

poolmate2

User Manual

v3.21



English **GB**

Deutsch **DE**

Espanol **E**

Francais **F**

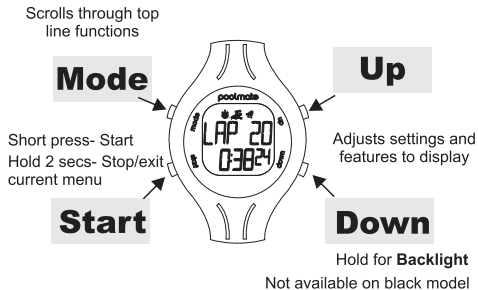
Italiano **I**

Portugues **P**

Contents

Welcome.....	2
Quick Start.....	3
Swimming.....	4
Selecting your settings.....	5
Setting the Time.....	6
Setting the Alarm.....	6
Openwater swimming.....	7
Chrono.....	8
Reviewing your sessions.....	9
Deleting logs.....	10
FAQS.....	11
Care and Maintenance.....	13
Warranty.....	13
Battery replacement.....	14

Welcome to the PoolMate User Manual



Important notes:

1. The PoolMate detects regular stroking patterns that conform to FrontCrawl, BreastStroke, BackStroke or Butterfly strokes only, the Pool-Mate must be put into PAUSE mode when doing drill and kick sets.
2. Strokes must only be changed at the end of a lap, not part way through a lap or inaccurate lap and stroke counts may be recorded.
3. The stroke count displayed is the number of strokes taken by the arm you wear the PoolMate on. Remember when swimming FrontCrawl and BackStroke this is half the total number of strokes.
4. Like most sports watches, the buttons are not designed to be operated underwater. You must make sure the PoolMate is out of the water before pressing any buttons. Do NOT dive in wearing the PoolMate. Pressures are much greater and water may be forced into the case.
5. The PoolMate will estimate your distance in openwater based on your stroke length. It needs to be calibrated during the first openwater swim and should be repeated frequently to get best results.

Quick Start (In the pool)

When using the PoolMate for the first time the pool length, your weight and the hand you wear the PoolMate on, must first be set. The default settings are 25m, 65KG and left handed.

From main CLOCK screen

Press *Mode* **4 times** to show SETUP, select by pressing *Start*.

Set watch from metric to imperial units if required by pressing *Up/Down*.

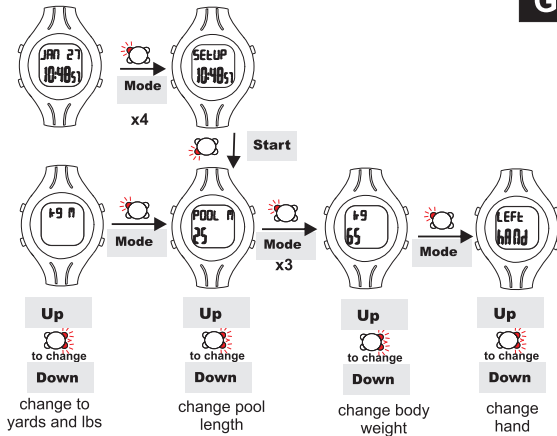
Set Pool length by pressing *Up/Down* until correct value is shown.

Press *Mode* **3 times** to set your weight (again use *Up/Down* to select correct value).

Press *Mode* once to set left or right hand (use *Up* to select).

Hold *Start* for 2 secs to return to main menu and *Mode* to return to CLOCK screen.

You are now ready to Swim!



Swimming (In the pool)

Recording whole session

From main CLOCK screen, press **Start** to begin (the **SWIM** icon will appear)

Hold **Start** for 2 seconds to stop

During or after the session, press *Up* and *Down* to view Laps, Strokes, Distance(m), Calories, Efficiency Index and Set number.

Press *Mode* to show the **Elapsed** time since you started recording, press again to show the **actual** time of day.

Recording individual sets

Up to 99 Sets can be recorded in each Swim Session

From main CLOCK screen, press **Start** - swim first set

Press Start to Pause (a **P** will appear at the start of the bottom line and the time for your last set will remain for 3 seconds then reset so you can time your rest period).

Press Start again to Restart- swim next set.

Repeat as required. **Hold Start for 2 secs to Stop**



SWIMMING



Start

Mode



Up



Down



Start

PAUSED



Use *Up/Down* to scroll through Laps, Strokes, Distance, Calories, Efficiency Index and Set number

START BUTTON:

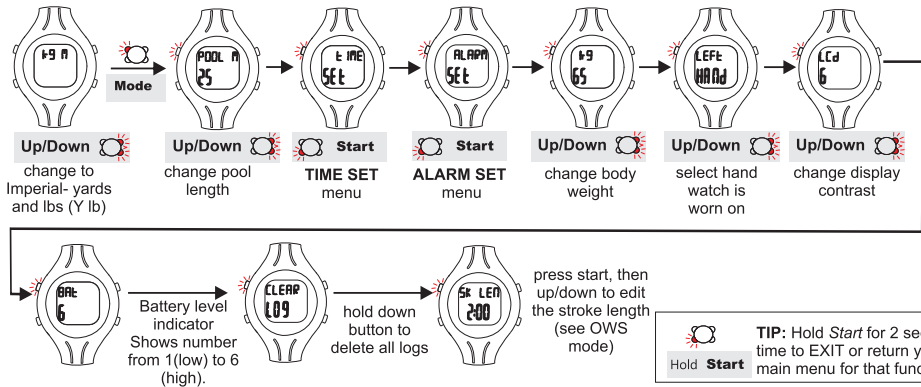
A **quick** press will **START**.
A further press will **PAUSE**.
Another press will **RESTART**.

A **long** press will **STOP**.

Selecting your settings

GB

From main **CLOCK** screen, press **Mode** 4 times to show **SETUP**. Press **Start** then you can change settings by pressing **Mode** to select.



Setting the Time

From **TIME SET** in the **SETUP** menu

Press **Start**

The hours will flash on the clock display, press **Up** and **Down** to change value.

Press **Mode** to select minutes, press **Up** and **Down** to change value. Pressing **Mode** again will select Year, then month, then date, then 12/24 hour setting, press **Up** and **Down** to change values as before.

Hold **Start** for 2 secs to return to **SETUP**.

Hold **Start** again for 2 secs to return to main menu.



Start

select Hours,
Minutes, Year,
Month, Date
12/24hr



Mode

Up



to change

Down

Setting the Alarm

From **ALARM SET** in the **SETUP** menu

Press **Start** - the hours will flash on the clock display, press **Up** and **Down** to change value.

Press **Mode** to select minutes, pressing **Mode** again selects **on** or **off**. Press **Up** and **Down** to change value as before.

Hold **Start** for 2 secs to return to **SETUP**.

Hold **Start** again for 2 secs to return to main menu.

Setting the Alarm to **ON** activates the bell icon, above seconds on the display.

The alarm will sound each day at the set time for one minute or until **Mode** is pressed.



Start

select Hours,
Minutes,
on/off



Mode

Up



to change

Down

Openwater Swimming

The PoolMate can also be used in OWS mode when swimming outdoors in a lake or sea. It will estimate your speed, distance etc by using your stroke length and the number of strokes.

GB

The first time you use OWS mode you need to undertake a calibration swim. This swim should be in similar conditions to your normal openwater swimming. i.e. In openwater and with a wetsuit if you normally wear one.

You will need a swim course with a known distance >50m, it doesn't matter what this is you just need to know it. Ask your openwater swim operator if you are not sure.

Calibration instructions

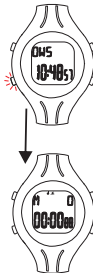
At the start of the course press mode to get to OWS mode, then press *start*. Swim the course one time only.

Hold the *start* button for 2 seconds to stop the session then press *Up* to recall the data. Press *Up* until you see distance, it will not be correct at this point but don't worry.

Press *start*, then the *up* or *down* buttons and change the distance until it matches the known course distance. Hold the *start* button for a couple of seconds to exit. It's now calibrated to your stroke length.

Alternatively if you know your stroke length in Metres you can edit the stroke length directly in SETUP mode.

Once calibrated and on subsequent swims just press mode until you see OWS, press start and swim.



START BUTTON:

A **quick** press will START.
A further press will PAUSE.
Another press will RESTART

A **long** press will STOP.

OWS mode can also be used to estimate distance in an endless pool too. Just swim a few laps of a regular pool or openwater facility at the same intensity you would use in the endless pool and follow the calibration instructions.

Note that this is an estimation, like a swim pedometer, and will not be as accurate as GPS measurements from a kayak or other vessel.

Chrono

Use the PoolMate in this mode when running or cycling

The PoolMate can also be used in Chrono mode as a 99 lap timer when not in the pool

From CLOCK screen press *Mode* twice to go to CHRONO
Press *Start* .

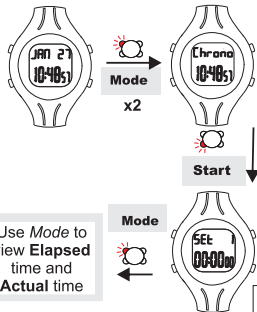
Set 1 will show on the display

As when Swimming, pressing *Start* again will PAUSE, another press will RESTART and the Set count will increment.

A **long** press will STOP.

The session can be viewed in exactly the same way as swim sessions- using *Up/Down* immediately after the session or from the LOG screen. Chrono files are distinguished from Swim files as the SWIM icon will not show.

NOTE: In Chrono mode the motion sensor will not operate- only Time is recorded- not Speed or Distance.



START BUTTON:
A **quick** press will START.
A further press will PAUSE.
Another press will RESTART

A **long** press will STOP.

Reviewing your sessions

During your swim

Data can be viewed whilst swimming, simply using the *Up/Down* buttons to scroll through the metrics. Laps are shown by default but pressing *Up* will show, Average Strokes per lap, Distance, Calories, Efficiency and Set number, Total laps (TL) and Total time, if more than one set has been recorded.



Previous Session

Data can be viewed after swimming directly from the **CLOCK** screen by simply using the *Up/Down* buttons to scroll through Laps, Average Strokes per lap, Distance, Speed (seconds per 100m or yards), Calories, Efficiency and Time.



The PoolMate contains a large memory to store the details of up to 50 sessions

Other sessions

From **CLOCK screen press *Mode* three times to go to **LOG****

Press *Start* to enter. Use *Up* and *Down* to scroll through recorded sessions (the PoolMate stores each session in the log by number and date).

Press *Start* to view selected log details.

Use *Mode* to scroll through the **TOTALS** for this session - Swimming time (Tot Tm), Rest time (Rest T), Calories (CAL), Laps (Tot L), Distance (Metres), .

Any **SETS** can then be viewed. Scroll through SET Time (S1) Rest time (S1 RST), Laps (S1 LAP), Distance (S1 M), Average Strokes (S1 STK), Speed (S1 SPD), Efficiency Index (S1 EFF) with *Mode*.

To see data for other sets, Select the required metric (eg Set Time) with *Mode* and press *Up/Down* to scroll through the Sets.

