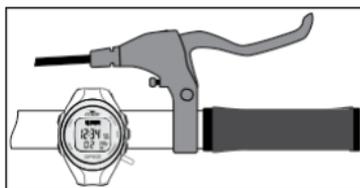
1. Fixez le support pour vélo **4** sur le guidon de votre vélo.
2. Utilisez la plaque d'insertion fournie **6** si le support pour vélo est trop lâche.
3. Pour un montage permanent, vous pouvez fixer le support



pour vélo moyennant les serre-câbles **5** :



4. Fixez la montre GPS sur le support pour vélo.



## Télécharger et installer l'application Crane Connect

Vous pouvez utiliser la montre GPS avec votre smartphone (Android ou iOS). Pour ce faire, vous avez besoin de l'**application Crane Connect** gratuite:

L'application fonctionne avec l'iPhone 4s et versions supérieures, les iPads à partir de la 3e génération, les smartphones Bluetooth® Smart

Ready et les tablettes avec Android 4.3 ainsi que les versions plus récentes. Doit être compatible Bluetooth® 4.0.

Vous trouverez une liste de compatibilité sous [www.cranesportsconnect.com/compatibilite](http://www.cranesportsconnect.com/compatibilite).

- Téléchargez l'application Crane Connect gratuite de l'App Store, de Google Play Store ou par le code QR suivant:

Code QR pour Android:



Code QR pour iOS:



- Installez l'application Crane Connect sur votre smartphone.



### **AVIS!**

Suivez les instructions sur votre smartphone.

## **Informations générales sur le GPS**

Le système de détermination de position global (GPS, «Global Positioning System») se sert d'un réseau de satellites américain pour mesurer la distance, la vitesse et l'altitude. Les États-Unis d'Amérique exploitent ce réseau de satellites et sont responsables de sa précision et de son entretien.

Une réception parfaite des signaux de satellite est uniquement possible en cas de conditions météorologiques favorables (ciel dégagé) et de zone de réception appropriée – terrain ouvert avec vue dégagée vers le ciel.

Des conditions météorologiques défavorables (par ex. fortes chutes de neige) ainsi qu'une zone de réception perturbée (la montre GPS est recouverte par des vêtements ou d'autres objets, des immeubles ou des vallées et ravins étroits empêchent la réception) peuvent entraver sensiblement la performance et la précision de la montre GPS.

La réception GPS est fortement limitée au sein de bâtiments: À proximité d'une fenêtre avec vue dégagée vers le ciel, une détermination de la position peut éventuellement encore être possible, mais dans les pièces intérieures et les caves, une réception GPS ne sera pas possible.

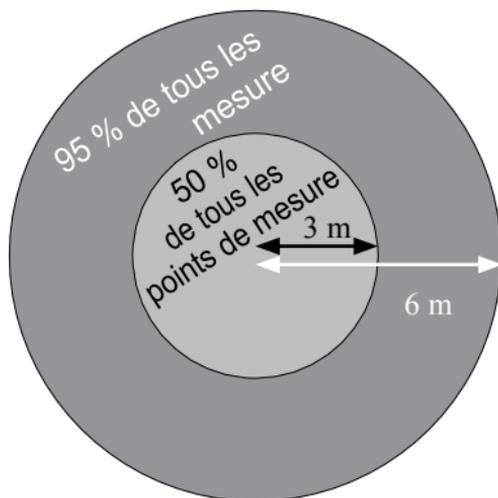
Si la montre GPS ne peut pas recevoir de signaux, elle désactive le GPS après 30 minutes pour ménager l'accu.

### **Précision du GPS**

La montre GPS atteint une précision de 3 mètres CEP (50 %) en plein air. L'indication de la précision se base sur la probabilité 50 % CEP (Circular Error Probability). Cela signifie qu'avec une très bonne réception satellite,

50 % des mesures se trouvent dans le rayon indiqué de 3 m. Mais cela signifie aussi que la moitié des points de mesure se trouvent en dehors de ce rayon.

Il faut cependant ajouter que 95 % de tous les points de mesure se trouvent dans un rayon représentant deux fois le rayon indiqué. Donc, dans le cas d'une très bonne réception satellite, la quasi totalité des points se trouvent dans un rayon de 6 m.



### Recherche de satellites

En cas de conditions optimales, la recherche de satellites dure jusqu'à quelques minutes lors d'un démarrage à froid et seulement quelques secondes dans le cas d'un démarrage à chaud.

Il y a démarrage à froid lorsque vous utilisez la montre GPS pour la première fois, vous ne l'avez plus utilisée depuis longtemps ou que vous avez effectué un long trajet (par ex. 300 km) depuis la dernière détermination de position. La montre GPS doit alors à nouveau rechercher la constellation des satellites.

Un démarrage à chaud peut se faire lorsque la montre GPS n'a pas beaucoup été déplacée depuis la dernière détermination de position et que le temps écoulé est encore assez réduit. Plus le nombre de satellites qui se sont déplacés depuis la dernière détermination de position

de la perspective de la montre GPS est élevé, plus la recherche de satellites sera longue.

Pour une réception GPS rapide, il est important que la montre soit immobile et ne soit pas déplacée.



**Conseil:** Mettez déjà votre montre GPS avant de débiter votre entraînement sur un terrain ouvert avec vue dégagée sur le ciel (par ex. sur le rebord de fenêtre ou le toit de la voiture) et accédez au mode d'entraînement ou d'intervalle (voir paragraphe «Mode entraînement» et «Mode intervalle») pour que la montre GPS puisse commencer la recherche de satellites.

Lors de la recherche, le symbole GPS clignote <sup>16</sup>. Dès que suffisamment de satellites sont reçus, le symbole s'affiche en continu.

## Fonctionnement

### Allumer et éteindre la montre GPS

La montre est fournie en mode éteint. La montre GPS s'allume lors du chargement de l'accu.

#### Allumer

Appuyez sur la touche LAP/RESET <sup>11</sup> et maintenez-la appuyez pendant 5 secondes environ pour allumer la montre GPS. L'heure s'affiche sur le champ d'affichage <sup>13</sup>.

#### Éteindre

Pour ménager l'accu, vous pouvez éteindre la montre GPS lorsque vous ne l'utilisez pas:

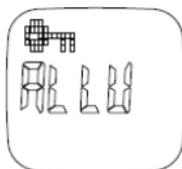
1. Passez au mode heure (voir paragraphe «Mode horloge»).

