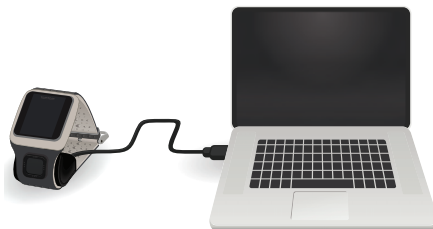


Uvod

Pred začetkom je dobro napolniti uro in prenesti informacije QuickGPSfix, s katerimi lahko ura hitro pridobi položaj GPS in najde vašo lokacijo.

1. Prenesite namizni program TomTom MySports Connect s spletnega naslova **tomtom.com/123/** in ga namestite.
2. Vstavite uro v nosilec USB in priklopite nosilec na računalnik. Sledite navodilom, ki vam jih prikaže program TomTom MySports Connect.



Vaša ura GPS TomTom



1. Premik LEVO – odpre se zaslon za sledenje dejavnosti.
2. Premik NAVZDOL – odpre se meni z nastavitvami.
3. Premik DESNO – odpre se meni z dejavnostmi.
4. Sprejemnik GPS.
5. Za vklop osvetlitve z dlanjo na kratko prekrijte zaslon.

Če želite izbrati elemente v meniju, se premaknite NAVZGOR in NAVZDOL. Če želite zapustiti meni, se premaknite LEVO. Če želite izbrati element in odpreti meni za ta element, se premaknite DESNO.

Če želite izbrati možnost v meniju, mora biti možnost poudarjena, ko zapustite meni.

Izbirni merilnik srčnega utripa (CARDIO)

V uro je lahko vgrajen merilnik srčnega utripa, ki vam pomaga učinkoviteje vaditi.

Opomba: če v uro ni vgrajen merilnik srčnega utripa, lahko za beleženje enakih informacij kupite ločen prsni trak.

Merilnik srčnega utripa bo najbolje deloval, če boste upoštevali naslednje namige:

- Uro nosite na običajen način, in sicer tako, da je številčnica na zgornjem delu zapestja, spodnja stran ure pa se dotika kože in ni nad zapestno kostjo.
- Zategnite pašček, tako da se tesno prilega zapestju, vendar ne povzroča neudobja.
- Merilnik srčnega utripa zagotavlja najnatančnejše rezultate, če ste med umerjanjem ogreti in mirujete.

Opomba: merilnik ne more meriti srčnega utripa med plavanjem.

Vaša prva dejavnost

1. Pojdite na prosto, da lahko ura pridobi položaj GPS.
2. V zaslonu ure se premaknite DESNO.
3. Sledite navodilom za merjenje srčnega utripa v mirovanju.
4. Izberite eno od dejavnosti, kot je na primer **TEK**, in se nato premaknite DESNO.

Dokler ura ne pridobi položaja GPS, je prikazano sporočilo **Počakajte**. Ko ura pridobi položaj, se prikaže sporočilo **POJDI**. Nato lahko naredite nekaj od tega:

Premik DESNO	Začnite dejavnost.
Premik NAVZDOL	Spremenite nastavitve.
Premik LEVO	Vrnite se na seznam dejavnosti.
Premik NAVZGOR	Oglejte si zgodovino dejavnosti.

5. Ura med potekom dejavnosti prikazuje informacije, kot so razdalja, čas in tempo. Če želite spremeniti prikazane informacije, uporabite gumba za premik NAVZGOR in NAVZDOL.

6. Če želite začasno ustaviti dejavnost, se premaknite LEVO in pridržite gumb. Če želite po začasni ustavitvi dejavnosti znova začeti dejavnost, se premaknite DESNO. Če želite popolnoma ustaviti dejavnost, se premaknite LEVO in znova pridržite.

Izbirna funkcija za glasbo (MUSIC)

Če ima vaša ura možnost predvajanja glasbe, se na zaslonu ure premaknite NAVZGOR, da uro združite z brezžičnimi slušalkami Bluetooth. Upoštevajte navodila na zaslonu.

Če želite predvajati glasbo, na slušalkah izberite gumb za predvajanje PLAY ali se na zaslonu ure premaknite NAVZGOR. Če želite izbrati glasbo za predvajanje, se premaknite DESNO.

Če želite spremeniti glasbo ali dodati več glasbe, uporabite program MySports Connect na spletnem naslovu tomtom.com/123.

Opomba: glasbe ne morete predvajati pod vodo!



Sledenje dejavnostim

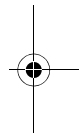
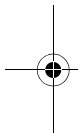
Če si želite ogledati, koliko korakov ste naredili čez dan, se na zaslonu ure premaknete LEVO.

Če si želite ogledati razdaljo, čas ali število kalorij, se premaknete NAVZGOR ali NAVZDOL.

Če si želite ogledati število korakov na teden, se ponovno premaknete LEVO.

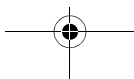
Če želite spremeniti ali nastaviti cilje za sledenje dejavnosti, se na zaslonu ure premaknete NAVZDOL in izberite MERILNIK.

Če želite vklopiti ali izklopiti štetje korakov, se na zaslonu ure premaknete NAVZDOL. Izberite MERILNIK in nato IZKLOP.



Pridobivanje dodatne pomoči

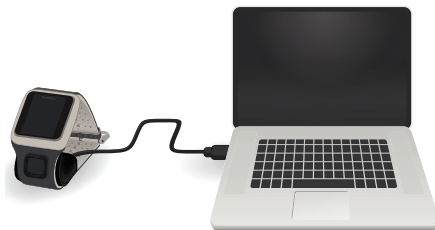
Če želite pridobiti podporo ali več informacij ali prenesti referenčna navodila, obiščite **tomtom.com/support**.



เริ่มต้นการใช้งาน

ก่อนที่คุณจะเริ่มต้น เป็นความคิดที่ดีที่จะซาร์จ นาฬิกาของคุณและดาวน์โหลดข้อมูล QuickGPSfix ซึ่งจะช่วยระบุตำแหน่ง GPS ให้นาฬิกาของคุณและค้นหาตำแหน่งของคุณอย่างรวดเร็ว

1. ดาวน์โหลดและติดตั้งแอปพลิเคชัน TomTom MySports Connect สำหรับเดสก์ท็อปจาก tomtom.com/123/
2. วางนาฬิกาของคุณในที่ยึด USB และเชื่อมต่อที่ยึดกับคอมพิวเตอร์ของคุณ
ทำตามคำแนะนำที่ TomTom MySports Connect แนะนำคุณ



นาฬิกา TomTom GPS ของคุณ



1. เลื่อนซ้าย - เปิดหน้าจอติดตามกิจกรรม
2. เลื่อนลง - เปิดเมนูการตั้งค่า
3. เลื่อนขวา - เปิดเมนูกิจกรรม
4. ตัวรับสัญญาณ GPS
5. บังหน้าจอด้วยฝ่ามือของคุณเป็นเวลาสั้นๆ เพื่อเปิดหน้าจอ

เลื่อนขึ้นและลงเพื่อเลือกการต่างๆ ในเมนู เลื่อนซ้ายเพื่อออกจากเมนู
เลื่อนขวาเพื่อเลือกรายการและเปิดเมนูสำหรับรายการนั้น
หากต้องการเลือกตัวเลือกในเมนู ให้ตรวจสอบว่าตัวเลือกมีการไฮไลต์เมื่อคุณออกจากเมนู

อุปกรณ์เสริมวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (CARDIO)

นาฬิกาของคุณอาจมีตัววัดอัตราการเต้นของหัวใจในตัว ซึ่งจะช่วยให้คุณออกกำลังกายมีประสิทธิภาพมากขึ้น

หมายเหตุ: หากนาฬิกาของคุณไม่มีตัววัดอัตราการเต้นของหัวใจในตัว คุณสามารถซื้อสายคาดอกแยกเพื่อบันทึกอัตราการเต้นของหัวใจเดียวกันได้เช่นกัน เพื่อให้ตัววัดอัตราการเต้นของหัวใจมีประสิทธิภาพสูงสุด ให้ทำตามขั้นตอนต่อไปนี้:

- สวมนาฬิกาตามปกติ
โดยให้นาฬิกาอยู่บนข้อมือและด้านล่างของนาฬิกาสัมผัสผิวหนังของคุณ ห่างออกจากระดับข้อมือ
- วัดสายนาฬิกาให้ติดกับข้อมือแต่ไม่ยึดติดจนเกินไป
- คุณจะสังเกตเห็นย้ำย้ำจากตัววัดอัตราการเต้นของหัวใจเมื่อคุณได้สวมข้อมือและคุณอยู่ในระหว่างการรับให้อัตราการเต้นของหัวใจตรงกับร่างกาย

หมายเหตุ: ตัววัดไม่สามารถวัดอัตราการเต้นของหัวใจได้ขณะว่ายน้ำ

กิจกรรมแรกของคุณ

1. ออกไปข้างนอกเพื่อให้นาฬิกาได้รับการระบุตำแหน่ง GPS
2. เลือกขวาจากหน้าจอนาฬิกา
3. ทำตามคำแนะนำเพื่อวัดอัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก
4. เลือกหนึ่งในกิจกรรม เช่น RUN จากนั้นเลือกขวา

จนกว่านาฬิกาของคุณจะได้รับการระบุตำแหน่ง GPS คุณจะได้เห็นข้อความ Please wait
เมื่อนาฬิกาได้รับการระบุตำแหน่ง นาฬิกาจะแสดงข้อความ GO คุณสามารถทำหนึ่งในสิ่งต่างๆ ต่อไปนี้:

เลื่อนขวา	เริ่มกิจกรรมของคุณ
เลื่อนลง	เปลี่ยนการตั้งค่าของคุณ
เลื่อนซ้าย	กลับไปยังรายการกิจกรรม
เลื่อนขึ้น	ดูประวัติกิจกรรมของคุณ

1. ในขณะที่กำลังดำเนินการกิจกรรม นาฬิกาของคุณจะแสดงข้อมูลต่างๆ เช่น ระยะทาง เวลา และเพศ
ใช้ปุ่มขึ้นและลงเพื่อเปลี่ยนข้อมูลที่แสดงอยู่
2. เลื่อนซ้ายและกดค้างเพื่อหยุดกิจกรรมชั่วคราว หลังจากที่คุณหยุดกิจกรรมชั่วคราว
เลื่อนขวาเพื่อดำเนินการต่อ หากต้องการหยุดกิจกรรม เลื่อนซ้ายและกดค้างอีกครั้ง

อุปกรณ์เสริมการเล่นเพลง (MUSIC)

หากนาฬิกาของคุณสามารถเล่นเพลงได้ คุณสามารถนำนาฬิกาเพื่อจับคู่กับหูฟังไร้สาย Bluetooth
กับนาฬิกาของคุณ ทำตามคำแนะนำบนหน้าจอ

หากต้องการเล่นเพลง เลือก PLAY จากหูฟังของคุณหรือเลื่อนขึ้นจากหน้าจอหน้านาฬิกาของคุณ
เลื่อนขวาเพื่อเลือกสิ่งที่ต้องการเล่น

หากต้องการเปลี่ยนหรือเพิ่มเพลง ใช้ MySports Connect ที่ tomtom.com/123

หมายเหตุ: คุณไม่สามารถเล่นเพลงระหว่างอยู่ในน้ำได้!

ติดตามกิจกรรมของคุณ

เลื่อนซ้ายจากนาฬิกาเพื่อดูจำนวนก้าวที่เดินไปแล้วระหว่างวัน
เลื่อนขึ้นหรือลงเพื่อดูระยะทาง เวลา หรือแคลอรี

หากต้องการดูจำนวนก้าวระหว่างสัปดาห์ เลื่อนซ้ายอีกครั้ง

หากต้องการเปลี่ยนหรือตั้งการติดตามเป้าหมายกิจกรรมของคุณ แล่นลงจากหน้าจอนาฬิกาและเลือก TRACKER

หากต้องการเปิดหรือปิดตัวนับจำนวนก้าว แล่นลงจากหน้าจอนาฬิกา เลือก TRACKER จากนั้นเลือก OFF

การขอความช่วยเหลือ

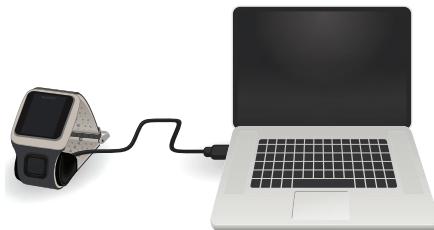
สำหรับการช่วยเหลือ ข้อมูลเพิ่มเติม และดาวน์โหลดคู่มืออ้างอิง ให้ไปที่ tomtom.com/support

Bermula

Sebelum anda mulakan, sebaiknya anda mengecas jam tangan dan memuat turun maklumat QuickGPSfix, yang membantu jam tangan anda menetapkan GPS dan mencari lokasi anda dengan cepat.

1. Muat turun dan pasang aplikasi desktop TomTom MySports Connect dari **tomtom.com/123/**.
2. Letakkan jam tangan anda dalam dok USB dan sambungkan dok ke komputer anda.

Ikut arahan yang diberikan TomTom MySports Connect kepada anda.



Jam Tangan GPS TomTom Anda



1. Gerak KIRI - membuka skrin penjejakan aktiviti
2. Gerak BAWAH - membuka menu tetapan.
3. Gerak KANAN - membuka menu aktiviti.
4. Penerima GPS.
5. Lindung skrin seketika dengan tangan anda untuk menghidupkan lampu latar.

Gerak ATAS dan BAWAH untuk memilih item dalam menu. Gerak KIRI untuk meninggalkan menu. Gerak KANAN untuk memilih item dan membuka menu bagi item tersebut. Untuk memilih pilihan dalam menu, pastikan ia diserlahkan apabila anda meninggalkan menu.

Pemantau kadar denyut jantung pilihan (CARDIO)

Jam tangan anda mungkin mempunyai pemantau kadar denyut jantung bersepadu yang boleh membantu anda berlatih dengan lebih berkesan.

Nota: Jika jam tangan anda tidak mempunyai pemantau kadar denyut jantung bersepadu, anda boleh membeli tali pengikat dada yang berasingan untuk merekod maklumat yang sama.

