

MANUEL UTILISATEUR

CHRO108
CHRONOMÈTRE
PROFESSIONNEL



TREMBLAY®
tremblay-sa.com

INTRODUCTION

Ce chronomètre est un outil simple d'utilisation destiné aux mesures de temps dans diverses activités. Pour une bonne compréhension du fonctionnement de ce chronomètre, veuillez lire attentivement ce manuel et le conserver en cas de consultations ultérieures.

- Mode DATE/HEURE : heure (affichage 12 / 24h), date, calendrier.
- Mode ALARME : 2 alarmes, carillon.
- Mode CHRONOMÈTRE : précision 1/1000 sec. pour les 10 premières heures, mesure du temps au tour / temps intermédiaire.
- Fonction DONNÉES : les temps au tour et temps intermédiaire sont mémorisés (de 30 à 100 temps selon modèle). Ils peuvent être affichés ultérieurement, avec le temps le plus rapide, le plus long et la moyenne.
- Mode COMPTE-A-REBOURS.
- Mode MINUTERIE D'INTERVALLE : temps d'activité, temps de repos, nombre de séries.
- Mode COMPTEUR : incrémentation par 1 unité.
- Mode TEMPO.

DATE/HEURE > CHRONOMETRE > COMPTE-A-REBOURS > MINUTERIE D'INTERVALLE > TEMPO > COMPTEUR > ALARME > DATE/HEURE...

CONFIGURATION



- A: MODE
- B: SPLIT / RESET
- C: START / STOP
- D: RECALL

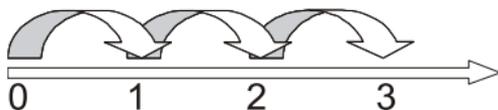
MODE DATE/HEURE

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode DATE/HEURE.
- Appuyer sur B pendant 2 sec. pour entrer dans les réglages. Le chiffre à régler clignote.
- Appuyer sur B pour sélectionner les autres valeurs :
ANNEE > MOIS > JOUR > 12/24H > HEURES >
MINUTES > SECONDES
- Appuyer sur C pour augmenter la valeur sélectionnée, et changer l'option d'affichage 12/24h.
- Appuyer sur A pour finaliser les réglages et revenir au mode DATE/HEURE.

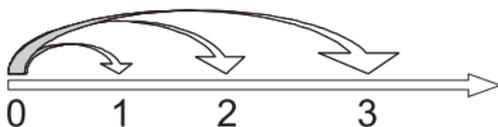
MODE CHRONOMETRE

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode CHRONOMETRE.
- Appuyer sur B pour réinitialiser le chronomètre avant utilisation.
- Appuyer sur C pour démarrer le chronomètre.
- Appuyer sur B pour enregistrer le temps au tour (1^{ère} ligne) et le temps intermédiaire (2^{ème} ligne). La 3^{ème} ligne affiche le temps total écoulé.
- Appuyer sur C pour arrêter le chronomètre, puis sur B pour le réinitialiser.

TEMPS AU TOUR : Temps nécessaire pour parcourir une section donnée de la distance totale.



TEMPS INTERMEDIAIRE : Temps nécessaire pour parcourir une distance depuis le début jusqu'à un point donné.



FONCTION DONNÉES

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode CHRONOMETRE, puis appuyer sur D pour entrer dans la fonction DONNÉES. L'écran affiche la date et l'heure de l'enregistrement pendant 2 sec., puis les données enregistrées.



MODE CHRONO.



FONCTION DONNÉES

FAST / SLOW / AVERAGE : Pour visualiser le tour le plus rapide (FAST) et le tour le plus lent (SLOW), appuyer sur B. Pour visualiser la moyenne de l'ensemble des tours (AVERAGE), appuyer sur C.



FAST



SLOW



AVERAGE

Note : Tout nouvel enregistrement écrasera les enregistrements précédents.

- Appuyer sur A pour revenir au mode CHRONOMETRE.

MODE COMPTE-À-REBOURS

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode COMPTE-À-REBOURS.
- Appuyer sur B pendant 2 sec. pour entrer dans les réglages, et sélectionner :
HEURES > MINUTES > SECONDES
- Appuyer sur C pour augmenter la valeur sélectionnée.
- Appuyer sur A pour finaliser les réglages revenir au mode COMPTE-À-REBOURS. Le temps à décompter s'affiche sur les 2^{ème} et 3^{ème} lignes.
- Appuyer sur C pour démarrer, stopper et reprendre le décompte. Appuyer sur B pour le réinitialiser.



