

TIME fit

MANUAL DE USUARIO



***TIMER DIGITAL
RELOJ - TABATA
HITT - EMOM
TANTEADOR
CROSSFIT
BOXEO***



DESCRIPCIÓN

TIME fit ME es un timer digital inalámbrico, liviano compacto y fácil de instalar.

Está diseñado para ser usado en gimnasios o centros de entrenamiento, porque cuenta con 7 modos de funcionamiento especiales para el entrenamiento físico:

- Reloj
- Timer ascendente
- Timer descendente
- EMOM (Every Minute On the Minute),
- Tabata (Entrenamiento por Intervalos, HIIT)
- Boxeo
- Tanteador

Cuenta con una alarma sonora (buzzer) de alta intensidad que permite avisar los inicios y finales de los ejercicios programados.

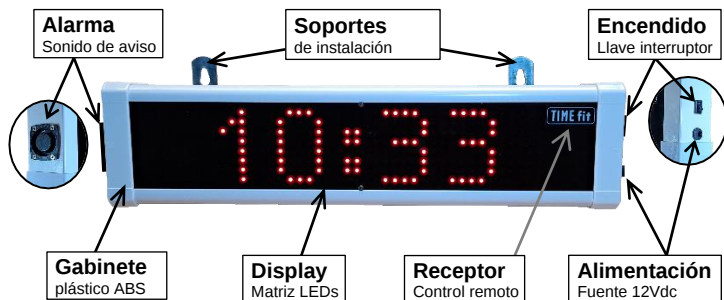
Además, permite memorizar 10 rutinas personalizadas para facilitar el uso.

Características:

- Inalámbrico: Se opera con control remoto infrarrojo.
- Alarma: Buzzer de alta intensidad
- Display: Matriz de LEDs de alta luminosidad
- Alimentación: 12vdc 1A
- Bajo consumo de energía

PARTES DEL EQUIPO

TIME fit

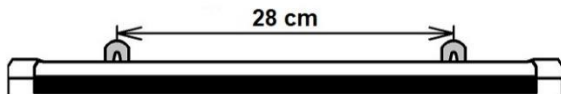


El equipo incluye:

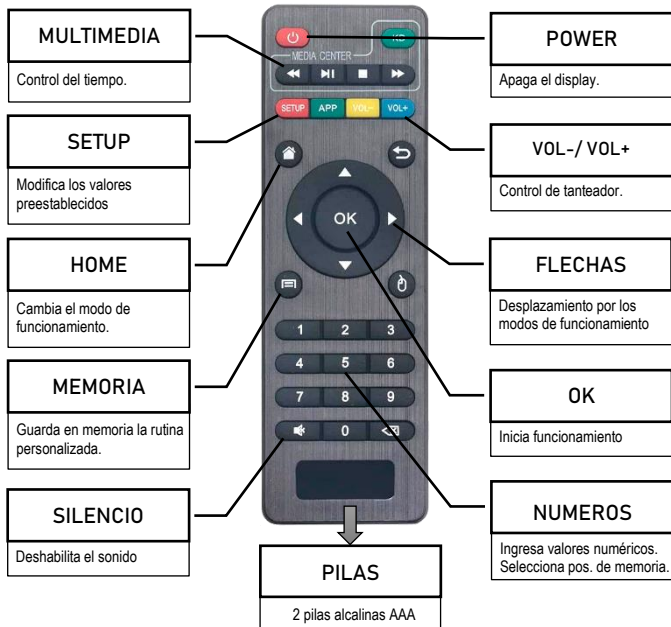
- **TIME fit (ME)**
- Fuente 220VAC/12VDC 1A (2mm)
- Control remoto IR
- Accesorios para instalación (2 tornillos y 2 tarugos de 6mm)

INSTALACIÓN

- 1) Definir la posición donde se instalará el equipo. Se recomienda que sea a una altura superior a 2 metros, para facilitar la visión.
- 2) Marcar en la pared (u otra superficie) 2 puntos horizontales (a nivel) separados a 28 cm.
- 3) Agujerear la pared con una mecha/broca de widia de 6mm.
- 4) Colocar los tarugos y tornillos en las perforaciones.
- 5) Colgar el equipo de los soportes, luego ajustar los tornillos.
- 6) Conectar la fuente de alimentación y encender el dispositivo.



CONTROL REMOTO



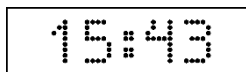
ACCESORIOS

Fuente de alimentación 220Vac/12Vdc, 1A	Kit de instalación Tarugos 6mm (2u) / Tornillos 6mm (2u)
	
* Las imágenes de los accesorios son ilustrativas	

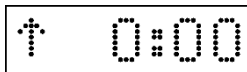
Modos de funcionamiento

Presionar la tecla  para cambiar el modo de funcionamiento, el equipo recorrerá las 7 opciones disponibles.