Hold *Start* to exit

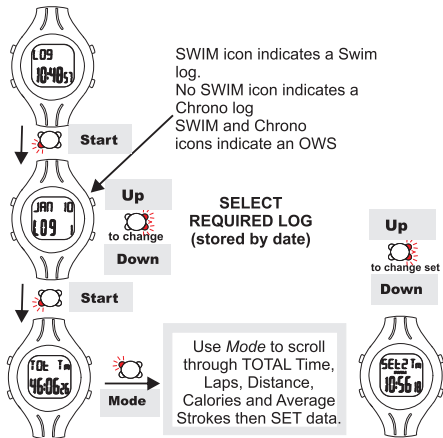
Deleting LOGS

All sessions are automatically stored in the LOG however you can delete individual sessions you do not want to save.

Select the Log file you wish to delete then press *Mode*. ERASE will flash at the top of the screen. Press *Mode*, SURE will appear press *Mode* again to delete the selected file.

NOTE: once erased you will lose this file and it will not be recoverable.

Once the memory is full it will overwrite the oldest sets



FAQs

Q How does the PoolMate work?

A The PoolMate contains state of the art motion sensors that detect the motion of your arm. Our unique software algorithms and digital signal processing techniques analyse the data and extract lap, stroke, distance, speed and calorie information automatically.

Q Do I need to press a button at the end of each lap like other lap counters?

A No, The PoolMate is fully automatic and will sense when you start a new lap without you having to do anything.

Q Why do I need to enter my weight?

A The PoolMate uses this to work out the calories you expend.

Q I want to swim sets, can the PoolMate record each set?

A Yes, you can playback all the details from individual sets as well as the details of the total swim session.

Q The PoolMate doesn't work when I'm doing kick sets or some drills.

A The PoolMate must be put into Pause mode when kicking or drilling.

Q The PoolMate doesn't count all my laps

A If you have inaccurate lap results make sure the watch is securely attached to your wrist and can't move around. Also try gliding for a longer period at the start of each lap. This saves you energy and gives the PoolMate a little longer to register the change of laps. Some swimmers may find better results wearing the PoolMate on the other wrist.

Q Will the PoolMate work in Open Water?

A The PoolMate will estimate distance etc in Openwater, you should calibrate the watch first as explained in this manual.

Q Can I wear the PoolMate on my right arm?

A Yes, the PoolMate will work on either wrist, just change the setting in the SETUP menu .

Q Will the PoolMate work with tumble turns?

A Yes, the PoolMate will work with both tumble turns and when pushing off the wall.

Q What does the efficiency index measure?

A The efficiency index is based on the recognized Swim Golf method that you may be familiar with. It is the number of strokes plus the time taken to swim 25 metres. Concentrate on reducing this number to increase your efficiency and improve your swimming.

Q What units is the Speed measured in?

A We have found that the time to swim 100metres is more of a meaningful measure of swimming speed than metres per second or miles an hour as swimmers are used to watching the pool clock and judging speed from it. The Speed shown is the average time in seconds per 100 metres.

Q How accurate is the PoolMate?

A The watch has been tested on a wide variety of swimmers over an 18 month period prior to launch. We have a 99.75% accuracy rate with our database of thousands of laps from many swimmers with 1500m times of between 22 and 40 minutes. No guarantee is given for accuracy with individual swimmers and rates may differ with users whose strokes or abilities differ from the norm.

Q Will the watch work with all pools?

A The watch will work with pools over 15m in length. It just needs setting to the pool length before use. In order to recognise you are swimming, the watch needs to detect several swim strokes, if using a small pool you may reach the end before this occurs if this occurs we recommend you try a larger pool.

Q The PoolMate gives strange results when I change strokes mid lap.

A The PoolMate has not been designed to recognise changes of stroke part way through a lap. If you are going to change strokes you must do it when you change laps. If a hesitation or interruption in the stroke pattern occurs mid lap this may also cause inaccurate lap counts.

The Efficiency Index is calculated from the distance travelled per stroke and time per stroke. This index decreases as your efficiency increases.

less than 30	Excellent -Professional athlete
30-40	Very Good
40-50	Above average
50-70	Average
more than 70	Below average

Care and maintenance

The PoolMate is water resistant to 50m, however the buttons are not designed to be operated underwater. You should make sure the PoolMate is out of the water before pressing any buttons. Do not dive wearing the watch. The PoolMate should not be used if any fogging or water droplets appear inside the watch.

Never attempt to dismantle or service your PoolMate yourself. Always protect your PoolMate from shocks, hard and sharp objects, extremes of heat and prolonged exposure to direct sunlight.

If not in use, store your PoolMate in a clean, dry environment at room temperature. Do not store in a damp environment such as a sports bag.

Do not expose to strong chemicals and cleaning products as they may damage the PoolMate's seals, case and finish.

If your PoolMate needs cleaning, wipe it with a soft damp cloth. Mild soap may be used if necessary.

Warranty

No guarantee is given as to the accuracy of the watch or its lap and stroke counting ability with particular swimmers or strokes. If this product should fail due to defects in materials or workmanship we will repair or replace it free of charge for a period of twelve months from the date of purchase. This warranty is only extended to the original purchaser and covers failures due to defects in materials or workmanship that occur during normal use. It does not cover battery, battery replacement, damage or failures resulting from neglect, accident, misuse, mishandling, alteration or modifications of the product or any failure caused by the operation of the product outside the scope of its published specifications. We shall in no event be liable for any incidental or consequential damages arising from the use or inability to use the product. We do not assume any responsibility for losses or claims by third parties that may arise through the use of this product.

If a claim under warranty appears to be necessary email support@mypoolmate.com (or telephone +44 (0)1784 481562) to obtain a returns number before returning your PoolMate.

Replacing the battery

The PoolMate's battery (CR2032) has an estimated life expectancy of over 12 months. The higher your average hours swimming a week, the shorter the battery life will be. To maintain water resistance and ensure the warranty remains valid, the PoolMate should be returned to Swimovate Ltd for battery replacement or taken to a qualified watch maker- do not attempt to change the battery yourself.

Certification

The PoolMate has CE and FCC approvals.

The CE mark is used to mark conformity with the European Union EMC directive 89/336/EEC. The PoolMate has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation.

Patent

The PoolMate is protected by Patents
UK number 0822084.0 | USA number Us2010204952

This User Manual and its contents are intended solely for the use of our customers to obtain knowledge regarding the operation of the PoolMate. The contents shall not be disclosed or reproduced without the prior written consent. Great care has been taken to ensure the accuracy of this documentation but it's contents are subject to change at any time without notice. The latest version of this documentation can be downloaded from www.pool-mate.com.

Copyright © 2015

For more information please see our website

www.swimovate.com



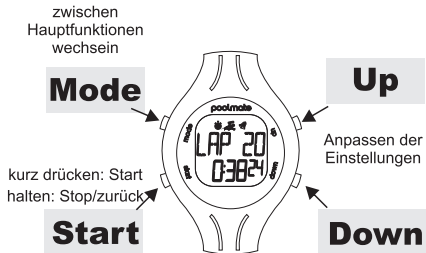
Contents

Willkommen.....	16
Schnellstart.....	17
Schwimmen.....	18
Auswahl der Einstellungen.....	19
Einstellen der Uhrzeit.....	20
Einsellen der Weckfunktion	20
Freiwasserschwimmen.....	21
Stoppuhr.....	22
Aufrufen der Einheiten	23
Loschen von Einheiten.....	24
FAQS.....	25
Pflege und Wartung.....	27
Gewährleistung.....	27
Wechsein der Batterie.....	28

DE

Willkommen bei der PoolMate

Bedienungsanleitung



Wichtiger Hinweis:

1. Der PoolMate erkennt regelmäßige Armzüge verschiedener Schwimmlagen wie Kraulschwimmen, Brust, Rücken und Schmetterling, stellen Sie Ihren Pool-Mate auf PAUSE, wenn Sie andere Übungen oder nur Beinschlag schwimmen.

2. Wechseln Sie Ihren Schwimmstil nur nach einer geschwommenen Länge und nicht während einer Länge, da es sonst zu falschen Ergebnissen kommen kann.

3. Der Zugzähler zeigt die Anzahl der Armzüge jenes Armes, auf dem der PoolMate getragen wird. Bedenken Sie, dass daher beim Kraul- und Rückenschwimmen nur die Hälfte der Armzüge angezeigt wird.

4. Wie bei Sportuhren üblich, sollten die Tasten nicht im Wasser betätigt werden. Vergewissern Sie sich, dass Ihr PoolMate oberhalb der Wasseroberfläche ist, wenn sie eine der Tasten betätigen. Springen Sie mit Ihrem Pool-Mate nicht ins Wasser. Der hohe Druck beim Eintauchen begünstigt den Wassereintritt ins Gehäuse.

5. Der PoolMate schätzt die geschwommene Distanz im Freiwasser basierend auf der Länge Deiner Armzüge. Hierfür muss er während des ersten Freiwasserschwimmens kalibriert werden. Um die bestmöglichen Ergebnisse zu erhalten, sollte die Kalibrierung in regelmässigen Abständen wiederholt werden.

Schnellstart

Wenn Sie den PoolMate das Erste mal verwenden, müssen Sie zuerst die Beckenlänge, ihr Körpergewicht, und die Hand, auf welcher Sie den PoolMate tragen einstellen. Die Grundeinstellungen betragen 25m, 65KG und linke Hand.

Von der Uhranzeige Drücken Sie MODE 4 mal um SETUP anzuzeigen, wählen Sie durch drücken von START.

Ändern Sie die Maßeinheit in Yards und Pfund durch Drücken der UP/Down Taste.

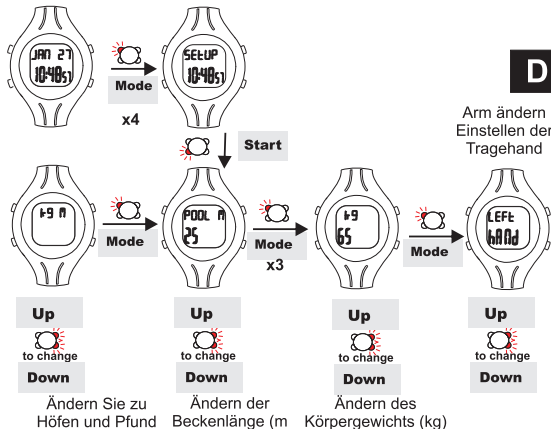
Wählen Sie die Beckenlänge durch Drücken der UP/DOWN Taste bis der korrekte Wert in Metern angezeigt wird.

Drücken Sie MODE 3 mal um Ihr Körpergewicht in Kg einzustellen (betätigen sie Up/Down, bis der korrekte Wert angezeigt wird).

Drücken Sie Mode einmal, um auf rechte oder linke Hand umzustellen (verwenden Sie dafür die UP Taste).