2. Appuyez sur la touche LAP/RESET <sup>11</sup> et maintenez-la appuyée pendant 5 secondes env. Dès que le champ d'affichage <sup>13</sup> disparaît, la montre GPS est éteinte.

## Verrouiller les touches

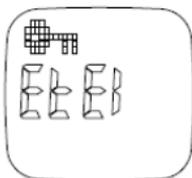
Comme protection contre une manipulation involontaire, vous pouvez verrouiller les fonctions des touches:

– Appuyez brièvement en même temps sur les touches VIEW <sup>10</sup> et MODE <sup>12</sup>. Un symbole de clé et l'information «ALLU» s'affichent brièvement sur le champ d'affichage. Après quoi les touches sont verrouillées.



– Pour déverrouiller les touches, appuyez à nouveau brièvement et en même temps sur les touches VIEW et MODE.

Un symbole de clé et l'information «ETEI» s'affichent brièvement sur le champ d'affichage. Après quoi les touches sont à nouveau déverrouillées.



## Éclairage du champ d'affichage

– Appuyez brièvement sur la touche LIGHT <sup>14</sup> pour éclairer le champ d'affichage pendant 3 secondes env.

## Mode nuit

Un éclairage permanent du champ d'affichage est également possible:

- Appuyez sur la touche LIGHT <sup>14</sup> et maintenez-la appuyée pendant 3 secondes env.  
Vous activez ainsi le mode nuit et l'éclairage est allumé en permanence.

Si la montre GPS ne reçoit pas de signaux GPS, le mode nuit se désactive automatiquement après 5 minutes env.



### **AVIS!**

L'éclairage consomme beaucoup de courant, c'est pourquoi l'accu se décharge plus rapidement.

- Pour désactiver le mode nuit, appuyez brièvement sur la touche LIGHT. L'éclairage de l'écran s'éteint après env. 3 secondes.

## **Modes de la montre GPS**

La montre GPS dispose des modes de fonctions principales suivantes qui sont décrites plus précisément dans les parties suivantes.

- Mode de réglage  
Fixer les réglages de base.
- Mode horloge  
Affichage de l'heure actuelle et de la 2e heure.
- Mode d'entraînement avec GPS  
Effectuer l'activité sportive avec mesure automatique de la distance et de la fréquence cardiaque.
- Mode intervalle avec GPS  
Effectuer plusieurs activités sportives successivement.
- Mode d'histoire  
Consulter le résumé de l'entraînement.
- Mode alarme  
Voir et régler l'heure de réveil.

Appuyez brièvement sur la touche **MODE** <sup>12</sup> pour consulter les modes successivement, à l'exception du mode de réglage qui est décrit dans ce qui suit.

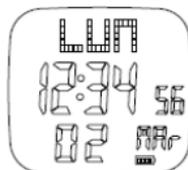
## Mode de réglage

Le mode de réglage vous permet de fixer les réglages de base de la montre GPS comme la langue, l'heure et le contraste du champ d'affichage.

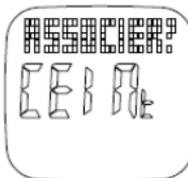
Vous parvenez au mode de réglage comme ceci:

1. Consultez le mode horloge:

Pour ce faire, appuyez éventuellement plusieurs fois sur la touche **MODE** <sup>12</sup> jusqu'à ce que le mot «HEURE» s'affiche sur la ligne du haut <sup>15</sup> et, quelques instants plus tard, l'heure.



2. Appuyez et maintenez appuyée la touche **MODE** <sup>12</sup> pendant environ deux secondes. Le premier point du mode de réglage («ASSOCIER») s'affiche.



Les touches suivantes sont activées en mode de réglage:

- **ST./STP** <sup>9</sup> – augmenter la valeur, modifier choix (par ex. oui/non ou unités etc.), démarrer fonction.
- **LAP/RESET** <sup>11</sup> – réduire la valeur, modifier choix.
- **VIEW** <sup>10</sup> – passer au point de menu suivant.
- **MODE** <sup>12</sup> – quitter le menu, retour au mode horloge.

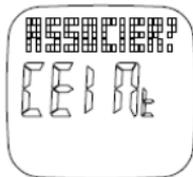
Chaque modification de valeur est immédiatement efficace.

Vous pouvez procéder aux réglages suivants:

### ASSOCIER ? CEINTURE

Ceci vous permet d'établir une connexion Bluetooth® entre l'unité émettrice de la ceinture de poitrine et la montre GPS.

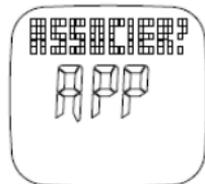
1. Mettez la ceinture de poitrine (voir paragraphe «Ceinture de poitrine»).
  2. Consultez le point de menu «ASSOCIER? CEINT».
  3. Appuyez brièvement sur la touche ST./STP . L'information «ASSOCIER» s'affiche, la connexion est établie.
- Après un court instant, l'information «OK !» s'affiche et la connexion Bluetooth® est établie.
  - Si l'information «ECHEC !» s'affiche, vérifiez si la ceinture de poitrine est bien mise et recommencez du début.



### ASSOCIER ? APP

Ceci vous permet d'établir une connexion Bluetooth® entre la montre GPS et l'application Crane Connect sur votre smartphone (voir paragraphe «Télécharger et installer l'application Crane Connect»).

1. Activez Bluetooth® sur votre smartphone.
2. Démarrez l'application Crane Connect sur votre smartphone.
3. Dans l'application, sélectionnez le symbole de la montre GPS dans le menu «Tous les réglages». Le menu «Réglages» s'affiche.
4. Dans le champ «Pairs», cliquez sur l'option «Connecter».
5. Sur la montre GPS, consultez le point de menu «ASSOCIER ? APP».



6. Appuyez brièvement sur la touche ST./STP <sup>9</sup>.
- L'information «ASSOCIER» s'affiche, la connexion est établie.
- Après un court instant, l'information «OK !» s'affiche et la connexion Bluetooth<sup>®</sup> est établie.
  - Si l'information «EHEC !» s'affiche, assurez-vous que Bluetooth<sup>®</sup> est activé sur votre smartphone et recommencez du début.

