

7. Datenverwaltung mit der Web-Anwendung (RUNSENSE View)

Installation der Run Connect

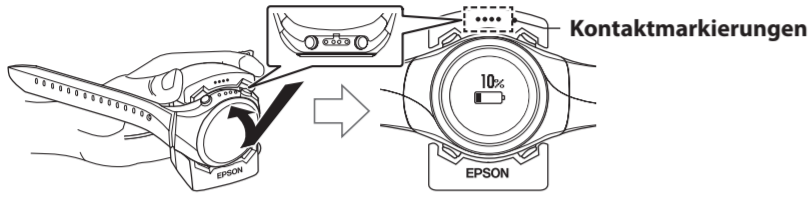
Auf diesem Gerät können Sie Messwerte mit einer speziellen Web-Anwendung (RUNSENSE View) verwalten. Zum Hochladen von Messwerten müssen Sie die Run Connect auf dem Computer installieren und eine Verbindung zum Internet herstellen.

Installieren Sie die Run Connect vor Anschließen des Gerätes an den Computer.

1. Rufen Sie die folgende Website auf und laden die Run Connect herunter.
URL <https://go-wellness2.epson.com/portal/>
2. Führen Sie die heruntergeladene Datei aus und befolgen Sie die Anweisungen am Einrichtungsbildschirm.

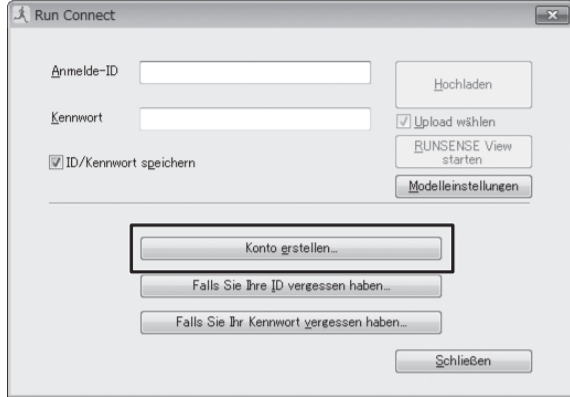
Anlegen eines Kontos (bei der ersten Ausführung von RUNSENSE View)

1. Schließen Sie die Ladestation mit einem USB-Kabel an den PC an, auf dem die Run Connect installiert sind.
2. Setzen Sie das Gerät in die Ladestation ein.
Die Kontaktpunkte des Gerätes müssen nach oben zeigen und an den Kontaktmarkierungen der Ladestation ausgerichtet sein.



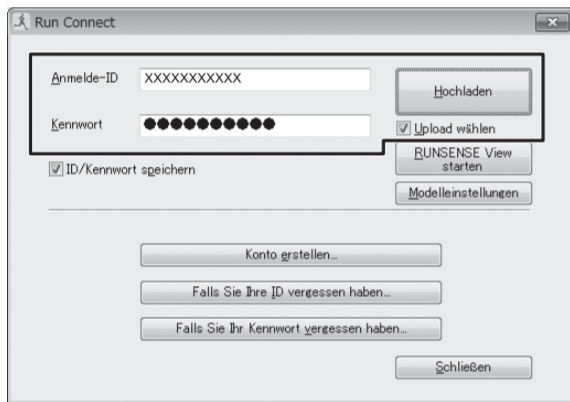
Die Run Connect werden gestartet.

3. Klicken Sie auf **Konto erstellen** und geben Sie Ihre Daten ein.



Hochladen aufgezeichneter Daten

Schließen Sie Ihr RUNSENSE-Gerät an den Computer an. Daraufhin wird das folgende Dialogfeld automatisch angezeigt. Geben Sie Ihre **Anmelde-ID** und Ihr **Kennwort** ein und klicken Sie auf **Hochladen**.



Anzeigen aufgezeichneter Daten

1. Klicken Sie in der Anzeige Run Connect auf **RUNSENSE View starten**, oder rufen Sie die folgende Website auf:
URL <https://go-wellness.epson.com/runsense-view/>
2. Klicken Sie in der Liste auf die zu überprüfenden Daten.

MEMO

- Hinweise zur Arbeit mit der Web-Anwendung (RUNSENSE View) finden Sie in der Hilfe zu RUNSENSE View.
- Hinweise zum Anschluss an andere Geräte finden Sie im Benutzerhandbuch.

8. Tabelle mit Einstellungen

Mess-Einst.

