



bryton



Cardio
40

Guía del usuario

Cardio 40



1 Luz / Encendido (☀/⏻)

- Mantenga pulsado el botón para encender o apagar el dispositivo.
- Presione este botón para encender la retroiluminación.

2 Retroceder (↶)

- Pulse el botón para retroceder a la página anterior o cancelar una operación.
- En el modo Entrenamiento, pulse el botón para detener la grabación. En el modo Medidor, pulse para pausar la grabación y vuelva a pulsar para detener dicha grabación.

3 ACEPTAR (OK)

- En la vista Reloj, púlselo brevemente para entrar en el modo de menú.
- En el menú, púlselo brevemente para entrar en una selección o confirmarla.
- Cuando grabe, púlselo brevemente para marcar la vuelta.

4 Arriba (▲)


- En el menú púlselo brevemente para desplazarse hacia arriba por las opciones de menú. Manténgalo pulsado para desplazarse rápidamente hacia arriba por las opciones de menú.

5 Abajo (▼/⏮)



- En el menú, púlselo brevemente para desplazarse hacia abajo por las opciones de menú. Manténgalo pulsado para desplazarse rápidamente hacia abajo por las opciones de menú.
- En la vista de medidor, pulse este botón para cambiar la página de pantalla del medidor.

Procedimientos iniciales

Activar y desactivar

Mantenga pulsado  para activar y desactivar el dispositivo.

Reiniciar

Para restablecer el dispositivo, mantenga pulsadas las tres teclas (/OK/) al mismo tiempo.

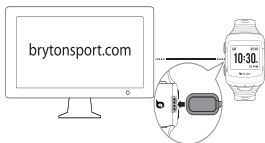
Configuración inicial

Cuando se enciende el dispositivo por primera vez, aparece el asistente de instalación en pantalla. Siga las instrucciones para completar la instalación.

1. Seleccione el idioma.
2. Seleccione la unidad de medida.
3. Introduzca su "perfil de usuario".
Se recomienda introducir los datos. La precisión de los datos afectará significativamente al análisis de su entrenamiento.
4. Lea y acepte el Contrato de seguridad.

Conectar, sincronizar y cargar

1. Conecte el dispositivo a un PC mediante el accesorio de carga USB proporcionado.
2. Descargue la aplicación *Bryton Bridge 2* en brytonsport.com y sincrónicela con el dispositivo.



Mantenga el dispositivo conectado al PC para cargar la batería. Conecte el accesorio de carga USB al dispositivo y conecte el otro extremo a un PC.

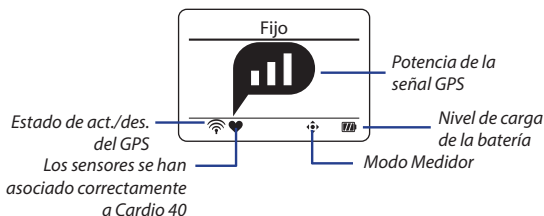
Nota:

- cuando utilice el dispositivo por primera vez, cargue la batería aproximadamente durante 3 horas.
- Envíe el reloj al distribuidor local para solucionar los problemas con la pila.
- El reemplazo incorrecto de la pila puede provocar una explosión. Al reemplazar por una pila nueva, utilice solo la pila original o un tipo similar de pila especificada por el fabricante. La eliminación de las pilas usadas debe llevarse a cabo de acuerdo con las regulaciones de las autoridades locales.



Para lograr una mejor protección del medio ambiente, los residuos de pilas deben recogerse por separado para el reciclaje o la eliminación especial.