### GPS SYNC

Ceci vous permet de régler automatiquement l'heure via le signal GPS ALLUMER (ALLU) ou ETEINDRE (ETEI). Le système GPS est activé en modes entraînement et intervalle. Un signal de temps très précis est transmis qui est automatiquement adapté à votre fuseau horaire actuel.



### Heure d'été (H D'ETE)

Selon si vous avez activé la fonction «GPS Sync», vous activez (ALLU) ou désactivez (ETEI) l'heure d'été.



### Régler l'heure (SECONDE)

Selon si vous avez désactivé la fonction «GPS Sync», vous réglez manuellement l'heure conformément aux étapes suivantes:

L'heure s'affiche sur le champ d'affichage et le mot «SECONDE» s'affiche sur la ligne du



haut <sup>15</sup>. L'affichage des secondes clignote.

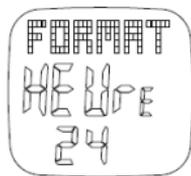
1. Pour remettre les secondes à zéro, appuyez brièvement sur la touche ST./STP <sup>9</sup>. Attendez par ex. un signal de temps d'un radiodiffuseur.
2. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup>.  
À présent, le mot «MINUTE» s'affiche sur la ligne du haut et l'affichage des minutes clignote.
3. Réglez les minutes avec les touches ST./STP <sup>9</sup> et LAP/RESET <sup>11</sup>.
4. Répétez les étapes 2 et 3 pour régler l'heure, l'année, le mois et le jour.

### Format heure (FORMAT)

Ceci vous permet de passer d'un affichage de l'heure à l'autre (12 heures, «AM/PM») ou 24 heures.

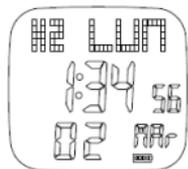
- Pour passer d'un affichage à l'autre, appuyez brièvement sur la touche ST./STP

<sup>9</sup>



### 2. Heure (H2)

Ceci vous permet de régler le nombre d'heures d'écart entre la 2e heure et l'heure actuelle.



### UNITES

Ceci vous permet de déterminer dans quelles unités de mesure les valeurs doivent être indiquées:

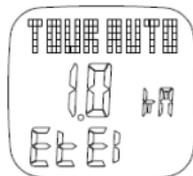
- **MET** – métrique, par mètres (m, km, km/h) et grammes (kg).



- **IMP** – impérial, par pieds (ft), milles (m, m/h) et livres anglaises (lb).
- **NAU** – nautique, par milles marins (nm), nœuds (kt) et livres anglaises (lb).

### Tours automatiques (TOUR AUTO)

Les tours parcourus à pied ou à vélo et les durées des tours peuvent être comptés et chronométrés en mode d'entraînement. Vous marquez le début de chaque tour par un appui



bref sur la touche LAP/RESET **11**.

Avec la fonction «TOUR AUTO», les tours peuvent être générés automatiquement selon la distance parcourue.

1. Réglez la distance souhaitée après laquelle un nouveau tour sera marqué (par ex. 1 km). Valeurs possibles: 0,1 à 5,0 km/m/nm.
2. Appuyez brièvement sur la touche VIEW **10**.
3. Actionnez «ALLU» pour activer la fonction «TOUR AUTO». Une fois la fonction «TOUR AUTO» activée, vous pouvez aussi chronométrer les durées des tours manuellement entre les tours chronométrés automatiquement avec la touche

LAP/RESET **11**.

### Changement d'affichage automatique (AFFICHER)

En mode d'entraînement, vous pouvez passer d'une valeur à l'autre avec la touche VIEW **10**

. La fonction «AFFICHER» modifie automatiquement l'affichage toutes les 5 secondes. Ici, vous pouvez activer (ALLU) ou désactiver (ETEI) le changement d'affichage automatique.



## ZONE FC (plage pouls)

Ici, vous pouvez régler une limite supérieure et inférieure de la fréquence cardiaque. La montre GPS émettra alors un signal d'alarme dès le dépassement de l'une ou l'autre limite.

1. Réglez la limite supérieure sur la ligne du milieu.
2. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup>.
3. Réglez la limite inférieure sur la ligne du bas.
4. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup>.
5. Activez (ALL) ou désactivez (ETE) le signal d'alarme sur la ligne du bas.



## SEXE

Ici, vous déterminez votre sexe: «M» pour masculin et «F» pour féminin. Cette indication et le poids sont nécessaires pour calculer la consommation de calories.

## POIDS

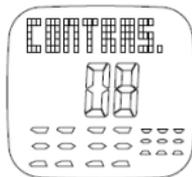
Ici, vous réglez votre poids.

## SON

Ici, vous pouvez activer («ALLU») ou désactiver («ETE») le son des touches et les sons d'alarme lors d'un changement d'exercice en mode intervalle.

## CONTRASTE

Ici, vous réglez le contraste LCD de 1 (clair) à 16 (sombre) pour optimiser la lisibilité du champ d'affichage.



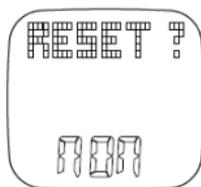
## Langue (FRANCAIS)

Ici, vous déterminez la langue d'affichage sur le champ d'affichage. Affichages possibles: «FRANÇAIS», «DEUTSCH», «ENGLISH».

## RESET

Lors d'une réinitialisation, toutes les valeurs sont remises aux réglages de base et toutes les données (historiques d'entraînement etc.) sont supprimées.

- Sélectionnez «OUI» pour effectuer une réinitialisation.
- Sélectionnez «NON» pour ne pas effectuer de réinitialisation.

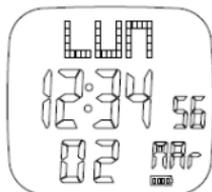


## Mode horloge

En mode horloge, vous pouvez voir l'heure actuelle et la date. Pour économiser de l'énergie, la fonction GPS est désactivée et un chargement d'accu tient env. un an.

Procédez comme suit pour consulter le mode horloge:

- Appuyez éventuellement plusieurs fois brièvement sur la touche MODE <sup>12</sup> jusqu'à ce que le mot «HEURE» s'affiche sur la ligne du haut <sup>15</sup> et un instant plus tard, l'heure s'affiche.
- Appuyez sur la touche VIEW <sup>10</sup> pour passer de l'heure actuelle au 2e temps et vice versa.