Die folgenden messwertbezogenen Funktionen werden vom Menü **Mess-Einst.** aus aufgerufen.

Zum Aufrufen des Menüs **Mess-Einst.** halten Sie in der Messanzeige vor Beginn der Aufzeichnung **[B]** gedrückt.

Option	Wert	Erklärung (die Anfangseinstellungen sind <u>unterstrichen</u>)
Aktivität	Rennen, Gehen, Radfahren	Wählt die Aktivität aus, für die die Werte gemessen werden sollen.
Modus		Passt den Modus an die gewünschten Messwertarten an.
	Chronograph	Im Modus Chronograph können Zwischen- und Rundenzeiten (Abschnittsmessung) gleichzeitig gemessen werden.
	Intervall	Im Modus Intervall kann zwischen intensives (Sprint) oder leichtes (Erholung) gewechselt und die Messung mit vorab eingestellten Entfernungen oder Zeiten wiederholt werden.
Ziel		Im Modus Ziel wird gemessen, bis die vorab eingestellte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist.
GPS	-	Zeigt die Anzahl der GPS-Satelliten an, zu denen eine Verbindung besteht.
Auto-Runde	SETTING 01 – 05 Aus	Mit dieser Funktion werden Runden automatisch aufgezeichnet, wenn eine vorab eingestellte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist. Es können bis fünf Zeiten bzw. Entfernungen eingestellt werden.
Auto-Pause	Ein Aus	Diese Funktion stoppt den Messvorgang automatisch, sobald Sie nicht mehr rennen, und setzt ihn fort, wenn Sie weiterrennen.
Zieltempo	SETTING 01 – 03 Aus	Stellt die Zielzeit und den Geschwindigkeitsbereich für die Entfernung ein. Wenn Sie sich außerhalb des eingestellten Geschwindigkeitsbereichs bewegen, ertönt ein Alarmsignal. Drei Zielgeschwindigkeiten können festgelegt werden.
Wegpunkt	Ein Aus	Speichert den Wegpunkt, den Sie ab der aktuellen Position erreichen möchten, sobald Sie diesen Wegpunkt erreicht haben, ertönt ein Alarmsignal.
HF^{*1}	Zone 1 – 5 Aus	Sie können Ihre Herzfrequenz mit dem Herzfrequenzmonitorband (optional) messen. Wir empfehlen das optionale Herzfrequenzmonitorband (Modellnr.: SFHRM01).
Tippen^{*2} (nur für die Messanzeige)	Runde, Licht, Anz. ändern, Aus	Sie können während des Messens eine der hier eingestellten Aktivitäten durch Tippen auf die Anzeige ausführen.
Anzeige	Anzeige 1 – 4 Rundenanzeige	Es können bis zu vier Messanzeigen angezeigt werden. Darüber hinaus können das Anzeigemuster und die zu messenden Optionen für die einzelnen Anzeigen geändert werden. Auch die Rundenanzeige kann geändert werden, dies wird für die Intervallfunktion jedoch nicht angezeigt.

*1 Wird nach Registrierung des Herzfrequenzmonitors angezeigt.

*2 Wird nur bei SF-710/SF-510 angezeigt.

Einstell.

Die folgenden gerätebezogenen Funktionen werden vom Menü **Einstell.** aus aufgerufen.

Zum Aufrufen des Einstellungsmenüs halten Sie in der Zeitanzeige **[B]** gedrückt.

Option	Wert	Erklärung
Komm.- Einst.	HF-Monitor Smartphone	Registriert den Herzfrequenzmonitor und das Smartphone auf diesem Gerät.*1
Nutzereinst.	Körpergröße, Gewicht, Geburtsdatum, Geschlecht, HF-Zone^{*1}	Zum Eintragen der Benutzerangaben.
Sys.- Einst.	Sprache, Maßeinheit, Uhr, Sommerzeit, Zeitanpassung, Zeitzone, Datumsformat, Anz.Invert., Kontrast, Ruhezustand, Auto-Licht, Alarm, Tastenstöne, Initialisieren, Softwareversion	Für die Einstellungen des Gerätesystems.

*1 Weitere Informationen zu Herzfrequenzmonitor und Smartphones finden Sie im Benutzerhandbuch; Sie können es von der folgenden Epson-Website herunterladen: www.epson.eu/runsense

9. Einführung in die Hauptfunktionen

Ziel-Funktion

Mit dieser Funktion wird gemessen, bis die vorab festgelegte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist.

