

©2014 Seiko Epson Corporation.  
Alle Rechte vorbehalten.  
Gedruckt in Japan



Einführung

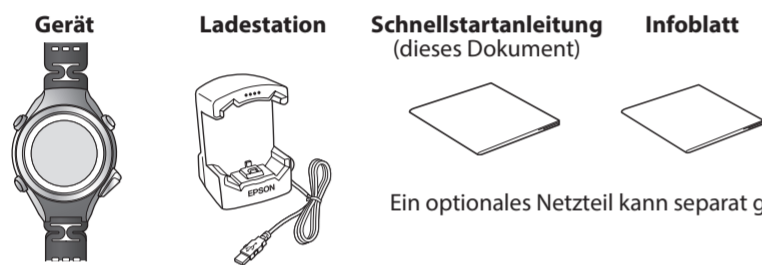
Vielen Dank für den Kauf eines RUNSENSE-Produktes. Bitte lesen Sie diese Anleitung vor Einsatz dieses Produktes aufmerksam durch. Das Benutzerhandbuch enthält ausführlichere Beschreibungen; Sie können es von folgender Adresse herunterladen:

[www.epson.eu/runsense](http://www.epson.eu/runsense)

- Unerlaubtes Kopieren dieser Anleitung in Teilen oder als Ganzes ist streng verboten.
- Inhalte dieser Anleitung können ohne Vorankündigung geändert werden.

Inhalt

Falls Komponenten fehlen oder beschädigt sind, wenden Sie sich an den Händler, bei dem Sie das Gerät gekauft haben.



Ein optionales Netzteil kann separat gekauft werden.

1. Für Ihre Sicherheit

Lesen Sie zwecks sicherer Verwendung dieses Produktes die Handbücher (Schnellstartanleitung und Benutzerhandbuch). Zudem ist dieses Gerät mit Bluetooth® Smart-Technologie als integrierte Drahtlosfunktion ausgestattet. Weitere Hinweise hierzu finden Sie im Abschnitt „Hinweise zu elektromagnetischen Wellen“.

Bei unsachgemäßer Handhabung ist mit Fehlfunktionen des Produktes oder anderen Zwischenfällen zu rechnen.

- Bewahren Sie die Handbücher so auf, dass Sie sie bei Problemen rasch finden.
- Wenn Sie dieses Gerät auf Reisen außerhalb des Landes mitnehmen, in dem es gekauft wurde, informieren Sie sich über die einschlägigen Gesetze und Vorschriften im Zielland.
- Dieses Produkt ist kein Medizingerät. Es soll eine Unterstützung bei sportlichen Aktivitäten sein.

Sicherheitshinweise

Mit den folgenden Symbolen wird in dieser Anleitung auf mögliche Gefahren bei unsachgemäßer Bedienung oder Handhabung hingewiesen. Machen Sie sich vor dem Einsatz des Produktes mit der Bedeutung dieser Symbole vertraut.

	<b>Warnung</b>	Weist auf Angaben hin, die bei Nichtbeachtung zu gravierenden Verletzungen führen können.
	<b>Vorsicht</b>	Weist auf Angaben hin, die bei Nichtbeachtung zu Verletzungen oder Schäden am Produkt führen können.
		Weist auf eine empfohlene Aktion hin.
		Weist auf eine zu unterlassende Aktion hin.

Hinweise zur Nutzung des Produktes und seiner Komponenten

<b>Warnung</b>	
	Bleiben Sie bei Ihren sportlichen Aktivitäten im Rahmen Ihrer körperlichen Fähigkeiten. Wenn Sie sich beim Training unwohl fühlen, hören Sie auf und wenden Sie sich an einen Arzt.
	Nutzen oder lagern Sie das Produkt nicht in den folgenden Umgebungen. Es kann einen Stromschlag oder Feuer auslösen, nicht einwandfrei funktionieren oder beschädigt werden. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orte mit sehr hohen oder niedrigen Temperaturen oder hoher Luftfeuchtigkeit</li> <li>• In der Nähe flüchtiger Substanzen</li> <li>• Orte mit viel Staub</li> <li>• In der Nähe eines starken Magnetfeldes (beispielsweise eines Lautsprechers)</li> </ul> Nehmen Sie das Produkt nicht auseinander, und versuchen Sie nicht, es zu reparieren. Dies kann einen Stromschlag oder einen anderen unangenehmen Zwischenfall zur Folge haben.
Das Produkt darf nicht in die Hände von kleinen Kindern gelangen.	