Halten Sie START für 2 Sekunden gedrückt um wieder ins Hauptmenü zu gelangen und MODE um zur Uhranzeige zu wechseln.

Nun sind Sie bereit zu Schwimmen!



Schwimmen

Aufzeichnen einer Einheit

Von der Anzeige der UHRZEIT drücken sie **START** um die Aufzeichnung zu beginnen (das **SWIM** Symbol wird abgezeigt)

Drücken Sie während oder nach der Einheit Up/Down um Längen, Armzüge, Distanz (m), Kalorien, Effektivitäts-Level und Seriennummer anzuzeigen

Halten Sie die START Taste für 2 Sekunden um die Aufzeichnung zu beenden

Aufzeichnen einzelner Serien

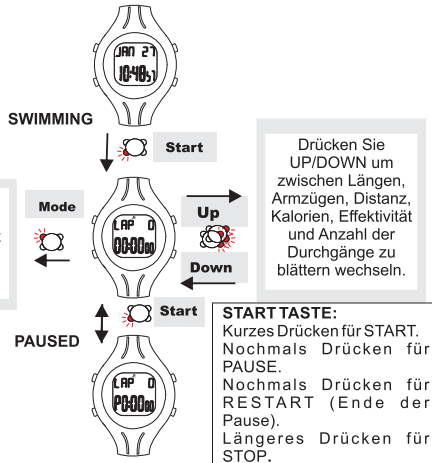
Sie können bis zu 99 Serien in jeder Schwimmeinheit aufzeichnen. Von der Uhranzeige drücken Sie **START**.

Schwimmen Sie die erste Serie.

Drücken sie erneut **START**, wenn Sie eine Pause einlegen (ein **P** wird im unteren Bereich des Displays angezeigt und die Dauer der Pause wird angezeigt) Drücken Sie erneut **START**, wenn Sie Ihre Pause beendet haben - Schwimmen Sie weiter.

Wiederholen Sie diesen Vorgang bei jeder Pause die Sie einlegen.

Halten Sie die **START** Taste für 2 Sekunden um die Aufzeichnung zu beenden

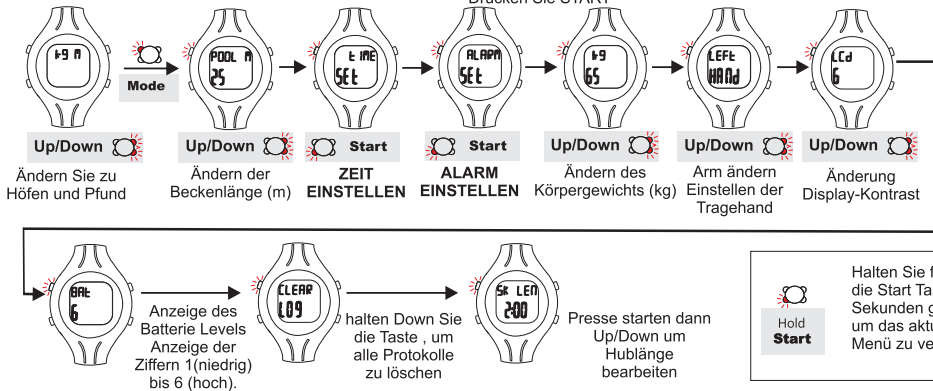


Auswahl der Einstellungen

Von der Anzeige der Uhrzeit drücken Sie 3 mal MODE um zu den Einstellungen zu gelangen.

Drücken Sie START

DE



Einstellen der Uhrzeit

Von TIME SET im SETUP Menü Drücken Sie START – sie Stundenanzeige blinkt, mit UP und DOWN können Sie den Wert erhöhen oder verringern.. Drücken Sie MODE, um zu den Minuten zu wechseln, durch wiederholtes drücken der MODE Taste gelangen Sie zu Jahr, Monat, Tag, 12/24 Stunden Anzeige. Mit UP und DOWN können Sie die Werte wiederum ändern.

Halten Sie START für 2 Sekunden gedrückt um zum SETUP zurückzukehren.
Halten Sie START nochmals für 2 Sekunden gedrückt um zum Hauptmenü zu gelangen.



Start



Up



to change

Down

Wählen Sie
Stunden,
Minuten, Tag,
Monat, 12/24h



Mode

Einstellen der Weckfunktion

Vom ALARM SET im SETUP Menü Drücken Sie START – die Stundenanzeige blinkt, drücken Sie UP und DOWN um den Wert zu ändern. Drücken Sie MODE um zu den Minuten zu gelangen, drücken Sie erneut MODE, um die Weckfunktion zu Aktivieren (ON) und zu Deaktivieren (OFF). Nützen Sie dafür die UP und DOWN Tasten wie bisher um die Einstellung zu verändern.

Halten Sie START für 2 Sekunden gedrückt um zum SETUP zurückzukehren.
Halten Sie START nochmals für 2 Sekunden gedrückt um zum Hauptmenü zu gelangen.



Start



Up



to change

Down

Wählen Sie
Stunden,
Minuten
ein/aus



Mode

Freiwasserschwimmen (Openwater swimming)

Um den OWS Modus nutzen zu können, musst Du zuerst eine Kalibrierungseinheit schwimmen. Diese Einheit sollte unter ähnlichen Bedingungen stattfinden wie ein Freiwasserschwimmen. Also am Besten in einem See und gegebenenfalls mit einem Neoprenanzug.

Hierzu benötigst Du lediglich eine vermessene Schwimmstrecke - egal welcher Länge. Frage evtl. Deinen Freiwasser Schwimmtrainer falls Du Dir nicht sicher bist.

Anleitung Kalibrierung

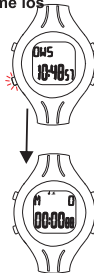
Drücke 'MODE' um in den OWS Modus zu gelangen, dann 'START'. Schwimme die vermessene Strecke ein Mal.

Halte 'START' für 2 Sekunden gedrückt, um die Trainingseinheit zu beenden. Als nächstes drücke 'UP' um die Daten abzurufen. Drücke 'UP', bis die Distanz angezeigt wird. Diese wird zum jetzigen Zeitpunkt nicht unbedingt korrekt sein, das ist aber kein Problem.

Drücke nun 'START' und dann 'UP' oder 'DOWN', um die Distanz entsprechend der geschwommenen Strecke einzustellen. Drücke und halte 'START' für ein paar Sekunden um das Menü zu verlassen. Dein PoolMate ist nun auf Deine Armzuglänge kalibriert.

Der PoolMate kann im OWS Modus auch für Trainingseinheiten im See oder Meer verwendet werden. Er schätzt Deine Geschwindigkeit, Distanz etc. auf Grundlage Deiner Armzuglänge und -anzahl.

Für die folgenden Trainingseinheiten drücke 'MODE' bis OWS im Display erscheint. Drücke dann 'START' und schwimme los.



Der OWS Modus kann auch zum Schätzen der Distanz in sehr grossen Pools und Gegenstromanlagen genutzt werden.

Schwimme einfach ein paar Bahnen in einem normalen Pool in der gleichen Intensität wie Du auch in einer Gegenstromanlage schwimmen würdest und befolge die Anleitung zur Kalibrierung.

(bitte beachte jedoch, dass der PoolMate nur schätzt und daher nicht so genau wie z.B. eine GPS-Messung bei Fahrzeugen sein kann.)

DE

Stoppuhr

Nehmen Sie den Pool-Mate in diesem Modus wenn Sie Laufen oder Radfahren.

Den Pool-Mate können Sie auch außerhalb des Schwimmbeckens als Stoppuhr mit 99 Rundenzählern verwenden.

Von der Uhrzeit drücken Sie MODE um zur Stoppuhr (CHRONO) zu gelangen

Drücken Sie Start

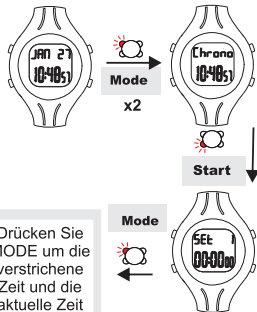
Die Zeit der ersten Runde wird angezeigt

Wie beim Schwimmen aktiviert ein erneutes Drücken von Start die Pause und lässt durch weiteres Drücken die Stoppuhr wieder weiterlaufen.

Langes Drücken halt die Stoppuhr an.

Die Daten können - gleich wie bei einer Schwimmeinheit - mittels UP/DOWN unmittelbar nach der Einheit - ausgehend von der LOG Anzeige - abgerufen werden. Daten der Stoppuhr können einfach von jenen mit Schwimmfunktion unterschieden werden, da das Schwimmsymbol nicht angezeigt wird.

Hinweis: In der Stoppfunktion sind die Bewegungssensoren nicht aktiv, nur die Zeit wird aufgezeichnet, ohne Geschwindigkeit und Distanz.



Drücken Sie
MODE um die
verstrichene
Zeit und die
aktuelle Zeit
anzuzeigen

STARTTASTE:

Kurzes Drücken um zu Starten.

Noch einmal drücken aktiviert die Pause

Noch einmal drücken lässt die Zeit wieder weiterlaufen
Längeres Drücken halt die Stoppuhr an

Aufrufen der Einheiten

Vorherige Einheit

Die Daten können direkt nach dem Schwimmen angezeigt werden, in dem sie von der Uhranzeige durch drücken der UP/DOWN durch Längen, durchschnittliche Armzügen, Distanz (Meter), Geschwindigkeit (Sekunden pro 100m), Kalorien, Effektivität und Zeit blättern.



Der Pool-Mate verfügt über einen großen Speicher und kann Daten von bis zu 50

Andere Einheiten

Von der Uhr Anzeige drücken Sie MODE zweimal um ins LOG Menü zu gelangen

Drücken Sie START um das Menü zu öffnen. Mit UP und DOWN können Sie durch die aufgezeichneten Einheiten blättern (der Pool-Mate speichert jede Einheit mit LOG Nummer und Datum).

Drücken Sie START, um die Details anzuzeigen.

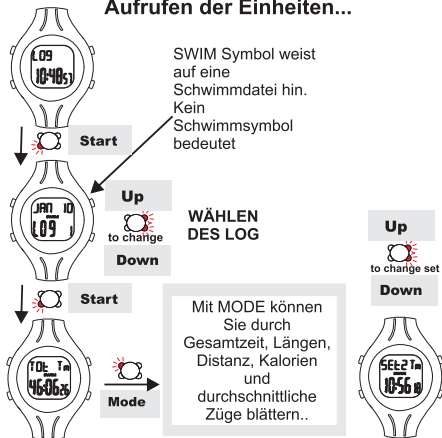
Verwenden Sie MODE um durch die Ergebnisse der Einheit zu blättern – Schwimmzeit (ohne Pausen), Längen, Distanz, Kalorien und durchschnittliche Zugzahl.

Sämtliche Einheiten können gezeigt werden. Blättern Sie durch Schwimmzeit, Längen, Distanz, durchschnittliche Zugzahl, Geschwindigkeit, Effektivitäts-Index mit der MODE Taste.