## Mode d'entraînement avec GPS

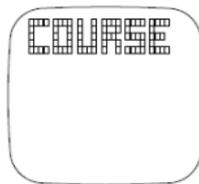
En mode d'entraînement, vous pouvez effectuer une activité sportive pendant laquelle la montre GPS mesure automatiquement la distance et la fréquence cardiaque. Ces données et vos indications relatives au sexe et au poids permettent à la montre GPS de calculer également les calories consommées.

À l'issue de l'entraînement, la montre GPS enregistre toutes les données pertinentes et vous pouvez visualiser ces données sur la montre GPS ou les transmettre à l'application Crane Connect App sur votre smartphone/tablette et les évaluer sur ce(s) support(s). Si la connexion Internet est activée sur votre smartphone, toutes les données d'entraînement sont téléchargées automatiquement après l'entraînement par l'application Crane Connect sur le site Internet [www.cranesportsconnect.com](http://www.cranesportsconnect.com) et enregistrées là-bas durablement.

Les activités sportives préprogrammées «Course», «Cyclisme» et «Randonnée» ainsi que les profils 1 et 2 (Utilisateur-1 et Utilisateur-2) se distinguent dans les valeurs affichées: Lors d'un parcours effectué à vélo, c'est la vitesse qui est intéressante, lors d'une randonnée, c'est plutôt l'altitude.

Procédez comme suit pour consulter le mode d'entraînement:

- Appuyez éventuellement plusieurs fois brièvement sur la touche MODE **12**, jusqu'à ce que la désignation de l'une des activités sportives préprogrammées mentionnées ci-dessus s'affiche sur la ligne du haut **15**.

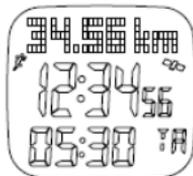


La montre GPS recherche le signal GPS et

le symbole GPS **16** clignote. En cas de réception de signaux GPS, le symbole est affiché en permanence. Un instant plus tard,

les affichages prérégés pour cette activité sportive s'affichent.

Au total, 6 valeurs peuvent être affichées sur 2 pages.



- La touche VIEW **10** vous permet de passer de l'affichage de la 1<sup>ère</sup> et de la 2<sup>e</sup> page et vice versa.

### Sélectionner activité sportive

Avant de commencer l'entraînement, vous pouvez sélectionner une autre activité sportive:

- Pour sélectionner une activité sportive préprogrammée, appuyez et maintenez appuyée la touche LAP/RESET **11**.

Sur la ligne du haut **15** s'affichent successivement les 5 activités sportives prescrites: COURSE, CYCLISME, RANDONN., UTILISA.-1, UTILISA.-2.

- Dès que l'activité sportive souhaitée est affichée, lâchez la touche LAP/RESET.

Le tableau suivant vous indique les affichages préprogrammés:

Activité sportive	Affichage 1 <sup>ère</sup> page	Affichage 2 <sup>e</sup> page
COURSE	Durée Distance Tempo	Durée de tour Fréquence cardiaque Calories

CYCLISME	Vitesse Distance Durée	Vitesse moyenne Fréquence cardiaque Calories
RANDONNEE	Altitude Distance Durée	Heure Fréquence cardiaque Calories
UTILISATEUR-1	Distance Tempo Durée	Durée de tour Fréquence cardiaque Numéro de tour
UTILISATEUR-2	Fréquence cardiaque Durée Altitude	Latitude Distance Longitude

### Configurer l'affichage

Procédez comme suit pour modifier les valeurs à afficher:

- Ligne du haut **15** : Maintenir appuyée la touche LIGHT **14** .
- Ligne du milieu **18** : Maintenir appuyée la touche VIEW **10** .
- Ligne du bas **19** : Maintenir appuyée la touche MODE **12** .

Les valeurs suivantes peuvent être indiquées sur la ligne du milieu:

- Distance (0-99,99)
- Durée de l'entraînement (format jusqu'à 60 minutes = mm:ss.th, à partir d'1 heure = hh:mm:ss)
- Fréquence cardiaque actuelle
- Tempo actuel – «TA»
- Vitesse actuelle («km/h»/«MPH»/«kn»)

Les valeurs suivantes peuvent être indiquées sur les lignes du haut et du bas:

- Altitude (0-9999m)
- Calories (0-9000)
- Distance (0-99,99)
- Durée de l'entraînement (format jusqu'à 60 minutes = mm:ss.th, à partir d'1 heure = hh:mm:ss)
- Fréquence cardiaque actuelle
- Numéro de tour (0-99)
- Durée de tour (format jusqu'à 60 minutes = mm:ss.th, à partir d'1 heure = hh:mm:ss)
- Tempo moyen – «TM»
- Tempo actuel – «TA»
- Vitesse moyenne – «MO»
- Vitesse actuelle – «km/h»/«MPH»/«kn»
- L'heure
- Latitude (LAT)
- Longitude (LON)

### **Démarrer/arrêter l'entraînement**

- Avant de débiter l'entraînement, attendez que la montre GPS reçoit un signal GPS irréprochable et que le symbole GPS  ne clignote plus (voir également paragraphe «Recherche de satellites»).
- Appuyez sur la touche ST./STP  pour démarrer et arrêter l'entraînement.

Le symbole entraînement  s'allume. Il s'éteint lorsque vous arrêtez l'entraînement.

## Chronométrer les tours

- Pendant l'entraînement, appuyez sur la touche

LAP/RESET <sup>11</sup> pour chronométrer un tour. Les tours peuvent également être chronométrés automatiquement (voir paragraphe «Tours automatiques (TOUR AUTO)»). 99 chronométrages des tours max. peuvent être chronométrés pour chaque entraînement.

## Après l'entraînement

Lorsque vous avez terminé l'entraînement, transmettez les données de l'entraînement à la mémoire de la montre GPS:

- Appuyez et maintenez appuyée la touche LAP/RESET <sup>11</sup> jusqu'à ce que l'information «SAUVE.» s'affiche sur la ligne du haut <sup>15</sup>.

Vous avez maintenant remis à zéro toutes les données de l'entraînement et pouvez commencer avec un nouvel entraînement. Les données de l'entraînement achevé sont conservées dans la mémoire de la montre GPS.

Vous pouvez les visualisez ultérieurement dans l'historique (voir paragraphe «Mode d'histoire») ou les transmettre à l'application Crane Connect sur votre smartphone/tablette (voir paragraphe «Transmission des données»).

