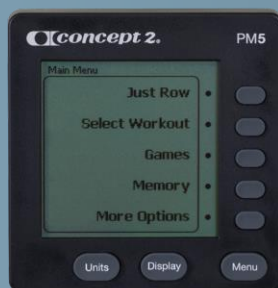




Короткий практичний посібник

concept 2.

ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ МОНІТОР (PM5)



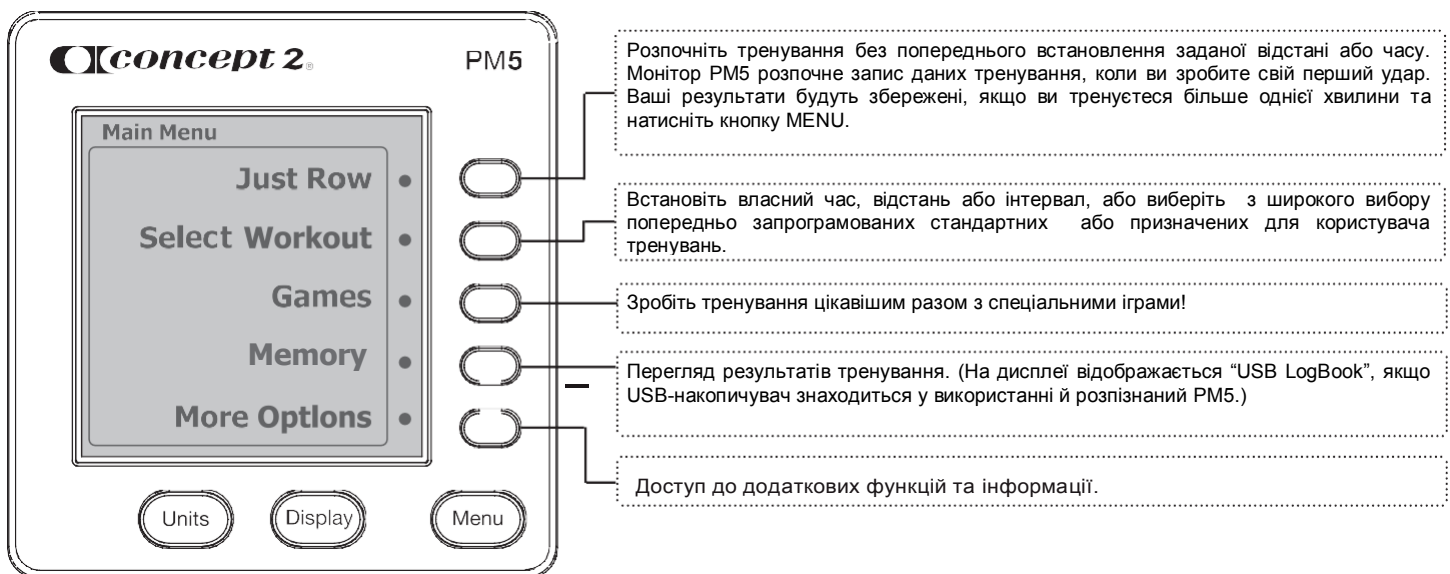
PM5

ОГЛЯД ФУНКЦІОНАЛЬНОГО МОНІТОРА (PM5)

Для гребного тренажера моделі D, E, лижного тренажера SkiErg.

Початок роботи:

- PM5 вмикається автоматично, коли ви розпочинаєте тренуватися або натисніть кнопку MENU.
- Використовуйте кнопку MENU, щоб отримати доступ до всіх функцій.
- Перед вашим першим тренуванням, встановіть правильну дату та час, щоб переконатися, що ваші результати пов'язані з правильною датою. Не можливо змінити дату та час попередніх тренувань.
- Відвідайте сайт concept2.com/PM5 для отримання додаткової інформації.