Zeit vorgegeben

Hiermit wird eine Zeit als Ziel festgelegt und die bis zum Erreichen des Ziels zurückgelegte Entfernung gemessen. Sie müssen Ihr Training zum Prüfen der verstrichenen Zeit nicht unterbrechen. Darüber hinaus können Sie die ungefähre Entfernung bis zum Erreichen des Ziels berechnen.



Entfernung vorgegeben

Hiermit wird eine Entfernung als Ziel festgelegt und die bis zum Erreichen des Ziels benötigte Zeit gemessen. Sie müssen Ihr Training zum Prüfen der Entfernung nicht unterbrechen. Darüber hinaus können Sie die ungefähre Zeit berechnen.



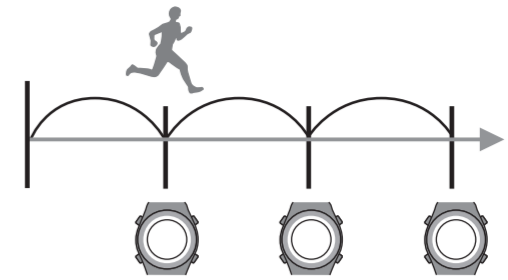
1. Rufen Sie die Messanzeige auf.
Drücken Sie in der Zeitanzeige **[C]**. Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt; sobald die Position feststeht, wird die Messanzeige angezeigt.
2. Rufen Sie das Menü **Mess-Einst.** auf.
Halten Sie in der Messanzeige **[B]** gedrückt.
3. Wählen Sie **Modus**.
4. Wählen Sie **Ziel**.
5. Bestimmen Sie, ob **Zeit** oder **Entfernung** eingestellt werden soll.
6. Legen Sie **Zeit** bzw. **Entfernung** fest.
7. Wählen Sie **OK**.
8. Drücken Sie zum Starten des Messvorgangs **[C]**.
Wenn die festgelegte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist, wird „**Fertig**“ angezeigt.
Wenn 50 % und 90 % der vorgegebenen Zeit bzw. Entfernung erreicht sind, ertönt ein Alarmsignal.

MEMO

Wenn Sie die „**Kalkulierte Zeit**“ bzw. die „**Kalkulierte Entfernung**“ in den **Anzeige**-Einstellungen eingeben, können Sie sehen, wie viel Sie schon erreicht haben. Weitere Einzelheiten finden Sie im Benutzerhandbuch.

Auto-Runde

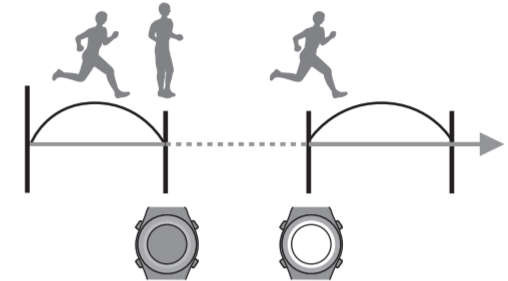
Wenn die vorab festgelegte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist, werden Runden automatisch aufgezeichnet. Sie können Zeit oder Entfernung je Runde festlegen. Es können bis fünf Zeiten bzw. Entfernungen eingestellt werden. Für den Messvorgang wird jedoch nur eine Einstellung berücksichtigt.



1. Rufen Sie die Messanzeige auf.
Drücken Sie in der Zeitanzeige **[C]**. Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt; sobald die Position feststeht, wird die Messanzeige angezeigt.
2. Rufen Sie das Menü **Mess-Einst.** auf.
Halten Sie in der Messanzeige **[B]** gedrückt.
3. Wählen Sie **Auto-Runde**.
4. Wählen Sie eine der Optionen **No Data (Keine Daten)** von 1 bis 5.
5. Legen Sie fest, ob die Rundenlänge per **Zeit** oder **Entfernung** ermittelt werden soll.
6. Legen Sie **Zeit** bzw. **Entfernung** fest.
7. Beenden Sie die Eingabe mit **[A]**.
8. Halten Sie zum Zurückkehren zur Messanzeige **[A]** gedrückt.
9. Drücken Sie zum Starten des Messvorgangs **[C]**.

Auto-Pause

Diese Funktion stoppt den Messvorgang automatisch, sobald Sie nicht mehr rennen, und setzt ihn fort, wenn Sie weiterrennen.