<b>Vorsicht</b>	
	Wenn beim Tragen des Gerätes eine allergische Reaktion oder ein Ausschlag auftritt, legen Sie es sofort ab und wenden sich an Ihren Arzt.
	Das Gerät ist bis 5 bar (5 ATM) wasserdicht. Sie können das Gerät zwar beim Schwimmen und anderen Wassersportarten benutzen, sollten unter Wasser jedoch keine Tasten drücken. <ul style="list-style-type: none"> <li>Halten Sie das Produkt nicht unter einen laufenden Wasserhahn. Der Druck dieses Wasserstrahls ist u. U. so stark, dass Wasser in das Produkt eindringt.</li> <li>Tragen Sie dieses Produkt nicht im Bad oder in der Sauna. Dampf und Seife können in das Gerät eindringen oder Rost verursachen.</li> </ul>

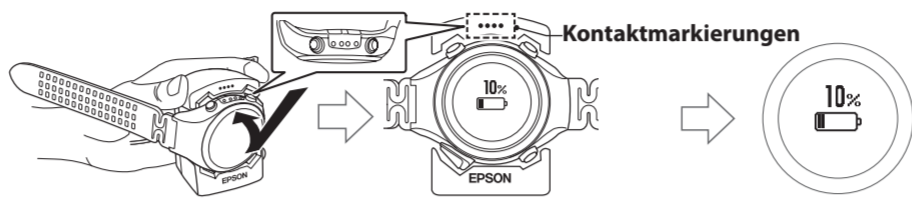
Hinweise zur Ladestation

<b>Warnung</b>	
	Nutzen Sie Ladestation oder Netzteil nicht, wenn diese beschädigt, fehlerhaft, staubig, nass oder verschmutzt sind. Verwenden Sie nur das angegebene Netzteil zum Laden.

2. Laden und erstes Einstellen

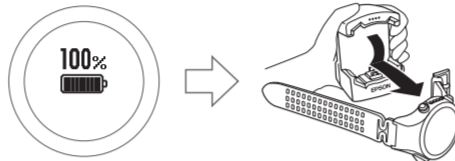
Dieses Gerät muss vor der ersten Verwendung geladen werden.

- Verbinden Sie die Ladestation über eine der folgenden Methoden.**
  - » **Über einen PC stecken Sie den USB-Stecker der Ladestation in den USB-Port des Computers.** Es wird nicht garantiert, dass dies mit allen Computern funktioniert. Verwenden Sie keinen USB-Hub. Schließen Sie die Ladestation direkt an den Computer an.
  - » **Über das Netzteil stechen Sie den USB-Stecker der Ladestation in den USB-Port des Netzteils.** Wir empfehlen das optionale Netzteil (Modellnr.: SFAC02 Conti/SFAC03 UK). Bei Verwendung eines nicht unterstützten Netzteils wird das Gerät möglicherweise nicht aufgeladen oder funktioniert nicht einwandfrei.
- Setzen Sie das Gerät in die Ladestation ein.** Die Kontaktpunkte des Gerätes müssen nach oben zeigen und an den Kontaktmarkierungen der **Ladestation** ausgerichtet sein. Nachdem das Gerät in die **Ladestation** eingesetzt wurde, drücken Sie vorsichtig auf dessen Oberseite, bis es fest sitzt.

