

Mini Pedometer

Uporaba

1. Pedometer si namestimo za pas. Pedometer namestimo spredaj čim bolj na sredini. Če pedometer ni ustrezno nameščen bo zaznava korakov netočna.
2. Pritisnemo manjši gumb »reset«. Ob pritisku se bodo vse meritve ponastavile. Pedometer je pripravljen za uporabo.
3. S pritiskom na večji »mode« gumb izbiramo prikaz opravljenih korakov, prehojene milje, prehojeni kilometri in porabljene kalorije (isto zaporedje).



Pomni

1. Za izračun prehojene poti se uporablja dolžina posameznega koraka 60cm.
2. Tabela prikazuje koliko korakov je potrebno opraviti za porabo 300Kcal.

Teža (kg)	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85	90
Koraki	13400	11900	10700	9700	8900	8200	7700	7100	6700	6300	5900