Ver barra de estado



Iconos

icono	Descripción
Potencia de la señal GPS	
	Ninguna señal
	Débil *
	Correcta **
	Buena **
Estado de posicionamiento GPS	
	No hay señal (no se ha fijado)
	Señal débil
	Señal fuerte
	Sensor de ritmo cardíaco activo

icono	Descripción
	Modo Entrenamiento
	Modo Medidor
	Grabación de sesión en progreso
	Grabación en pausa
Estado de alimentación	
	Batería completamente cargada
	Batería con carga media / Batería con carga baja
	Batería agotada

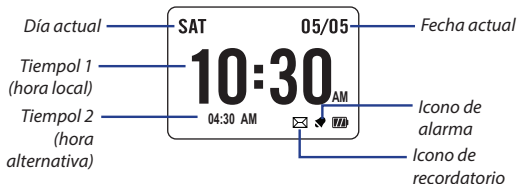
Nota:

• solamente se muestran en la pantalla los iconos activos.

* Vaya a una zona abierta para lograr una mejor recepción.

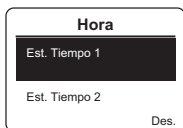
** Cuando parpadea, indica que el dispositivo sigue buscando la señal GPS.

Vista Reloj



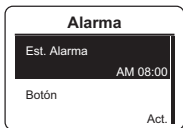
Establecer hora

1. Pulse ▼ para entrar en el modo de menú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Reloj** > **Hora** > **Est. Tiempo 1** o **Est. Tiempo 2** y pulse **OK** para entrar en el submenú.
3. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Est. Alarma (Tiempo 1)

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Reloj** > **Alarma** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Nota: Para activar la alarma, seleccione **Config.** > **Reloj** > **Alarma** > **Botón** > **Act.**

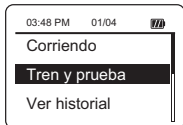
Ejercicio/Entrenamiento

Durante el ejercicio o entrenamiento, Cardio 40 le permite medir y grabar sus actividades de carrera y muestra su rendimiento actual.

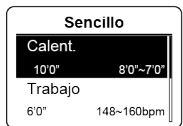
Nota: la información varía en función del modo de ejercicio y de las preferencias del usuario.

Listo para el entrenamiento sencillo

1. Pulse ▼ para entrar en el modo de menú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Tren y prueba** y pulse **OK** para entrar en el menú Entrenamiento.



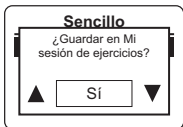
3. Para establecer una sesión de ejercicios sencilla, seleccione **Planificar > Sencillo > Calent., Trabajo o Enfriam..**



4. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.

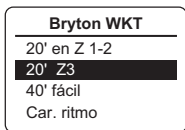
Nota: Seleccione **Sí** para guardar la sesión de ejercicios. Para realizar la sesión de ejercicios, vaya a **Tren y prueba > Mis ejercicios**.

5. Introduzca el nombre del programa de ejercicios por medio del teclado en pantalla. Cuando acabe el nombre, elija ↶ para guardar el nombre de la sesión de ejercicios.

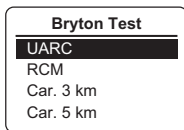


Bryton prueba y Bryton WKT

1. En el menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Tren y prueba** y pulse **OK** para entrar en el menú Entrenamiento.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Bryton WKT** o **Bryton Test** y pulse **OK** para acceder al submenú.



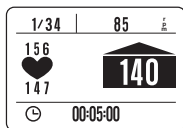
Bryton WKT



Bryton Test

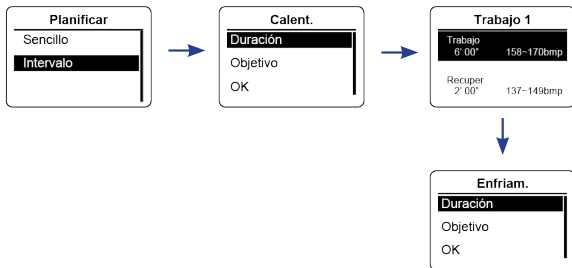
3. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Nota: Cuando el icono  aparezca en la pantalla, presione ▲ para omitir el *Intervalo* actual.