- Terminez l'entraînement (le symbole entraînement <sup>24</sup> disparaît) et consultez pour finir le mode horloge. Vous terminez ainsi la réception GPS et l'accu de la montre GPS est ménagée.

## **Mode intervalle avec GPS**

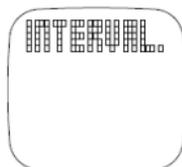
En mode intervalle, vous pouvez effectuer jusqu'à quatre activités sportives à la suite et avec plusieurs répétitions.

Par exemple: Vous réglez trois répétitions, la première activité sportive est la course à pied pendant 5:00 minutes, la seconde activité sportive est de marcher pendant 3:00 minutes. Vous démarrez l'entraînement, la montre GPS affiche «COURSE» et compte les 5 minutes à rebours. Les dix dernières secondes, un signal de temps retentit, ensuite commence la 2e activité sportive. La montre GPS affiche «JOGGING» et compte les 3 minutes à rebours, les dix dernières secondes avec signal de temps. Ensuite commence à nouveau la première activité sportive. Ceci est encore répété deux fois, ensuite, l'entraînement est terminé et la montre GPS affiche «FIN !».

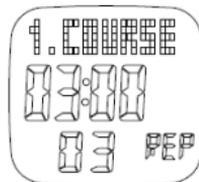
Comme en mode d'entraînement, la montre GPS mesure automatiquement la distance et la fréquence cardiaque et calcule les calories consommées. À l'issue de l'entraînement, la montre GPS enregistre toutes les données pertinentes et vous pouvez visualiser ces données sur la montre GPS ou les transmettre à l'application Crane Connect sur votre smartphone/tablette et les évaluer sur ce(s) support(s). Si la connexion Internet est activée sur votre smartphone, toutes les données d'entraînement sont téléchargées automatiquement après l'entraînement par l'application Crane Connect sur le site Internet [www.cranesportsconnect.com](http://www.cranesportsconnect.com) et enregistrées là-bas durablement.

Procédez comme suit pour consulter le mode intervalle:

- Appuyez éventuellement plusieurs fois brièvement sur la touche MODE **12** jusqu'à ce que le mot «INTERVAL.» s'affiche sur la ligne du haut **15**.



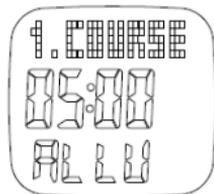
Un instant plus tard, la première activité sportive s'affiche (ici «Course») avec la durée réglée (ici 3 minutes – «03:00») et le nombre de répétitions («03 REP»).



### Définir les intervalles

Avant de démarrer l'entraînement par intervalles, vous pouvez déterminer le déroulement:

1. Appuyez et maintenez appuyée la touche MODE **12** en mode intervalle jusqu'à ce que le nombre de répétitions clignote sur la ligne du bas.
2. Réglez la fréquence à laquelle les activités sportives doivent être répétées.
3. Appuyez brièvement sur la touche VIEW **10**. La première activité sportive est affichée.
4. Sélectionnez «ETEI» pour désactiver cette activité sportive et continuez à l'étape 11. Ou sélectionnez «ALLU» pour éditer l'activité sportive.
5. Appuyez brièvement sur la touche VIEW **10**. L'activité sportive commence à clignoter.



6. Sélectionnez à présent l'une des activités sportives suivantes: COURSE, JOGGING, MARCHÉ, RESTE, RAPIDE, MOYEN, LENT.
7. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup> .  
La durée d'entraînement commence à clignoter.
8. Réglez les minutes de la durée d'entraînement souhaitée.
9. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup> .
10. Réglez les secondes de la durée d'entraînement.
11. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup> .
12. Répétez les pas 4 et 11 pour les trois autres activités sportives.

Vous avez ainsi défini l'entraînement par intervalles.

### **Démarrer/arrêter l'entraînement par intervalles**

- Avant de débiter l'entraînement, attendez que la montre GPS reçoit un signal GPS irréprochable et que le symbole GPS <sup>16</sup> ne clignote plus (voir également paragraphe «Recherche de satellites»).
- Appuyez sur la touche ST./STP <sup>9</sup> pour démarrer et arrêter l'entraînement par intervalles.  
Le symbole entraînement <sup>24</sup> s'allume. Il s'éteint lorsque vous arrêtez l'entraînement.
- Pour passer à l'activité sportive suivante avant l'écoulement de la durée réglée, appuyez brièvement sur la touche LAP/RESET <sup>11</sup> .

## Après l'entraînement

Si vous avez terminé l'entraînement, la montre GPS enregistre automatiquement les données d'entraînement.

Si vous arrêtez l'entraînement prématurément, vous pouvez stocker manuellement les données d'entraînement dans la mémoire de la montre GPS avec la touche ST./STP <sup>9</sup>:

- Appuyez et maintenez la touche LAP/RESET <sup>11</sup> appuyée jusqu'à ce que les données d'entraînement soient remises aux valeurs de départ.

Vous avez maintenant remis à zéro toutes les données de l'entraînement et pouvez commencer avec un nouvel entraînement. Les données de l'entraînement achevé sont conservées dans la mémoire de la montre GPS.

Vous pouvez les visualiser ultérieurement dans l'historique (voir paragraphe «Mode d'histoire») ou les transmettre à l'application Crane Connect sur votre smartphone/tablette (voir paragraphe «Transmission des données»).

- Terminez l'entraînement (le symbole entraînement <sup>24</sup> disparaît) et consultez pour finir le mode horloge. Vous terminez ainsi la réception GPS et l'accu de la montre GPS est ménagée.

## Mode d'histoire

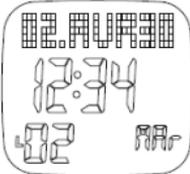
En mode historique, vous pouvez visualiser les données enregistrées lors de l'entraînement.

Procédez comme suit pour consulter le mode historique:



- Appuyez éventuellement plusieurs fois brièvement sur la touche MODE **12** jusqu'à ce que le mot «HISTOIRE» s'affiche sur la ligne du haut **15**.