Untuk mendapatkan prestasi terbaik dari pemantau kadar denyut jantung, ikut petua ini:

- Pakai jam tangan secara biasa, dengan wajah jam tangan berada di atas pergelangan anda dan bahagian bawah jam tangan menyentuh kulit anda, jauh dari tulang pergelangan.
- Tarik tali pengikat supaya ia ketat pada pergelangan anda tanpa berasa tidak selesa.
- Anda mendapat keputusan paling tepat dari pemantau kadar denyut jantung apabila anda memanaskan badan dan anda tidak bergerak semasa penentuan.

Nota: Pemantau tidak boleh mengukur kadar denyut jantung anda ketika berenang.

Aktiviti anda yang pertama

1. Pergi ke luar bangunan supaya jam tangan anda dapat menetapkan GPS.
2. Dari jam, gerak KANAN.
3. Ikut arahan untuk mengukur kadar denyut jantung anda semasa berehat.
4. Pilih salah satu aktiviti, seperti **BERLARI**, kemudian gerak KANAN.

Selagi jam tangan anda belum selesai menetapkan GPS, anda akan melihat mesej **Sila tunggu**. Apabila ia telah ditetapkan, ia akan menunjukkan mesej **PERGI** Kemudian anda boleh melakukan salah satu yang berikut:

Gerak KANAN	Mulakan aktiviti anda.
Gerak BAWAH	Tukar tetapan anda.
Gerak KIRI	Kembali kepada senarai aktiviti.
Gerak ATAS	Melihat sejarah aktiviti anda.



5. Ketika aktiviti sedang berjalan jam tangan anda menunjukkan maklumat seperti jarak, masa dan pergerakan. Gunakan butang ATAS dan BAWAH untuk menukar maklumat yang ditunjukkan.
6. Gerak KIRI dan tahan butang untuk menjeda aktiviti. Selepas menjeda aktiviti, gerak KANAN untuk memulakan aktiviti sekali lagi. Untuk menghentikan terus aktiviti, gerak KIRI dan tahan sekali lagi.



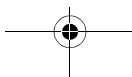
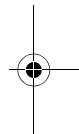
Muzik Pilihan (MUZIK)

Jika jam tangan anda boleh memainkan muzik, gerak ATAS dari skrin jam untuk menjadikan fon kepala wayarles Bluetooth anda berpasangan dengan jam tangan. Ikut arahan pada skrin.

Untuk memainkan muzik, pilih PLAY pada fon kepala anda atau gerak ATAS dari skrin jam pada jam tangan anda. Gerak KANAN untuk memilih lagu yang ingin dimainkan.

Untuk menukar atau menambah lebih banyak muzik, gunakan MySports Connect di tomtom.com/123.

Nota: Anda tidak boleh memainkan muzik di dalam air!





Menjejaki aktiviti anda

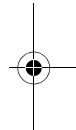
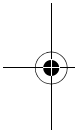
Gerak KIRI dari jam untuk melihat bilangan langkah yang anda buat dalam sehari.

Gerak ATAS atau BAWAH untuk melihat jarak, masa atau kalori.

Untuk melihat jumlah langkah seminggu, gerak KIRI sekali lagi.

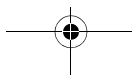
Untuk mengubah atau menetapkan matlamat penjejakan aktiviti, gerak BAWAH dari skrin jam dan pilih PENJEJAK.

Untuk menukar sama ada kiraan langkah dihidupkan atau dimatikan, gerak BAWAH dari skrin jam. Pilih PENJEJAK, kemudian MATI.



Mendapatkan lebih banyak bantuan

Untuk sokongan, lebih banyak maklumat dan memuat turun Panduan Rujukan, pergi ke **tomtom.com/support**.

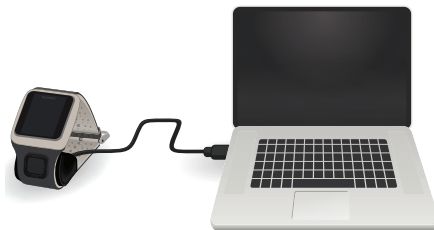


Memulai

Sebelum memulai, sebaiknya Anda mengisi daya jam Anda dan mengunduh informasi QuickGPSfix, yang membantu jam Anda untuk mendapatkan titik GPS dan menemukan lokasi dengan cepat.

1. Unduh dan instal aplikasi desktop TomTom MySports Connect dari tomtom.com/123/.
2. Letakkan jam diudukan USB dan hubungkan dudukan tersebut ke komputer.

Ikuti instruksi yang diberikan oleh TomTom MySports Connect.



Jam GPS TomTom Anda



1. Geser KIRI - membuka layar pelacakan aktivitas
2. Geser TURUN - membuka menu pengaturan.
3. Geser KANAN - membuka menu aktivitas.
4. Penerima GPS.
5. Tutup layar dengan telapak tangan Anda secara singkat untuk mengaktifkan lampu latar.

Geser NAIK dan TURUN untuk memilih item dalam sebuah menu. Geser KIRI untuk keluar dari menu. Geser KANAN untuk memilih item dan membuka menu untuk item tersebut. Guna memilih opsi di dalam sebuah menu, pastikan disorot saat Anda keluar dari menu.

Buka pemantau detak jantung (CARDIO)

Jam Anda mungkin dilengkapi monitor detak jantung terintegrasi, yang dapat membantu Anda melakukan latihan secara lebih efisien.

Catatan: Jika jam Anda tidak dilengkapi monitor detak jantung terintegrasi, Anda dapat membeli tali dada untuk merekam informasi yang sama.

Untuk mendapatkan kinerja terbaik dari monitor detak jantung Anda, ikuti kiat berikut:

- Kenakan jam secara normal, dengan bagian depan jam di atas pergelangan tangan Anda dan bagian bawah jam menyentuh kulit, jauhkan dari tulang pergelangan.
- Talikan agar kencang di pergelangan Anda dan nyaman.
- Anda mendapatkan hasil paling akurat dari monitor detak jantung saat Anda melakukan pemanasan dan tetap diam selama kalibrasi.

Catatan: Monitor tidak dapat mengukur detak jantung saat Anda berenang.

Aktivitas pertama Anda

1. Keluar sehingga jam Anda mendapatkan titik GPS.
2. Dari penunjuk waktu, geser KANAN.
3. Ikuti instruksi untuk mengukur detak jantung.
4. Pilih salah satu dari aktivitas, seperti **BERLARI**, lalu geser KANAN.

Hingga jam mendapatkan titik GPS, Anda akan melihat pesan, **Harap tunggu**. Setelah titik GPS didapatkan, akan ditampilkan pesan, **MULAI**. Selanjutnya Anda dapat melakukan salah satu dari tindakan berikut:

Geser KANAN	Mulai aktivitas Anda.
Geser TURUN	Ubah pengaturan Anda.
Geser KIRI	Kembali ke daftar aktivitas.
Geser NAIK	Lihat riwayat aktivitas Anda.



5. Saat aktivitas Anda sedang berlangsung, jam Anda akan menampilkan informasi, seperti jarak, waktu dan langkah. Gunakan tombol NAIK dan TURUN untuk mengubah informasi yang ditampilkan.
6. Geser KIRI dan tahan tombol untuk menjeda aktivitas. Setelah menjeda aktivitas, geser KANAN untuk memulai aktivitas lagi. Untuk menghentikan aktivitas secara penuh, geser KIRI dan tahan lagi.

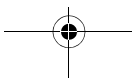
Musik Opsional (MUSIK)

Jika jam Anda dapat memutar musik, geser NAIK dari layar jam untuk memasang headphone nirkabel bluetooth Anda dengan jam Anda. Ikuti petunjuk di layar.

Untuk memutar musik, pilih PUTAR pada headphone Anda atau geser NAIK dari layar penunjuk waktu di jam Anda. Geser NAIK untuk memilih apa yang ingin Anda putar.

Untuk mengubah atau menambahkan lebih banyak musik, gunakan MySports Connect di tomm.com/123.

Catatan: Anda tidak dapat memutar musik di dalam air!



Melacak aktivitas Anda

Geser KIRI dari jam untuk melihat seberapa banyak langkah Anda dalam satu hari.

Geser NAIK atau TURUN untuk melihat jarak, waktu, atau kalori.

Untuk melihat langkah per minggu, geser KIRI lagi.

Untuk mengubah atau mengatur tujuan pelacakan aktivitas Anda, geser TURUN dari layar jam dan pilih TRACKER.

Untuk mengaktifkan atau menonaktifkan hitungan langkah, geser TURUN dari layar jam. Pilih TRACKER, lalu MATI.

Mendapatkan bantuan selengkapnya

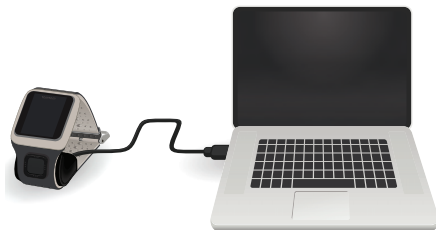
Untuk dukungan, informasi lainnya, dan mengunduh Panduan Referensi, kunjungi **tomtom.com/support**.

はじめに

開始する前に、ウォッチを充電しましょう。また、QuickGPSfix 情報をダウンロードしておけば GPS を受信することができるため、現在地がすぐに分かります。

1. **tomtom.com/123/** から、TomTom MySports Connect デスクトップアプリケーションをダウンロードし、インストールします。
2. ウォッチを USB ドックにセットし、ドックをコンピュータに接続します。

TomTom MySports Connect によって表示される手順を実行します。



TomTom GPS Watch



1. 左を押す：アクティビティ追跡画面が開きます。
2. 下を押す：設定メニューが開きます。
3. 右を押す：アクティビティメニューが開きます。
4. GPS レシーバー
5. 手のひらで画面を覆うと、バックライトが点灯します。

上または下を押して、メニューの項目を選択します。左を押すと、メニューが閉じます。右を押すことで項目が選択され、その項目のメニューが開きます。
メニューのオプションを選択する場合は、そのオプションが強調表示されていることを確認してから操作を行ってください。

オプションの心拍数モニター (CARDIO)

ウォッチには心拍数モニターが内蔵されており、効率的なトレーニングに役立てることができます。

注：ウォッチに心拍数モニターが内蔵されていない場合は、別売りのチェストストラップをご利用ください。同様の情報を記録できます。

心拍数モニターから正確な結果を得るために、次のことを確認しましょう。

- ・ ウォッチは、通常の腕時計を装着するのと同じ方法で装着してください。ウォッチの表示面が手首の上にくるようにし、裏面が皮膚に触れるようにして、手首の骨から離して装着してください。
- ・ ストラップは手首にぴったりと、きつくなりすぎない程度に締めてください。
- ・ 心拍数モニターから最も正確な結果を得ることができるのは、ウォーミングアップ時や、キャリブレーションのために静止している時です。

注：このモニターでは、水泳中の心拍数は測定できません。

最初のアクティビティ

1. 戸外に出て、ウォッチで GPS を受信します。
2. 時計表示の状態で、右を押します。
3. 手順に従って、静止時の心拍数を測定します。
4. [ラン] などのアクティビティを選択して、右を押します。

ウォッチが GPS を受信するまで、「お待ちください」というメッセージが表示されます。GPS を受信したら、「スタート」というメッセージが表示されます。次の手順のいずれかを実行できます。

右を押す	アクティビティを開始します。
下を押す	設定を変更します。
左を押す	アクティビティのリストに戻ります。
上を押す	アクティビティの履歴を表示します。

5. アクティビティの実行中には、ウォッチに距離、タイム、ペースなどの情報が表示されます。上または下のボタンを押して、表示される情報を変更します。

6. 左ボタンを長押しすると、アクティビティを一時停止します。アクティビティの一時停止後は、右を押すとアクティビティを開始します。アクティビティを中止する場合は、左を長押しします。

オプションの音楽（音楽）

ウォッチが音楽再生に対応している場合は、時計画面の状態ですを押して、Bluetooth ワイヤレスヘッドホンとウォッチをペアリングします。画面の表示に従ってください。

音楽を再生するには、ヘッドホンの「再生」を選択するか、ウォッチの時計画面の状態ですを押します。右を押して、再生する音楽を選択します。

音楽を変更または追加するには、tomtom.com/123 の MySports Connect を使用します。

注：水中で音楽の再生はできません。

アクティビティの追跡

時計画面の状態です。左を押すと、1 日の歩数が表示されます。
上または下を押すと、距離、タイム、カロリーが表示されます。

1 週間の歩数を表示する場合は、再度左を押します。

アクティビティの追跡目標を変更または設定するには、時計表示の状態です。下を押して、[TRACKER] を選択します。

歩数カウントをオンまたはオフに切り替えるには、時計画面から下を押します。[TRACKER] を選択し、[オフ] を選択します。

その他のヘルプ

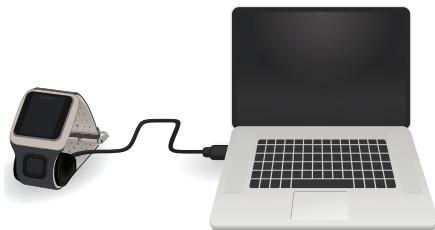
サポートや詳細情報、参照ガイドのダウンロードについては、
tomtom.com/support をご覧ください。

시작하기

시작하기 전에 시계를 충전하고 QuickGPSfix 를 미리 다운로드해 두면 시계가 GPS 정보를 확인하여 사용자의 위치를 빠르게 검색할 수 있어 편리합니다.

1. **tomtom.com/123/** 에서 TomTom MySports Connect 데스크탑 애플리케이션을 다운로드하여 설치합니다.
2. 시계를 USB 도크에 놓고 도크를 컴퓨터에 연결합니다.

TomTom MySports Connect 에서 제공하는 지침을 따릅니다.



내 TomTom GPS Watch



1. 왼쪽으로 이동 - 활동 트래킹 화면을 엽니다.
2. 아래로 이동 - 설정 메뉴를 엽니다.
3. 오른쪽으로 이동 - 활동 메뉴를 엽니다.
4. GPS 수신기.
5. 화면을 손바닥으로 잠시 가리면 백라이트가 켜집니다.

위아래로 이동하면서 메뉴에 있는 항목을 선택합니다. 메뉴에서 나가려면 왼쪽으로 이동합니다. 오른쪽으로 이동하여 항목을 선택하고 해당 항목에 대한 하위 메뉴를 엽니다. 원하는 메뉴의 옵션을 선택하려면 먼저 해당 메뉴가 강조 표시되어 있는지 확인합니다.