Halten Sie START gedrückt zum Verlassen

TIPP: Um die Unterschiede von Zeit, Geschwindigkeit, etc. zwischen den Serien zu vergleichen wählen Sie die Einheit (zB TIME) mit MODE und blättern mit UP/DOWN durch die einzelnen Serien. Die Daten der einzelnen Serien werden angezeigt die Sie nun miteinander vergleichen können.

Aufrufen der Einheiten...



Löschen von Einheiten

Alle Einheiten werden automatisch im LOG Menü gespeichert, sie können einzelne Einheiten löschen, die sie nicht länger behalten möchten. Wählen Sie die LOG Einheit, die sie löschen möchten und drücken Sie **MODE**. **ERASE** wird angezeigt. Drücken Sie **MODE** ein weiteres Mal um die gewählte Datei zu löschen. **HINWEIS:** Einmal gelöscht lassen sich gelöschte Einheiten nicht wieder herstellen.



DE

FAQs – Häufig gestellte Fragen

F Wie funktioniert der PoolMate?

A Der Pool-Mate beinhaltet hochmoderne Bewegungssensoren die die Bewegungen Ihres Armes erfassen. Unsere einzigartigen Software Algorithmen und digitalen Signalverarbeitungstechniken analysieren die Daten und berechnen daraus automatisch Informationen wie Längen, Armzüge, Distanz, Geschwindigkeit und Kalorieninformationen.

F Muss ich nach jeder geschwommenen Länge eine Taste drücken wie bei anderen Rundenzählern?

A Nein, der PoolMate arbeitet völlig automatisch und merkt, wenn Sie eine neue Länge beginnen.

F Warum muss ich mein Körpergewicht eingeben?

A Der PoolMate berechnet daraus Ihren Kalorienverbrauch.

F Wenn ich Serien schwimme, kann der Pool Mate jede Serie aufzeichnen?

A Ja, man kann Daten jeder einzelnen Serie als auch Daten der gesamten Trainingseinheit abrufen.

F Der PoolMate zählt nicht alle meine Längen

A Wenn Sie ungenaue Längenangaben bekommen, stellen Sie sicher, dass die Uhr sicher und fest am Handgelenk getragen wird. Weiters verlängern Sie die Abstoßphase nach jeder Wende. Dadurch sparen Sie Energie und Ihr PoolMate hat etwas mehr Zeit, um den Beginn einer neuen Länge zu erkennen. Manche Schwimmer erhalten genauere Ergebnisse, wenn Sie den Pool-Mate am anderen Handgelenk tragen.

F Der PoolMate funktioniert nicht, wenn ich nur Beinschlag schwimme oder technische Übungen schwimme.

A Sie müssen den PoolMate auf Pause stellen, wenn Sie nur Beinschlag oder technische Übungen schwimmen.

F Kann ich den Pool-Mate am rechten Arm tragen?

A Ja, der PoolMate funktioniert an jedem Handgelenk, ändern Sie dafür die Einstellungen im SETUP Menü.

DE

F Der PoolMate liefert eigenartige Ergebnisse, wenn ich während einer Länge den Schwimmstil ändere.

A Der PoolMate wurde nicht entwickelt, um Änderungen des Schwimmstils während einer Länge zu erkennen. Sie können den Schwimmstil nach jeder Länge ändern. Eine Unterbrechung der Armzüge während einer Länge kann ebenfalls ungenaue Längenangaben bewirken.

F Was misst der Effektivitäts-Index?

A Der Effektivitäts-Index basiert auf der Theorie der Swim-Golf Methode, von der Sie vielleicht schon gehört haben. Dabei geht es um das Verhältnis der Anzahl der Armzüge und der benötigten Schwimmzeit für 25 Meter. Versuchen Sie den Wert zu verringern, Ihre Effizienz zu erhöhen und Ihre Schwimmleistung zu verbessern.

F In welchen Einheiten wird die Geschwindigkeit angezeigt?

A Wir haben herausgefunden, dass die Zeit für 100m am aussagekräftigsten für die Schwimmgeschwindigkeit ist, verglichen mit Metern pro Sekunde oder Meilen pro Stunde. Die angezeigte Geschwindigkeit bezieht sich daher auf die Durchschnittsgeschwindigkeit in Sekunden für 100m.

F Funktioniert der PoolMate bei einer Rollwende?

A Ja, der Pool-Mate funktioniert sowohl mit Rollwende, als auch bei normalem Abstoßen von der Wand.

F Wie genau ist der PoolMate?

A Die Uhr wurde von einer großen Anzahl an Schwimmen über einen Zeitraum von 18 Monaten getestet. Sie erreichte eine Genauigkeit von 99.75% in einer Versuchsreihe von tausenden geschwommenen Längen zahlreicher Schwimmer mit Zeiten von 22 bis 40 Minuten für 1500m. Es gibt keine Garantie für die Genauigkeit bei einzelnen Schwimmern, da Armzüge oder Fähigkeiten von der Norm abweichen können.

F Funktioniert die Uhr in allen Schwimmbecken?

A Die Uhr funktioniert in Schwimmbecken mit einer Mindestlänge von 10m. Sie müssen lediglich die Einstellung der Beckenlänge von den voreingestellten 25m auf die tatsächliche Länge einstellen. Beachten Sie, dass die Uhr einige Armzüge braucht um zu reagieren. In einem kleinen Becken erreichen Sie möglicherweise die Wende, bevor die Uhr registriert hat, dass Sie schwimmen. In diesem Fall empfehlen wir Ihnen den Wechsel in ein größeres Pool.

Weitere Infos unter:

www.pool-mate.com

Pflege und Wartung

Der PoolMate ist bis 50m wasserdicht, die Tasten sind nicht zum Drücken unter Wasser geeignet. Stellen Sie sicher, dass der PoolMate außerhalb des Wassers ist, bevor sie eine Taste drücken. Verwenden Sie den Pool-Mate nicht, wenn das Display beschlagen ist oder Wassertröpfchen im Inneren der Uhr sichtbar sind. Versuchen Sie nicht den PoolMate selbst auseinander zunehmen und instand zu setzen.

Schützen Sie Ihren PoolMate immer vor Stößen, harten und scharfen Gegenständen, extremer Hitze und langer direkter Sonneneinstrahlung.

Lagern Sie Ihren PoolMate an einem sauberen, trockenen Ort bei Zimmertemperatur. Vermeiden Sie feuchte Umgebung wie z.B. Sporttaschen.

Setzen Sie ihn nicht starken Chemikalien und Reinigungsmitteln aus, da diese Dichtungen, Gehäuse und Oberfläche beschädigen können.

Reinigen Sie Ihren PoolMate mit einem feuchten Tuch und wenn nötig mit etwas milder Seife.

Gewährleistung

Für die Genauigkeit der Uhr und Richtigkeit der angezeigten Anzahl von Bahnen und Armzüge bei allen Schwimmern kann keine Garantie übernommen werden.

Sollten herstellungsbedingte Mängel vorliegen, repariert oder ersetzt Swimovate Ltd den Pool-Mate kostenlos innerhalb 12 Monaten ab Kaufdatum (Kaufnachweis erforderlich).

Diese Gewährleistung gilt nur für den Erstkäufer bei sachgemässer Benutzung und deckt Material- oder Produktionsfehler ab.

Sie gilt nicht für Batterien, bei Unfällen, unsachgemäßem Gebrauch, Gewalteinwirkung und eigenmächtigem Öffnen des Pool-Mates bzw. Batterietausch.

Wir ist in keinem Fall haftbar für Schäden welche durch den Gebrauch oder Ausfall des Pool-Mates entstehen.wir werden übernimmt keine Haftung für Verluste oder Ansprüche Dritter welche durch den Gebrauch des Pool-Mates entstehen.

Ein Garantiefall muss immer per E-Mail an support@mypoolmate.com (oder telefonisch unter +44 (0)1784 481562) eine Rücksendenummer eingeholt werden, bevor der Pool-Mate eingeschickt werden kann. Pakete ohne Rücksendenummer werden nicht angenommen.

Wechseln der Batterie Die Batterie (CR2032) des Pool-Mate hat eine erwartete Lebensdauer von mehr als 12 Monaten. Je länger Ihre Schwimmeinheiten pro Woche sind, desto kürzer wird die Lebensdauer der Batterie sein. Um die Wasserdichtheit und die Garantie aufrecht zu erhalten schicken Sie Ihren PoolMate an Swimovate Ltd, oder bringen Sie ihn zu einem qualifizierten Uhrmacher, um die Batterie zu tauschen – versuchen Sie nicht, die Batterie selbst zu tauschen.

Zertifikat

Der Pool-Mate trägt das CE Zeichen und entspricht damit der EMC Direktive 89/336/EEC der Europäischen Union.

Diese Bedienungsanleitung wurde für unsere Kunden zur Erklärung der Funktionen des Pool-Mates erstellt. Sie darf ohne schriftliche Zustimmung von uns nicht reproduziert oder vervielfältigt werden.

Bei der Erstellung haben wir grösstmögliche Sorgfalt walten lassen. Dennoch können sich Inhalte jederzeit ohne vorherige Ankündigung kurzfristig ändern. Die jeweils aktuellste Version dieser Bedienungsanleitung kann jederzeit unter <http://www.pool-mate.com> heruntergeladen werden.

Patent

UK 0822084.0 | US2010204952



Der Effizienz-Level wird berechnet aus der zurückgelegten Distanz und Zeit pro Armzug. Der Index verringert sich, wenn sich die Effizienz erhöht.

weniger als 30

30-40

40-50

50-70

mehr als 70

Exzellent – Profi Schwimmer

sehr Gut

überdurchschnittlich

durchschnittlich

unterdurchschnittlich

www.swimovate.com

Contenidos

Bienvenido.....	30
Guia Rapida.....	31
Nadanda.....	32
Ajustes personales.....	33
Ajuste la Hora.....	34
Ajuste la Alarma.....	34
Aguas abiertas.....	35
Chrono.....	36
Repasaar sus sesiones.....	37
Borrar Sesion.....	38
FAQS.....	39
Cuidado y mantenimiento.....	41
Garantia.....	41
Cambio de pilas.....	42

Bienvenido al Manual de Usuario PoolMate

Desplácese a través
de las funciones del
menu superior

Mode

Presione una vez –
COMENZAR.
Mantenga presionado
durante 2 segundos –
PARAR/SALIR del
menú actual.

Start



Up

Ajusta
configuraciones y
datos a mostrar

Down

Notas importantes:

1. PoolMate detecta todos los estilos normales de brazada como Croll, Braza, Espalda y Mariposa. PoolMate debe ponerse en modo PAUSE cuando se realizan series de pies o a un solo brazo
2. El estilo de brazada sólo debe cambiarse al final de cada largo, no a medio camino porque pueden registrarse imprecisiones en el número de brazadas o largos.
3. El numero de brazadas que se muestra es el numero de brazadas realizadas con el brazo donde lleva el PoolMate. Recuerde, cuando nada Crol o Espalda esto significa la mitad de las brazadas realizadas.
4. Como la mayoría de relojes deportivos, los botones no estan diseñados para pulsaros bajo el agua. NO buceé llevando PoolMate. La presión es mucho mayor y podría entrar agua dentro del reloj.
5. PoolMate hace un cálculo aproximado de la distancia en aguas abiertas basándose en la distancia de la brazada. Es necesario calibrar la primera vez que se nada en aguas abiertas y puede repetirse con frecuencia para obtener mejores resultados.