Après un instant, le dernier jeu de données enregistrées s'affiche:

- Sur la ligne du haut **15**, vous voyez le numéro du jeu de données («02») et la date («AVR30»).
  - Sur la ligne du milieu, vous voyez l'heure à la fin de l'entraînement.
  - Sur la ligne du bas, vous voyez le nombre de tours («L02») si ces derniers ont été comptés et le jour de la semaine («MAR»).
- 
- Appuyez sur les touches ST./STP **9** ou sur LAP/RESET **11** vous faites défiler les jeux de données enregistrés.
  - Appuyez sur la touche VIEW **10** pour consulter des détails supplémentaires sur l'entraînement sélectionné sur quatre ou cinq pages. La ligne du haut indique toujours le numéro du jeu de données et la date.
    - 2<sup>e</sup> page  
Milieu: distance, en bas: durée
    - 3<sup>e</sup> page  
Milieu: vitesse moyenne, en bas: calories.
    - 4<sup>e</sup> page  
Milieu: tempo moyen, en bas: calories.
    - 5<sup>e</sup> page  
Milieu: fréquence cardiaque maximale, en bas: fréquence cardiaque moyenne.

- 6<sup>e</sup> page (uniquement si les tours ont été enregistrés) En haut: numéro de tours et distance de tours.  
Milieu: durée de tour  
En bas: temps intermédiaire
- Dans la représentation des tours, faites défiler les données de tours enregistrées avec les touches ST./ST<sup>9</sup> ou LAP/RESET<sup>11</sup>.
- Appuyez sur la touche VIEW<sup>10</sup> pour revenir au résumé d'entraînement.

### Supprimer des données d'entraînement

Vous pouvez supprimer les données du dernier entraînement ou toutes les données de la mémoire de la montre GPS:

1. Consultez le mode historique (voir paragraphe précédente).
2. Appuyez et maintenez appuyée la touche MODE<sup>12</sup> jusqu'à ce que le mot «SUPPR.» s'affiche sur la ligne du haut.  
Sur la ligne du milieu, «DERNIER» s'affiche.
3. Si vous **ne** souhaitez **pas** supprimer le dernier entraînement enregistré, passez à l'étape 6.
4. Si vous souhaitez supprimer le dernier entraînement enregistré, sélectionnez «OUI» sur la ligne du bas avec la touche ST./STP<sup>9</sup>.
5. Appuyez brièvement sur la touche VIEW<sup>10</sup>.  
Le dernier entraînement est supprimé et le message «OK !» s'affiche brièvement. Ensuite, la montre GPS repasse au mode protocole.
6. Appuyez brièvement sur la touche VIEW<sup>10</sup>.  
Sur la ligne du milieu, «TOUS» s'affiche maintenant.

7. Si vous souhaitez supprimer toutes les données d'entraînement enregistrées, sélectionnez «OUI» sur la ligne du bas avec la touche ST./STP <sup>9</sup>.
8. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup>.  
Si vous avez sélectionné «OUI» dans l'étape précédente, tous les jeux de données ont été supprimés et «OK !» s'affiche brièvement. Ensuite, la montre GPS repasse au mode d'histoire

## Mode alarme

En mode alarme, vous pouvez voir et régler l'heure de réveil.

Procédez comme suit pour consulter le mode alarme:

- Appuyez éventuellement plusieurs fois brièvement sur la touche MODE <sup>12</sup>, jusqu'à ce que le mot «ALARME» s'affiche sur la ligne du haut <sup>15</sup>.



Un instant plus tard, l'heure de réveil réglée s'affiche.

- Sur la ligne du bas, vous pouvez activer (ALLU) ou désactiver (ETEI) l'alarme avec la touche ST./STP <sup>9</sup>.



## Régler l'heure de réveil

1. En mode alarme, appuyez et maintenez appuyée la touche MODE <sup>12</sup>, jusqu'à ce que le chiffre de l'heure clignote sur la ligne du milieu.
2. Réglez l'heure à l'heure de réveil souhaitée avec les touches ST./STP <sup>9</sup> et LAP/RESET <sup>11</sup>.

3. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup> .  
Sur la ligne du milieu, le chiffre des minutes s'affiche.
4. Réglez la minute de l'heure de réveil souhaitée avec les touches ST./STP <sup>9</sup> et LAP/RESET <sup>11</sup> .
5. Appuyez brièvement sur la touche VIEW <sup>10</sup> .  
Le réveil est maintenant réglé et activé.

À l'heure de réveil réglée, un signal de réveil retentit pendant 30 secondes que vous pouvez désactiver par une touche quelconque. Les réglages sont conservés et le réveil «sonnera» à nouveau le jour suivant.

## Transmission des données

Pour transmettre les données d'entraînement enregistrées dans la montre GPS à l'application Crane Connect sur votre smartphone/tablette, les conditions préalables suivantes sont à observer:

- Terminez tous les entraînements éventuellement en cours (le symbole entraînement <sup>24</sup> doit être désactivé).
- Enregistrez les dernières données d'entraînement sur la montre GPS (voir les deux paragraphes «Après l'entraînement»).
- Consultez le mode horloge (voir paragraphe «Mode horloge»).
- Activez Bluetooth® sur votre smartphone ou tablette.
- Démarrez l'application Crane Connect sur votre smartphone/tablette.
- Dans le menu d'accueil de l'application, vous accédez aux évaluations via le symbole montre GPS. L'application établit automatiquement une connexion avec la montre GPS et la transmission des données est démarrée.

- Dans l'application, vous pouvez sélectionner si les données, une fois transmises depuis la montre GPS, doivent être supprimées automatiquement ou si elles y restent enregistrées.

## **Nettoyage et entretien**

### **AVIS!**

#### **Risque d'endommagement!**

L'eau infiltrée dans le boîtier peut endommager la montre GPS ou l'unité émettrice.

- Ne plongez jamais la montre GPS ou l'unité émettrice dans l'eau.
- Veillez à ce qu'il n'y ait pas d'infiltration d'eau dans le boîtier.

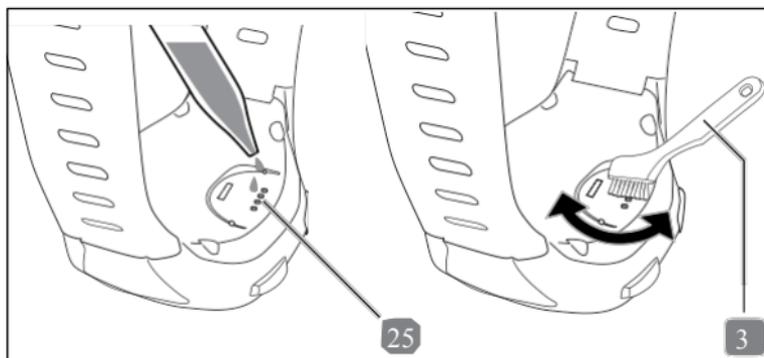
### **AVIS!**

#### **Danger d'usage inadéquat!**

La manipulation non conforme de la montre GPS peut provoquer des dommages.