심박수 모니터 (CARDIO) - 옵션

심박수 모니터가 내장된 옵션을 선택하면 더욱 효율적으로 운동을 할 수 있습니다.

참고 : 시계에 심박수 모니터가 내장되어 있지 않은 경우 가슴 스트랩을 별도로 구입하여 심박수 정보를 기록할 수 있습니다.

심박수 모니터의 성능을 최상으로 유지하려면 다음 팁을 따르십시오.

- 시계의 디스플레이 부분이 손목 위쪽을 향하고 바닥면이 피부에 닿으며 손목뼈에서 떨어지도록 착용합니다.
- 스트랩은 불편하지 않을 정도로 손목에 단단하게 채웁니다.
- 준비 운동을 마치고 보정을 하면서 가만히 있을 때 심박수 모니터에서 가장 정확한 결과를 얻을 수 있습니다.

참고 : 수영하는 동안에는 심박수를 측정할 수 없습니다.

시작하기

1. GPS 가 위치 정보를 확보할 수 있도록 밖으로 나갑니다.
2. 시계 화면에서 오른쪽으로 이동합니다.
3. 지침을 따라 휴식 상태의 심박수를 측정합니다.
4. 활동 (예 : 러닝) 중 하나를 선택하고 오른쪽으로 이동합니다.

GPS 가 위치 정보를 확인하는 동안 **기다려 주십시오. 라는 메시지가 표시됩니다.** 위치 정보가 확인되면 **시작**이라는 메시지가 표시됩니다. 이제 다음 중 하나를 수행할 수 있습니다.

오른쪽으로 이동	활동을 시작합니다.
아래로 이동	설정을 변경합니다.
왼쪽으로 이동	활동 목록으로 돌아갑니다.
위로 이동	활동 내역을 확인합니다.

5. 활동하는 동안 시계에 거리, 시간 및 페이스 등의 정보가 표시됩니다. 위쪽 및 아래쪽 버튼을 사용하여 표시되는 정보를 변경합니다.

6. 왼쪽 버튼을 길게 누르면 활동이 일시 중지됩니다. 활동을 일시 중지한 후 오른쪽 버튼을 누르면 활동을 다시 시작합니다. 활동을 완전히 중지하려면 왼쪽 버튼을 다시 길게 누릅니다.

음악 (MUSIC) - 옵션

음악 재생이 가능한 시계를 사용하는 경우 시계 화면에서 위로 이동하여 Bluetooth 무선 헤드폰과 시계를 페어링합니다. 화면의 지침을 따릅니다.

음악을 재생하려면 헤드폰에서 재생을 선택하거나 시계 화면에서 위로 이동합니다. 재생할 항목을 선택하려면 오른쪽으로 이동합니다.

음악을 변경하거나 다른 음악을 추가하려면 tomtom.com/123 에서 MySports Connect 를 사용합니다.

참고: 물 속에서는 음악을 재생할 수 없습니다!

활동 트래킹

오늘 하루 동안 몇 걸음이나 이동했는지 확인하려면 왼쪽으로 이동합니다.

이동한 거리, 소요 시간 또는 소모한 칼로리를 확인하려면 위쪽이나 아래쪽으로 이동합니다.

일주일 동안 몇 걸음이나 이동했는지 확인하려면 다시 왼쪽으로 이동합니다.

활동 트래킹 목표를 변경하거나 설정하려면 시계 화면에서 아래쪽으로 이동하여 트래커를 선택합니다.

걸음 수 측정을 꺼진나 끄려면 시계 화면에서 아래쪽으로 이동합니다. 트래커 (TRACKER) 를 선택한 다음 꺼짐을 선택합니다.

추가 지원

지원 및 추가 정보가 필요하거나 참조 설명서를 다운로드하려면 **tomtom.com/support** 로 이동하십시오.

Addendum

Warning

This heart rate monitor is not a medical device. Always consult a physician before starting an exercise program. If you have a pacemaker or other implanted electronic device, consult your physician before using this product. The use of this product while exercising might distract from your surroundings or your activity. Interference with the signal from external sources, poor contact with your wrist and other factors may prevent accurate heart rate data readings or transmissions. TomTom disclaims all liability arising from any such inaccuracies.

How TomTom uses your information

Information regarding the use of personal information can be found at tomtom.com/privacy.

Battery and Environmental information



This product uses a lithium polymer battery that is not user accessible or user replaceable. Do not open the case or (attempt to) remove the battery. Substances in the product and/or battery may be

harmful to the environment or your health if disposed of improperly. The battery contained in the product must be recycled or disposed of properly according to the local laws and regulations and always kept separate from household waste.

WEEE directive



The WEEE symbol on the product or its packaging indicates that this product shall not be treated as household waste. In line with EU Directive 2002/96/EC for waste electrical and electronic equipment (WEEE), this elec-

trical product must not be disposed of as unsorted municipal waste. Please dispose of this product by returning it to the point of sale or to your local municipal collection point for recycling. By doing this you will help conserve the environment.

Battery operating temperatures

Operating temperatures: -20°C (-4°F) to 60°C (140°F). Do not expose to temperatures beyond this.

R&TTE directive



Hereby, TomTom declares that TomTom products and accessories are in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of the EU Directive 1999/5/EC. The declaration of conformity can be found here: tomtom.com/legal.

FCC information for the user
THE DEVICE COMPLIES WITH PART 15 OF
THE FCC RULES



Federal Communications
Commission (FCC) State-
ment

This equipment radiates radio frequency energy and if not used properly - that is, in strict accordance with the instructions in this manual - may cause interference to radio communications and television reception.

Operation is subject to the following two conditions: (1) this device may not cause harmful interference and (2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

This device 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. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate receiving antenna.

- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

FCC ID: S4L-4REM, S4L-4RFM
IC ID: 5767A-4REM, 5767A-4RFM

FCC RF Radiation Exposure Statement

The transmitters within this device must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

Responsible party in North America

TomTom, Inc., 24 New Executive
Park, Suite 410, Burlington MA 01803
Tel: 866 486-6866 option 1 (1-866-4-TomTom)

Emissions information for Canada

Operation is subject to the following two conditions:

- This device may not cause interference.
- This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Operation is subject to the condition that this device does not cause harmful interference. This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

IMPORTANT NOTE**IC Radiation Exposure Statement:**

- This equipment complies with IC RSS-102 radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment.
- This device and its antenna(s) must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

Regulatory Compliance Mark

This product displays the Regulatory Compliance Mark (RCM) to show that it complies with relevant Australian regulations.

Notice for New Zealand

This product displays supplier code Z1230 to show it complies with relevant New Zealand regulations.

Customer support contact

Australia: 1300 135 604

New Zealand: 0800 450 973

Certification information for the user

To see certification information on your watch, move down from the clock screen to open the Settings menu. Select Standards and then move right to scroll through the certification information.

Model names

TomTom GPS Watch: 4REM

TomTom GPS Cardio Watch: 4RFM

TomTom GPS Watch Cable: 4R00

TomTom Bluetooth Sports Headset: 4R0M

Model names®

The Bluetooth® word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by TomTom is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

Addendum**Avertissement**

Ce cardio-fréquencemètre n'est pas un appareil médical. Consultez un médecin avant de commencer un programme d'entraînement. Si un pacemaker ou tout autre appareil électronique vous a été implanté, consultez votre médecin avant d'utiliser ce produit. L'utilisation de ce produit pendant l'entraînement peut vous rendre moins attentif à votre environnement et à votre activité. Des interférences avec le signal en provenance de sources externes, un mauvais contact avec votre poignet et d'autres facteurs peuvent empêcher une lecture ou une transmission précise des données de fréquence cardiaque. TomTom décline toute responsabilité concernant de telles inexactitudes.

Comment TomTom utilise vos informations

Vous pouvez consulter les informations relatives à l'utilisation des données personnelles à la page tomtom.com/privacy.

Informations sur la batterie et l'environ-

nement



Ce produit est équipé d'une batterie au lithium polymère qui n'est ni accessible ni remplaçable par l'utilisateur. N'ouvrez pas le boîtier et n'essayez pas de retirer la batterie. Les substances contenues dans le produit et/ou dans sa batterie peuvent être dangereuses pour l'environnement ou pour votre santé si elles ne sont pas éliminées correctement. La batterie contenue dans le produit doit être recyclée ou mise au rebut de manière adéquate, dans le respect des lois et réglementations locales, et ne doit pas être jetée avec les déchets ménagers.

Directive DEEE



Le symbole de la poubelle sur roues indique que ce produit ne doit pas être traité comme un déchet domestique. Conformément à la directive européenne 2002/96/CE relative aux déchets d'équipements électriques et électroniques (DEEE), ce produit électrique ne doit en aucun cas être mis au rebut sous forme de déchet municipal non trié. Veuillez vous débarrasser de ce produit en le renvoyant à son point de vente ou au point de ramassage local dans votre municipalité, à des fins de recyclage. En agissant ainsi, vous contribuez à préserver l'environnement.

Températures de fonctionnement de la bat-

terie

Températures de fonctionnement : -20 °C (-4 °F) à 60 °C (140 °F). N'exposez pas l'appareil à des températures inférieures ou supérieures à celles-ci.

Directive R&TTE



Par la présente, TomTom déclare que les produits et accessoires TomTom sont conformes aux principales exigences et autres dispositions applicables de la directive UE 1999/5/CE. La déclaration de conformité est disponible ici : tomtom.com/legal.

Informations FCC destinées à l'utilisateur
CET APPAREIL EST CONFORME À LA
SECTION 15 DES RÈGLES FCC



Déclaration de conformité à la FCC (Federal Communications Commission)

Cet équipement émet de l'énergie sous forme de fréquences radio et, en cas de non-respect des instructions d'installation et d'utilisation, risque de provoquer des interférences radio ou télévisuelles.

Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) cet appareil ne doit pas créer d'interférences nuisibles et (2) cet appareil doit tolérer les interférences reçues, ce qui inclut les interférences qui risquent de provoquer un fonctionnement indésirable.

Cet équipement a été testé et entre dans la catégorie des appareils numériques de Classe B, selon la Section 15 de la réglementation

tation de la FCC. Ces limites ont été conçues pour protéger les installations domestiques contre les interférences néfastes. Cet équipement génère, utilise et émet de l'énergie sous forme de fréquences radio et, en cas de non-respect des instructions d'installation et d'utilisation, risque de provoquer des interférences radio. Il n'existe aucune garantie contre ces interférences. En cas d'interférences radio ou télévisuelles, pouvant être vérifiées en allumant, puis en éteignant l'équipement, l'utilisateur est invité à essayer de résoudre le problème de l'une des façons suivantes :

- réorienter ou déplacer l'antenne de réception ;
- éloigner l'équipement du poste de réception ;
- brancher l'équipement sur une prise appartenant à un circuit différent de celui du récepteur ;
- demander de l'aide auprès du revendeur ou d'un technicien radio/TV expérimenté.

Les changements ou les modifications qui ne sont pas expressément approuvés par la partie responsable de la conformité sont susceptibles de révoquer les droits d'utilisation de cet équipement.

ID FCC : S4L-4REM, S4L-4RFM
ID IC : 5767A-4REM, 5767A-4RFM

Déclaration d'exposition aux rayonnements à fréquence radio définie par la FCC
Les émetteurs contenus dans cet appareil ne doivent pas être placés à proximité d'un

autre émetteur ou d'une autre antenne, ou manipulés simultanément avec ces derniers.

Partie responsable en Amérique du Nord
TomTom, Inc., 24 New England Executive Park, Suite 410, Burlington, MA 01803
Tél. : 866 486-6866 option 1 (1-866-4-TomTom)

Informations relatives aux émissions au Canada

Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

- Cet appareil ne doit pas créer d'interférences.
- Cet appareil doit tolérer les interférences, ce qui inclut les interférences qui risquent de provoquer une utilisation indésirable de l'appareil.

Son utilisation est autorisée dans la mesure où l'appareil ne provoque pas d'interférences nuisibles. Cet appareil numérique de classe B est conforme aux règlements canadiens ICES-003, CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

REMARQUE IMPORTANTE

Déclaration d'exposition aux rayonnements IC :

- Cet équipement est conforme aux limites d'exposition aux rayonnements définies par la norme IC RSS-102 pour un environnement non contrôlé.
- Cet appareil et son ou ses antenne(s) ne doivent pas être placés à proximité d'un autre émetteur ou d'une autre antenne, ou manipulés simultanément avec ces derniers.

Regulatory Compliance Mark



Ce produit porte le symbole Regulatory Compliance Mark (RCM) qui indique sa conformité aux réglementations australiennes en vigueur.

Copyright pour la Nouvelle-Zélande

Ce produit affiche le code fournisseur Z1230 indiquant sa conformité avec les réglementations néo-zélandaises en vigueur.

Coordonnées du support client

Australie : 1300 135 604

Nouvelle-Zélande : 0800 450 973

Informations de certification destinées à l'utilisateur

Pour afficher les informations de certification sur votre montre, appuyez vers le bas depuis l'horloge pour ouvrir le menu Réglages. Sélectionnez Standards, puis appuyez à droite pour faire défiler les informations de certification.

Noms des modèles

Montre GPS TomTom : 4REM

Montre GPS TomTom Cardio : 4RFM

Câble pour montre GPS TomTom : 4R00

Casque d'écoute de sport Bluetooth TomTom : 4R0M

Noms des modèles®

Le nom et les logos Bluetooth® sont des marques déposées de Bluetooth SIG, Inc. et sont utilisés par TomTom sous licence. Les autres marques et noms de marque sont la propriété de leur détenteur respectif.

Apéndice

Aviso

Este pulsómetro no es un dispositivo médico. Consulte siempre con un médico antes de comenzar un programa de ejercicios. Si lleva marcapasos o le han implantado otro dispositivo electrónico, consulte con su médico antes de utilizar este producto. Si utiliza este producto mientras practica ejercicio podría distraerse de su entorno o de su actividad. La interferencia con la señal de dispositivos externos, el mal contacto con la muñeca, además de otros factores, pueden dificultar la lectura o la transmisión precisas de los datos relativos al ritmo cardíaco. TomTom no acepta ninguna responsabilidad derivada de cualquiera de estas impresiones.

Tratamiento de la información por parte de TomTom

Puede consultar información relacionada con el uso de datos personales en tomtom.com/privacy.