Guia Rapida

Cuando utilice PoolMate por primera vez debe introducir el tamono de piscina, su peso y la mano donde ilevera el reloj. Los datos por defecto son 25 mt, 65kg y mano izquierda.

Desde la pantalla principal FECHA/HORA

Pulse **Mode** 4 **veces** hasta SETUP, seleccionne pulsando **Start**.

Configure el reloj en unidades métricas o imperiales como requerido, pulsando *Arriba/Abajo*.

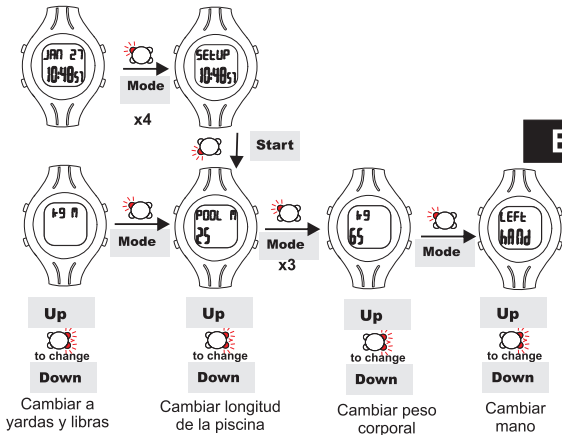
Seleccione la longitud de la piscina presionando *Arriba/Abajo* hasta que se muestre la medida correcta.

Pulse **Mode** 3 veces para introducir su peso (utilice de nuevo *Arriba/Abajo* para seleccionar el valor correcto)

Pulse **Mode** 1 vez para seleccionar mano izquierda (left) o derecha (right) pulse *Arriba* para seleccionar).

Mantenga pulsado el boton **Start** 2 segundos para volver al menu principal y pulse **Mode** para ir la pantalla FECHA/HORA.

Ahora ya esta listo para nadar!



Nadando

Pueden grabarse hasta 99 series por sesión.

Grabar Sesión Completa

Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Start** para empezar (aparecerá SWIM)

Durante o después de la sesión, presione Arriba/Abajo para visualizar Largos, Brazadas, Distancia (m), Calorías, Índice de Eficiencia y Número de Serie. Pulse Mode para mostrar Elapsed (tiempo transcurrido) desde que empezó a grabar, pulse Mode otra vez para mostrar la Hora Actual.

Mantenga pulsado 2 seg el botón **Start** para parar.

Grabar Series Individuales

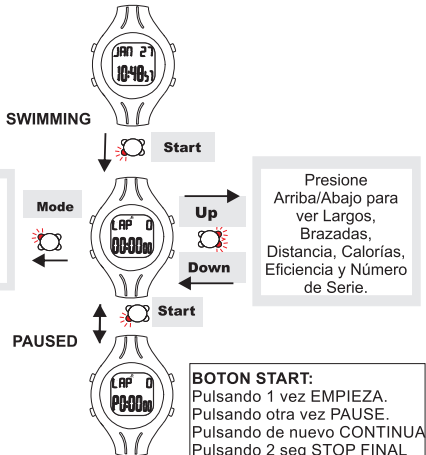
Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Start** Nade su primera serie.

Presione Start para Pausar (una P aparecerá en la esquina inferior izquierda y el tiempo de su última serie será mostrado durante 3 segundos, luego se pondrá a cero para calcular su tiempo de descanso).

Pulse Start otra vez para empezar de nuevo nade su siguiente serie. Repita tantas veces como necesite.

Mantenga pulsado 2 seg el botón **Start** para parar.

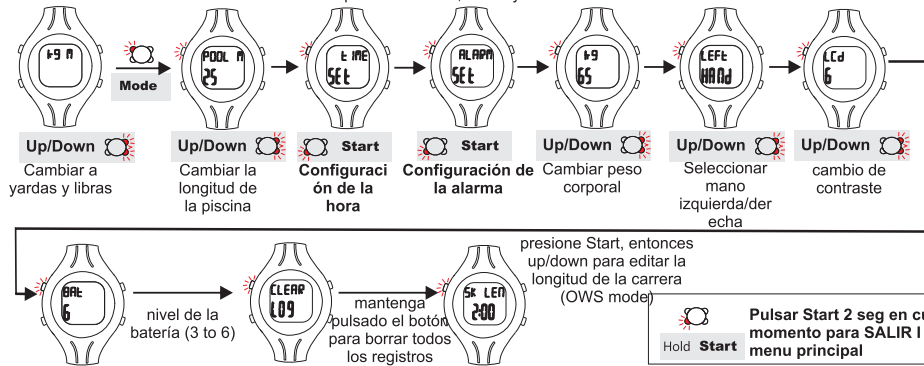
Pulse Mode para ver tiempo Transcurrido y tiempo Actual mientras nada



Ajustes personales

Desde la pantalla principal FECHA/HORA, pulse **Mode** 4 veces hasta **SETUP**. Pulse **Start**

Presione **Mode** para desplazarse por los ajustes del reloj – Seleccione sistema de unidades métrico o imperial, longitud de la piscina, Hora, Alarma, Peso, Mano Izquierda/Derecha, Reset y Nivel de Batería.



E

Ajuste la Hora

Desde TIME SET en el menu **SETUP**

Pulse **Start**

Las horas parpadearan en la pantalla del reloj, pulse *Arriba/Abajo* para cambiar el valor.. Pulse **Mode** otra vez para seleccionar Año, luego Mes, luego Día, luego 12/24horas y ajuste los valores con *Arriba/Abajo*.

Mantenga pulsado 2 seg. el boton **Start** para volver a **SETUP**. Mantenga otra vez pulsado 2 segundos el botón **Mode** para volver al Menú principal.



Hold
Start

Pulsar
Start 2
seg para
SALIR



Start

Seleccionar
Horas,
Minutos, Año,
Mes, Día,
12/24hrs



Mode

Up



Down

Ajuste la Alarma

Desde **ALARM SET** en el menu **SETUP**

Pulse **Start** - las horas parpadearan en la pantalla del reloj, pulse *Arriba/Abajo* para pantalla del reloj, pulse **Mode** para seleccionar Minutos, pulse **Mode** otra vez para ON or OFF y ajuste los valores con *Arriba/Abajo*.

Mantenga pulsado 2seg. el boton **Start** para volver a **SETUP**. Mantenga pulsado 2 segundos de nuevo el botón **Mode** para volver al menú principal.

Con la Alarma en posicion ON aperecera en la pantalla el icono de una campana sobre los segundos. La alarma sonara cada dia a la hora seleccionada durante un minuto a hasta que se pulse **Mode**



Start

seleccionar
Hora,
Minutos,
On/Off



Mode

Up



Down

Aguas abiertas (Openwater swimming)

La primera vez que se utiliza PoolMate en el modo Aguas Abiertas (OWS) es necesario realizar una calibración del nado, que debe realizarse en las condiciones normales y habituales en las que se nada en aguas abiertas. Por ejemplo si se utiliza neopreno, deberás llevarlo puesto para hacer la calibración.

Instrucciones de calibración

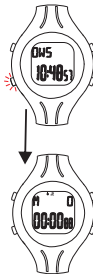
Al inicio del tramo pulsa el modo OWS, entonces pulsa START. Nada el tramo marcado una sola vez.

Mantén presionado el botón START durante 2 segundos para parar la sesión, entonces pulsa UP para recuperar la información. Pulsa UP hasta ver la distancia, no será la distancia correcta en este punto, pero no te preocupes.

Pulsa START, entonces pulsa UP o DOWN hasta fijar la distancia correcta del tramo. Pulsa el botón START unos segundos para salir. Ahora ya está calibrado para tu distancia de brazada.

En las siguientes sesiones, simplemente entra en el modo OWS, pulsa START y empieza a nadar.

PoolMate también puede utilizarse en modo de Aguas Abiertas cuando se nada en el exterior en un lago o en el mar. Realizará un cálculo aproximado de la velocidad, distancia, etc..., basándose en la distancia y número de brazadas.



El modo OWS puede utilizarse también en piscinas contra corriente.

Simplemente nada algunas vueltas en la piscina con la misma intensidad que nadarás en la piscina contra corriente y sigue las instrucciones de calibración.

(Recuerda que esto es solo una estimación y no será tan preciso como la medición de un GPS).

E

Chrono

Utilice PoolMate de esta manera en bicicleta o corriendo

PoolMate puede utilizarse tambien en modo Chrono como Cronometro hasta 99 vueltas fuera de la piscina. Desde la pantalla FECHA/HORA pulse Mode para ir a CHRONO Pulse Start.

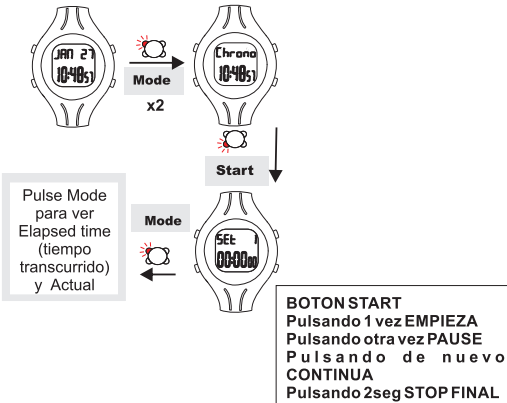
La pantalla le mostrara el Set 1

Como cuando nada, pulsando Start otra vez, se pondra en PAUSE, pulsando otra vez empezara de nu y el numero de Set aumentara.

Mantanga pulsado para PARAR.

La sesion puede verse de igual modo que una sesion de natacion- utilizando Arriba/Abajo inmediatamente despues de la sesion, o en la pantalla LOG. Los registros de Chrono son diferentes a los de natacion porque no aparecera la palabra SWIM.

NOTA: En modo Chrono el sensor de movimiento no funciona- solo se registra el Tiempo- no la Velocidad o Distancia.



Repasar sus sesiones

Ultima sesion

Después de nadar, podrá ver los datos directamente desde la pantalla FECHA/HORA simplemente pulsando Arriba/Abajo para ver los Largos, Brazadas por Largo, Distancia, Velocidad (segundos por cada 100 m o yardas), Calorías, Eficiencia y Tiempo.