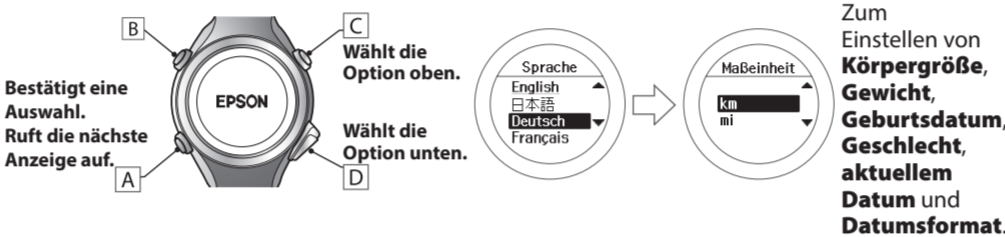


Wenn das Gerät richtig sitzt, ertönt der Alarm, die Ladeanzeige erscheint und der Ladevorgang beginnt.

- Nehmen Sie das Gerät nach dem Laden aus der Ladestation.** Wenn das folgende Ladesymbol erscheint, ist der Ladevorgang abgeschlossen. Halten Sie die **Ladestation** fest und drücken das Gerät zum Lösen in den tiefer liegenden Teil der **Ladestation**.

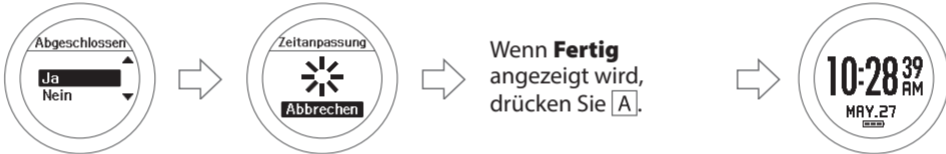


- Legen Sie Sprache, Maßeinheit und Benutzerdaten anhand der angezeigten Anweisungen fest.**



Zum Einstellen von **Körpergröße, Gewicht, Geburtsdatum, Geschlecht, aktuellem Datum und Datumsformat.**

- Wenn Sie sich an einem Ort ohne Hindernisse über Ihnen befinden, wählen Sie Ja.** Das Gerät empfängt ein Signal vom GPS und die Uhrzeit wird automatisch synchronisiert.



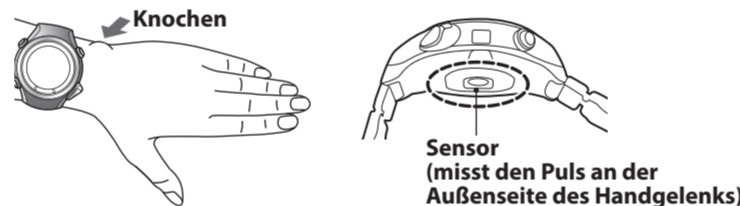
Wenn **Fertig** angezeigt wird, drücken Sie [A].

*Wenn Sie das Gerät eine bestimmte Zeit nicht bewegen, wird der Ruhemodus aktiviert und die Zeitanzeige erlischt. Dies ist kein Fehler, denn die Anzeige wird reaktiviert, sobald das Gerät wieder bewegt wird. Wenn die Uhrzeit nicht synchronisiert wird, gehen Sie zum nächsten Schritt. Die Zeitanzeige wird beim nächsten Empfang eines GPS-Signals automatisch aktualisiert.*

3. Gerät anlegen

Tragen Sie das Gerät eng am Handgelenk.

Wenn Ihre Herzfrequenz während des Trainings nicht korrekt gemessen wird, ziehen Sie das Armband etwas straffer.



**MEMO**  
Drücken Sie nach dem Anlegen des Gerätes [A] im Zeit-Bildschirm, vergewissern Sie sich, dass Ihr Puls gemessen wird.

4. Grundfunktionen

Funktion der einzelnen Tasten

Dieses Gerät verfügt über Anzeigen für die Uhrzeit, zum Messen, für Einstellungen (Menü **Einstell.** und **Mess-Einst.**) und für aufgezeichnete Daten. Mit den folgenden Tasten werden die nachstehenden Aktionen ausgeführt.