Note : Lorsque le décompte atteint 0:00:00, un bip retentit et le C-à-R redémarre. Le nombre de décomptes écoulés s'affiche en haut à droite de l'écran.

MODE MINUTERIE D'INT.

La minuterie d'intervalle est basée sur la succession de périodes d'exercices prédéfinies (ACT) et de périodes de repos prédéfinies (REST), appelées "série" et répétées un certain nombre de fois.

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode MINUTERIE D'INTERVALLE.

- Appuyer sur B pendant 2 sec. pour entrer dans les réglages, et sélectionner :

INT ACT (exercices) : HEURES > MIN. > SEC.

INT REST (repos) : HEURES > MIN. > SEC.

INT LOOPS (nbr de séries) : QTÉ DE SÉRIES

- Appuyer sur C pour augmenter la valeur sélectionnée.

- Appuyer sur A pour finaliser les réglages et revenir au mode MINUTERIE D'INTERVALLE.

MODE MINUTERIE D'INT.

ACT

1:20"00

REST

45"00

LOOPS

5

- Appuyer successivement sur D pour visualiser les détail de la minuterie avant de commencer la session.

- Appuyer sur C pour démarrer, stopper et reprendre la session. Lorsque la période d'exercices est terminée et que la période de repos commence, un pib long retentit. 5 secondes avant la fin de la période de repos, un pib retentit chaque seconde jusqu'à la fin de la période de repos. Puis, lorsque la période de repos est terminée et que la période d'exercices commence, un bip long retentit.

- Lorsque le nombre de séries pré-réglé est écoulé, 3 bips longs retentissent. C'est la fin de la minuterie.

- Appuyer sur B pour réinitialiser la minuterie durant la session.

MODE TEMPO

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode TEMPO (pacer).
- Les chiffres en bas à droite de l'écran clignotent, il s'agit du nombre de bips par minute. Appuyer sur B pour augmenter le nombre de bips par minute (de 10 à 330 bpm).
- Appuyer C pour démarrer, stopper et reprendre le tempo. Sur la 2^{ème} ligne, le compteur affiche le nombre de bips écoulés depuis le début.
- Appuyer sur B pour réinitialiser le compteur de bpm à 0.



MODE COMPTEUR

- Appuyer sur A pour sélectionner le monde COMPTEUR.
- Appuyer sur B ou C pour incrémenter 1 unité.
- Appuyer sur D pendant 2 sec. pour réinitialiser le compteur.



MODE ALARME

- Appuyer sur A pour sélectionner le mode ALARME.
- Appuyer sur C pour visualiser l'ALARME 1, l'ALARME 2 et le CARILLON.
- Appuyer sur D pour activer / désactiver chaque alarme et le carillon.
- Appuyer sur B pendant 2 sec. pour entrer dans les réglages, et sélectionner : HEURES > MINUTES.
- Appuyer sur C pour augmenter la valeur sélectionnée.
- Appuyer sur A pour finaliser les réglages et revenir au mode ALARME.



REEMPLACEMENT DE LA PILE

Lorsque l'affichage s'estompe, remplacer la pile lithium 3V CR2032 par une pile neuve.

Attention : Conserver les piles hors de portée des enfants. En cas d'ingestion, consulter un médecin immédiatement. Les piles contiennent des substances chimiques : elles doivent être détruites de façon appropriée selon les réglementations en vigueur.

RECOMMANDATIONS

Ne pas démonter le chronomètre : cela annulerait la garantie. Protéger le chronomètre des fortes chaleurs, des chocs, des champs magnétiques, des nuisances électriques et des exposition prolongées au soleil. L'appareil peut être nettoyé avec un chiffon légèrement humide. Ne pas exposer l'appareil à des produits chimiques tels que l'essence, les solvants, l'acétone, l'alcool, etc... car ils peuvent endommager le joint de l'appareil et le boîtier. Après utilisation, stocker l'appareil dans un endroit propre et sec. Tenir hors de portée des enfants.

Article distribué par
TREMBLAY SAS
90 rue de la Farnière - ZAC d'Épinay
69400 Gleizé
France

TREMBLAY®
tremblay-sa.com