PoolMate tiene una amplia memoria para guardar detalles de hasta 50 sesiones

Otras Sesiones

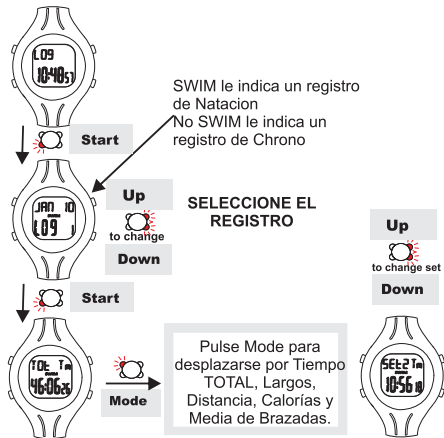
Desde la pantalla FECHA/HORA pulse Mode 3 veces para ir a LOG

Pulse *Start* para entrar. Pulse *Arriba/Abajo* para desplazarse por las sesiones guardadas. (PoolMate guarda cada sesion por numero y fecha). Pulse *Start* para ver los detalles de la sesion seleccionada.

Pulse *Mode* para desplazarse por los TOTALES de esa sesión – Tiempo Nadando (Tot Tm), Rest time (REST T), Calorías (CAL), Largos (Tot L), Distancia (Metres)

Cualquier Serie (SETS) puede verse. Desplácese por Tiempo de Serie (S1), Rest Time (S1 RST), Largos (S1 LAP), Distancia (S1 M), Número Medio de Brazadas (S1 STK), Velocidad (S1 SPD), Índice de Eficiencia (S1 EFF) con *Mode* Mantenga pulsado *Start* para salir.

NOTA: Para comparar los datos entre las series (SET), seleccione el valor a comparar con *Mode* y desplace entre las series con *Arriba/Abajo*. Se mostrara el valor de cada serie para que pueda compararlo



Borrar Sesion

Todas las sesiones se guardan automaticamente en LOG. Puede borrar las sesiones que no quiera guardar.

Seleccione la sesion que quiere borrar, pulse Mode. ERASE aparecera en la parte superior de la pantalla.

Pulse Mode, SURE (¿seguro?) aparecerá, presione otra vez Mode para eliminar la sesión seleccionada.

NOTA: una vez borrada la sesion perdera el archivo y no podra recuperario.



E

FAQs

P Como funciona PoolMate?

R PoolMate contiene sensores que detectan el movimiento de los brazos. Un software de algoritmos desarrollado por nuestros ingenieros procesa la señal de cada brazada obteniendo información de cada largo, brazada, distancia, velocidad y consumo de calorías de forma automatizada.

P Necesito pulsar algún botón al final de cada largo como en otros contadores de largos?

R No, Pool-Mate es totalmente automático y notará cuando empiece un nuevo largo sin tener que hacer nada.

P Por qué necesito introducir mi peso?

R PoolMate lo utiliza para calcular el consumo de calorías.

P Quiero entrenar por series, puede PoolMate grabar cada serie?

R Si, puedes ver todos los detalles de cada serie y también los de todo el entrenamiento.

P Funciona PoolMate realizando virajes?

R Si, PoolMate funciona con virajes o cuando se toca la pared.

P Pool-Mate no actualiza mis largos cuando realizo series de pies o a un solo brazo

R Debes poner PoolMate en modo "Pause" cuando realices series de pies o a un solo brazo.

P Puedo llevar PoolMate en mi muñeca derecha?

R Si, PoolMate funcionara en ambas muñecas simplemente debes indicarlo en el menú SETUP.

P PoolMate me da resultados extraños cuando cambio mi brazada en medio de un largo?

R Pool-Mate no se ha diseñado para reconocer cambios de brazada en una parte de cada largo. Si va a cambiar su estilo de brazada, debe hacerlo cuando empiece cada largo. Si se interrumpe la brazada en medio de un largo puede ocasionar cuenta inexacta de largos.

E

P Qué mide el Índice de Eficiencia?

R El Índice de Eficiencia se basa en el reconocido método del Swim-Golf que puede serle familiar.

.. Concéntrese en reducir su número de brazadas para aumentar la eficiencia y mejorará su natación.

P PoolMate no ha contado todos mis largos.

R) Si obtiene resultados inexactos, asegúrese que el reloj esté bien sujeto a la... Esto le ahorra energía, mejora su eficiencia y da a PoolMate un poco más de tiempo para registrar el cambio de largos. Algunos nadadores pueden encontrar mejores resultados llevando PoolMate en la otra muñeca.

P Como de exacto es PoolMate?

R El reloj se ha probado en una gran variedad de nadadores durante un periodo de 18 meses anterior a su lanzamiento. Tenemos un porcentaje de acierto de 99.75% entre todos recibidos durante cientos de km de muchos nadadores con un rango de 1500m entre 22 a 40 minutos. No se da ninguna garantía en aquellos nadadores con brazadas diferentes a lo habitual y la precisión puede variar con usuarios cuyas brazadas o habilidades difieran de lo normal.

P Funciona el reloj en todas las piscinas?

R PoolMate funciona en piscinas a partir de 15 metros de longitud. Sólo necesita ajustar la longitud de la piscina antes de su uso. Para reconocer que usted está nadando, el reloj necesita detectar varias brazadas. Si se usa una piscina pequeña, usted podría alcanzar el final antes de que ocurra esto. Si esto ocurriese, le recomendamos intente una piscina mayor.

P En qué unidades se mide la velocidad?

R La Velocidad mostrada es el tiempo medio en segundos cada 100 metros, si se ha configurado en sistema métrico , o yardas si se ha configurado en sistema imperial.

) El Índice de Eficiencia se calcula a partir de la distancia recorrida por brazada y el tiempo por brazada. Este índice disminuye cuando su eficiencia aumenta.

menos de 30	Excelente -Atleta profesional
30-40	Muy Bien
40-50	Por encima de la media
50-70	En la media
Mas de 70	Por debajo de la media

Cuidado y mantenimiento

PoolMate es resistente al agua hasta 50m, sin embargo los botones no han sido diseñados para utilizarse bajo el agua. Debe asegurarse que PoolMate está fuera del agua antes de pulsar los botones. No buceé usando el reloj.

No debería utilizar PoolMate si se empaña o aparecen gotas de agua en su interior. Nunca trate de desmontar o arreglar el reloj PoolMate usted mismo.

Proteja siempre su PoolMate de golpes, objetos punzantes, temperaturas extremas y largas exposiciones directas a los rayos del sol.

Si no lo utiliza, guarde su PoolMate en un lugar limpio, seco y alejado de cambios bruscos de temperatura. No guardarlo en un ambiente húmedo como una mochila deportiva.

No exponga a productos químicos y de limpieza que puedan dañar las juntas de PoolMate.

Si necesita limpiar su PoolMate, hágalo con un paño suave y húmedo. Si fuera necesario puede utilizar jabón neutro.

Garantía

No se garantiza la exactitud del reloj ni el número de vueltas y brazadas realizadas por nadadores con brazadas fuera de lo habitual. Si este producto fallara debido a materiales defectuosos, PoolMate reparará o sustituirá sin cargo alguno durante un período de doce meses desde la fecha de compra (factura de compra necesaria). Esta garantía sólo se aplicará al comprador original y cubre las averías por material o funciones defectuosas ocurridas durante un uso normal.

No cubre las pilas, el reemplazo de las pilas, daños o fallos causados por negligencia, accidente, mal uso o alteraciones o modificaciones del producto, o cualquier fallo causado por el uso del producto fuera de las especificaciones publicadas. PoolMate en ningún caso será responsable de las consecuencias de la habilidad o inhabilidad para utilizar el producto. No asumimos ninguna responsabilidad por la pérdida o daños a terceros que puedan surgir por el empleo de este producto.

Si una reclamación bajo garantía parece ser necesaria, mande un correo electrónico a support@mypoolmate.com (o llame al tño +44 (0) 1784 481562) para obtener un número de devolución antes de enviar su PoolMate. Paquetes no serán aceptados sin un número de devolución.

Cambio de pilas

Las pilas PoolMate (CR2032) tienen una duracion estimada de 12 meses. Cuanto mas horas dedique a nadar por semana menos le duraran las pilas. Para mantener la resistencia al agua y la validez de la garantia, Pool-Mate debe ser devuelto a Swimovate Ltd para su cambio de pilas o llevado a un relojero cualificado – no intente cambiarlas usted mismo.

Certificacion

PoolMate dispone de los certificados CE y FCC.

La marca CE se utiliza para senalar la conformidad con la directiva de La Union Europea EMC 89/336/EEC.El PoolMate ha sido probado cumpliendo con los límites correspondientes a un dispositivo digital clase B, según parte 15 de las normas FCC. Estos límites son diseñados para proveer protección razonable frente a interferencias dañinas en una instalación residencial.

Patent

UK number 0822084.0 | USA number Us2010204952

Este Manual de Usuario y su contenido son unicamente para el empleo de nuestros clientes para obtener el conocimiento en cuanto a la utilizacion de PoolMate. El contenido no sera revalado o reproducido sin el consentimiento previo escrito de PoolMate. Este manual se he elaborado con sumo cuidado para asegurar la exctitud de la documentacion pero el contenido esta sujeto a cambios sin previo aviso. La ultima version de esta documentacion se puede descargar en www.pool-mate.com

Copyright © 2015

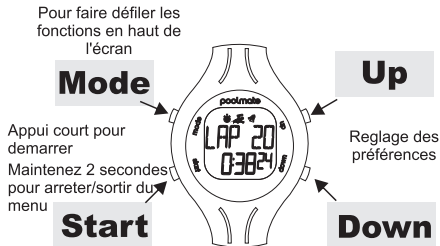
www.swimovate.com



Contenu

Bienvenue.....	44
Demarrage rapide.....	45
Nager.....	46
Regler les preferences.....	47
Regler l'heure	48
Regler l'alarme.....	48
Nage en eau libre	49
Chrono.....	50
Bilan de vos seances.....	51
La suppression.....	52
FAQS.....	53
Entretien.....	55
Garantie.....	55
Remplacer la pile.....	55

Mode d'emploi PoolMate



Important:

1. PoolMate détecte les mouvements réguliers conformes aux styles suivants : Crawl, brasse, dos, papillon. Le mode PAUSE doit être actionné en cas de mouvements décomposés ou de battements de jambes uniquement.
2. Si vous devez changer de style, faites le à la fin d'une longueur et pas en cours de longueur. Sinon des données erronées pourraient être enregistrées.
3. Le nombre de mouvements enregistré est celui du bras auquel vous portez la montre PoolMate. Souvenez-vous qu'en Crawl et en Dos, c'est la moitié du nombre total de mouvements.
4. Comme c'est le cas pour la plupart des compteurs, les boutons de votre PoolMate ne sont pas conçus pour être maniés sous l'eau. Assurez-vous donc que la montre Pool-Mate est en dehors de l'eau avant de les manipuler. Ne pas plonger avec la montre. L'eau pourrait s'y infiltrer à cause de la pression.
5. La Poolmate estime la distance parcourue en eau libre en se basant sur la longueur parcourue par coup de bras. Une calibration est nécessaire lors de la première séance en eau libre qui devra être répétée régulièrement afin d'obtenir les meilleurs résultats.