Información medioambiental y sobre la batería



Este producto utiliza una batería de polímero de litio que el usuario no podrá manipular ni sustituir. No abra el compartimento ni extraiga (o intente extraer) la batería. Las sustancias presentes en el producto y/o en la batería podrían ser perjudiciales para el medio ambiente o para su salud si no se desechan de manera apropiada. La batería que incluye el producto debe reciclarse o desecharse de manera apropiada según la legislación y normativa local vigente y nunca junto a residuos domésticos.

Directiva WEEE



El símbolo del contenedor de basura en el producto o su paquete indica que este producto no puede tratarse como residuo doméstico. Conforme a la Directiva UE 2002/96/CE para residuos de dispositivos eléctricos y electrónicos (WEEE), este producto eléctrico no debe eliminarse como residuo municipal común. Para deshacerse de este producto devuélvalo al punto de venta o a su punto de recogida municipal local para reciclaje. De esta manera, contribuirá a conservar el medio ambiente.

Temperaturas de funcionamiento de la batería

Temperaturas de funcionamiento: de -20 °C (-4 °F) a 60 °C (140 °F). No exponga la bat-

ería a temperaturas superiores a las indicadas.

Directiva R&TTE



Por la presente, TomTom declara que tanto los navegadores personales como los accesorios TomTom se han fabricado en conformidad con

los requisitos básicos y otras provisiones relevantes de la Directiva de la UE 1999/5/CE. Puede consultar la declaración de conformidad en el siguiente enlace:

www.tomtom.com/legal.

Información FCC para el usuario

ESTE DISPOSITIVO CUMPLE EL APARTADO 15 DE LA NORMATIVA FCC



Declaración de la Comisión Federal para las Comunicaciones (FCC)

Este equipo radia energía de radiofrecuencia y si no se utiliza correctamente, es decir, estrictamente conforme a las instrucciones de este manual, puede causar interferencias con comunicaciones de radio y recepción de televisión.

El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones: (1) este dispositivo no debería causar interferencias perjudiciales y (2) este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo las interferencias que puedan causar un funcionamiento no deseado del dispositivo.

Este dispositivo se ha probado y cumple los límites para un dispositivo digital de clase B conforme a la parte 15 de las normas FCC. Estos límites están concebidos para propor-

cionar una protección razonable frente a interferencias perjudiciales en una instalación residencial. Este equipo genera, utiliza y puede radiar energía de radiofrecuencia y, si no se instala y utiliza de acuerdo con las instrucciones, puede provocar interferencias perjudiciales a las comunicaciones de radio. No obstante, no se garantiza que no se produzcan interferencias en una instalación determinada. Si este equipo provoca interferencias que perjudiquen la recepción de radio o televisión (lo cual se puede determinar apagando y encendiendo el equipo), es aconsejable adoptar las siguientes medidas para corregir la interferencia:

- Reoriente o reubique la antena receptora.
- Aumente la separación entre el equipo y el receptor.
- Conecte el equipo a una salida en un circuito distinto al que está conectado el receptor.
- Consulte a su distribuidor o a un técnico de radio/TV con experiencia para obtener ayuda.

Los cambios o las modificaciones no autorizados de forma expresa por la parte responsable del cumplimiento podrían suponer una infracción de la autoridad del usuario para operar el equipo.

ID de FCC: S4L-4RFM, S4L-4RFM
ID de IC: 5767A-4REM, 5767A-4RFM

Declaración de exposición a la radiación de RF de la FCC

Los transmisores de este dispositivo no deben colocarse u operar conjuntamente con ninguna otra antena o transmisor.

Parte responsable en América del Norte
TomTom, Inc., 24 New England Executive Park, Suite 410, Burlington MA 01803
Tel: 866 486-6866 opción 1 (1-866-4-TomTom)

Información sobre emisiones para Canadá

El funcionamiento está sujeto a las siguientes dos condiciones:

- El dispositivo no debería causar interferencias.
- Este dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluso interferencias que puedan causar un funcionamiento no deseado.

El funcionamiento está sujeto a la condición de que el dispositivo no provoque interferencias perjudiciales. Este aparato digital de clase B cumple con la norma ICES-003 canadiense. CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

NOTA IMPORTANTE

Declaración de exposición a la radiación de IC:

- Este equipo cumple los límites de exposición de radiación IC RSS-102 establecidos para un entorno no controlado.
- Este dispositivo y su antena o antenas no deben colocarse u operar conjuntamente con ninguna otra antena o transmisor.

Distintivo de cumplimiento normativo



Este producto muestra un distintivo de cumplimiento normativo (RCM) para indicar que cumple las normas australianas pertinentes.

Aviso para Nueva Zelanda

Este producto muestra el código de proveedor Z1230 para mostrar que cumple las normas australianas y neozelandesas pertinentes.

Teléfonos del servicio de atención al cliente

Australia: 1300 135 604

Nueva Zelanda: 0800 450 973

Información de certificación para el usuario

Para ver la información de certificación de su reloj, desplácese hacia abajo desde la pantalla del reloj y abra el menú Ajustes. Seleccione Estándares y desplácese hacia la derecha hasta la información de certificación.

Nombres de modelos

Reloj GPS de TomTom: 4REM

Reloj Cardio GPS de TomTom: 4RFM

Cable de reloj GPS de TomTom: 4R00

Auriculares Bluetooth deportivos de TomTom: 4R0M

Nombres de modelos®

La marca denominativa y los logotipos de Bluetooth® son marcas comerciales registradas propiedad de Bluetooth SIG Inc., y el uso de dichas marcas por parte de TomTom se realiza bajo licencia. Otras marcas y nombres comerciales son los de sus respectivos propietarios.

Anhang

Warnung

Dieser Herzfrequenzmesser ist kein medizinisches Gerät. Konsultieren Sie vor Beginn eines Trainingsprogramms immer einen Arzt. Wenn Sie einen Herzschrittmacher oder andere elektronische Geräte implantiert haben, konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie dieses Produkt verwenden. Das Verwenden dieses Produkts während des Trainings kann Sie von Ihrer Umgebung oder Ihrer Aktivität ablenken. Störungen des Signals durch externe Quellen, geringen Kontakt zum Handgelenk oder andere Faktoren können das präzise Lesen oder Übertragen von Herzfrequenzdaten beeinträchtigen. TomTom übernimmt keine Haftung für solche Ungenauigkeiten.

So verwendet TomTom Ihre Informationen Informationen zur Verwendung von persönlichen Daten finden Sie unter tomtom.com/privacy.

Akku- und Umweltinformationen



Dieses Produkt verwendet einen Lithium-Polymer-Akku, der für den Benutzer nicht zugänglich ist und nicht durch diesen auszutauschen ist. Öffnen Sie nicht das Gehäuse und versuchen Sie nicht, den Akku zu entfernen. Substanzen im Produkt und/oder im Akku können bei unsachgemäßer Entsorgung schädlich für die Umwelt oder Ihre Gesundheit sein. Der in dem Produkt enthaltene Akku muss getrennt vom normalen Hausmüll und gemäß den örtlichen Gesetzen und Vorschriften entsorgt oder wiederverwertet werden.

EEAG-Richtlinie



Das EEAG-Symbol auf dem Produkt oder der Produktverpackung zeigt an, dass das Produkt nicht als Hausmüll zu entsorgen ist. In Übereinstimmung mit der EU-Richtlinie 2002/96/EG über Elektro- und Elektronik-Altgeräte (EEAG)

darf dieses Elektrogerät nicht als unsortierter Siedlungsabfall entsorgt werden. Entsorgen Sie dieses Produkt bitte, indem Sie es dort zurückgeben, wo Sie es erworben haben, oder bei einer kommunalen Recycling-Sammelstelle in Ihrer Nähe. Damit tragen Sie aktiv zum Schutz der Umwelt bei.

Akku-Betriebstemperatur

Betriebstemperaturen: -20°C bis 60°C. Setzen Sie den Akku keinen höheren oder niedrigeren Temperaturen aus.

CE-Richtlinie



Hiermit erklärt TomTom, dass Produkte und Zubehör von TomTom die grundlegenden Anforderungen und anderen relevanten Bestimmungen der EU-Richtlinie 1999/5/EG erfüllen. Die Konformitätserklärung finden Sie hier: tomtom.com/legal.

Zertifizierungsinformationen für den Benutzer

Um sich Zertifizierungsinformationen auf Ihrer Uhr anzeigen zu lassen, gehen Sie von der Uhrenanzeige aus nach unten, um das Einstellungsmenü zu öffnen. Wählen Sie die Standardwerte aus und gehen Sie dann nach rechts, um durch die Zertifizierungsinformationen zu blättern.

Modellbezeichnungen

TomTom GPS-Uhr: 4REM

TomTom Cardio GPS-Uhr: 4RFM

TomTom GPS-Uhrenkabel: 4R00

TomTom Bluetooth-Sportkopfhörer: 4R0M

Modellbezeichnungen®

Die Bluetooth®-Wortmarke und -Logos sind eingetragene Warenzeichen von Bluetooth SIG, Inc. und jegliche Verwendung dieser Marken durch TomTom unterliegt einer Lizenz. Andere Warenzeichen und Markennamen sind Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber.

Appendice

Avvertenza

Questo dispositivo per il monitoraggio della frequenza cardiaca non è un dispositivo medico. Consulta il medico prima di iniziare un programma di esercizi. Se hai un pacemaker o altri dispositivi elettronici impiantati, consulta il medico prima di utilizzare il prodotto. L'utilizzo di questo prodotto durante gli esercizi potrebbe distrarti dall'ambiente circostante e dalla tua attività. Interferenze con segnali provenienti da fonti esterne, mancata aderenza con il polso e altri fattori potrebbero impedire la lettura e la trasmissione corretta dei dati della frequenza cardiaca. TomTom declina ogni responsabilità derivata dall'inosservanza di questi comportamenti.

Modalità di utilizzo dei dati personali da parte di TomTom

Le informazioni sull'utilizzo dei dati personali sono reperibili all'indirizzo tomtom.com/privacy.

Informazioni ambientali e sulla batteria

Questo prodotto utilizza una batteria ai polimeri di litio non accessibili e non sostituibili dall'utente. Non aprire lo scompartimento o (tentare di) rimuovere la batteria. Le sostanze del prodotto e/o della batteria possono provocare danni all'ambiente o alla salute se non smaltite in modo corretto. La batteria contenuta nel prodotto deve essere riciclata o smaltita correttamente secondo le leggi e le regolamentazioni

locali e sempre separatamente dai rifiuti domestici.

Direttiva RAEE



Il simbolo del cestino presente sul prodotto o sulla confezione indica che il prodotto non deve essere smaltito fra i rifiuti domestici. Conformemente alla direttiva europea 2002/96/CE per i rifiuti di apparecchiature elettriche ed elettroniche (RAEE), questo prodotto elettrico non deve essere smaltito fra i rifiuti di raccolta indifferenziata. Questo prodotto deve essere smaltito tramite restituzione al punto vendita o al punto di raccolta locale per il riciclaggio. Tale comportamento contribuisce alla preservazione dell'ambiente.

Temperature di funzionamento della batteria

Temperature di funzionamento: da -20 °C (-4 °F) a 60 °C (140 °F). Non esporre le batterie a temperature superiori a quelle indicate.

Direttiva R&TTE



Con la presente, TomTom dichiara che i prodotti TomTom e i relativi accessori sono conformi ai requisiti essenziali e alle altre clausole pertinenti della Direttiva 1999/5/CE dell'UE. La dichiarazione di conformità può essere reperita qui: tomtom.com/legal.

Informazioni sulla certificazione per l'utente

Per visualizzare le informazioni sulla certificazione sul tuo orologio, scorri verso il

basso dalla schermata dell'orologio per aprire il menu Impostazioni. Seleziona Standard quindi scorri verso destra per visualizzare le informazioni sulla certificazione.

Nome modelli

Orologio GPS TomTom: 4REM
Orologio GPS TomTom Cardio: 4RFM
Cavo dell'orologio GPS TomTom: 4R00
Auricolare TomTom Bluetooth Sports: 4R0M

Nome modelli®

Il marchio e i loghi Bluetooth® sono marchi registrati di Bluetooth SIG, Inc. e l'utilizzo di tali marchi da parte di TomTom è concesso in licenza. Gli altri marchi appartengono ai rispettivi proprietari.

Addendum

Waarschuwing

Deze hartslagmeter is geen medisch apparaat. Raadpleeg altijd een dokter voordat je begint met een trainingsprogramma. Raadpleeg voordat je dit product gebruikt altijd een dokter als je een pacemaker of ander geïmplanteed elektronisch apparaat hebt. Het gebruik van dit product tijdens het trainen leidt mogelijk af van je omgeving of je activiteit. Storing door het signaal van externe bronnen, slecht contact met uw pols en andere factoren zorgen er mogelijk voor dat hartslaggegevens -transmissies niet accuraat worden weergegeven of uitgevoerd. TomTom aanvaardt geen enkele aansprakelijkheid voor schade die voortvloeit uit dergelijke onnauwkeurigheden.

Hoe TomTom je gegevens gebruikt

Informatie over het gebruik van persoonlijke gegevens vind je op tomtom.com/privacy.
Informatie over batterij en milieu



Dit product gebruikt een lithiumpolymeerbatterij die niet voor de gebruiker toegankelijk is of door de gebruiker kan worden vervangen. Maak de behuizing niet open en probeer de batterij niet te verwijderen. Bestandsdelen van het product en/of de batterij kunnen schadelijk zijn voor het milieu of de gezondheid als deze op onjuiste wijze worden weggegooid. De batterij in het product moet worden gerecycled of op gepaste wijze worden verwijderd volgens de plaatselijke wet- en regelgeving en mag niet als ongesorteerd huishoudelijk afval worden afgevoerd.

AEEA-richtlijn



Met het vuilnisbaksymbool op het product of de bijbehorende verpakking wordt aangegeven dat dit product niet mag worden verwerkt als huishoudelijk afval. Conform de EU-richtlijn 2002/96/EC voor afgedankte elektrische en elektronische apparatuur (AEEA), mag dit elektrische product niet worden afgevoerd als ongesorteerd gemeentelijk afval. Voor een correcte afvalverwerking moet dit product worden teruggebracht naar het verkooppunt of naar het lokale gemeentelijke inzamelpunt voor recycling. Op deze manier

lever je een positieve bijdrage aan het milieu.