Tastenbetätigung	Zeitanzeige	Messanzeige	Einstellungsanzeige
[A] Kurz drücken	Startet die Herzfrequenzmessung.	Wechselt zwischen Anzeigen.	Bestätigt eine Auswahl.
[A] Gedrückt halten*1	Schaltet das Gerät ein bzw. aus.	Ruft die Zeitanzeige auf. (Beim Messen nicht verfügbar.)	Ruft vom Menü <b>Einstell.</b> aus die Zeitanzeige auf. Ruft vom Menü <b>Mess-Einst.</b> aus die Messanzeige auf.
[B] Kurz drücken	Schaltet die Beleuchtung ein bzw. aus. Sie leuchtet ca. 10 Sekunden.		
[B] Gedrückt halten*1	Ruft das Menü <b>Einstell.</b> auf. > Einstellungsanzeige	Rufen Sie das Menü <b>Mess-Einst.</b> auf. (Beim Messen nicht verfügbar.)	-
[C] Kurz drücken	Ermittelt die Position mit GPS und ruft die <b>Messanzeige</b> auf.	Startet und stoppt die Aufzeichnung oder setzt sie fort.	Wählt die Option oben. Erhöht den Wert.
[C] Gedrückt halten*1	-	Ruft die Zeitanzeige auf. (Beim Messen nicht verfügbar.)	Wählt die Option oben. Zeigt die Werte im Schnelldurchlauf an.
[D] Kurz drücken	Ruft Ihr Trainingsprotokoll auf.	Zeichnet während des Messens Runden auf.	Wählt die Option unten. Verringert den Wert.
[D] Gedrückt halten*1	Synchronisiert mit Bluetooth®-Gerät. Zum Hochladen von Messwerten verwenden.	Setzt beim Unterbrechen der Messung die Werte*2 zurück.	Wählt die Option unten. Zeigt die Werte im Schnelldurchlauf an.

\*1 : Mindestens zwei Sekunden gedrückt halten, bis sich die Anzeige ändert.  
\*2 : Beim Zurücksetzen der Anzeige kehrt das Display in den Zustand vor Beginn des Messvorgangs zurück; damit kann der nächste Messvorgang gestartet werden. Bis zu diesem Zeitpunkt gemessene Werte werden im Gerätespeicher abgelegt.

Wenn bei aktiver Anzeige der System- oder der Benutzereinstellungen bzw. der aufgezeichneten Daten innerhalb von drei Minuten keine Aktion erfolgt, wird wieder die Zeitanzeige angezeigt.

5. Positionsbestimmung mit GPS

Die Messfunktion des Gerätes

Dieses Gerät empfängt ein GPS-Signal und misst Entfernung und Geschwindigkeit. Damit sichergestellt ist, dass die Messwerte genau sind, sollten Sie das Gerät nach Möglichkeit unter folgenden Bedingungen verwenden; diese ermöglichen problemlosen Empfang von GPS-Signalen.

Orte, an denen der Signalempfang nicht möglich ist

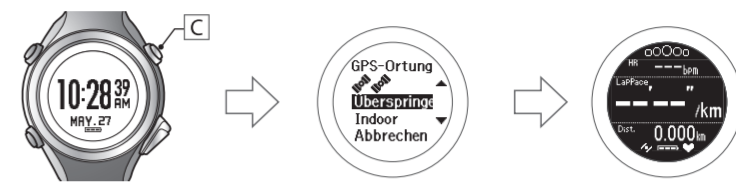


Orte, an denen der Signalempfang schwierig ist



- Gehen Sie im Freien an eine Stelle, an der sich keine Hindernisse über Ihnen befinden, drücken Sie dann [C].**

Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt. Bewegen Sie sich möglichst nicht. Nach Abschluss der Positionsbestimmung blinkt die Anzeige; danach werden Messwerte angezeigt.