Démarrage rapide

Avant la première utilisation de Pool-Mate en piscine, vous devez entrer votre poids et le côté auquel vous porterez la montre. En mode par défaut, Pool-Mate est réglé sur 25m, 65kg et main gauche.

Depuis l'écran principal affichant l'heure

Appuyez sur la touche Mode 4 fois pour arriver à SETUP, sélectionnez en appuyant sur Start.

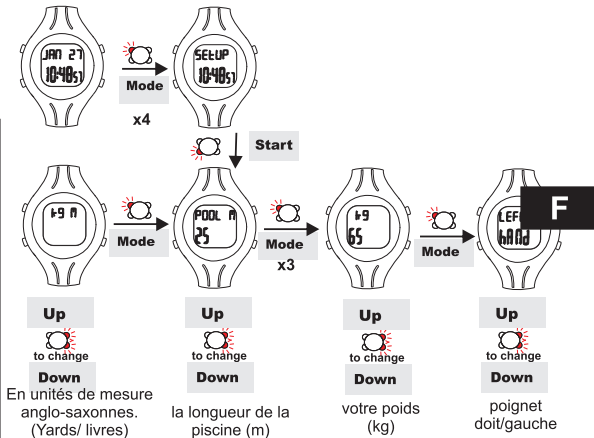
Vous pouvez changer d'unité de mesure en passant du système métrique au système anglo-saxon. Appuyez alors sur haut/Bas

Réglez la longueur de la piscine en appuyant sur Haut (up)/Bas(down) jusqu'à ce que la donnée adéquate apparaisse.

Appuyez sur la touche Mode 3 fois pour régler votre poids (en kg) - Utiliser à nouveau Haut/Bas pour sélectionner la donnée adéquate.

Appuyez à nouveau sur la touche Mode pour régler le côté auquel vous portez la montre Pool-Mate -Appuyez sur Haut (up) pour sélectionner la donnée adéquate.

Maintenez la touche Start 2 secondes pour retourner au menu principal et Mode pour retourner à l'écran affichant l'heure



Nager

Jusqu'à 99 sets par séance peuvent être enregistrés

Enregistrer une session

Depuis l'écran principal affichant l'heure, appuyez sur **Start** pour démarrer (l'icône **SWIM** apparaît). Pendant ou après la session, appuyez sur haut (up) et bas (down) pour voir les données suivantes : nombre de longueurs, nombre de mouvements, Distance(m), Calories, indice d'efficacité et numéro du set.

Appuyez sur la touche **Mode** pour voir le temps écoulé depuis le début de l'enregistrement. Appuyez une nouvelle fois pour voir l'heure.

Maintenez la touche Start 2 secondes pour arrêter

Enregistrer un set

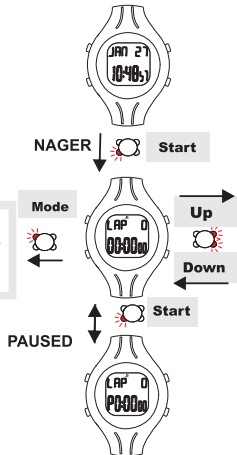
Depuis l'écran principal affichant l'heure, appuyez sur **Start** – nagez votre premier set

Appuyez à nouveau sur la touche **Start** pour mettre la montre sur Pause (la lettre **P** et le temps sera ré-initialisé afin que vous puissiez connaître votre temps de repos)

Appuyez sur la touche **Start** et effectuez le set suivant. Répétez autant que nécessaire.

Maintenez la touche Start 2 secondes pour arrêter

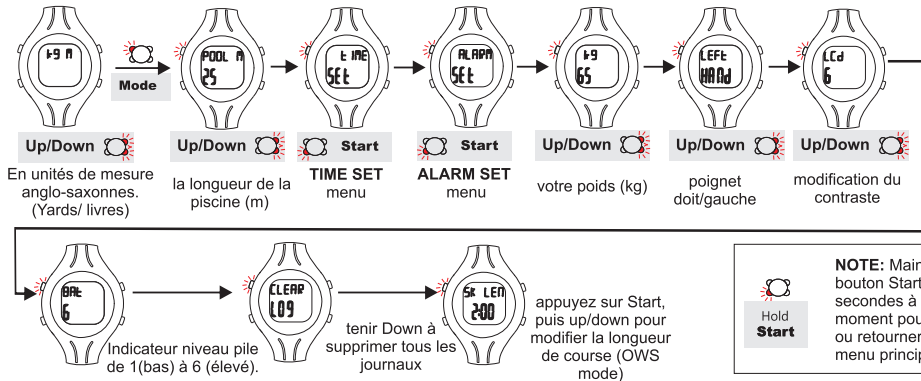
Utilisez **Mode** pour voir le temps écoulé et le temps effectivement nagé



Appuyez sur Haut (up) / Bas (down) Pour accéder aux données suivantes : nombre de longueurs, nombre de mouvements, distance, calories, efficacité, numéro du set

Régler les préférences

Depuis l'écran principal affichant l'heure, appuyez 4 fois sur Mode pour afficher les préférences (SETUP). Appuyez sur Start



F

Régler l'heure

Depuis **TIME SET** dans le menu **SET UP**

Appuyez sur la touche **Start** – Les heures clignotent, appuyez sur **Haut** (up) et **Bas** (down) pour régler les heures. Appuyez sur **Mode** pour afficher les minutes et régler les (à l'aide des boutons **Haut** et **Bas**). Appuyez à nouveau sur **Mode** pour afficher Année, mois, date, heure (sur 12 ou 24 heures).

Maintenez la touche **Start** 2 secondes pour retourner sur **SETUP**.
Maintenez la touche **Start** 2 secondes pour retourner au menu principal.



Hold
Start

Maintenez la
touche 2
secondes pour
sortir



Start



Up



to change

Down

Sélectionner
les Heures,
Minutes, Date,
Mois, 12/24hr



Mode

Régler l'alarme

Depuis le menu **SET UP**, allez dans **ALARM SET** et appuyez sur **Start** - les heures clignotent, appuyez sur **Haut** (up) et **Bas** (down) pour modifier la valeur. Appuyez sur **Mode** pour régler les minutes, puis encore sur **MODE** et sélectionner « on » ou « off ».

Appuyez 2 secondes sur **start** pour revenir au menu **SETUP**.
Appuyez à nouveau sur **start** pour revenir au menu principal.

Régler l'alarme sur **ON** active l'icône « alarme », au-dessus des secondes sur l'écran.

L'alarme retentira chaque jour à heure fixe pendant une minute ou jusqu'à ce que vous appuyiez sur **Mode**.



Start

sélectionner
les Heures,
Minutes,
on/off



Up



to change

Down



Mode

Nage en eau libre (Openwater swimming)

La Poolmate 2 peut également être utilisée en mode « OWS » (Open Water Set) lorsque vous nagez en eau libre dans un lac ou en mer. Lorsque cette option est activée, la montre va estimer la vitesse, la distance, etc en se basant sur la longueur parcourue par coup de bras et le nombre de coups de bras.

Avant d'utiliser cette fonction pour la première fois, vous devez effectuer une calibration sous la forme d'une distance connue à parcourir dans les mêmes conditions que celles de vos séances en eau libre, c'est-à-dire avec la même intensité, avec une combinaison si vous en portez une habituellement,...

La distance à parcourir n'est pas imposée, il est juste nécessaire de connaître sa valeur. N'hésitez pas à demander à votre moniteur ou entraîneur afin d'obtenir cette valeur.

Instructions pour la calibration

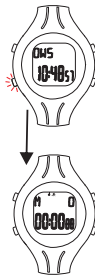
Au départ de la séance de calibration, appuyer sur « mode » jusqu'à affichage de « OWS », ensuite appuyer sur « Start ».

Puis, parcourir la distance en question.

A l'arrivée, appuyer sur « start » pendant 2 secondes afin d'arrêter la mesure, puis sur « Up » afin d'afficher les données de la séance. Appuyer ensuite sur « Up » jusqu'à afficher la distance parcourue. Cette dernière n'est probablement pas correcte ce qui est normal à ce stade.

Appuyer sur « start », puis « up » ou « down » afin de corriger la distance mesurée pour la remplacer par la distance réelle. Pour valider la calibration, appuyer sur « Start » pendant 3 ou 4 secondes. Votre Poolmate 2 est maintenant calibrée pour vous.

Pour les séances suivantes de nage en eau libre, il vous suffit de rentrer dans le mode « OWS » en appuyant plusieurs fois sur « mode », puis de démarrer la séance en appuyant sur « start » et de nager !



Le mode OWS peut également être utilisé pour l'estimation de la distance parcourue dans une piscine "sans fin". Dans ce cas, effectuer la calibration dans une piscine traditionnelle ou en eau libre avec la même intensité que dans votre piscine sans fin.

(Il est important de noter que la distance indiquée par la Poolmate 2 lors de vos séances en eau libre est une estimation dont la précision est moindre que celle d'un GPS placé sur un kayak ou un bateau d'accompagnement)

F

Chrono

Utilisez de Pool-Mate pour vos séances à vélo ou de course à pied.

Pool-Mate peut aussi être utilisé en tant que Chrono en dehors de l'eau - compteur jusqu'à 99 tours.

Depuis l'écran principal affichant l'heure, appuyez sur Mode pour aller sur CHRONO

Appuyez sur Start. Set 1" apparaît

Appuyez à nouveau sur Start pour mettre en PAUSE.

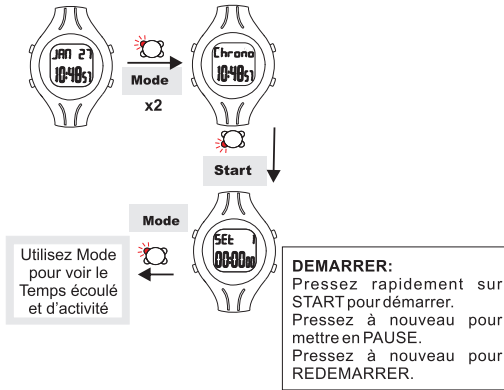
Pressez à nouveau pour REDEMARRER et vous passez au set suivant.

Pression longue pour ARRETER.

La séance peut être visualisée exactement comme les séances de natation – Appuyez sur Haut (up)/ Bas (down) après votre séance ou depuis l'interface LOG.

Pour différencier les fichiers « Chrono » des fichiers « natation », sachez que pour le mode « natation » l'icône SWIM apparaît. Ce n'est pas le cas pour le mode « Chrono »

NOTE: En mode Chrono, le capteur de mouvements ne fonctionne pas. Seul le facteur « temps » est enregistré



Bilan de vos séances

Pool-Mate contient une large mémoire qui peut enregistrer jusqu'à 50 séances.

Séance précédente

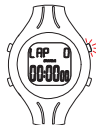
Les données peuvent être consultées après votre séance directement à partir de l'écran Heure en utilisant simplement les boutons Haut / Bas pour faire défiler le nombre de longueurs, le nombre de mouvements moyens par longueur, distance (mètres), Vitesse (en secondes pour 100 m), Calories, efficacité et temps.

