Bedienungsanleitung

Art.-Nr. 2819206

Sport-Thieme Stoppuhr „Stroke"

Vielen Dank, dass Sie sich für dieses Produkt entschieden haben!
Damit Sie viel Freude an diesem Produkt haben und die Sicherheit gewährleistet ist, sollten Sie diese Anleitung vor dem Gebrauch zunächst vollständig durchlesen. Bewahren Sie die Anleitung gut auf. Für Fragen und Wünsche stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

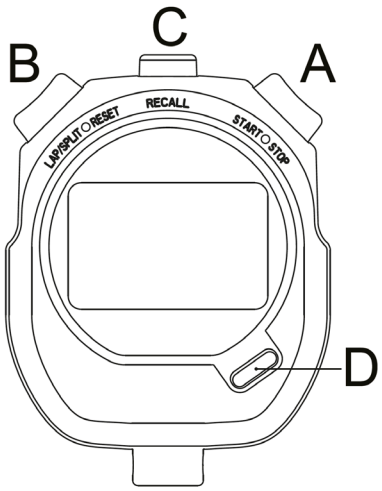


0626308 · © 2026 Sport-Thieme GmbH

SPORT-THIEME

Sport-Thieme GmbH · 38367 Grasleben · sport-thieme.de
Tel. 05357 18181 · Fax 05357 18190 · info@sport-thieme.de

BEDIENUNGSANLEITUNG



1. FUNKTIONEN:

1) 300 Runden und Zwischenzeiten auf 1/100-Sekunde
2) 12-/24-Stunden Zeitformat
3) Zeit und Datumsanzeige, Chronodaten, speichert Daten für jeden Lauf mit Markierung
4) Zeigt schnellste Runde, langsamste Runde und durchschnittliche Rundenzeit
5) Count-down Timer für bis zu 10 Stunden
6) Schrittmacher Funktion mit einstellbarem Intervall, Frequenz von 10-320 Takten pro Minute
7) Misst Schlagzahl pro Minute für Sportarten wie Schwimmen und Rudern
8) Bei der Schlagzahl wird eine Sequenz vom Start bis zum Ende des Rennens als Datenblock aufgezeichnet. Eine Sequenz von Daten, die vom Start bis zum Ende des Rennens gemessen wurden, wird als „BLK“ Datengruppe aufgezeichnet. Bis zu 100 Datenblöcke können gespeichert werden, ohne dass andere Daten gelöscht werden müssen.
9) CR2032 Lithiumbatterie mit Batteriedeckel zum einfachen Wechseln der Batterie
10) Umhängekordel im Lieferumfang enthalten
11) Anzeige „niedriger Batteriestand“
12) Wasserdicht

2. BELEGUNG DER TASTEN

[A] START/STOPP
[B] NULLSTELLEN / RUNDE, ZWISCHENZEIT
[C] ABRUFEN
[D] MODUS

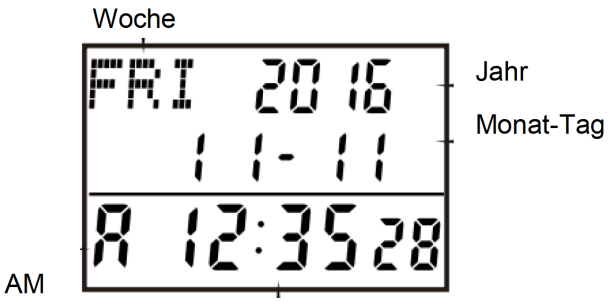
GEBRAUCHSANWEISUNG

1. Zwischen Betriebsarten wechseln

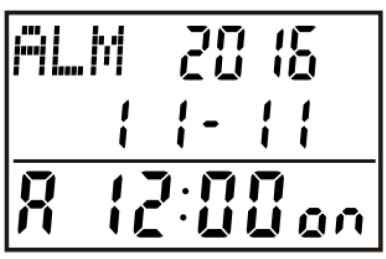
Um zwischen den Betriebsarten zu wechseln, drücken Sie die [D] Taste in der folgenden Reihenfolge: Zeit/Kalender → Alarm → Stoppuhr 1 → Stoppuhr 2 → Countdown → Schrittmacher → Schlagzahl