Operationele temperaturen van batterij
Operationele temperaturen: -20°C tot 60°C.
Niet blootstellen aan temperaturen buiten deze waarden.

R&TTE-richtlijn



TomTom verklaart hierbij dat de navigatiesystemen en accessoires van TomTom voldoen aan alle essentiële vereisten en overige relevante bepalingen van de EU-richtlijn 1999/5/EG. De conformiteitsverklaring vindt je hier: tomtom.com/legal.

Certificeringsinformatie voor de gebruiker
Als je de certificeringsinformatie voor je horloge wilt zien, ga je naar beneden op het klokscherf om het menu Settings (Instellingen) te openen. Selecteer Standards en ga naar rechts om door de certificeringsinformatie te bladeren.

Modelnamen

TomTom GPS-sporthorloge: 4REM
TomTom Cardio GPS-sporthorloge: 4RFM
Kabel voor TomTom GPS-sporthorloge: 4R00
TomTom Bluetooth-headset voor sport: 4R0M

Modelnamen®

Het Bluetooth®-woordmerk en de bijbehorende logo's zijn geregistreerde handelsmerken van Bluetooth SIG, Inc. en deze merken worden door TomTom onder licentie gebruikt. Andere handelsmerken en han-

delsnamen zijn eigendom van hun respectieve eigenaren.

Adenda

Aviso

Este monitor de ritmo cardíaco não é um equipamento médico. Consulte sempre um médico antes de iniciar um programa de exercício físico. Se tem um pacemaker ou outro equipamento eletrônico implantado, consulte o seu médico antes de utilizar este produto. A utilização deste produto enquanto faz exercício pode impedir-lo de prestar atenção ao que o rodeia e à atividade. A interferência com o sinal de fontes externas, o mau contacto com o pulso e outros fatores podem impedir a leitura ou transmissão de dados correta do ritmo cardíaco. A TomTom renuncia qualquer responsabilidade por tais imprecisões.

De que forma a TomTom utiliza as suas informações

Pode obter informações sobre a utilização de dados pessoais em tomtom.com/privacy.

Informações sobre a bateria e o ambiente



Este produto utiliza uma bateria de polímeros de lítio recarregável, que não é acessível ao utilizador nem substituível.

Não abrir a tampa nem (tentar) remover a bateria. As substâncias incluídas no produto e/ou bateria poderão ser nocivas para o ambiente ou para a sua saúde, caso sejam eliminadas de forma incorreta. A bateria incluída no produto terá de ser reciclada ou eliminada

corretamente de acordo com a legislação e regulamentação local e sempre separada dos resíduos domésticos.

Diretiva REEE



O símbolo de contêiner do lixo, apresentado no produto ou na respetiva embalagem, indica que o produto não deve ser tratado como resíduo doméstico. Em conformidade com a Diretiva da UE 2002/96/CE sobre os resíduos de equipamentos elétricos e eletrônicos (REEE), este produto elétrico não deve ser eliminado junto com os resíduos indiferenciados. No final da vida do produto, entregue-o no ponto de venda ou nos pontos próprios de recolha municipal para ser reciclado. Desta forma, estará a ajudar a preservar o ambiente.

Temperaturas de funcionamento da bateria
Temperaturas de funcionamento: -20 °C (-4 °F) a 60 °C (140 °F). Não exponha a bateria a temperaturas superiores ao indicado.

Diretiva ETRT



A TomTom vem por este meio declarar que os equipamentos de navegação pessoal TomTom estão em conformidade com os requisitos fundamentais e outras cláusulas relevantes da Diretiva da UE 1999/5/CE. A declaração de conformidade está disponível em: tomtom.com/legal.

Informações de certificação para o utilizador

Para consultar as informações de certificação no seu relógio, prima para baixo a partir do ecrã das horas e abra o menu Definições. Selecione Normas e, em seguida, prima para a direita para percorrer as informações de certificação.

Nomes dos modelos

Relógio com GPS TomTom: 4REM

Relógio com GPS TomTom Cardio: 4RFM

Cabo do Relógio com GPS TomTom: 4R00

Auricular de desporto com Bluetooth TomTom: 4R0M

Nomes dos modelos®

A marca nominativa e os logótipos Bluetooth® são marcas comerciais registadas da Bluetooth SIG, Inc. e a utilização das mesmas por parte da TomTom realiza-se com licença. As restantes marcas e designações comerciais pertencem aos respetivos proprietários.

Tilføjeelse

Advarsels

Denne pulssensor er ikke en medicinsk enhed. Konsulter altid en læge, før du starter et træningsprogram. Hvis du har en pacemaker eller en anden implanteret elektronisk enhed, skal du konsultere din læge, før du bruger dette produkt. Brug af dette produkt under motion kan distrahere dig fra omgivelserne eller din aktivitet. Interferens med signalet fra eksterne kilder, dårlig kontakt med dit håndled og andre faktorer kan

forhindre nøjagtig aflæsning af pulsdata eller transmissioner. TomTom fraskriver sig ethvert ansvar som følge af eventuelle unøjagtigheder.

Sådan bruger TomTom dine oplysninger
Informationer om brug af personlige oplysninger kan findes på tomtom.com/privacy.

Oplysninger om batteri og miljø



Dette produkt bruger et litium-polymer-batteri, som ikke er tilgængelige for brugeren eller kan udskiftes af brugeren.

Undgå at åbne eller (forsøge at) fjerne batteriet. Stoffer i produktet og/eller batteriet kan

være skadelige for miljøet eller sundheden hvis de bortskaffes forkert. Batteriet i produktet skal indleveres til genbrug eller bortskaffes på korrekt og forsvarlig vis i overensstemmelse med lokale love og bestemmelser og aldrig sammen med husholdningsaffald.

WEEE-direktiv



WEEE-symbolet på produktet eller på emballagen betyder at produktet ikke må bortskaffes som almindeligt husholdningsaffald. I henhold til EU-direktiv 2002/96/EF om affald af elektrisk og elektronisk udstyr (WEEE), må dette elektriske produkt ikke bortskaffes som usorteret husholdningsaffald. Bortskaf dette produkt ved at returnere det til salgsstedet eller til det lokale indsamlingssted, så

det kan genbruges. Når du gør dette, er du med til at skåne miljøet.

Batteriets driftstemperatur

Driftstemperatur: -20 °C (-4 °F) til 60 °C (140 °F). Må ikke udsættes for temperaturer over dette.

R&TTE-direktiv



TomTom erklærer herved, at TomToms personlige navigationsenheder og tilbehør er i overensstemmelse med de væsentligste krav og andre relevante bestemmelser i Europa-Parlamentets og Rådets direktiv 1999/5/EF. Overensstemmelseserklæringen findes her: tomtom.com/legal.

Certificeringsoplysninger til brugeren

Du kan se certificeringsoplysningerne på dit ur ved at gå ned fra urskærmen for at åbne menuen Indstillinger. Vælg Standards, og gå derefter til højre for at rulle gennem certificeringsoplysningerne.

Modelnavne

TomTom GPS-ur: 4REM

TomTom Cardio GPS-ur: 4RFM

Kabel til TomTom GPS-ur: 4R00

TomTom Bluetooth-headset til sport: 4R0M

Modelnavne®

Bluetooth®-ordmærket og -logoerne er registrerede varemærker tilhørende Bluetooth SIG, Inc., og enhver brug af disse mærker af TomTom sker under licens. Andre varemærker og varenavne tilhører deres respektive ejere.

Tillägg

Varning

Pulsmataren är inte en medicinsk enhet. Rådgör med en läkare innan du börjar ett träningsprogram. Om du har en pacemaker eller någon annan inopererad elektronisk enhet, rådgör med en läkare innan du använder den här produkten. Användningen av denna produkt under träning kan ta bort uppmärksamheten från din omgivning eller din aktivitet. Störningar av signalen från externa källor, dålig kontakt med handleden och andra faktorer kan förhindra noggranna pulsdatabeskrivningar eller överföringar. TomTom fransäger sig allt ansvar från sådana onoggrannheter.

Hur TomTom använder din information
Information om hur personlig information används hittar du på tomtom.com/privacy.

Batteri- och miljöinformation



Den här produkten innehåller ett litiumpolymerbatteri som användare inte kan komma åt eller byta. Öppna inte hölet eller (försök att) ta bort batteriet. Substanser i produkten och/eller batteriet kan skada miljön eller din hälsa om den kasseras olämpligen. Batteriet som finns i den här produkten måste återvinnas eller kasseras på ett lämpligt sätt enligt gällande lagar och regler och hållas avskilt från hushållsavfall.

WEEE-direktiv



Soptunnesymbolen på produkten eller dess förpackning anger att den här produkten inte ska behandlas som hushållsavfall. I enlighet med EU-direktiv 2002/96/EC för elektriskt och elektroniskt avfall (WEEE, waste electrical and electronic equipment), får den här elektriska produkten inte avfallshandteras som osorterat avfall. Kassera produkten genom att återlämna den till försäljningsplatsen eller till din lokala insamlingsplats för återvinning. När du gör det här hjälper du till att bevara miljön.

Batteriets drifttemperaturer

Drifttemperaturer: -20 °C till 60 °C. Utsatt inte enheten för temperaturer som ligger utanför det här intervallet.

R&TTE-direktiv



Härmed förklarar TomTom att TomToms personliga navigationsenheter och tillbehör uppfyller de grundläggande kraven och andra relevanta

föreskrifter i EU-direktiv 1999/5/EG.

Försäkra om överensstämmelse finns här: www.tomtom.com/legal.

Certifieringsinformation för användaren:

För att få se certifieringsinformation på din klocka går du nedåt från klockskärmen och öppnar menyn Inställningar. Välj Standards och gå sedan till höger för att bläddra igenom certifieringsinformationen.

Modellnavn

TomTom GPS-klocka: 4REM
 TomTom GPS Cardio-klocka: 4RFM
 TomTom GPS-klocka, kabel: 4R00
 TomTom Bluetooth-sporheadset: 4R0M

Modellnavn®

Ordmärken och logotyper för Bluetooth® är registrerade varumärken som ägs av Bluetooth SIG, Inc. och all användning av sådana märken av TomTom sker under licens. Andra varumärken och handelsnamn tillhör respektive ägare.

Tilllegg**Advarsel**

Denne pulsmåleren er ikke en medisinsk enhet. Rådfør deg alltid med lege før du begynner på et treningsopplegg. Hvis du har hjertestimulator eller annet elektronisk implantat, må du rådføre deg med lege før du bruker dette produktet. Bruken av dette produktet under trening kan gjøre deg mindre oppmerksom på omgivelsene dine eller det du holder på med. Signalforstyrrelser fra eksterne kilder, dårlig kontakt med håndledet eller andre faktorer kan føre til uøyaktig avlesning eller overføring av pulldata. TomTom fraskriver seg alt ansvar forbundet med slike uøyaktigheter.

Slik bruker TomTom informasjonen din
 Du finner informasjon om bruk av personlige opplysninger på tomtom.com/privacy.

Informasjon om batteri og miljø

Produktet bruker et litium-polymerbatteri som ikke er tilgjengelig for brukeren, og som brukeren ikke kan skifte ut. Ikke åpne dekslet eller (prøv å) fjerne batteriet. Det finnes stoffer i produktet og/eller batteriet som er skadelige for miljøet eller helsen hvis det kastes på feil måte. Batteriet i dette produktet skal gjenvinnes eller kastes i henhold til lokale lover og forskrifter. Batteriet skal ikke kastes i husholdningsavfallet.

WEEE-direktiv

WEEE-symbolet (søppeldunken) på produktet eller forpakningen angir at dette produktet ikke må behandles som husholdningsavfall. I henhold til EU-direktiv 2002/96/EU for elektrisk og elektronisk avfall (WEEE), må dette elektriske produktet ikke kastes som usortert kommunalt avfall. Ved avhending, vennlist returer dette produktet det til salgsstedet eller til en lokal resirkuleringsstasjon. Dette bidrar til å bevare miljøet.
Driftstemperatur for batterier
 Driftstemperatur: -20 °C til 60 °C Utsatt ikke batteriet for temperaturer utenfor dette området.

R&TTE-direktiv

TomTom erklærer herved at TomTom personlige navigeringsenheter og tilbehør er i samsvar med sentrale krav og andre relevante bestemmelser i EU-direktiv 1999/5/EC. Du finner samsvareklæringen her: tomtom.com/legal.

Sertifiseringsinformasjon for brukeren
Hvis du vil vite sertifiseringsinformasjon på klokken flytter du ned fra klokkeskjermbildet for å åpne menyen med innstillinger. Velg Standards (Standarder), og flytt til høyre for å bla gjennom sertifiseringsinformasjonen.

Navn på modeller

TomTom GPS-klokke: 4REM
TomTom GPS-pulsklokke: 4RFM
TomTom GPS-klokkekabel: 4R00
TomTom Bluetooth-sportshodsett: 4R0M

Navn på modeller®

Bluetooth®-ordmerket og -logoene er registrerte varemerker som eies av Bluetooth SIG, Inc., og TomTom bruker slike merker på lisens. Andre varemerker og handelsnavn tilhører sine respektive eiere.

Liite**Varoit**

Tämä sykemittari ei ole lääketieteellinen laite. Keskustele aina lääkärin kanssa, ennen kuin aloitat kuntoiluohjelman. Jos sinulla on sydämentahdistin tai muu ihonalainen laite, keskustele lääkärin kanssa ennen tämän tuotteen käyttöä. Tuotteen käyttäminen kuntouluun aikana saattaa häiritä tarkkaavaisuuttasi tai toimiasi. Ulkoisten lähteiden signaalien aiheuttamat häiriöt, heikko ihokosketus ja muut tekijät saattavat estää sykettietojen lukemisen tai lähettämisen. TomTom kieltää kaikki näistä epätarkkuuksista johtuvat vastuut.

Miten TomTom käyttää tietojasi

Tietoja henkilötietojen käytöstä on osoitteessa tomtom.com/privacy.

Akun tiedot ja ympäristötiedot

Tässä tuotteessa on litium-polymeeriakku, joka ei ole käyttäjän käsiteltävissä eikä vaihdettavissa. Älä avaa koteloa tai yritä irrottaa akkua.

Tuotteen ja/tai akun sisältämät aineet voivat olla vahingollisia

ympäristölle tai sinulle, jos tuotetta/akkua ei hävitetä asianmukaisesti. Tuotteen sisältämä akku on kierrätettävä tai hävitettävä paikallisten lakien ja säädösten mukaisesti, ja se on pidettävä erillään talousjätteestä.

