

## Modelo PD20 - Termopedometro

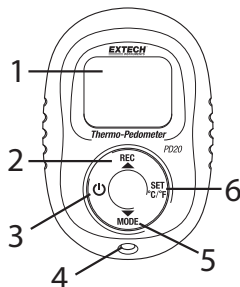
### Segurança

- Mantenha o PD20 e a pilha fora do alcance das crianças
- Não exponha o PD20 a líquidos, fogo, choques ou vibrações
- Substitua a pilha assim que ela descarregar
- Use equipamento de proteção ao manusear pilhas com vazamento

### Descrição

1. Visor
2. Botão ▲REC (Gravar)
3. Botão ON-OFF (liga/desl.)
4. Olhal para correia de transporte
5. Botão ▼MODE (Modo)
6. Botão Set °C/°F (Definir °C/°F)

Porta da pilha e botão Reset (Redefinir)  
Localizados atrás do PD20



### Funcionamento básico

- **Remova a película protetora do visor.**
- Abra o compartimento da pilha (usando uma moeda), remova a fita de isolamento e feche a porta da pilha. O PD20 vai LIGAR. Se isso não acontecer, substitua a pilha.
- '0 STEP (0 PASSO)' aparecerá na parte superior do visor e o tempo, na parte inferior quando a unidade estiver LIGADA.
- Pressione e segure o botão ON-OFF (liga/desl.) para desligá-la. Pressione e segure o botão ON-OFF (liga/desl.) para religá-la.
- O PD20 entra no modo de economia de energia após 10 minutos de inatividade (apenas o tempo aparece no visor). Para desativar o modo de economia de energia: movimento o instrumento ligeiramente; aparecerá STEP (PASSO).

### Modo de configurações

1. Pressione e segure o botão SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) por 3 segundos.
2. °C ou °F com AM/PM piscará. Pressione MODE (MOD0) ▼ para alterar as unidades. Pressione SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) novamente para confirmar.
3. O tempo aparecerá com o dígito de hora piscando. Pressione REC (GRAVAR) ▲ ou MODE (MOD0) ▼ para aumentar/reduzir a hora. Pressione o botão SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) para confirmar.
4. Os minutos começarão a piscar. Pressione REC (GRAVAR) ▲ ou MODE (MOD0) ▼ para aumentar/reduzir os minutos e pressione SET °C/°F (DEFINIR °C/°F).
5. O comprimento do passo aparecerá no LCD (padrão 60 cm/23,5 pol.). Pressione REC (GRAVAR) ▲ ou MODE (MOD0) ▼ para

aumentar/reduzir o comprimento do passo (1 cm). Pressione SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) para confirmar.

6. O peso (padrão 110 lb/50 kg) aparecerá no LCD. Pressione REC (GRAVAR) ▲ ou MODE (MOD0) ▼ para aumentar/reduzir o peso (1 lb). Pressione o botão SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) para confirmar.

### Contagem PADRÃO de passos

Pressione e segure MODE (MOD0) ▼ por 3 segundos para redefinir o visor como '0 STEP (0 PASSO)'. Observação: O PD20 ignora o movimento sem caminhada. Os passos serão registrados no visor após serem detectados vários passos regulares.

### Indicação de temperatura

Pressione e solte o botão SET °C/°F (DEFINIR °C/°F) para exibir a temperatura real por cinco segundos.

### Modos de exibição

Use o botão MODE (MOD0) ▼ para selecionar o modo de exibição:

- Consumo de calorias/queima de gordura: KCAL e BGM ou OZ
  - Distância percorrida em quilômetros (KM) ou milhas (M) e o tempo decorrido (em horas/minutos, na parte inferior do visor)
  - Velocidade média em quilômetros ou milhas por hora
- Pressione MODE (MOD0) para voltar ao modo normal (PASSO e tempo).