Збереження результатів тренування

Збереження даних тренування дозволяє відстежувати прогрес й брати участь в наших програмах мотивації. Існує декілька способів збереження результатів, в тому числі наш безкоштовний Online Logbook, що дозволяє брати участь в змаганнях й оцінювати свої найкращі результати по відношенню до інших. Ви можете зафіксувати результати вручну, на сайті concept2.com/logbook, або завантажити їх з наступних місць для зберігання:

PM5 Memory — В пам'яті PM5 зберігаються ваші нещодавні результати. Щоб завантажити результати, використовуйте безкоштовне програмне забезпечення Concept2 Utility.

concept2.com/utility

ErgData — Безкоштовний та сумісний з iOS і Android додаток дозволяє відображати додаткові дані на вашому пристрої, зберігати дані, завантажувати результати до вашого онлайн-журналу. concept2.com/ergdata

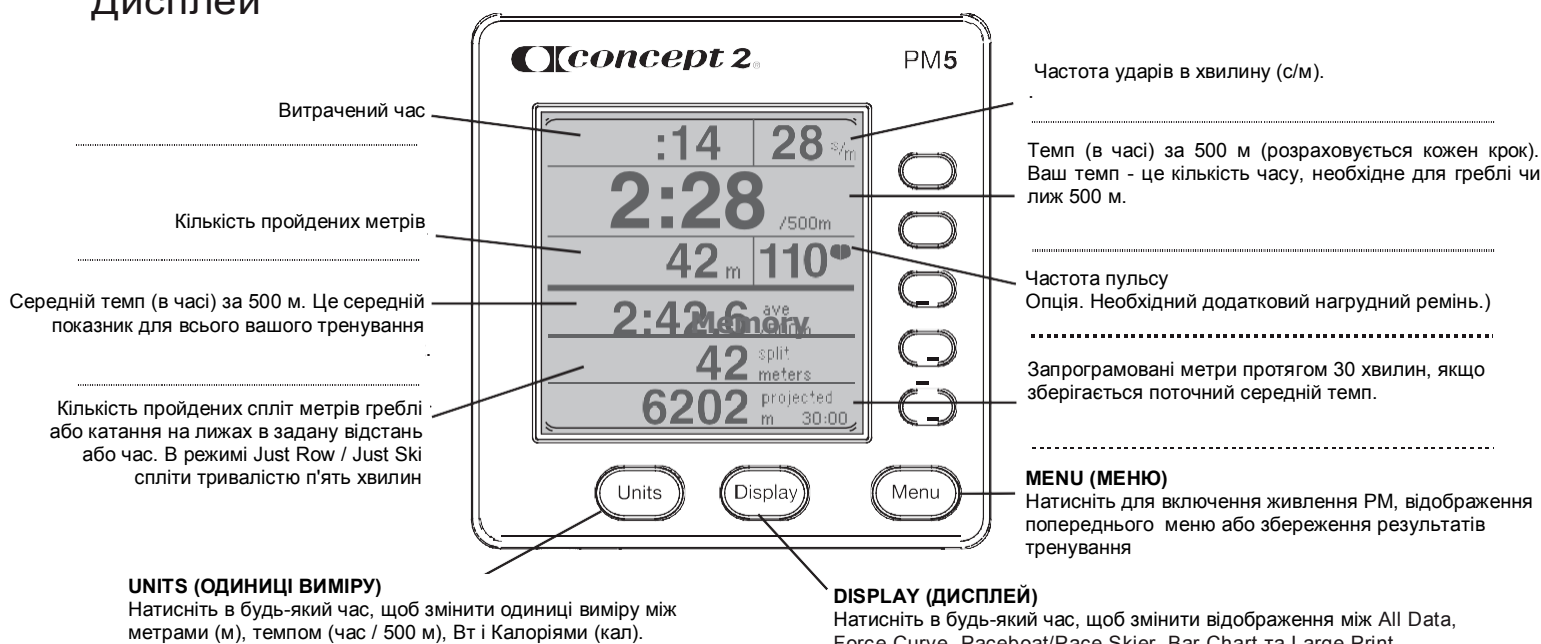
USB Flash Drive — Використовуйте USB-накопичувач разом з вашим PM5, щоб зберігати ваші результати, замість збереження їх у пам'яті PM5. concept2.com/usblashdrive Щоб завантажити результати, використовуйте безкоштовне програмне забезпечення Concept2 Utility. concept2.com/utility

