

## CW 700 Digiwalker Instruktion på Svenska

### Funktioner:

Stegräknare

Klocka

Distans

Kaloriförbrukning

Aktivitetstid (tid spenderad fysiskt aktiv **H** hour, **M** minute)

### Nollställ steg

Tryck **Reset** (2 sekunder)

### För att se aktivitetstid

Tryck **Mode** (växlar mellan klocka, aktivitetstid, steg, distans och kaloriförbrukning)

### För att ställa in klocka

Tryck **Mode** en eller två ggr för att få fram klocka

Tryck **Set** (håll inne 2 sekunder)

Nu blinkar timmar alt minuter

Öka timmar med **Reset** (pil upp)

Minska timmar med **Memory** (pil ner)

Tryck **Set** för att låsa fast ny timme.

Tryck **Set** igen 2 sekunder

Tryck **Mode** för att växla mellan timmar och minuter

Öka minuter med **Reset** (pil upp)

Minska minuter med **Memory** (pil ner)

Tryck **Set** för att låsa fast ny minut

### För att ställa in steglängd (cm) och kroppsvikt (kg)

Tryck **Mode** tills steglängd (cm) eller vikt (kg) syns i displayen

Tryck **Set** igen 2 sek (nu blinkar cm alt kg)

ställ in din steglängd (cm), kroppsvikt (kg) genom att

Öka med **Reset** (pil upp)

Minska med **Memory** (pil ner)

Din steglängd: Gå tio steg mät sträckan (från tå steg1 till tå steg10) dividera med 10.

### Minnas stegen och aktivitetstiden (14 dagars minne)

Tryck **Memory**

Upprepade tryckningar ger information

Från 6 dagar sedan (days ago 6), fem dagar sedan (days ago5) osv i denna vecka (this week visas ovan linjen)

Vid upprepad tryckning fås stegen förra veckan (last week visas ovan linjen )

Lycka till

Keep Walking Scandinavia AB