*In der Regel dauert die Positionsbestimmung weniger als zwei Minuten. Falls sie länger als zwei Minuten dauert oder Fehler angezeigt wird, sollten Sie Abbrechen wählen, an eine andere Stelle gehen und den Versuch wiederholen.*

Wenn die Messanzeige erscheint, können Sie mit dem Messen beginnen. → Messung von Zeit, Entfernung und Geschwindigkeit (Funktion **Chronograph**)

6. Für genauere Messwerte

*Wenn das Gerät zum ersten Mal eingesetzt wird oder mehrere Monate nicht genutzt wurde, gehen Sie an einen Ort ohne Hindernisse über Ihnen, stellen eine Verbindung mit dem GPS-Netzwerk her und halten diese mindestens 15 Minuten aufrecht. Dadurch kann sich das Gerät kalibrieren und genauere Messwerte liefern.*

7. Messung von Zeit, Entfernung und Geschwindigkeit (Funktion Chronograph)

Wozu dient die Funktion Chronograph?

Hiermit können Zwischen- und Rundenzeiten gleichzeitig gemessen werden.



Rundenzeiten können durch Drücken von [D] während der Messung mit der Funktion **Chronograph** oder mit **Auto-Runde** aufgezeichnet werden.

Messen



- Drücken Sie zum Starten des Messvorgangs [C].**
- Zum Aufzeichnen einer Runde drücken Sie während des Messens [D].**



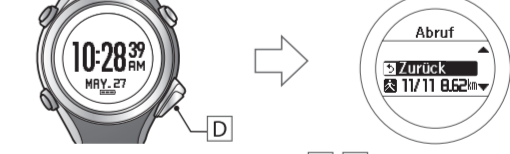
- Durch erneutes Drücken von [C] stoppen Sie die Aufzeichnung.**
- Nach der Aufzeichnung setzen Sie die Messanzeige durch Drücken und Halten von [D] zurück.**

MEMO

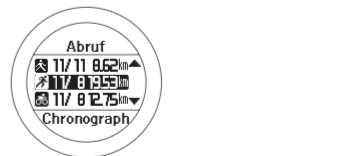
- Die Anzeige **Chronograph** besteht aus vier Teilen; mit [A] können Sie zwischen den Teilen wechseln. Mit **Mess-Einst. Anzeige** können Sie den Inhalt der Anzeigen 1 bis 4 ändern. Weitere Einzelheiten finden Sie im Benutzerhandbuch.
- Nach dem Zurücksetzen drücken und halten Sie [A] oder [C]; dadurch kehren Sie zur Zeitanzeige zurück.
- Wenn in einer anderen als der Messanzeige 60 Minuten keine Aktivität erfolgt, wird die Zeitanzeige aufgerufen.
- Neben der Funktion **Chronograph** verfügt das Gerät über eine Reihe weiterer Messfunktionen. Ausführliche Angaben hierzu finden Sie im Benutzerhandbuch.

Daten abrufen (Protokollfunktion)

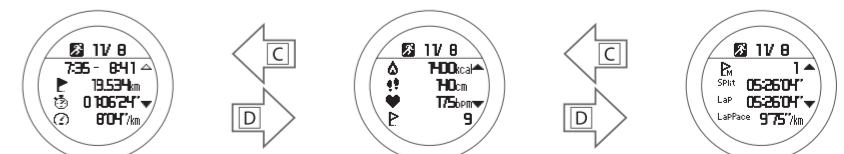
- Drücken Sie in der Zeitanzeige [D]. Die Abrufanzeige erscheint.**



- Wählen Sie die zu überprüfenden Daten mit [C]/[D], drücken Sie danach [A].**



- Zum Überprüfen der aufgezeichneten Daten blättern Sie mit [C]/[D] durch die Anzeige.** Auf der ausführlichen Abrufanzeige werden detaillierte Ergebnisse zur Aktivität, das registrierte Datum/die Startzeit, Zeit, Entfernung und verbrannte Kalorien angezeigt. Außerdem können Sie die Geschwindigkeit der einzelnen Runden überprüfen.



Drücken Sie zum Zurückkehren zur Abrufanzeige [A]. Halten Sie zum Zurückkehren zur Zeitanzeige [A] gedrückt.