Програмне забезпечення

Програмне забезпечення - це внутрішнє програмне забезпечення, яке використовує ваш функціональний монітор. Ваш PM5 поставляється з попередньо встановленою останньою прошивкою, однак, нові та вдосконалені версії пропонуються на регулярній основі. Безкоштовне програмне забезпечення Concept2 Utility дозволяє легко оновити ваш PM5 останньою версією прошивки в будь-який час. Відвідайте сайт concept2.com/pm5firmware.

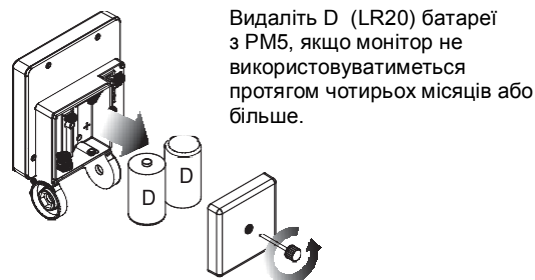
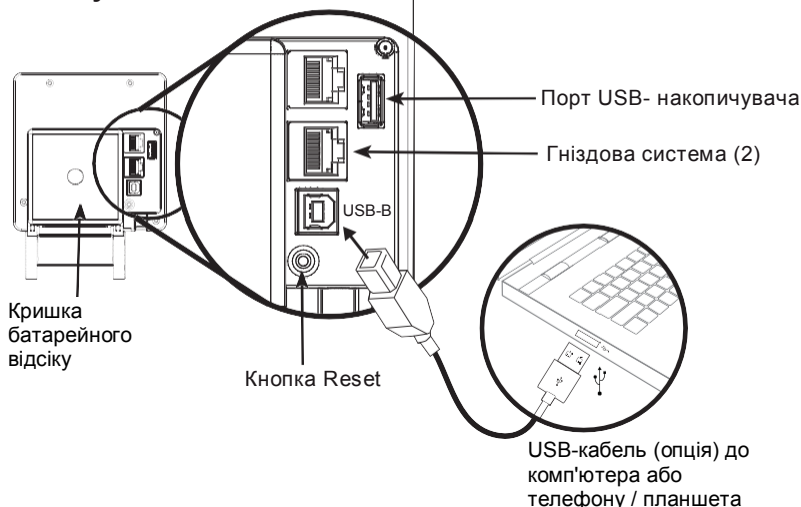
Схема меню PM5

Дисплей

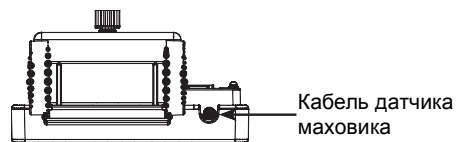


Огляд PM5

Вид ззаду PM5



Вид знизу PM5



Додаткова інформація

Використання монітора серцевого ритму:

PM5 буде отримувати й відображати дані частоти пульсу безпосередньо через Bluetooth Smart, Suunto™, Garmin® or ANT+™ HR нагрудний ремінь.

Див. **Додаткові опції** для налаштувань.

УВАГА! Система моніторингу серцевого ритму може бути неточною. Надмірне тренування може призвести до серйозних травм або смерті. Якщо ви відчуєте слабкість, негайно припиніть тренування.



Очищення РМ

Використовуйте тканину, злегка змочену водою. Не розпилюйте мийчим засобом або та не залишайте під дощем.

Пошук несправностей

Відвідайте сайт concept2.com/pm5.