Anleitung zu Art.Nr. 147 3357
Mini-Stepper

SPORT-THIEME®
Schulsport · Vereinssport · Fitness · Therapie
Wir sind Ihr Team!

Stellen Sie die gewünschte Belastung und Hubhöhe mittels des Handrades an der Unterseite des Gerätes ein

Funktionen:

Scan:
Steht der Pfeil auf „Scan“ wechselt die Anzeige zwischen allen Funktionen

Zeit:
Zählt von 0 bis 99:59

Zählung:
Zeigt die gesamte Trainingszeit an

Schritte/min:
Zeigt die erwarteten Schritte an, die in einer Minute gemacht werden können

Kalorien:
Kalorienverbrauch wird während dem Training ermittelt. Dies ist nur ein ungefährer Richtwert

Funktions-Knopf:
Zum Auswählen der Funktionen Zeit, Schritte, Schritte/Min, Kalorien, den Knopf drücken. Zum Löschen den Knopf für 4 Sekunden gedrückt halten. Das Gerät schaltet sich nach ca. 5 Minuten von alleine aus.

0612201