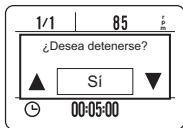
Sesiones de ejercicios por intervalo

Para establecer una sesión de ejercicios por intervalo, seleccione **Tren y prueba > Planificar > Intervalo**. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.



Iniciar/Pausar/Detener los ejercicios/el entrenamiento

- Pulse **OK** para empezar a grabar la sesión.
- En el modo Medidor, pulse **=** para pausar la grabación y vuelva a pulsar **■** para detener dicha grabación.
- En el modo Entrenamiento, pulse el botón **■** para detener la grabación.



Nota:

- Durante el ejercicio o entrenamiento, pulse y mantenga pulsado **□** para entrar en el menú Acceso directo.
- Cuando grabe, pulse **■** dos veces para detener la grabación.

Vuelta inteligente

Para iniciar las sesiones de ejercicios por vueltas, seleccione **Config. > Ejercicio > Vuelta inteligente > Distancia o Ubicación** y pulse **OK**. Establezca los objetivos de entrenamiento y pulse **OK** para confirmar.

Marcar vuelta

Inicie una actividad pulsando primero el botón **OK**. Durante la grabación, pulse **OK** para marcar la vuelta. Cuando utilice la vuelta, la pantalla Vuelta se mostrará mientras realiza el ejercicio o entrenamiento.

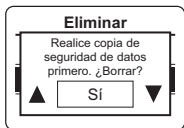
Ver historial

1. En el menú pulse **▲/▼** para seleccionar **Ver historial** y pulse **OK** para confirmar.
2. Use **▲/▼** para ver el historial. Elija **Más** para obtener más información.

12/25	12:23	📍
00:06:00	carrera	
12	km	
5	min/km	
512	kcal	
5	laps	
más		2/5

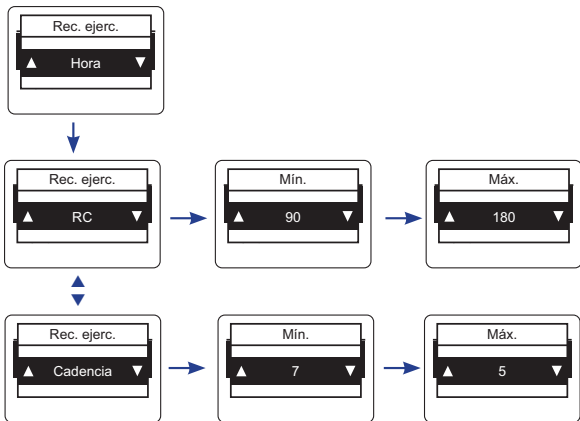
Eliminar toda la información sobre ejercicios/entrenamientos

1. En el menú pulse ▲/▼ para seleccionar **Ver historial** y pulse **OK** para confirmar.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Eliminar todos** y pulse **OK** para entrar en su submenú. Aparecerá en pantalla el mensaje "Realice copia de seguridad de datos primero. ¿Borrar?" Para eliminar la información, pulse ▲/▼ para seleccionar **Sí** y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Configurar el recordatorio

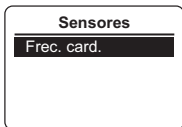
1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > Ejercicio > Rec. ejerc. > Tiempo, Distancia, Tasa zan, FC o Paso** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para establecer la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



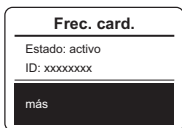
Enlazar sensores

Utilice la opción Enlazar para asociar los sensores al dispositivo Cardio 40.

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Sensores** > **Frec. card.** y pulse **OK** para acceder al submenú.

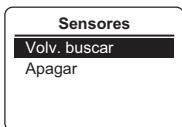


2. Pulse ▲/▼ para seleccionar **Más** y pulse **OK** para acceder al submenú del sensor habilitado.
3. Cuando el sensor esté correctamente conectado, su identificador se mostrará en la pantalla. Compruebe que el identificador del sensor es correcto.