2. „Zeit/Kalender“ Betrieb und Einstellungen

Drücken Sie im „Zeit/Kalender“ Modus die [C] Taste für 2Sekunden, um zu den Einstellungen [Zeit/Kalender] zu gelangen. Das „Jahr“ beginnt zu blinken. Drücken Sie dann die [B] Taste mehrfach, um nacheinander „Jahr – Monat – Tag – 12-/24-Std. – Stunde – Minute – Sekunde“ anzuzeigen. Wenn die Anzeige blinkt, drücken Sie [A], um „1“ hinzufügen, halten Sie diese Taste für den Schnelllauf. Wenn Sie die Einstellungen beendet haben, drücken Sie die [C] Taste, um die Einstellungen zu verlassen.



3. Alarm Einstellungen



Drücken Sie im „Zeit/Kalender“ Modus die [D] Taste, um den „Alarm“ Modus anzuzeigen. Drücken und halten Sie dann die [C] Taste für 2 Sekunden, um zu den Alarm Einstellungen zu gelangen. Die „Stunde“ beginnt zu blinken. Drücken Sie dann die [B] Taste mehrfach, um nacheinander „Stunde – Minute“ anzuzeigen. Drücken Sie [A], um „1“ hinzufügen, halten Sie diese Taste für den Schnelllauf. Wenn Sie die Einstellungen beendet haben, drücken Sie die [C] Taste, um die Alarm Einstellung zu verlassen. Wenn Sie im „Alarm“ Modus sind, drücken Sie die [A] Taste, um die Alarmfunktion ein-/auszuschalten. Die Anzeige „on“ bedeutet, dass der Alarm aktiv ist, „–“ bedeutet, der Alarm ist ausgeschaltet. Wenn die eingestellte Zeit kommt, ertönt der Alarm für 15 Sekunden. Sie können den Alarm durch Drücken einer beliebigen Taste abstellen.

„CHRONOGRAPH" MODUS

1. Stoppuhr Einstellungen

„Stoppuhr 1" und „Stoppuhr 2" zeichnen die gleiche Laufzeit auf, nur die dritte Zeile ist anders.
Die dritte Zeile von „Stoppuhr 1" zeigt die aktuell akkumulierte Zwischenzeit.
Die dritte Zeile von „Stoppuhr 2" zeigt die aktuell akkumulierte Rundenzeit. (Die dritte Zeile zeigt „L" und „LAP" Symbole wie rechts gezeigt.)



Speicher RUNDE
ZWISCHENZEIT
CHRONOGRAPH ZWISCHENZEIT

[Stoppuhr 1] Oberfläche



Speicher RUNDE
ZWISCHENZEIT
RUNDE CHRONOGRAPH

[Stoppuhr 2] Oberfläche

Wenn Sie im Chronographen sind, drücken Sie die [A] Taste, um „CHRONO" zu starten oder zu stoppen.



RUNDE
ZWISCHENZEIT
CHRONOGRAPH

- Wenn die Stoppuhr läuft, drücken Sie die [B] Taste, um die Zeit für jede Runde aufzuzeichnen.
- Wenn die Stoppuhr gepaust ist, drücken Sie die [B] Taste, um sie zurückzusetzen und die vorherigen Aufzeichnungen als Datengruppe zu speichern.
- Wenn die Stoppuhr zurückgesetzt ist (alle Anzeigen auf null), erscheint „MEM" (Speicher) und zeigt den verbliebenen Speicherplatz an.
- Wenn die Stoppuhr läuft oder gepaust ist, erscheint „MEM" (Speicher) nicht und die Anzeige zeigt die aktuelle Rundenzahl.
- Wenn der Speicher voll ist, kann er keine neuen Daten erfassen. Die „Speicherzahl" blinkt als Erinnerung, dass Daten vom Speicher gelöscht werden müssen.