- N'utilisez pas des produits de nettoyage agressifs ou des brosses avec des poils métalliques ou en nylon et similaires. Ceux-ci peuvent endommager les surfaces.

- Veillez à ce qu'aucune goutte d'eau ne reste sur l'écran de la montre GPS. L'eau peut entraîner des décolorations permanentes.
- 1. Nettoyez uniquement la montre GPS et la ceinture de poitrine avec un tissu doux, humecté et sans peluches.
- 2. Vérifiez les contacts de chargement **25** au dos de la montre. Si ces derniers comportent des traces de sueur, des squames ou de la poussière, utilisez la brosse de nettoyage fournie **3**.
- 3. Appliquez quelques gouttes d'eau pure sur les broches de contact de la montre et nettoyez ensuite ces dernières avec la brosse de nettoyage.



## Remplacer la pile de l'unité émettrice

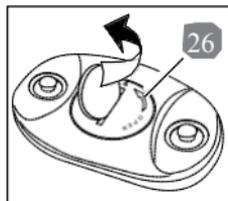
### AVIS!

### Risque d'endommagement!

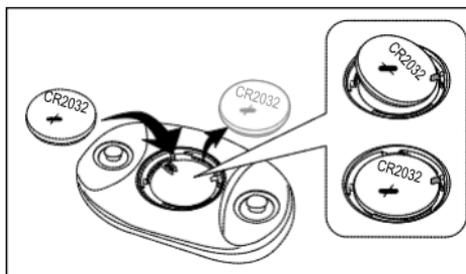
Si vous ne fermez pas correctement le couvercle du compartiment à piles, de l'humidité peut s'infiltrer dans l'unité émettrice. L'unité émettrice peut être endommagée ainsi.

- Fermez soigneusement le couvercle du compartiment à piles pour que l'humidité ne puisse pas s'infiltrer dans l'unité émettrice.

1. Pour ouvrir le couvercle du compartiment à piles **26**, tournez-le dans le sens contraire des aiguilles d'une montre avec une pièce de monnaie.

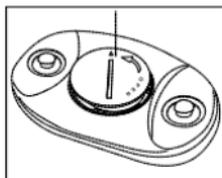


2. Retirez la pile usagée et insérez la pile neuve de la même manière et dans la même position. N'enlevez pas l'étiquette blanche dans le compartiment à piles.

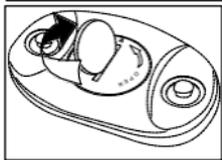


La pile doit être placée en-dessous d'un petit crochet métallique dorée, et le pôle positif doit être orienté vers le haut.

3. Remettez le couvercle du compartiment à piles. Observez les repères sur le couvercle et le boîtier.



4. Pour fermer le dans le sens des aiguilles d'une montre, tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre avec une pièce de monnaie.



## Rangement

- Nettoyez soigneusement la montre GPS et la ceinture de poitrine avant de les ranger (voir paragraphe «Nettoyage»).
- Rechargez complètement l'accu.
- Éteignez la montre GPS.
- Retirez la pile de l'unité émettrice.
- Rangez toujours la montre GPS et la ceinture de poitrine dans un endroit sec.
- Protégez la montre GPS et la ceinture de poitrine des rayons de soleil directs et d'autres sources de chaleur.
- Rangez la montre GPS et la ceinture de poitrine hors de portée des enfants et à une température entre -20 °C et +70 °C.

## Recherche d'erreurs

Problème	Origines possibles	Solutions, conseils
L'accu de la montre GPS ne charge pas.	Le câble de chargement n'est pas correctement branché.	Les broches métalliques doivent s'enclencher correctement dans les points de contact de la montre.
	Contacts de chargement encrassés.	Nettoyez les contacts de chargement sur le dos de la montre (voir paragraphe «Nettoyage»).
	Connexion USB est hors tension.	Assurez-vous que la connexion USB auquel vous avez branché la montre GPS est sous tension.
Les touches ne réagissent pas.	Les touches sont verrouillées.	Pour déverrouiller, appuyer simultanément un bref instant sur les touches VIEW  et MODE  .

Aucun affichage.	La montre GPS est éteinte.	Pour allumer, appuyer sur la touche LAP/RESET  pendant 5 secondes env.
	L'accu est vide.	Recharger l'accu.
	Le contraste est trop faible.	Augmenter le contraste (voir «Mode de réglage», «CONTRASTE»).
Affichage sombre.	La montre GPS est surchauffée (rayons du soleil, température ambiante trop élevée).	Laisser refroidir la montre GPS.
Affichage très lent.	Normal en cas de températures inférieures à 0 °C.	Dès qu'elles remontent au-dessus de 0 °C, l'affichage devient à nouveau normal.

Pas d'affichage de la vitesse.	Réception GPS insuffisante.	Observer les remarques sous «Informations générales sur le GPS».
La vitesse est indiquée alors qu'il n'y a pas de déplacement à pied ou à vélo.		
Pas d'affichage de la fréquence cardiaque.	La connexion entre la montre GPS et la ceinture de poitrine est interrompue.	Établissez la connexion Bluetooth® entre la montre GPS et la ceinture de poitrine (voir paragraphe «ASSOCIER ? CEINTURE»).
	La pile de l'unité émettrice est vide ou mal insérée.	Contrôlez la pile (voir «Remplacer la pile de l'unité émettrice»).
	Pas de liaison conductrice vers la peau car ceinture de poitrine trop sèche.	Humidifiez la partie caoutchoutée de la ceinture avec un peu d'eau.

L'entraînement ne peut pas être démarré.	La mémoire de la montre GPS est pleine, le temps d'entraînement ou de tour est supérieure à 99 heures.	Transmettre les données à l'application Crane Connect et supprimer la mémoire (voir paragraphe «RESET»).
Message «MEMOIRE PLEINE».		

### **Mémoire pleine**

Veillez à ce que la montre GPS ne supprime pas automatiquement la mémoire avec vos données enregistrées.

Pour ce faire, avant la transmission des données de la montre GPS à l'application, vous devez activer sous paramètres la suppression automatique de la mémoire après une transmission des données.