WEEE-direktiivi

Tuotteessa tai sen pakkauskassa oleva roskasäiliön kuva osoittaa, että tätä tuotetta ei saa käsitellä talousjätteenä. Sähkö- ja elektroniikkalaiteromusta annetun EU-direktiivin 2002/96/EY (WEEE) mukaisesti tätä sähkölaitetta ei saa hävittää lajittelemattomana talousjätteenä. Hävitä tuote palauttamalla se myyntipisteesen tai paikalliseen jätteiden vastaanottolaitokseen kierrätystä varten. Siten osallistut ympäristön suojelemiseen.

Akun käyttölämpötila

Käyttölämpötila: -20 - 60 °C (-4 - 140 °F). Älä altista akkua sitä alemmille tai korkeammille lämpötiloille.

Radio- ja telepäätelaitedirektiivi

Täten TomTom vakuuttaa, että TomTomin navigaattorit ja lisävarusteet täyttävät EU-direktiivin 1999/5/EY olennaiset vaatimukset ja sen muut asiaankuuluvat määräykset. Vaatimustenmukaisuusvakuutus on osoitteessa tomtom.com/legal.

Sertifiointitietoja käyttäjälle

Näet kellosi sertifiointitietoja, kun avaat Settings (Asetukset) -valikon siirtymällä kellonäytössä alaspäin. Valitse Standards (Standardit) ja siirry oikealle, jotta voit selata sertifiointitietoja.

Mallinimet

TomTom-GPS-kello: 4REM
TomTom GPS Cardio -kello: 4RFM
TomTom-GPS-kellon johto: 4R00
TomTom-Bluetooth-urheilukallokkeet: 4R0M

Mallinimet®

Bluetooth®-sanamerkki ja -logot ovat Bluetooth SIG, Inc:n omistamia rekisteröityjä tavaramerkkejä. Muut tavaramerkit ja tuotenimet ovat omistajiensa omaisuutta.

Dodatek**Upozornění**

Tento monitor srdečního tepu není lékařským zařízením. Před zahájením cvičebního programu se vždy poraďte se svým lékařem. Pokud máte kardiostimulátor nebo jiné implantované elektronické zařízení, poraďte se svým lékařem dříve, než začnete tento produkt používat. Používání tohoto produktu během cvičení vás může rozptylovat od vnímání okolí nebo aktivity. Rušení signálu z externích zdrojů, špatný kontakt se zápestím a další faktory mohou zabránit získání přesných údajů o srdečním tepu nebo jejich přenosu. Společnost TomTom odmítá jakoukoli zodpovědnost za tyto nepřesnosti.

Jak společnost TomTom využívá vaše informace

Informace týkající se používání osobních informací naleznete zde tomtom.com/privacy.

Informace o baterii a životním prostředí

Tento produkt používá lithium-polymerovou baterii, ke které nemá uživatel přístup ani ji nemůže vyměnit. Neotevírejte pouzdro (ani se to nepokoušejte) za účelem vyjmutí baterie. Látky obsažené

v produktu a/nebo v baterii by mohly poškodit životní prostředí nebo vaše zdraví, pokud by byly zlikvidovány nesprávným způsobem. Baterie obsažená ve výrobku musí být recyklována nebo likvidována v souladu s místními zákony a předpisy a vždy oddělena od domovního odpadu.

Směrnice OEEZ

Symbol přeškrtnuté popelnice na kolečkách uvedený na produktu nebo jeho obalu naznačuje, že s výrobkem nemá být nakládáno jako s běžným odpadem z domácnosti. Dle Směrnice EU 2002/96/EC pro nakládání

s elektrickým a elektronickým zařízením (OEEZ) nesmí být tento produkt likvidován jako směsný odpad z domácnosti. Tento produkt při likvidaci vraťte na místo jeho zakoupení nebo jej odevzdejte k recyklaci do místního sběrného dvora. Pomůžete tím ušetřit životní prostředí.

Provozní teploty pro baterii

Provozní teploty: -20 °C (-4 °F) až 60 °C (140 °F). Nevystavujte ji teplotám mimo tento rozsah.

Směrnice R&TTE

Společnost TomTom tímto prohlašuje, že osobní navigační zařízení TomTom a jejich příslušenství splňují všechny nezbytné náležitosti a další příslušná ustanovení Směrnice EU 1999/5/EC. Prohlášení o shodě naleznete zde: tomtom.com/legal.

Informace o certifikaci pro uživatele

Chcete-li zobrazit informace o certifikaci na svých hodinkách, na obrazovce s hodinami přejděte dolů a otevřete nabídku Nastavení. Vyberte možnost Standardy a poté posunutím doprava procházejte informace o certifikaci.

Názvy modelů

GPS hodinky TomTom: 4REM
GPS hodinky TomTom Cardio: 4RFM
Kabel k GPS hodinkám TomTom: 4R00
Náhlavní souprava TomTom Bluetooth Sports: 4R0M

Názvy modelů®

Slovní označení a loga Bluetooth® jsou ochranné známky společnosti Bluetooth SIG, Inc. a jakékoli jejich použití společností TomTom je licencované. Ostatní ochranné známky a obchodní názvy jsou majetkem příslušných vlastníků.

Dodatek

Ostrzeżenie

Opisywany czujnik tętna nie jest urządzeniem medycznym. Przed rozpoczęciem programu ćwiczeń należy zawsze skonsultować się z lekarzem. Osoby z wszczepionym rozrusznikiem serca lub innymi urządzeniami elektronicznymi powinny przed rozpoczęciem korzystania z tego produktu skonsultować się ze swoim lekarzem. Stosowanie tego produktu podczas ćwiczeń może odwracać uwagę od otoczenia lub wykonywanych czynności. Zakłócenia spowodowane sygnałem z zewnętrznych źródeł, słaby kontakt z nadgarstkiem i inne czynniki mogą zakłócać dokładne odczyty tętna i przesyłanie danych. Firma TomTom zrzeka się wszelkiej odpowiedzialności powiązanej z tego typu nieprawidłowościami.

Wykorzystywanie informacji przez firmę TomTom

Informacje na temat wykorzystania danych osobowych można znaleźć na stronie tomtom.com/privacy.

Informacje dotyczące baterii i środowiska pracy



Opisywany produkt jest wyposażony w akumulator litowo-polimerowy, który nie podlega wymianie przez użytkownika i jest dla niego niedostępny. Nie należy otwierać komory akumulatora ani podejmować prób jego demontażu. W przypadku nieprawidłowego usunięcia substancji znajdujące się w produkcie lub akumulatorze

mogą stanowić zagrożenie dla zdrowia lub środowiska. Baterię zasilającą produkt należy oddać do punktu recyklingu lub zutylizować w odpowiedni sposób zgodnie z obowiązującym prawem i przepisami lokalnymi. Nie należy jej wyrzucać razem z odpadami komunalnymi.

Dyrektywa WEEE



Znajdujący się na produkcie lub na opakowaniu symbol pojemnika na śmieci na kółkach oznacza, że produkt nie powinien być traktowany jako odpad komunalny.

Zgodnie z Dyrektywą 2002/96/EC w sprawie zużytego sprzętu elektrycznego i elektronicznego (WEEE), niniejszego produktu elektrycznego nie wolno usuwać jako nieposortowanego odpadu komunalnego. Prosimy o usunięcie niniejszego produktu poprzez jego zwrot do punktu zakupu lub oddanie do miejscowego, komunalnego punktu zbiórki odpadów przeznaczonych do recyklingu. Stosując się do tych zaleceń, pomagasz chronić środowisko naturalne.

Zakres temperatur pracy akumulatora
Zakres temperatur pracy: od -20 °C (-4 °F) do 60 °C (140 °F). Nie wystawiać na działanie temperatur wykraczających poza wskazane wartości.

Dyrektywa R&TTE



Niniejszym firma TomTom oświadcza, że jej produkty wraz z akcesoriami są zgodne z zasadniczymi wymaganiami i innymi istotnymi postanow-

ieniami Dyrektywy UE 1999/5/EC. Deklaracja zgodności znajduje się tutaj: www.tomtom.com/legal.

Informacje o certyfikacie

Aby zobaczyć informacje o certyfikacie zegarka, należy przejść w dół na ekranie z zegarem i otworzyć menu Ustawienia. Należy wybrać opcję Standardy, a następnie przejść w prawo, aby przewijać informacje o certyfikacie.

Nazwy modeli

Zegarek GPS TomTom: 4REM
Zegarek GPS TomTom Cardio: 4RFM
Przewód do zegarka GPS TomTom: 4R00
Zestaw słuchawki Bluetooth TomTom do ćwiczeń: 4R0M

Nazwy modeli®

Nazwa i logo Bluetooth® są zastrzeżonymi znakami towarowymi należącymi do firmy Bluetooth SIG, Inc. i jakiegokolwiek ich użycie przez firmę TomTom odbywa się na licencji. Wszystkie pozostałe znaki towarowe i nazwy handlowe są własnością odpowiednich właścicieli.

Suplemento

Aviso

Esse monitor de frequência cardíaca não é um dispositivo médico. Sempre consulte um médico antes de iniciar um programa de exercícios. Se você possui um marca-passo ou outro dispositivo eletrônico implantado, consulte seu médico antes de usar esse produto. O uso desse produto ao se exercitar pode distrair você dos arredores ou da sua atividade. A interferência no sinal causada por fontes externas, contato ruim com o seu pulso e outros fatores podem impedir que ocorram leituras e transmissões de dados de frequência cardíaca precisas. A TomTom se exime de toda e qualquer responsabilidade decorrente de eventuais imprecisões.

Como a TomTom usa suas informações

É possível encontrar informações sobre o uso de informações pessoais em tomtom.com/privacy.

Informações sobre a bateria e o ambiente

Esse produto usa uma bateria de polímero de lítio que não é acessível nem pode ser substituída pelo usuário. Não abra o estojo ou tente remover a bateria. Substâncias no produto e/ou bateria podem ser prejudiciais ao ambiente ou sua saúde se descartada da forma inadequada. A bateria contida no produto deve ser reciclada ou descartada da forma adequada, de acordo com as leis e normas locais e sempre mantida separada do lixo doméstico.



Diretiva WEEE

O símbolo da lixeira no produto ou em sua embalagem indica que ele não deve ser tratado como lixo doméstico. Alinhado à Diretiva EU 2002/96/EC para descarte de equipamento elétrico e eletrônico (WEEE), este

produto elétrico não deve ser descartado como lixo municipal não classificado. Descarte este produto devolvendo-o ao ponto de venda ou ao ponto municipal de coleta local para reciclagem. Com esse procedimento, você ajudará a preservar o meio ambiente.

Temperaturas operacionais da bateria
Temperaturas operacionais: -20 °C (-4 °F) a 60 °C (140 °F). Não exponha a temperaturas acima das indicadas.

Diretiva R&TTE

A TomTom declara que os produtos e acessórios da TomTom estão em conformidade com os requisitos essenciais e outras disposições relevantes da Diretiva 1999/5/EC da UE. A declaração de conformidade pode ser encontrada aqui: tomtom.com/legal. Informações para o usuário referentes à FCC

O EQUIPAMENTO ESTÁ EM CONFORMIDADE COM A PARTE 15 DAS NORMAS DA

FCC

Declaração da FCC (Federal Communications Commission, comissão federal de comunicações)

Este equipamento irradia energia de radiofrequência e, caso não seja usado adequadamente, ou seja, estritamente de acordo com as instruções deste manual, pode causar interferência nas comunicações por rádio e na recepção de televisores.

A operação está sujeita às seguintes condições: (1) este equipamento pode não causar interferência prejudicial e (2) este equipamento deve aceitar qualquer interferência, incluindo a interferência que possa causar operação indesejada do equipamento.

Este equipamento foi testado e atende os limites de um equipamento digital da Classe B de acordo com os termos da Parte 15 das regras da FCC. Esses limites foram criados para oferecer proteção razoável contra interferência prejudicial em uma instalação residencial. Este equipamento gera, utiliza e pode emitir energia de radiofrequência e, se não instalado e usado de acordo com as instruções, poderá causar interferência prejudicial às comunicações de rádio. Contudo, não há garantias da não ocorrência de interferências em determinadas instalações. Se este equipamento de fato causar interferência prejudicial à recepção de rádio ou televisão, o que pode ser determinado desativando e ativando o equipamento, recomendamos ao usuário que tente corri-

gir a interferência por meio de uma ou todas as medidas abaixo:

- Reorientar ou realocar a antena receptora.
- Aumentar a distância entre o equipamento e o receptor.
- Conectar o equipamento a uma tomada de um circuito diferente daquele ao qual o receptor está conectado.
- Consultar o revendedor ou um técnico especializado em rádio/TV para obter ajuda.

Alterações ou modificações não aprovadas expressamente pela parte responsável pelo cumprimento pode anular a autoridade do usuário em operar o equipamento.

ID da FCC: S4L-4REM, S4L-4RFM

ID da IC: 5767A-4REM, 5767A-4RFM

Declaração sobre exposição à radiação por RF da FCC

Os transmissores neste equipamento não devem ser colocados ou operados juntamente com qualquer outra antena ou transmissor.

Parte responsável na América do Norte
TomTom, Inc., 24 New England Executive
Park, Suite 410, Burlington MA 01803
Tel.: 866 486-6866 opção 1 (1-866-4-TomTom)

Informações sobre emissões para o Canadá
A operação está sujeita às seguintes condições:

- Este equipamento pode não causar interferência.
- Este equipamento deve aceitar qualquer

interferência recebida, incluindo a interferência que pode causar sua ação indesejável.

A operação está sujeita à condição de que este equipamento não cause interferência prejudicial. Este aparelho digital Classe B cumpre a ICES-003 canadense, CAN ICES-3(B)/NMB-3(B)

NOTA IMPORTANTE

Declaração sobre exposição à radiação da IC:

- Este equipamento é compatível com os limites da IC RSS-102 para exposição à radiação definidos para um ambiente não controlado.
- Este equipamento e sua(s) antena(s) não devem ser colocados ou operados juntamente com qualquer outra antena ou transmissor.

Marca de conformidade regulatória



Este produto apresenta a RCM (Regulatory Compliance Mark, Marca de conformidade regulatória) para mostrar que está em conformidade com os regulamentos australianos relevantes.