2. Gespeicherte Daten abrufen

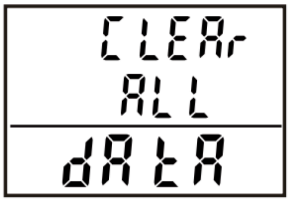
BLK (BLOCK)



Monat-Tag-Jahr
Stunde: Minute

Eine Sequenz von Daten, die vom Start bis zum Ende des Rennens gemessen wurden, wird als „BLK" Datengruppe aufgezeichnet. Bis zu 100 Datenblöcke können gespeichert werden, ohne dass andere Daten gelöscht werden müssen. Wenn die Stoppuhr läuft, angehalten oder zurückgesetzt ist, drücken Sie die [C] Taste, um in den „Abruf" Modus zu gelangen (wenn kein Speicher vorhanden ist, kann nichts abgerufen werden). Dann erscheint wie der Abbildung oben gezeigt „RECALL". Drücken Sie die [C] Taste, um die Daten einer beliebigen „Speichergruppe" abzurufen. Halten Sie die Taste für den Schnelllauf. „BLK-001 → BLK-002 → BLK-003..." Wenn Sie die benötigte Datengruppe abrufen, drücken Sie die [A] Taste, um zu den Daten zu gelangen. Drücken Sie wiederholt die [A] Taste, um die schnellste (FS), langsamste (SL) und durchschnittliche (AV) Zeit sowie jede Speicherzeit dieser Speichergruppe abzurufen. Halten Sie die Taste für den Schnelllauf. Wenn Sie den Speicherabruf einer Gruppe beendet haben, drücken Sie die [C] Taste, um zurück zur „BLK" Gruppennummer zu gelangen. Wiederholen Sie die obigen Schritte, um die Daten einer anderen Gruppe abzurufen. Drücken Sie die [D] Taste, um jederzeit in den „Chronograph" Modus zurückzukehren.

3. Gespeicherte Daten löschen



Wenn Sie zu einer beliebigen Zeit während des Speicherabrufs die [B] Taste drücken, erscheint Bild „Clear all data" (Alle Daten löschen) mit einem Warnton „Di-Di". Wenn Sie die [B] Taste für 3 Sekunden gedrückt halten und der Warnton ein langes „Diiii" wird, sind alle Daten gelöscht und Sie gelangen zurück in den „Chronograph" Modus. Wenn Sie die Taste nicht gedrückt halten, geht die Anzeige zurück zum Speicherabruf und das Löschen des Speichers wird abgebrochen. Bitte beachten: Bitte bestätigen Sie, dass der „Chronograph" Modus angehalten und zurückgesetzt ist, bevor Sie die Speicher löschen.

„COUNT-DOWN" MODUS

1. Count-down Zeit einstellen

Drücken Sie die [D] Taste, um zum „Count-down" Modus zu gelangen. Drücken und halten Sie dann die [C] Taste für 2 Sekunden, um zu den Einstellung zu gelangen.



Obere Zeile: zeigt die geplante Count-down Zeit

Mittlere Zeile: zeigt die aktuelle Count-down Zeit.

Untere Zeile: zeigt die Count-down Wiederholungen

Die „Count-down Stunde" beginnt zu blinken. Drücken Sie dann die [B] Taste, um „Stunde- Minute-Sekunde" anzuzeigen. Wenn eine Nummer blinkt, drücken Sie die [A] Taste, um „1" hinzuzufügen. Halten Sie die Taste für den Schnelllauf. Drücken Sie die [C] Taste, um die Einstellungen zu verlassen. Wenn Sie die Einstellungen beendet haben, wird die mittlere Zeile (aktuelle Count-down Zeit) auf die obere Zeile (geplante Count-down Zeit) aktualisiert. Wenn die geplante Count-down Zeit „0" ist, beginnt die aktuelle Count-down Zeit mit dem Count-down von „9:59:59".