Die Symbole und ihre Bedeutung

	<b>Rennen-Modus</b>		<b>Zwischenzeit</b>
	<b>Gehen-Modus</b>		<b>Durchschn. Tempo</b>
	<b>Radfahren-Modus</b>		<b>Verbrannte Kalorien</b>
	Blinkt nicht mehr: GPS-Signal wird empfangen (GPS ein)		<b>Schrittlänge</b>
	Positionsbestimmung mit GPS		<b>Runde</b>
	Herzfrequenz EIN		Bearbeitbare Daten
	<b>Entfernung</b>		Aktuelle Einstellungen

## 8. Datenverwaltung mit der Web-Anwendung (RUNSENSE View)

### Installation der Run Connect

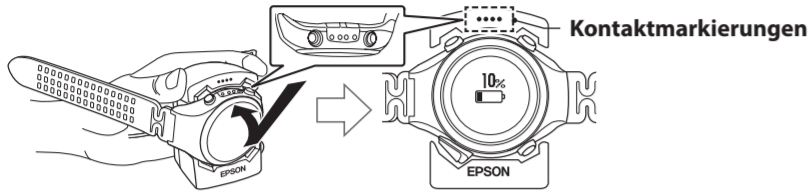
Auf diesem Gerät können Sie Messwerte mit einer speziellen Web-Anwendung (RUNSENSE View) verwalten. Zum Hochladen von Messwerten müssen Sie die Run Connect auf dem Computer installieren und eine Verbindung zum Internet herstellen.

**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.

## 9. 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> )
<b>Aktivität</b>	<b>Rennen, Gehen, Radfahren</b>	Wählt die <b>Aktivität</b> aus, für die die Werte gemessen werden sollen.
<b>Modus</b>		Passt den <b>Modus</b> an die gewünschten Messwertarten an.
	<b>Chronograph</b>	Im Modus <b>Chronograph</b> können Zwischen- und Rundenzeiten (Abschnittsmessung) gleichzeitig gemessen werden.
	<b>Intervall</b>	Im Modus <b>Intervall</b> kann zwischen intensives (Sprint) oder leichtes (Erholung) gewechselt und die Messung mit vorab eingestellten Entfernungen oder Zeiten wiederholt werden.
<b>Ziel</b>		Im Modus <b>Ziel</b> wird gemessen, bis die vorab eingestellte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist.
<b>Auto-Runde</b>	<b>SETTING 01 – 05 Aus</b>	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.
<b>Auto-Pause</b>	<b>Ein Aus</b>	Diese Funktion stoppt den Messvorgang automatisch, sobald Sie nicht mehr rennen, und setzt ihn fort, wenn Sie weiterrennen.
<b>Zieltempo</b>	<b>SETTING 01 – 03 Aus</b>	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.
<b>HF</b>	<b>Ein Aus</b>	Sie können die Herzfrequenzmessung <b>Ein-</b> und <b>Ausschalten</b> .
<b>Alarm</b>	<b>Töne, Vib. (vibration), Töne &amp; Vib.(vibration), Aus</b>	Legt Alarmtyp und Alarmzeit fest.
<b>Tippen (nur für die Messanzeige)</b>	<b>Runde, Licht, Anz. ändern, Aus</b>	Sie können während des Messens eine der hier eingestellten Aktivitäten durch Tippen auf die Anzeige ausführen.
<b>GPS</b>	-	Zeigt die Anzahl der GPS-Satelliten an, zu denen eine Verbindung besteht.
<b>Anzeige</b>	<b>Anzeige 1 – 4 Rundenanzeige</b>	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.

### 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
<b>Smartphone</b>	-	Stellt eine Verbindung mit dem Smartphone her. *1
<b>Nutzereinst.</b>	<b>Körpergröße, Gewicht, Geburtsdatum, Geschlecht, HF-Zone</b>	Zum Eintragen der Benutzerangaben.
<b>Sys.- Einst.</b>	<b>Sprache, Maßeinheit, Uhr, Sommerzeit, Zeitanpassung, Zeitzone, Datumsformat, Anz.Invert., Kontrast, Ruhezustand, Auto-Licht, Alarm, Tastenstöne, Initialisieren, Softwareversion</b>	Für die Einstellungen des Gerätesystems.