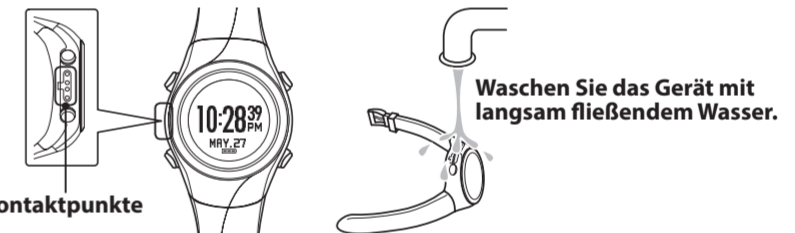


1. Rufen Sie die Messanzeige auf.
Drücken Sie in der Zeitanzeige **[C]**. Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt; sobald die Position feststeht, wird die Messanzeige angezeigt.
2. Rufen Sie das Menü **Mess-Einst.** auf.
Halten Sie in der Messanzeige **[B]** gedrückt.
3. Wählen Sie **Auto-Pause**.
4. Wählen Sie **Ein**.
5. Beenden Sie die Eingabe mit **[A]**.
6. Halten Sie zum Zurückkehren zur Messanzeige **[A]** gedrückt.
7. Drücken Sie zum Starten des Messvorgangs **[C]**.

10. Wartung

Pflege des Gerätes

Waschen Sie zum Reinigen des Gerätes die Kontaktpunkte vorsichtig mit Leitungswasser, wischen Sie das Wasser mit einem Handtuch ab und lassen Sie das Gerät an der Luft trocknen.



Bei Problemen beim Aufladen oder der Kommunikation reinigen Sie die Kontaktpunkte von Gerät und Ladestation mit einem feuchten Wattestäbchen.

Reinigen Sie das Gerät nicht mit Reinigungsmitteln.

Zubehör

Sie können bei Bedarf das folgende Zubehör kaufen. Weitere Informationen erhalten Sie vom Händler in Ihrer Nähe.

- Modellnummer Netzteil: SFAC02(Conti) / SFAC03(UK)
- Modellnummer Herzfrequenzmonitorband: SFHRM01.

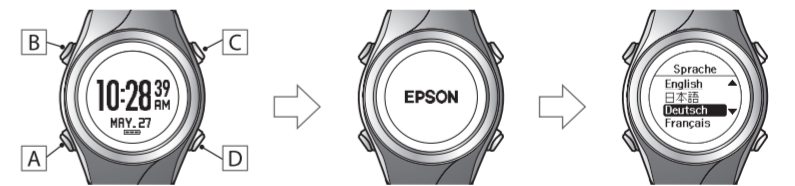
Zurücksetzen des Systems

Dies geschieht wie folgt:

Halten Sie alle Tasten gedrückt (A/B/C/D).

Die Anzeige wird zurückgesetzt, das Gerät wird neu gestartet.

Initialisieren Sie den Monitor nach dem Neustart. → Laden und erstes Einstellen*
Einstellungsdaten und Messwerte bleiben beim Zurücksetzen erhalten.



Die Zeitanzeige wird beim nächsten Empfang eines GPS-Signals automatisch aktualisiert.

11. Weitere im Benutzerhandbuch beschriebene Funktionen

- Festlegen von Zeit und Entfernung für intensives und leichtes Training (Funktion **Intervall**)
- Festlegen und Messen der Zielzeit für einen Kilometer (Funktion **Zieltempo**)
- Überwachen der Herzfrequenz mit dem Herzfrequenzmonitor (Herzfrequenz-Funktion)
- Kommunikation mit externen Geräten (Kommunikationsfunktion)
- Einstellen der Funktion „Tippen“ auf Anzeige einer vorab eingestellten Funktion (Funktion **Tippen**: nur SF-710/SF-510)
- Einstellen des Gerätes auf automatisches Einschalten des Lichts bei Änderung der Anzeige (Funktion **Auto-Licht**)

Weitere Informationen zu den o. g. Funktionen finden Sie im Benutzerhandbuch; Sie können es von der folgenden Epson-Website herunterladen:

www.epson.eu/runsense

12. Kundendienst und Reparatur

Die Kontaktdaten der Unternehmen, die zur Erbringung von Kundendienstleistungen und zum Reparieren autorisiert sind, finden Sie unter www.epson.eu/runsense.