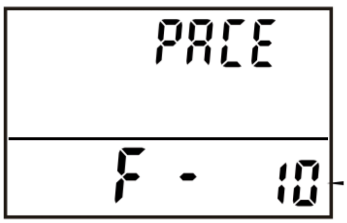
2. Count-down

Drücken Sie im „Count-down Zeit" Modus die [A] Taste, um den Count-down zu starten oder zu stoppen. Die unterste Zeile (Count-down Wiederholungen) zeigt „1", wenn die geplante Countdown Zeit einmal abgelaufen ist, ein „Di-Di" ertönt. Anschließend wird der Count-down erneut gestartet. Der „Count-down" Modus wird gestoppt und die Count-down Wiederholungen zeigen „0", nachdem die Count-down Wiederholungen 9999 erreicht haben. Drücken Sie während einer Pause des „Count-down" Modus die [B] Taste, um den Count-down zurückzustellen und alle Count-down Wiederholungen zu löschen.

„SCHRITTMACHER" MODUS

1. Schrittmacher einstellen

Wenn Sie im „Zeit" Modus sind, drücken Sie die [D] Taste, um zum „Schrittmacher" Modus zu gelangen. Die Frequenz blinkt. Drücken Sie die [B] Taste, um die Frequenz in der folgenden Reihenfolge auszuwählen: 10 → 20 → 30 → 40 → 60 → 80 → 120 → 160 → 240 → 320. Schrittmacher



Schrittmacher

2. „Schrittmacher" Modus ausführen

Wenn Sie die gewünschte Frequenz eingestellt haben, drücken Sie die [A] Taste, um den Schrittmacher zu starten oder zu stoppen. Im „Schrittmacher" Modus ertönt jede Minute ein „Di" Signal und die Frequenznummer ist „1" entsprechend der ausgewählten Frequenz. Die maximale Frequenz ist 9999. Der Schrittmacher wird gestoppt und zurückgesetzt und alle Frequenznummern werden gelöscht, wenn die Frequenznummer 9999 erreicht hat. Während einer Pause des Schrittmachers drücken Sie die Taste [B], um den Schrittmacher zurückzusetzen und die Frequenznummer zu löschen. Drücken Sie nach dem Zurücksetzen die Taste [B], um die Frequenz erneut zurückzustellen.

Die Schlagzahl/Frequenz einer Aktivität pro Minute wird automatisch kalkuliert, indem die Zeit berechnet wird, die für drei Schläge erforderlich ist. Die messbare Anzahl an Schlägen pro Minute liegt zwischen 10 und 180. Zum Beispiel: F-10 bedeutet, dass das Signal in 60 Sekunden 10-mal ertönt. Das heißt, es dauert 6 Sekunden bis zum nächsten Signal. F-80 bedeutet, dass das Signal in 60 Sekunden 80-mal ertönt, also alle 0,75 Sekunden.



Obere Zeile: zeigt die aktuelle Count-up Zeit

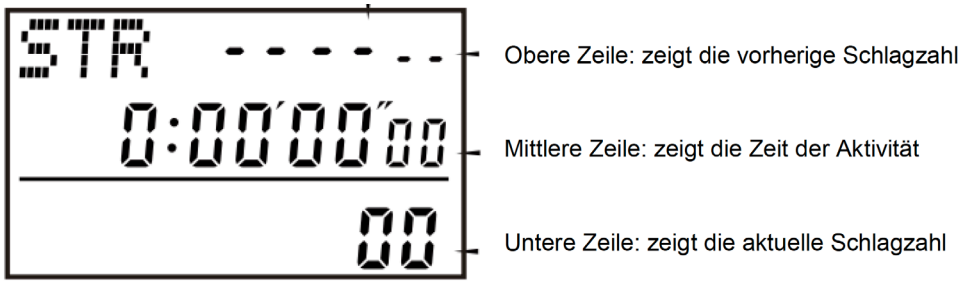
Mittlere Zeile: zeigt die aktuelle Zählung