\*1 Weitere Hinweise zu Smartphones finden Sie in der Bedienungsanleitung, die Sie über folgende Epson-Website herunterladen können. [www.epson.eu/runsense](http://www.epson.eu/runsense)

## 10. 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.



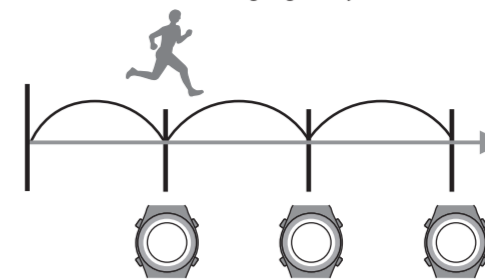
1. Rufen Sie die Messanzeige auf.  
Drücken Sie in der Zeitanzeige **[C]**. Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt; sobald die Position feststeht, wird die Messanzeige angezeigt.
2. Rufen Sie das Menü **Mess-Einst.** auf.  
Halten Sie in der Messanzeige **[B]** gedrückt.
3. Wählen Sie **Modus**.
4. 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

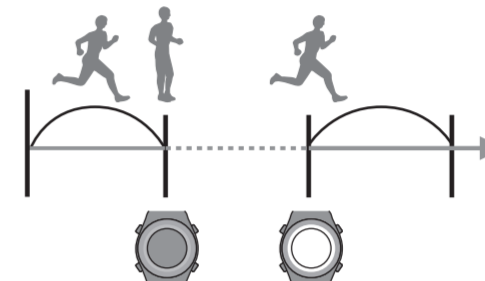
Wenn die vorab festgelegte Zeit bzw. Entfernung erreicht ist, werden Runden automatisch aufgezeichnet. Sie können Zeit oder Entfernung je Runde festlegen. Es können bis fünf Zeiten bzw. Entfernungen eingestellt werden. Für den Messvorgang wird jedoch nur eine Einstellung berücksichtigt.



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.

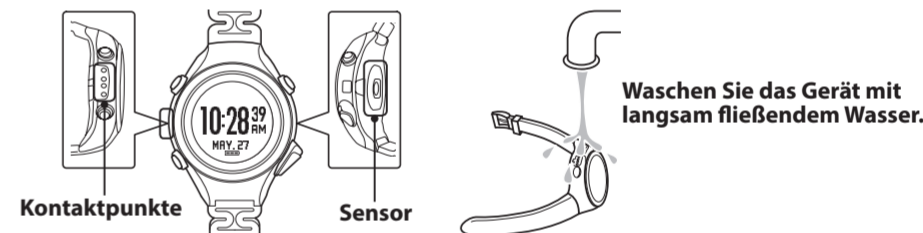


1. Rufen Sie die Messanzeige auf.  
Drücken Sie in der Zeitanzeige **[C]**. Die Positionsbestimmung mit GPS beginnt; sobald die Position feststeht, wird die Messanzeige angezeigt.
2. Rufen Sie das Menü **Mess-Einst.** auf.  
Halten Sie in der Messanzeige **[B]** gedrückt.
3. Wählen Sie **Auto-Pause**.
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]**.

## 11. Wartung

### Pflege des Gerätes

Waschen Sie zum Reinigen des Gerätes die Kontaktpunkte und Sensor 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)

### 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.**

## 12. 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**)
- So überwachen Sie Ihre Herzfrequenz (Herzfrequenz-Funktion)
- Kommunikation mit externen Geräten (Kommunikationsfunktion)
- Einstellen der Funktion „Tippen“ auf Anzeige einer vorab eingestellten Funktion (Funktion **Tippen**)
- 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](http://www.epson.eu/runsense)

## 13. Kundendienst und Reparatur

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