Si la mémoire de la montre est pleine, aucun enregistrement ne peut plus être effectué, le chronométrage pour l'entraînement en mode entraînement ou intervalle ne peut plus être démarré.

**Cela signifie que la touche ST./STP ne peut plus être actionnée.**

Cependant, avant que la mémoire ne soit pleine, l'écran de la montre GPS affiche le message «MÉMOIRE PLEINE». Si le temps d'entraînement ou de tour est plein (99h), il ne sera également plus possible d'effectuer d'enregistrements supplémentaires!

Pour toute question, contactez-nous aux adresses suivantes:

Krippel-Watches

Le Dôme - 1, rue de La Haye – BP12910

F-95731 Roissy CDG Cedex

Tel : ++33/1-49194935

service@cranesportsconnect.com

Comme aide supplémentaire pour votre montre GPS, utilisez la FAQ (= foire aux questions) que vous pourrez consulter sur le site Internet ci-après.

<http://www.cranesportsconnect.com>

EAN Code: 26020518

## **Données techniques**

Modèle : AF5-GPS-6A/6B

Alimentation en tension

Montre GPS : Accu lithium polymère,  
380 mAH, 3,7 V

Unité émettrice : Pile lithium 3 V, CR2032

Fréquence de transmission de l'unité

émettrice à la montre GPS : Bluetooth® 4.0

Précision GPS : 3 mètres CEP (50 %) en plein air

Température de fonctionnement : -10 °C à +60 °C

Température de stockage : -20 °C à +70 °C

Toutes les données indiquées sont seulement des valeurs nominales.  
Sous réserve de modifications techniques.

## Déclaration de conformité



Krippel-Watches déclare par la présente que la montre GPS (No modèle AF5-GPS-6A/6B) est conforme aux exigences de base et aux autres dispositions pertinentes des directives R&TTE 1999/5/CE, 2004/108/CE (compatibilité électromagnétique) et RoHS 2011/65/UE.

Vous pouvez trouver le texte complet de la déclaration de conformité sur notre page d'accueil Internet:

[www.produktservice.info](http://www.produktservice.info) (code EAN: 26020518).

## Élimination

### Élimination de l'emballage



Éliminez l'emballage selon les sortes. Mettez le carton dans la collecte de vieux papier, les films dans la collecte de recyclage.

### Élimination de l'appareil usagé

(Applicable dans l'Union Européenne et autres états avec des systèmes de collecte séparée selon les matières à recycler)



**Les vieux appareils ne vont pas dans les déchets ménagers!**

Si un jour la montre GPS ne peut plus être utilisée, chaque consommateur est **légalement tenu de remettre les appareils, séparés des déchets ménagers** par ex. à un centre de collecte de sa commune/son quartier. Ceci garantit un recyclage approprié des appareils usagés dans un circuit d'élimination respectueux de l'environnement. Pour cette raison, les appareils électriques sont pourvus du symbole imprimé ici.

## **Les piles et accus ne vont pas dans les déchets ménagers!**



En tant que consommateur, vous êtes tenu légalement à déposer toutes les piles et tous les accus, qu'ils contiennent des polluants\* ou non, à un lieu de collecte de votre commune/votre quartier ou dans le commerce, de sorte qu'ils puissent être éliminés dans le respect de l'environnement. Veuillez déposer la montre GPS complète (avec l'accu) et uniquement dans un état de déchargement complet, à votre point de collecte!

\* marqué par: Cd = cadmium, Hg = mercure, Pb = plomb

# CARTE DE GARANTIE

## Montre GPS Bluetooth® avec mesure de la fréquence cardiaque S. 32/15 A

Nos produits sont soumis à des contrôles de qualité rigoureux. Si malgré ces contrôles, votre appareil ne fonctionne pas correctement, nous vous demandons de contacter le SAV indiqué sur la carte de garantie. Vous pouvez également nous contacter par téléphone au numéro figurant sur cette carte. Conditions de garantie (sans pour autant réduire les droits légaux)

### Service CLIENTÈLE



Nous vous rappelons que pour des raisons d'organisation, nous ne pouvons accepter **aucun paquet** envoyé en port dû et **sans notification préalable.** Vous devez **d'abord** consulter **notre page d'accueil SAV** ou nous contacter à l'**adresse e-mail** indiquée ou sur notre **hotline SAV.**

Veuillez vous munir du **numéro de modèle** du produit, indiqué **au dos** ou **sous** le produit.

-  [www.produktservice.info](http://www.produktservice.info)
-  [service@produktservice.info](mailto:service@produktservice.info)
-  01.49.19.49.35

1. La garantie a une durée maximum de 3 ans à compter de la date d'achat du produit. La garantie consiste soit en la réparation des défauts de matériaux et de fabrication ou en l'échange du produit. Ce service est gratuit.
2. Les défauts doivent être signalés rapidement. Toute réclamation au-delà de la durée de la garantie ne peut être prise en compte, sauf si elle intervient dans un délai de 2 semaines, à l'expiration de celle-ci.
3. Vous devez envoyer le produit défectueux accompagné de la carte de garantie et du ticket de caisse au SAV sans payer le port. Si le défaut est couvert par la garantie, vous

recevrez l'appareil réparé ou un nouvel appareil. Ceci est également valable pour les réparations à domicile.

Veillez noter que notre garantie n'est plus valable en cas de défaut d'utilisation, de non suivi des mesures de sécurité, si le produit a subi des chocs ou a fait l'objet d'une réparation par un SAV non mentionné sur la carte de garantie. Dans le cas d'un défaut non garanti, les frais de réparation seront à votre charge. Il est néanmoins possible de s'adresser au SAV mentionné.

Veillez envoyer votre appareil soigneusement emballé (sans la boîte) à l'adresse suivante :

Krippel-Watches

Le Dôme - 1, rue de La Haye – BP12910

F-95731 Roissy CDG Cedex

Tel : ++33/1-49194935

E-mail : [service@cranesportsconnect.com](mailto:service@cranesportsconnect.com)

et y joindre ce bon de garantie. Veuillez remplir en MAJUSCULES la demande d'adresse ci-après, pour nous faciliter la réexpédition :

Nom \_\_\_\_\_

Rue \_\_\_\_\_

Code postal, ville \_\_\_\_\_

Numéro de téléphone \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_