Untere Zeile: zeigt den aktuellen Schrittmacher

„SCHLAGZAHL" MODUS

1. Berechnung

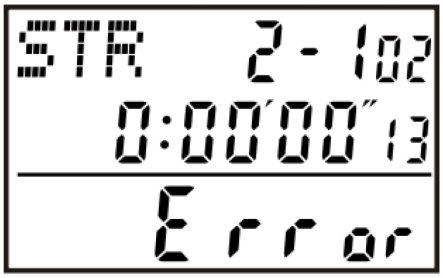
Drücken Sie im „Zeit" Modus die [D] Taste, um zum „Schlagzahl" Modus zu gelangen. Wenn Sie im „Schlagzahl" Modus sind, drücken Sie die Taste [A], um den Count-up der aktuellen Zeit zu starten. Die aktuelle Schlagzahl ist „180". Nach einer Sekunde beginnt der Count-down von „180". Während des Count-downs drücken Sie die Taste [A] sobald drei Schläge beendet sind und die aktuelle Schlagzahl wird angezeigt. Drücken Sie gleichzeitig die [A] Taste wieder, um die Schlagzahl zu starten und die vorherige Schlagzahl automatisch zu speichern. Wenn die Schlagzahl gestoppt ist, drücken Sie die [B] Taste zum Zurücksetzen und um die vorherige „aktuelle Schlagzahl" automatisch zu speichern. Bis zu 10 Daten können gespeichert werden. Wenn mehr als 10 Messungen gemacht werden, werden die ältesten Daten aus dem Speicher gelöscht.
Die Anzeige „–" bedeutet, dass es keine Schlagzahl Aufzeichnungen gibt.



Hinweise: Wenn der „Schlagzahl" Modus gestartet ist, erscheint zuerst für eine Sekunde die Anzeige „180". Wenn während dieser 1 Sekunde sofort die [A] Taste gedrückt wird, wird die Berechnung sofort gestoppt und „Error" angezeigt, was bedeutet, dass der Abruf gescheitert ist. Wenn der Countdown mit „180" beginnt und bis „10" erreicht ist, stoppt das Drücken von Taste
[A] die Berechnung sofort und „ERROR" wird angezeigt, was bedeutet, dass der Abruf gescheitert ist.

2. Aufrufen und Löschen

Wenn die Berechnung gestoppt wird, drücken Sie Taste [A], um die vorherige Schlagzahl abzurufen, und „RECALL" wird angezeigt. Nach dem Abruf einer Speichergruppe wird sie für den Abruf bereitstehen.
Wenn Sie während des Abrufs die [B] Taste drücken, erscheint in der Anzeige „Clear all data" („Alle Daten löschen") zusammen mit dem Warnton „Di-Di". Alle Schlagzahlen werden nach 3 Sekunden gelöscht, es sei denn, die [B] Taste wird für weniger als 3 Sekunden gehalten: Dann werden die gespeicherten Daten nicht gelöscht.



ENERGIESPAREN UND ERINNERUNG „NIEDRIGER BATTERIESTAND"

1. Energiesparen

Bitte stoppen und setzen Sie den „Stoppuhr"/"Countdown"/"Schrittmacher"/"Schlagzahl" Modus zuerst zurück. Gehen Sie dann zum [Time/Calendar] Modus zurück. Drücken Sie [A, B, C] für 3 Sekunden, um die Stoppuhr auszuschalten. Die [Time/Calendar] Funktion ist weiter aktiv und kann genutzt werden.

2. Stoppuhr ausschalten

Drücken Sie nach dem Ausschalten der Stoppuhr für 2 Sekunden die [D] Taste. Dann schaltet sich die Stoppuhr ein.