Aviso para Nova Zelândia

Este produto exibe o código de fornecedor Z1230 para mostrar que cumpre com os regulamentos pertinentes da Nova Zelândia.

Contato do Suporte ao cliente

Austrália: 1300 135 604

Nova Zelândia: 0800 450 973

Informações de certificação para o usuário

Para ver informações de certificação no relógio, vá para baixo na tela do relógio para abrir o menu Settings (Configurações). Seleccione Standards (Padrões) e mova para a direita para rolar através das informações de certificação.

Nomes de modelos

Relógio com GPS TomTom: 4REM

Relógio com GPS TomTom Cardio: 4RFM

Cabo do Relógio com GPS TomTom: 4R00

Fone de ouvido para Esportes com Bluetooth TomTom: 4R0M

Nomes de modelos®

A marca Bluetooth® e os logotipos são marcas registradas da Bluetooth SIG, Inc. e o uso de tais marcas pela TomTom é feito sob licença. Outras marcas registradas e nomes comerciais pertencem aos seus respectivos proprietários.

“Este produto está homologado pela

ANATEL, de acordo com os procedimentos regulamentados pela resolução n.º 242/2000

e atende aos requisitos técnicos e aplicados”

“Este equipamento opera em caráter secundário, isto é, não tem direito a proteção contra interferência prejudicial, mesmo de estações do mesmo tipo, e não pode causar interferência a sistemas operando em caráter primário.”

Para maiores informações, consulte o site da ANATEL www.anatel.gov.br

警告

此心率監測並非醫療用裝置。開始運動計數前，請務必先諮詢醫師。如果您使用心臟節律器或其他植入式電子裝置，使用此產品前，請先諮詢醫師。運動時使用此產品可能會讓您分心，使您無法注意周遭或專注於您的活動。外部來源對訊號產生的干擾、手腕接觸不良和其他因素都有可能使心率資料的讀取或傳輸不準確。TomTom 聲明免除因任何此類不準確情形所引起的所有責任。

TomTom 使用您資訊的方式

如需使用個人資訊的相關資訊，請至 tomtom.com/privacy

電池與環保資訊



此產品採用使用者不可接觸或自行更換的鋰聚合物電池。請勿開啟電池盒或（嘗試）取出電池。若未正確處理，產品和 / 或電池中的物質可能會傷害環境或您的健康。本產品隨附之電池的回收

及處理方式須符合當地法律規範，且務必與家庭廢棄物分開放置。

WEEE 指令



位於產品或其包裝上的有輪垃圾桶符號，表示不得將此產品視為家庭廢棄物處理。根據歐盟廢棄電子電氣設備 (WEEE) 指令 2002/96/EC，不得將此電子產品視為未分類的城市廢棄物來處理。請按以下方式處理此產品：將其退回銷售門市或

當地市政回收站。這麼做將有助於保護環境。

電池作業溫度

作業溫度：-20° C (-4° F) 至 60° C (140° F)。請勿暴露於超過此範圍的溫度。
無線設備與通信終端設備 (R&TTE) 指令



TomTom 在此聲明 TomTom 產品與配件均符合歐盟指令 1999/5/EC 基本需求及其他相關條款之規範。您可至下列網址參閱符合性聲明：tomtom.com/legal。

適用於使用者的認證資訊

若要在手錶上查看認證資訊，請從時鐘畫面下移以開啟「Settings」(設定) 功能表。選取「Standards」(標準)，然後右移以捲動瀏覽認證資訊。

機型名稱

TomTom GPS 手錶：4REM
TomTom GPS CARDIO 手錶：4REM
TomTom GPS 手錶腕錶：4R00
TomTom 藍牙運動耳機：4R0M

機型名稱 ●

Bluetooth® 字標及標誌為 Bluetooth SIG, Inc. 所擁有之註冊商標，TomTom 針對此類

示的使用已獲得授權。其他商標和交易名稱為其個別所有人之財產。

本產品符合低功率電波輻射性電機管理辦法第十二條、第十四條等條文規定：

第十二條

經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。

低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

附錄

警告

此心率監測器并不是医疗设备。开始运动计划之前，请务必咨询医师。如果您有起搏器或其他植入式电子设备，则在使用本产品前请咨询您的医师。在运动时使用本产品可能会分散您对周围环境或活动的注意力。来自外源源的干扰、与手腕接触不良以及其他因素均可能会妨碍准确的心率读数或传输。TomTom 不对此类不准确性负任何责任。

TomTom 如何使用您的信息。

有关使用个人信息的说明，请访问 tomtom.com/privacy。

电池和环境信息

本产品使用锂聚合物电池，用户无法接触或更换电池。请勿打开盖子或（尝试）卸除电池。如果处理不当，本产品和/或电池中的物质可能会危害环境或您的健康。必须按照当地法律和法规采用适当方式回收或处置产品中且以上过程必须与生活垃圾分类分开

包含的电池，进行。

WEEE 指令

本产品或其包装上的可移动回收箱符号表示本产品不能当作生活垃圾处理。根据欧盟指令 2002/96/EC 关于废弃电子电气设备 (WEEE) 的规定，本电子产品不能当作未分类的城市废物处理。在处理本产品时，请将其送回销售点或当地城市收集站进行回收。这样做有助于保护环境。

工作温度

工作温度：-20°C (-4°F) 至 60°C (140°F)。切勿暴露于此温度范围之外。

R&TTE 指令

TomTom 特此声明，TomTom 产品及配件符合欧盟指令 1999/5/EC 的基本要求和相关法规规定。此符合性声明可以在以下位置找到：www.tomtom.com/

legal。

证书信息供用户查阅

要查看手表上的证书信息，请从时钟屏幕向下滑动以打开“设置”菜单。选择“标准”，然后向右移动以滚动浏览证书信息。

型号名

TomTom GPS 手表：4REM

TomTom GPS 有氧运动手表：4RFM

TomTom GPS 手表挂绳：4R00

TomTom 蓝牙运动耳机：4R0M

型号名

蓝牙®文字标记和徽标是归 Bluetooth SIG, Inc. 所有的注册商标，TomTom 在获得授权的情况下使用此类标记。其他商标和商品名称归其各自所有者所有。

Dodatek**Opozorilo**

Ta merilnik srčnega utripa ni medicinski pripomoček. Pred začetkom programa vadbe se vedno posvetujte z zdravnikom. Če imate srčni spodbujevalnik ali drug elektronski vsadek, se pred uporabo tega izdelka posvetujte z zdravnikom. Uporaba tega izdelka med vadbo lahko odvrne vašo pozornost od okolice ali dejavnosti. Motnje signalov iz zunanjih virov, slab stik z zapestjem in drugi dejavniki lahko preprečijo natančno odčitavanje ali prenos podatkov o srčnem utripu. TomTom ne prevzema nobene odgovornosti, ki izhaja iz takšne nenatančnosti. Kako TomTom uporablja vaše podatke Informacije o uporabi osebnih podatkov si lahko ogledate na tomtom.com/privacy.

Informacije o bateriji in okolju



V tem izdelku se uporablja litij-polimerna baterija, ki za uporabnika ni dostopna in je uporabnik ne more zamenjati. Ne odpirajte ohišja in ne odstranite baterije (oziroma je ne poskušajte odstraniti). Snovi v izdelku in/ali bateriji so lahko ob neustreznem odstranitvi škodljive za okolje ali vaše zdravje. Baterijo v izdelku je treba ustrezno reciklirati ali odvreči v skladu z lokalno zakonodajo in predpisi ter jo vedno hraniti ločeno od gospodinskih odpadkov.

Direktiva OEE0



Simbol prečrtanega smetnjaka na kolesih, ki je na izdelku ali embalaži, označuje, da tega izdelka ni mogoče obravnavati kot gospodinskega odpadka. V skladu z direktivo EU 2002/96/ES za odpadno električno in elektronsko opremo (OEE0) tega električnega izdelka ni dovoljeno zavreči kot nesortiran komunalni odpadke. Izdelek zavrzite tako, da ga za recikliranje vrnete na mesto nakupa ali lokalno mesto za zbiranje komunalnih odpadkov. S tem boste pomagali ohraniti okolje.

Delovne temperature baterije

Delovne temperature: od -20 °C (-4 °F) do 60 °C (140 °F). Izdelka ne izpostavljajte temperaturam zunaj tega obsega.

Direktiva o radijski opremi in telekomu-

nikacijski terminalski opremi



S tem TomTom izjavlja, da so naprave za osebno navigacijo in dodatna oprema v skladu z osnovnimi zahtevami in drugimi ustreznimi določili direktive EU 1999/5/ES. Izjavo o skladnosti si lahko ogledate tukaj: tomtom.com/legal. Informacije o certifikatu za uporabnika

Če si želite ogledati informacije o certifikatu na urli, se v zaslону ure premaknite navzdol, da odprete meni Nastavitve. Izberite možnost Standard in se za pomikanje po informacijah o certifikatu premaknite desno.

Modeli

Ura GPS TomTom: 4REM

Ura GPS TomTom Cardio: 4RFM

Kabel za uro GPS TomTom: 4R00

Športne slušalke Bluetooth TomTom: 4R0M

Modeli®

Besedna znamka in logotipi Bluetooth® so registrirane blagovne znamke družbe Bluetooth SIG, Inc., ki jih TomTom uporablja v skladu z licenco. Druge blagovne znamke in tovarniška imena so v lasti ustreznih lastnikov.

ข้อเพิ่มเติม

คำเตือน

ควรศึกษาการติดตั้งนี้ให้เรียบร้อยก่อนทำการติดตั้ง

โปรดปฏิบัติตามข้อกำหนดก่อนเริ่มประกอบ การออกกำลังกาย หากคุณมีเครื่องช่วยการเดินของหัวใจหรืออุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ในร่างกาย เช่นๆ โปรดปฏิบัติตามข้อกำหนดให้ผลิตภัณฑ์นี้

การใช้ผลิตภัณฑ์นี้จะต้องคำนึงถึงความสนใจของคุณอย่างใกล้ชิด การสัมผัสกับชิ้นส่วนของอุปกรณ์ การสวมใส่กับเสื้อผ้าที่ไม่ดี และปัจจัยอื่นๆ

อาจทำให้เกิดอันตรายจากแรงดันไฟฟ้าของหัวใจได้ตลอดเวลา TomTom ปฏิเสธความรับผิดชอบใด ๆ ที่เกิดขึ้นจากความผิดพลาดในการติดตั้งตัว วิธีการที่ TomTom ใช้ข้อมูลของคุณ

สามารถดูข้อมูลเกี่ยวกับการใช้ข้อมูลส่วนตัวได้ที่ tomtom.com/privacy ข้อมูลแบบละเอียดและอื่น ๆ

ผลิตภัณฑ์นี้ใช้แบตเตอรี่ Lithium-Polymer
 ที่ถูกใช้ในสารบรรจุภัณฑ์ที่ไม่ใช่ผู้ที่ไม่สามารถแยกแยะ
 ของได้ ให้นำไปรีไซเคิลหรือ (พยายาม)
 ถอดแบตเตอรี่ออก วัสดุในผลิตภัณฑ์และ/
 หรือแบตเตอรี่อาจเป็นอันตรายต่อสิ่งแวดล้อมหรือสุขภาพ
 ของคุณหากไม่ทำการกำจัดอย่างเหมาะสม
 แบตเตอรี่ภายในผลิตภัณฑ์นี้จะตั้งอยู่ในที่รีไซเคิล

วิธีที่ง่ายที่สุดที่จะกำจัดแบตเตอรี่ของคุณอย่างเหมาะสม
 และเพื่อหลีกเลี่ยงการแตกหักจากขยะทั่วไป

กฎระเบียบ WEEE



ผลิตภัณฑ์นี้จัดอยู่ในประเภทของผลิตภัณฑ์ที่ห้ามขายในที่
 เป็นการค้าระหว่างประเทศตามกฎหมายเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ที่ไม่
 ปลอดภัยทั่วไป เช่นเดียวกับกฎระเบียบ EU

Directive 2002/96/EC

สำหรับขยะไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์ (WEEE)

ห้ามใช้ผลิตภัณฑ์นี้เพื่อใช้ไฟฟ้าร่วมกับขยะทั่วไป

โปรดทราบ

โปรดทราบว่าผลิตภัณฑ์นี้ประกอบด้วยชิ้นส่วน เช่น ขดลวด
 หรือขดลวดของแบตเตอรี่ในกรณีที่ทำการรีไซเคิล การดำเนินการเช่นนี้
 ต่างกับกลุ่มผลิตภัณฑ์ในการรักษาสิ่งแวดล้อม

อุณหภูมิการใช้งานของแบตเตอรี่

อุณหภูมิการใช้งาน: -20°C (-4°F) ถึง 60°C (140°F)

ห้ามใช้ในสถานที่ที่มีอุณหภูมิเกินค่าเหล่านี้

กฎระเบียบ R&TTE



TomTom ขอประกาศ ณ
 ที่นี้ว่าผลิตภัณฑ์นี้เป็นไปตามข้อกำหนดของ

TomTom
 เป็นไปตามข้อกำหนดที่กำหนดให้เป็นและใช้ชื่อว่า

ที่เกี่ยวข้องของกฎระเบียบ EU Directive 1999/5/

EC สามารถดูคำประกาศการปฏิบัติตามข้อกำหนดได้ที่

www.tomtom.com/legal

ข้อมูลการรับรองสำหรับผู้ใช้

หากต้องการดูข้อมูลการรับรองนาฬิกาของคุณ

เลือกจากหน้าจอนาฬิกาที่เป็นเมนู Settings เลือก Standards

จากนั้นเลือกขวาเพื่อเลือกข้อมูลการรับรอง

ชื่อรุ่น

นาฬิกา GPS TomTom : 4REM

นาฬิกา GPS TomTom Cardio: 4RFM

สายนาฬิกา GPS TomTom: 4R00

ชุดชุดที่เข้า Bluetooth TomTom: 4R0M

ชื่อรุ่น

เครื่องหมาย Bluetooth® และโลโก้เป็นเครื่องหมายการค้าจดทะเบียนของ

Bluetooth SIG, Inc. และการใช้เครื่องหมายดังกล่าวใดๆ โดย TomTom

อยู่ภายใต้การได้รับอนุญาต

เครื่องหมายการค้าและชื่อการค้าเป็นทรัพย์สินของเจ้าของที่เกี่ยวข้อง

Tambahan

Amaran

Pemantau kadar denyut jantung ini bukanlah peranti perubatan. Sentiasa berunding dengan pakar perubatan sebelum memulakan program senaman. Jika anda mempunyai peranti jantung atau peranti elektronik lain yang diimplan, sila berunding dengan pakar perubatan anda sebelum menggunakan produk ini. Penggunaan produk ini ketika bersenam mungkin mengganggu persekitaran atau aktiviti anda. Gangguan terhadap isyarat daripada sumber luar, sentuhan yang kurang baik pada pergelangan tangan anda dan lain-lain faktor boleh menghalang bacaan data kadar denyut jantung yang tepat atau penghantaran. TomTom menafikan semua liabiliti yang timbul daripada ketidaktepatan sedemikian.