Autres séances

Depuis l'écran principal affichant l'heure,

appuyez 3 fois sur la touche Mode pour aller dans LOG
Appuyez sur la touche Start . Faites défiler les sessions enregistrées en pressant sur les boutons Haut (up) /Bas(down) (PoolMate garde en mémoire chaque session par numéro et date).
Appuyez sur la touche Start pour accéder aux détails.

Appuyez sur Mode pour faire défiler les données TOTALES d'une séance— Temps nagé, Rest time, Longueurs effectuées, Distance, Calories et nombre de mouvements.



N'importe quel set d'une séance peut être affiché. Faire défiler : durée du SET, Longueurs, Distance, mouvements, Vitesse, Indice d'efficacité avec Mode.

Maintenez la touche Start pour sortir

NOTE: Pour voir une valeur particulière (temps, vitesse ect), sélectionnez la valeur (ex : temps) avec le bouton Mode et faites défiler les sets à l'aide des boutons Haut (Up)/Bas (Dow). Chaque valeur sera alors indiquée par set, afin que vous puissiez les comparer.



L'icône SWIM indique que vous Pool-Mate est en mode "natation"
Pas d'icône SWIM, Pool-Mate est en mode chrono



Up



Down

Sélectionnez LOG



Start



Mode

Appuyez sur Mode pour faire défiler les données TOTALES / séance : Durée, longueur, Distance, Calories et nombre moyen de mouvements.

Up



to change set

Down



La suppression de fichiers

Toutes les séances sont automatiquement enregistrées dans LOG mais vous pouvez, à tout moment, en supprimer.

Sélectionnez le fichier que vous souhaitez supprimer et appuyez sur Mode. Le message ERASE se met à clignoter. Appuyez à nouveau sur Mode pour supprimer le fichier.

Attention : Tout fichier supprimé l'est définitivement.



Mode



Mode



Mode

to delete

F

FAQs

Q Comment fonctionne PoolMate?

R PoolMate contient des capteurs qui détectent le mouvement de votre bras. Notre logiciel analyse les données et extrait automatiquement les informations concernant les longueurs effectuées, le nombre de mouvements, la distance parcourue, la vitesse et les calories dépensées.

Q Ai-je besoin de presser un bouton au bout de chaque longueur, comme avec les autres compteurs ?

R Non, avec PoolMate, vous n'avez pas besoin d'appuyer sur un bouton à la fin de la longueur. Tout est automatique. PoolMate détecte chaque nouvelle longueur sans que vous n'ayez rien à faire.

Q Pourquoi dois-je entrer mon poids?

R Grâce à cette donnée, PoolMate peut calculer les calories que vous dépensez

Q Je veux nager par sets, PoolMate peut-il enregistrer chaque set?

R Oui, vous pouvez retrouver les détails de chaque set ainsi que les détails d'une séance complète.

Q PoolMate ne détecte pas toutes mes longueurs

R Si vous vous apercevez de résultats inexacts concernant vos longueurs, assurez-vous que la montre n'est pas lâche au poignet. Essayez également, au début de chaque longueur, de glisser davantage. Vous perdrez alors moins d'énergie et donnerez plus de temps à votre PoolMate pour détecter la nouvelle longueur. Certains pourront obtenir des données plus justes en changeant la montre de poignet.

Q PoolMate ne fonctionne pas quand je décompose un mouvement ou ne fais que des battements de jambes

R PoolMate a été conçu pour détecter vos mouvements de bras conformes aux styles suivants : Crawl, brasse, dos, papillon. Dans les autres cas, mettez votre Pool-Mate sur Pause

Q Puis-je porter la montre PoolMate au poignet droit?

R Oui, il est tout à fait possible de porter la montre PoolMate au poignet droit. Il vous suffit d'entrer vos préférences dans le menu (setting)

F

Q PoolMate affiche des résultats erronés quand je change de style en cours de longueur

R PoolMate n'a pas été conçu pour reconnaître les changements de style en cours de longueur. Si vous décidez de changer de style, faites-le au moment de débiter une nouvelle longueur. Si une hésitation ou une interruption de mouvement se produit au cours d'une longueur, cela peut également engendrer des résultats erronés.

Q Que mesure l'indice d'efficacité ?

R L'indice d'efficacité, c'est le nombre de mouvements, plus le temps écoulé pour nager 25 m. Concentrez-vous sur la réduction de ce chiffre pour améliorer votre efficacité.

Q En quelle unité la vitesse est-elle mesurée?

R Nous avons constaté que le laps de temps pour parcourir 100 m est une donnée plus significative concernant votre vitesse que les mètres/seconde ou km/heure vu que les nageurs ont l'habitude de se fier à l'horloge de la piscine pour connaître leur vitesse. La donnée « vitesse » (speed) correspond donc à la distance moyenne parcourue /100m.

Q PoolMate fonctionne t-il en cas de virage-culbute?

R Oui, Pool-Mate fonctionne en cas de virage-culbute mais aussi si, tout simplement, vous ne faites que toucher le mur.

Q Quelle est la précision de PoolMate?

R La montre PoolMate a été testée sur une grande variété de nageurs et sur une période de plus 18 mois avant sa mise en vente. L'exactitude des résultats a été établie dans 99,75% des cas sur des milliers de longueurs parcourues - étude basée sur des 1500m effectués entre 22 et 40 minutes. Aucune garantie de précision ne peut être assurée pour chaque individu et les taux peuvent différer avec les utilisateurs dont les mouvements ou les capacités s'écartent de la norme.

Q PoolMate fonctionne-t-il dans toutes les piscines?

R La montre PoolMate fonctionne dans des bassins de plus de 10 mètres de long. Il suffit de régler la longueur de la piscine dans le menu « setting ». Par défaut, la montre indique 25m. PoolMate détecte que vous nagez après quelques mouvements. C'est pourquoi, si vous nagez dans un bassin trop court, Pool-Mate n'a pas le temps de détecter les mouvements avant que vous ne terminiez votre longueur.

www.pool-mate.com

Entretien

PoolMate est étanche jusqu'à 50 mètres, mais les boutons ne sont pas conçus pour être manipulés sous l'eau. Assurez-vous que PoolMate est hors de l'eau avant d'appuyer sur un bouton. PoolMate ne devrait pas être utilisé si des gouttelettes ou de la buée apparaissent à l'intérieur de la montre. Ne tentez jamais de démonter la montre ou d'effectuer l'entretien de votre PoolMate vous-même.

Protégez toujours votre PoolMate contre les chocs, les objets pointus et tranchants, les chaleurs extrêmes ou l'exposition prolongée et directe aux rayons du soleil.

Lorsque vous ne l'utilisez pas, stockez votre PoolMate dans un environnement propre et sec, à température ambiante. Ne le rangez pas dans un espace humide, comme un sac de sport. Ne pas exposer à des produits chimiques ou de nettoyage qui risqueraient d'endommager votre PoolMate.

Si votre pool-Mate est sale, essuyez-le avec un chiffon doux et humide. Un savon doux peut être utilisé si nécessaire.

Remplacer la pile

La pile (CR2032) a un temps de vie estimé à plus de 24 mois. Plus vous utiliserez PoolMate, plus la durée de vie de la pile se réduira. La montre devra être renvoyée à Swimovate Ltd pour tout remplacement de pile ou être confiée à un professionnel. Ne pas changer la pile vous-même

Garantie

Aucune garantie n'est apportée quant à l'exactitude de la montre ou de la capacité de son compteur avec des nageurs particuliers ou des mouvements particuliers. Si ce produit présente des défauts matériels ou de fabrication, PoolMate s'engage à le réparer ou le remplacer gratuitement sur une période de douze mois après la date d'achat (preuve d'achat requise). Cette garantie n'est offerte qu'à l'acheteur d'origine et couvre les dysfonctionnements, les défauts matériels ou de fabrication qui se produiraient lors d'une utilisation normale. Elle ne couvre pas la pile, le changement de pile, les dommages ou pannes résultant de négligence, accident, mauvaise utilisation, mauvaise manipulation, altération ou modification du produit ou toute défaillance provoquée par le fonctionnement du produit en dehors du champ d'application de son cahier des charges.

PoolMate ne saurait en aucun cas être tenu responsable des dommages co-latéraux ou indirects résultant de l'utilisation ou de l'impossibilité d'utiliser le produit. PoolMate n'assume aucune responsabilité pour pertes ou réclamations formées par des tiers. Si une réclamation sous garantie semble être nécessaire, contactez PoolMate par email à support@mypoolmate.com (ou par téléphone au +44 (0) 1784 481562) afin d'obtenir un numéro de retour avant de retourner votre PoolMate. Aucun retour ne sera pas accepté sans numéro de retour.

L'indice d'efficacité est calculé à partir de la distance/mouvement et du temps/mouvement. Plus l'indice est faible, plus vous êtes efficace

Moins de 30	Excellent – Sportif professionnel
30-40	Très bien
40-50	Au dessus de la moyenne
50-70	Dans la moyenne
Plus de 70	En dessous de la moyenne

Certification

La montre PoolMate est certifiée CE. Le sigle CE est utilisé par conformité avec la directive de l'Union Européenne CEM 89/33/CEE.

La montre a également passé avec succès les tests de la FCC (Federation of Crafts and Commerce - Federation de l'artisanat et du Commerce) conformément à l'article 15 de la FCC pour les équipements numériques de classe B.

Patent

The PoolMate is protected by Patents
UK number 0822084.0 | USA number Us2010204952

Ce mode d'emploi et son contenu sont destinés uniquement à l'usage de nos clients concernant le fonctionnement de Pool-Mate. Ce contenu ne peut pas être reproduit sans l'accord préalable écrit de PoolMate. Un grand soin a été pris pour s'assurer de l'exactitude de cette documentation, mais son contenu est sujet à changement à tout moment sans préavis. La dernière version de cette documentation peut être téléchargée sur www.pool-mate.com

Copyright © 2015

www.swimovate.com



Guia Rápida

Ao utilizá-lo pela primeira vez, é necessário ajustar o sistema de medidas, o tamanho da piscina, o seu peso e o braço em que ele ficará. As configurações padrão são 25m, 65KG e braço esquerdo, respectivamente.

A partir da tela principal de horas (CLOCK):

1. Pressione o botão **Mode** 4 vezes para exibir o menu **SETUP** e selecione-o pressionando **Start**;
2. Se necessário, altere o sistema de medidas de métrico para imperial apertando **Up/Down**. Em seguida pressione **Mode** 3 vezes;
3. Ajuste o tamanho da piscina pressionando **Up/Down**. Pressione novamente **Mode**;
4. Ajuste o seu peso pressionando **Up/Down**. Pressione novamente **Mode**;
5. Ajuste o braço em que o Pool-Mate ficará, pressionando **Up/Down**. Pressione novamente **Mode**;
6. Por fim, segure o botão **Start** por 2 segundos para retornar ao menu principal e **Mode** para retornar à tela de horas.

Pronto, você agora já pode nadar!