3. Anzeige „niedriger Batteriestand"

Wenn die mittlere Zeile blinkt, ist der Batteriestand niedrig. Bitten Sie Ihren Händler vor Ort, die CR2032 (Lithium) Batterie zu ersetzen.

8.4 Stoppuhr zurücksetzen

Wenn Sie die Stoppuhr benutzen, drücken Sie gleichzeitig für 3 Sekunden [A, B, C, D], um die Stoppuhr zurückzusetzen, falls sie nicht normal funktioniert oder die Parameter für Zeit/Kalender/Alarm nicht korrekt sind. Nach dem Zurücksetzen werden die Parameter für Zeit/Kalender/Alarm auf die Werkseinstellung zurückgesetzt. Die gespeicherten Chronograph Daten und die Speicher für der Schlagzahl Speicher werden jedoch nicht gelöscht.

WARTUNG

- Halten Sie die Stoppuhr von starken Vibrationen oder Stößen von harten Gegenständen fern, um Schäden zu vermeiden.
- Setzen Sie die Stoppuhr nicht für längere Zeit Umgebungen mit hohen Temperaturen aus.
- Wenn die Stoppuhr nicht als „wasserdicht" gekennzeichnet ist, vermeiden Sie den Kontakt mit Wasser, Dampf oder anderer Feuchtigkeit.

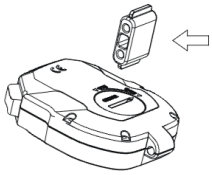
So wechseln Sie die Batterie



1. Beginnen Sie damit, den hinteren Deckel der Stoppuhr zu lösen.
2. Nehmen Sie die CR2032-Batterie heraus.
3. Ersetzen Sie die Batterie in einem Winkel, sodass die (+Seite) der Batterie mit dem hervorgehobenen Metall in Kontakt kommt.
4. Der Anschluss befindet sich unter dem (LOSE-Symbol.
5. Setzen Sie den Deckel wieder auf. Die vertiefte Linie in der Mitte des Deckels sollte sich vertikal zum „OPEN"-Symbol ausrichten.
6. Drehen Sie den Deckel, bis die Linie auf das „CLOSE"-Symbol zeigt.

Methode zum Öffnen des Batteriedeckels:

Setzen Sie den Kabelclip (der am Band befestigt ist) in den Batteriedeckelschlitz ein. Drehen Sie gegen den Uhrzeigersinn, um den Deckel zu entriegeln und zu entfernen.



Produkt Leistungsstandard Nr.: GB/T22778-2008

Die Gewährleistungszeit beträgt ein Jahr, Batterien und physische Beschädigungen sind davon ausgeschlossen.

Entsorgungshinweis

Dieses Elektro- bzw. Elektronikgerät darf am Ende seiner Lebensdauer nicht im Hausmüll entsorgt werden. Zur Rückgabe stehen in Ihrer Nähe kostenfreie Sammelstellen für Elektroaltgeräte sowie ggf. weitere Annahmestellen für die Wiederverwendung der Geräte zur Verfügung. Die Adressen erhalten Sie von Ihrer Stadt- bzw. Kommunalverwaltung. Sofern das alte Elektro- bzw. Elektronikgerät personenbezogene Daten enthält, sind Sie selbst für deren Löschung verantwortlich, bevor Sie es zurückgeben. Sofern dies ohne Zerstörung des alten Elektro- oder Elektronikgerätes möglich ist, entnehmen Sie bitte alte Batterien oder Akkus sowie Altlampen, bevor sie es zur Entsorgung zurückgeben, und führen diese einer separaten Sammlung zu.



Bedeutung des Symbols „durchgestrichene Mülltonne“
Das auf den Elektro- und Elektronikgeräten regelmäßig abgebildete Symbol einer durchgestrichenen Mülltonne weist darauf hin, dass das jeweilige Gerät am Ende seiner Lebensdauer getrennt vom unsortierten Siedlungsabfall zu erfassen ist.