Bagaimana TomTom menggunakan maklumat anda

Maklumat mengenai penggunaan maklumat peribadi boleh didapati di tomtom.com/privacy.

Maklumat Bateri dan Alam Sekitar



Produk ini menggunakan bateri polimer litium yang tidak boleh diakses atau digantikan oleh pengguna. Jangan buka bekas atau (cuba) mengeluarkan bateri. Bahan di dalam produk dan/atau bateri boleh membahayakan alam sekitar atau kesihatan anda jika dibuang secara tidak betul. Bateri yang terkandung di dalam produk mesti dikitar semula atau dibuang dengan betul mengikut undang-undang dan peraturan

tempat dan sentiasa diasingkan daripada bahan buangan domestik.

Arahan WEEE



Simbol tong wheelee pada produk atau pembungkusan-nya menandakan bahawa produk ini tidak boleh dianggap sebagai bahan buangan domestik. Selari dengan Arahan EU 2002/96/EC untuk bahan buangan peralatan elektrik dan elektronik (WEEE), produk elektrik ini tidak boleh dibuang sebagai bahan buangan perbandaran yang tidak diasingkan. Sila buang produk ini dengan mengembalikannya kepada tempat pembelian atau kepada pusat pengumpulan perbandaran anda untuk kitar semula. Dengan melakukan ini, anda membantu memelihara alam sekitar.

Suhu pengendalian bateri

Suhu pengendalian: -20°C (-4°F) hingga 60°C (140°F). Jangan dedahkan kepada suhu yang melebihi had ini.

Arahan R&TTE



Dengan ini, TomTom menegaskan bahawa produk dan aksesori TomTom mematuhi keperluan asas dan peruntukan berkaitan lain bagi Arahan EU 1999/5/EC. Akaun pematuhan boleh didapati di sini: tomtom.com/legal.

Maklumat pensijilan untuk pengguna

Untuk melihat maklumat pensijilan pada jam tangan anda, bergerak ke bawah dari skrin jam untuk membuka menu Tetapan. Pilih

Standard dan kemudian bergerak ke kanan untuk menatal melalui maklumat pensijilan.

Nama model

Jam Tangan GPS TomTom: 4REM
Jam Tangan GPS Cardio TomTom: 4RFM
Kabel Jam Tangan GPS TomTom: 4R00
Set Kepala Sukan Bluetooth TomTom: 4R0M

Nama model®

Tanda perkataan dan logo Bluetooth® adalah tanda dagangan berdaftar yang dimiliki oleh Bluetooth SIG, Inc. dan sebarang penggunaan tanda sedemikian oleh TomTom adalah dengan kebenaran. Tanda dagangan dan nama dagangan yang lain adalah mengikut pemilik masing-masing.

Tambahan

Peringatan

Monitor detak jantung ini bukan perangkat medis. Selalu tanyakan kepada doktor sebelum memulai program latihan. Jika Anda menggunakan alat pacu jantung atau perangkat elektronik implan lainnya, konsultasikan kepada doktor sebelum menggunakan produk ini. Penggunaan produk ini saat latihan dapat terganggu dari lingkungan atau aktivitas Anda. Interferensi dengan sinyal dari sumber eksternal, kontak yang buruk dengan gelang Anda, dan faktor-faktor lain dapat mengganggu pembacaan atau transmisi data detak jantung. TomTom menolak semua bentuk tanggung

jawab yang muncul dari ketidakakuratan tersebut.

Bagaimana TomTom menggunakan informasi Anda

Informasi mengenai penggunaan informasi pribadi bisa dilihat di tomtom.com/privacy.
Informasi Baterai dan Lingkungan



Produk ini menggunakan baterai polimer litium yang tidak dapat diaksas atau diganti oleh pengguna. Jangan membuka pelindung atau (mencoba) melepas baterai. Zat di dalam produk dan/atau baterai dapat

membahayakan lingkungan atau kesehatan Anda jika terpapar secara tidak benar. Baterai yang berada di dalam produk ini harus didaur ulang atau dibuat sesuai dengan peraturan dan regulasi setempat dan harus selalu diperlakukan terpisah dari sampah rumah tangga.

Petunjuk WEEE



Simbol keranjang sampah beroda pada produk atauemasannya menunjukkan bahwa produk ini tidak boleh diperlakukan sebagai limbah rumah tangga. Sesuai dengan Petunjuk 2002/96/EC Uni Eropa tentang limbah peralatan

listrik dan elektronik (WEEE), produk listrik ini tidak boleh dibuat sebagai limbah daerah yang tidak disortir. Buanglah produk ini dengan mengembalikannya ke tempat pembelian atau ke titik pengumpulan daerah setempat untuk didaur ulang. Dengan

melakukan ini, Anda turut membantu dalam melestarikan lingkungan.

Suhu operasi baterai

Suhu operasi: -20°C (-4°F) s/d 60°C (140°F).
Hindari dari suhu melebihi suhu ini.

Petunjuk R&TTE



Bersama ini, TomTom menyatakan bahwa produk dan aksesoris TomTom memenuhi persyaratan pokok dan ketentuan lainnya yang relevan dengan Petunjuk 1999/5/EC Uni Eropa. Pernyataan kepatuhan tersebut dapat dilihat di sini: tomtom.com/legal.

Informasi sertifikasi untuk pengguna

Untuk melihat informasi sertifikasi di jam Anda, gerakan turun dari layar penguncian untuk membuka menu Pengaturan. Pilih Standar, lalu geser ke kanan untuk menggu-
lir informasi sertifikasi.

Nama model

TomTom GPS Watch: 4REM
TomTom GPS Cardio Watch: 4RFM
TomTom GPS Watch Cable: 4R00
TomTom Bluetooth Sports Headset: 4R0M

Nama model®

Tanda kata dan logo Bluetooth® adalah merek dagang terdaftar yang dimiliki oleh Bluetooth SIG, Inc. dan TomTom menggunakannya berdasarkan lisensi. Merek dagang dan nama lainnya adalah milik dari pemiliknya masing-masing.

付録

警告

この心拍数モニターは、医療機器ではありません。運動プログラムを開始する前に必ず医師にご相談ください。ペースメーカーやその他の埋め込み型電子機器を使用している方は、本品を使用する前に主治医にご相談ください。運動中に本品を使用すると、ご自身の周囲や活動に対して注意が散漫になるおそれがあります。また、外部ソースからの信号の干渉や、手首に正しく装着していないなどの要因により、心拍数データの読み取りや送信が正確に行われないことがあります。TomTomは、そうした不正確性から生じる損失について一切責任を負いません。

TomTomによるお客様情報の使用について

個人情報に関する使用については、tomtom.com/privacy をご覧ください。
電池および環境情報



本品に搭載されているリチウムポリマー電池は、お客様が交換することはできません。電池ケースを開いたり、電池を取り外したり（または取り外そうとしたり）しないでください。本品および/または電池には、不適切な方法で廃棄された場合に環境または健康を害する可能性がある物質が含まれています。本品に搭載されている電池は、地域の法規制に従って正しくリサイクルまたは廃棄し、必ず家庭ごみとは別に保管してください。

電気電子機器廃棄物 (WEEE) 指令



本品または本品の包装に記載されているキャスター付きごみ箱の絵表示は、本品を家庭ごみとして処分してはならないことを示しています。電気電子機器廃棄物 (WEEE) に関する欧州指令 2002/96/EC では、本電子製品を本分別の一

般ごみとして廃棄することを禁止しています。本品を廃棄する場合は、お買い求めの販売店、または自治体のリサイクル品回収場所にお持ちください。こうすることで環境保全に役立ちます。

電池の動作温度

動作温度: -20°C (-4°F) $\sim 60^{\circ}\text{C}$ (140°F) 動作温度を超える温度にさらさないでください。

R & TTE 指令



TomTom は本書において、TomTom 製品およびアクセサリが欧州指令 1999/5/EC の必須要求事項およびその他の関連規定に準拠していることを宣言します。この準拠に関する宣言については、tomtom.com/legal をご覧ください。

証明書情報 (ユーザー用)

ウォッチに関する証明書情報を確認するには、[時計] 画面から [設定] メニューを開きます。[標準] を選択したら、証明書情報まで右にスクロールします。

モデル名

TomTom GPS ウォッチ: 4REM
TomTom GPS Cardio ウォッチ: 4RFM
TomTom GPS ウォッチケーブル: 4ROO

TomTom Bluetooth Sports ヘッドセット: 4ROO

モデル名 ●

Bluetooth® のワードマークおよびロゴは、Bluetooth SIG, Inc. が所有する登録商標であり、TomTom はこれらのマークをライセンスに基づいて使用しています。その他の商標およびトレードネームは、それぞれの所有者に帰属します。

추록

경고

이 심박수 모니터는 의료 기기가 아닙니다. 운동 프로그램을 시작하기 전에 항상 의사와 상의하십시오. 심박 조율기 또는 기타 전자 장비를 이식한 경우 이 제품을 사용하기 전에 의사와 상의하십시오. 운동하는 동안 이 제품을 사용하면 주변 환경 또는 사용자의 활동에 의해 기기 작동이 방해받을 수 있습니다. 다른 소스로 인해 신호가 방해 받거나 기기를 손목에 제대로 착용하지 않거나 다른 방해 요인이 있을 경우 정확한 심박수 데이터를 읽거나 전송하지 못할 수 있습니다. TomTom은 이러한 잘못으로 인해 발생하는 모든 문제에 대해 책임을 지지 않습니다.

TomTom의 사용자 정보 취급 방침

개인 정보 사용에 관한 정보는 tomtom.com/privacy 에서 확인할 수 있습니다.

배터리 및 환경 관련 정보



이 제품은 사용자가 접근하거나 교체할 수 없는 리튬 폴리머 배터리를 사용합니다. 케이스를 열거나 배터리를 제거하지 (제거하려고 시도하지) 마십시오. 제품 또는 배터리 사용된 물질

을 부적절하게 처리할 경우 환경이나 인체에 해로울 수 있습니다. 제품에 포함된 배터리는 해당 국가 법률 및 규정에 따라 재활용하거나 적절하게 처리되어야 하며 항상 가정을 쓰레기와 분리해서 취급해야 합니다.

WEEE 지침



제품이나 포장 절면에 있는 쓰레기통 기호는 이 제품을 가정용 쓰레기로 취급해서는 안 된다는 것을 나타냅니다. EU의 폐전기전자제품에 관한 지침 (WEEE) 2002/96/EC에 따라 이 전자 제품은 분류되지 않은 일반 폐기물로 취급해서는 안 됩니다. 이 제품은 재활용을 위해 구입처 또는 지역 폐기물 수집 장소에 반납하여 처리하십시오. 이는 환경 보호에 도움이 됩니다.

배터리 작동 온도

작동 온도: -20°C(-4°F)~60°C(140°F) 이 온도 범위를 초과하는 환경에 노출시키지 마십시오.

R&TTE 지침



TomTom 제품 및 액세서리는 EU 지침 1999/5/EC의 필수 요구사항 및 기타 관련 조항을 준수합니다. 준수 내용은 tomtom.com/legal에서 확인할 수 있습니다.

사용자를 위한 인증 정보

시장에 대한 인증 정보를 보려면 시계 화면에서 아래로 이동하여 설정 메뉴를 여십시오. 표 준을 선택한 다음 오른쪽으로 이동하여 인증 정보를 스크롤하십시오.

모델명

TomTom GPS Watch: 4REM

TomTom GPS Cardio Watch: 4RFM

TomTom GPS Watch Cable: 4R00

TomTom Bluetooth Sports Headset: 4R0M

모델명

Bluetooth® 워드마크 및 로고는 Bluetooth SIG, Inc.에서 소유한 등록 상표이며

TomTom은 사용 허가를 받고 해당 마크를 사용합니다. 기타 상표 및 상품명은 해당 소유주의 자산입니다.

ICASA



Copyright notices

© 2015 TomTom. All rights reserved. TomTom and the "two hands" logo are registered trademarks of TomTom N.V. or one of its subsidiaries. Please see tomtom.com/ legal for limited warranty and end user licence agreements applying to this product.

Linotype, Frutiger and Univers are trademarks of Linotype GmbH registered in the U.S. Patent and Trademark Office and may be registered in certain other jurisdictions. MHei is a trademark of The Monotype Corporation and may be registered in certain jurisdictions.

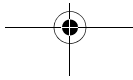
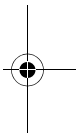
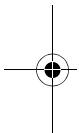
The software included in this product contains AES code under Copyright (c) 1998-2008, Brian Gladman, Worcester, UK. All rights reserved.

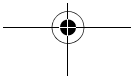
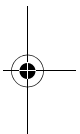
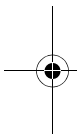
LICENCE TERMS

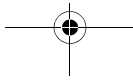
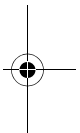
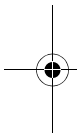
The redistribution and use of this software (with or without changes) is allowed without the payment of fees or royalties provided that:

1. source code distributions include the above copyright notice, this list of conditions and the following disclaimer;
2. binary distributions include the above copyright notice, this list of conditions and the following disclaimer in their documentation;
3. the name of the copyright holder is not used to endorse products built using this software without specific written permission.

Calorie calculations in this products are based on MET values from:
Ainsworth BE, Haskell WL, Herrmann SD, Meckes N, Bassett Jr DR, Tudor-Locke C, Greer JL, Vezina J, Whitt-Glover MC, Leon AS. 2011 Compendium of Physical Activities: a second update of codes and MET values. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 2011;43(8):1575-1581.









6R00.002.00