Nota: la información del identificador del sensor se incluye en el paquete.

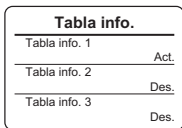
4. Pulse ▲/▼ para seleccionar la opción que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.
 - **Volv. buscar:** reinicia la exploración para detectar el sensor.
 - **Apagar** (*solo si el dispositivo se ha enlazado con el sensor): desactiva el sensor.



Personalizar la configuración de la pantalla

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config.** > **Ejercicio** > **Tabla info.** > **Tabla info.** > **Tabla info. 1**, **Tabla info. 2**, **Tabla info. 3** o **Tabla info. 4** y pulse **OK** para acceder al submenú.

Nota: la opción **Vuelta** solo tiene dos opciones (Tabla info. 1/Tabla info. 2)



2. Pulse ▲/▼ para seleccionar el número de campos de datos y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

3. Pulse ▲/▼ para seleccionar el campo del elemento que desea personalizar y pulse **OK** para confirmar la selección.
4. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

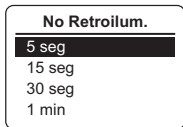
Nota: la pantalla Vuelta se mostrará en secuencias cuando esté habilitada la opción. Para deshabilitar esta función, establezca la opción en **Des.**.

Personalizar el perfil de usuario

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > Perfil usuario** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea cambiar y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Cambiar la configuración del apagado de la retroiluminación

1. En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > General > Sistema > No Retroilum.** y pulse **OK** para acceder al submenú.
2. Pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.



Habilitar el tono de las teclas y la alerta

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > General > Sistema > Tono de tecla o Alerta** y pulse **OK** para acceder al submenú. A continuación, pulse ▲/▼ para seleccionar **ACTIV.** y pulse **OK** para habilitar la opción.

Nota: cuando la alerta está establecida en DESACTIVADO, no se escuchará ningún sonido durante la sesión de ejercicios y el entrenamiento libre.

Establecer la unidad y el idioma

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > General > Sistema > Unidades o Language** y pulse **OK**. Después pulse ▲/▼ para seleccionar la configuración que desea y, a continuación, pulse **OK** para confirmar.

Ver el GPS

En Menú, pulse ▲/▼ para seleccionar **Config. > General > GPS** y pulse **OK**.

- **Des.:** desactiva el GPS.
- **Potencia total:** el GPS se enciende y proporciona una posición más precisa pero con su más energía.
- **Ahorro energ.:** El GPS se enciende. El posicionamiento del GPS será menos preciso, por lo que la batería durará más horas.

Especificaciones

Elemento	Descripción
Pantalla	LCD mono de 1,4"
Tamaño físico	42,9 x 48,4 x 11,7 mm
Peso	48 g
Temperatura en funcionamiento	-10 °C ~ 50 °C
Temperatura de carga de la batería	0°C ~ 40°C
Autonomía de la batería	Hasta 14 días en modo Reloj Hasta 8 horas en modo de entrenamiento al aire libre
GPS	Receptor de alta sensibilidad integrado con antena incrustada
Transceptor de RF	Transceptor ANT+ de 2,4 GHz con antena incrustada
Sensor G	Sensor de aceleración de 3 ejes

*Las especificaciones y el diseño están sujetos a cambios sin previo aviso. Favor de leer este Instructivo detenidamente antes de iniciar su funcionamiento. Contiene Información que debe conocer.

PRECAUCIÓN: Nunca conecte su Cable USB a Adaptadores de Energía. Uso exclusivo para conexión a un Ordenador.

Importador:

CIDEAR COMMERCIAL SOLUTIONS, SA DE CV

Ave. Palau N° 338, Col. Miravista, General Escobedo, Nuevo León, México, CP 66050

Tel: (044) 8112083717

RFC: CCS120504EM6