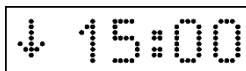
También pueden usarse las flechas   o   para cambiar de modo.



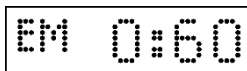
RELOJ



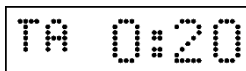
Timer Ascendente



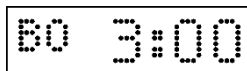
Timer Descendente



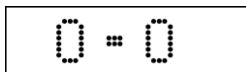
EMOM



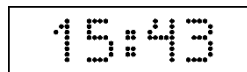
TABATA



BOXEO



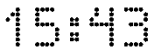
TANTEADOR



RELOJ



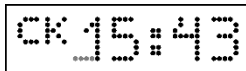
MODO RELOJ



Modificar: Para modificar la hora del reloj:

1) Presionar la tecla 

2) Ingresar la **hora actual** en horas y minutos (HH:MM formato 24hs) con los números del control remoto. El cursor parpadea en la posición a ingresar.



- Con las teclas   , se puede mover el cursor.
- Con las teclas   , se puede modificar (de a unidad) el valor indicado por el cursor.

MODO TIMER ASCENDENTE

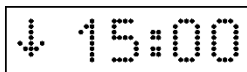


Permite contar el tiempo de manera **ascendente**.

Comenzar: Presionar  o  , para iniciar el conteo.

Reiniciar: Presionar  , para reiniciar el conteo

MODO TIMER DESCENDENTE



Permite contar el tiempo de manera **descendente**, desde un tiempo inicial prefijado.

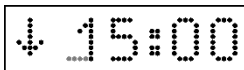
Comenzar: Presionar  o , para comenzar/detener el conteo.

Reiniciar: Presionar , para reiniciar el conteo.

Modificar: Para modificar el valor de inicio:

1) Presionar la tecla 

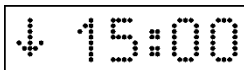
2) Ingresar el **tiempo inicial** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto. El cursor parpadea en la posición a ingresar.



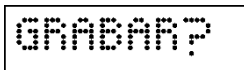
- Con las teclas  , se puede mover el cursor.
- Con las teclas  , se puede modificar (de a unidad) el valor indicado por el cursor.

Guardar: Para guardar en memoria (save) la rutina personalizada:

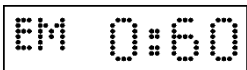
1) Presionar la tecla 



2) Presionar el **número de memoria** donde se guardará (0 al 9)



MODO EMOM

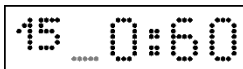


Permite contar **intervalos de actividad** (60 segundos) marcando el comienzo y el final mediante el sonido de la alarma. Esta secuencia se repetirá 15 veces (series).

Comenzar: Presionar  o , para comenzar/detener el conteo.

Reiniciar: Presionar , para reiniciar el conteo

Modificar: Para modificar el valor de inicio:



1) Presionar la tecla 

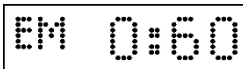
2) Ingresar la **cantidad de series** (o repeticiones) con los números del control remoto (15 por defecto).

3) Ingresar el **tiempo de actividad** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto.

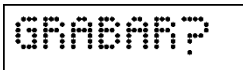
- Con las teclas  , se puede mover el cursor.
- Con las teclas  , se puede modificar (de a unidad) el valor indicado por el cursor.

Guardar: Para guardar en memoria (save) la rutina personalizada:

1) Presionar la tecla 



2) Presionar el **número de memoria** donde se guardará (0 al 9)



MODO TABATA

TA 0:20

Permite programar intervalos de **actividad** (20 seg) seguidos por periodos de **descanso** (10 seg) marcando el comienzo y el final mediante el sonido del buzzer. Esta secuencia se repetirá 8 veces (series).

Comenzar: Presionar  o , para comenzar/detener el conteo.

Reiniciar: Presionar , para reiniciar el conteo

Modificar: Para modificar el valor de inicio:

08 0:20
.....

1) Presionar la tecla 

2) Ingresar la **cantidad de series** (o repeticiones) con los números del control remoto.

3) Ingresar el **tiempo de ejercicio** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto.

4) Ingresar el **tiempo de descanso** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto.

08 0:10
.....

- Con las teclas  , se puede mover el cursor.
- Con las teclas  , se puede modificar (de a unidad) el valor indicado por el cursor.

Guardar: Para guardar en memoria (save) la rutina personalizada:

1) Presionar la tecla 

2) Presionar el **número de memoria** donde se guardará (0 al 9)

TA 0:20
0000000000

MODO BOXEO

BO 3:00

Permite programar **rounds** (de 3 min) seguidos por **descansos** (de 1 min) marcando el comienzo y el final con el sonido de la alarma.

Comenzar: Presionar  o  , para comenzar/detener el conteo.

Reiniciar: Presionar  , para reiniciar el conteo

Modificar: Para modificar el valor de inicio:

1) Presionar la tecla 

12 3:00
.....

2) Ingresar la **cantidad de rounds**, con los números del control remoto (12 rounds típico).

3) Ingresar el **tiempo de ejercicio** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto.

4) Ingresar el **tiempo de descanso** en minutos y segundos (MM:SS) con los números del control remoto.

de 1:00
.....

- Con las teclas   , se puede mover el cursor.
- Con las teclas   , se puede modificar (de a unidad) el valor indicado por el cursor.

Guardar: Para guardar en memoria (save) la rutina personalizada:

1) Presionar la tecla 

BO 3:00

2) Presionar el **número de memoria** donde se guardará (0 al 9)

GRABAR?

MODO TANTEADOR



Permite indicar el tanteador de 2 marcadores de 0 a 99 puntos.

Local: El tanteador de la izquierda, se modifica con las teclas:



Visitante: El tanteador derecho, se modifica con las teclas:

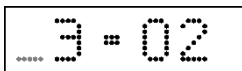


Modificar: Para modificar el tanteador:

- 1) Presionar la tecla

SETUP

- 2) Ingresar el valor del marcador de la izquierda.
- 3) Ingresar el valor del marcador de la derecha.



CARGAR RUTINA (LOAD)

Para cargar una rutina previamente almacenada en memoria:

- 1) Desde el modo Reloj
(o cualquier pantalla inicial)



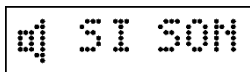
- 2) Presionar el **número de memoria** a cargar (0 al 9)
- 3) Continuar normalmente según el modo cargado

Nota: Si la posición de memoria se encuentra vacía, se indicará:

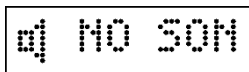


SONIDO

El sonido del buzzer puede desactivarse o activarse con esta tecla



Sonido activado



Sonido desactivado

Nota: El sonido siempre comienza activado, luego del encendido.

STAND BY

Presionar la tecla  para apagar el display del **TIME fit** Luego presionar cualquier tecla para encenderlo nuevamente.

Nota: El equipo no se apaga completamente, solo se apaga el display, mientras el equipo queda en stand-by.

PRECAUCIONES

TIME fit



Utilice solo la fuente incluida con el equipo. No conecte el **TIME fit** a una fuente con especificaciones distintas a las indicadas en los accesorios.



No exponer directamente a la luz del sol. La radiación solar puede interferir con el funcionamiento del control remoto.



No exponga el equipo a altas temperaturas, el excesivo calor puede afectar el funcionamiento del dispositivo.



Evite la humedad y las salpicaduras, esto puede dañar la electrónica del equipo e invalidar la garantía.



Limpie el equipo solo con un paño humedo. Utilice solo productos de limpieza especiales para equipos electrónicos, para evitar rayaduras.



ESPECIFICACIONES

Display	Matriz de puntos color rojo, 64mm de alto
Control remoto	Infrarrojo, alcance máximo de 7 a 10 metros
Alarma Sonora	100 dB @ 1 metro
Condiciones de operación	Temperatura: -10° a 40°C; HR: 20% a 90%
Alimentación	12Vdc 1A
Consumo	Típico=2W (160mA) / Máximo=5W (400mA)
Grado de protección	IP 51
Dimensiones	43x10x5 cm
Peso	400gr

GARANTIA Y RESPONSABILIDAD

Este producto cuenta con una garantía de un año a partir de la fecha de compra contra cualquier defecto de componentes y/o fabricación conforme a uso normal. La responsabilidad del fabricante se limita al reemplazo del producto defectuoso.



Esta garantía no será válida bajo las siguientes condiciones:

- 1) Cuando el uso, cuidado y operación del producto no haya sido de acuerdo con las instrucciones contenidas en el manual de operación.
- 2) Cuando el producto haya sido usado fuera de su capacidad, maltratado, golpeado, expuesto a la humedad, dañado por algún líquido o sustancia corrosiva, así como por cualquiera otra falla atribuible al consumidor.
- 3) Cuando el producto haya sido desarmado, modificado o reparado por personas no autorizadas.
- 4) Cuando la falla sea originada por el desgaste normal de las piezas debido al uso.



www.enitronics.com