### Armazenamento PADRÃO por 7 dias

Pressione REC (GRAVAR) ▲ e 'DAYS AGO: 1' ('DIAS ATRÁS: 1') aparecerá no visor. Use REC (GRAVAR) ▲ para selecionar o dia desejado (DAYS AGO 1-7 [DIAS ATRÁS 1-7]). Quando chegar no dia desejado, pressione MODE (MOD0) ▼ para selecioná-lo:

- Consumo de calorias/queima de gordura: KCAL e BGM ou OZ
- Distância percorrida em KM ou milhas (M) e o tempo decorrido (em horas e minutos mostrados na parte inferior do visor)
- Velocidade média em KM/H ou M/H

**Observação:** Os dados do dia são armazenados na memória após a meia-noite. A hora atual e '0 STEP (0 PASSO)' aparecem no visor; as configurações selecionadas são retidas (veja Modo de configurações).

### Contagem CONTÍNUA de passos

O PD20 registra o número de passos dados continuamente, sem descanso por mais de 5 minutos. Se o usuário parar mais de 5 minutos, começará uma nova sessão (contando do zero novamente). Apenas a sessão com mais passos no dia será exibida e armazenada. Veja as instruções abaixo:

1. Segure REC (GRAVAR) ▲ por 3 segundos (aparece 'CONT STEP' = Contagem de passos)
2. Pressione REC (GRAVAR) ▲ para exibir o armazenamento CS de 7 dias (DAYS AGO 1-7 = DIAS ATRÁS 1-7)
3. Quando chegar ao dia adequado, pressione MODE (MOD0) ▼ para alternar entre as seguintes exibições:
  - Consumo de calorias e queima de gordura (KCAL e GM ou OZ).

- Distância e tempo (KM ou M e tempo em horas e minutos).
  - Velocidade média (KM/H ou M/H)
4. Após a meia-noite, os dados atuais serão armazenados

### Armazenamento TOTAL de passos por 7 dias

O Armazenamento Total de Passos registra o número total de passos dados. Esse recurso vem após o recurso de armazenamento regular por 7 dias ao alternar entre os recursos.

- 'A' aparece à direita do visor nesse modo.
- Quando o total acumulado de passos ultrapassa os 5 dígitos (>99.999 passos), o dígito menos significativo é exibido na segunda linha.
- A operação básica é a mesma do recurso de armazenamento padrão por 7 dias explicado na seção anterior.
- Pressione e segure MODE (MOD0) ▼ para limpar o armazenamento e reiniciar a contagem do zero.

Observação: Os passos contínuos são um indicador importante que mostra a intensidade de um exercício de caminhada. Os médicos preferem esse número ao total de passos caminhados por dia.

### Botão RESET (REDEFINIR) (traseiro)

**Para fazer a unidade retornar ao estado padrão de fábrica, use um clipe de papel ou pino para pressionar o botão RESET (REDEFINIR) traseiro.**

### Como fixar o PD20

- Cinto: Prenda o PD20 com uma alça adequada na cintura ou no cinto.
- No pescoço: Passe uma correia de transporte pelo olhal do PD20 e prenda com um nó.

### Manutenção

Limpe o PD20 com um pano macio e úmido. Não utilize solventes ou abrasivos. Se a unidade não funcionar corretamente, redefina o instrumento ou substitua a pilha CR2032 (traseira).

### Especificações

Número Máx. de passos	0-99.999
Número Máx.	0-624,99 milhas (0-999,99 km)
Número Máx.	0-6,25 milhas/h (0-10 km/h)
Número Consumo de calorias	0-99.999 kcal
Número Máx. de calorias queimadas	0-35,9 onças (0-999,9 g)
Temperatura operacional	14 °F-122 °F (-10 °C-50 °C)
Precisão da contagem de passos	±50 por 1.000 passos
Potência da pilha	1 pilha tipo botão CR2032
Dimensões	2,20 x 0,63 x 3,15 pol. (56 x 16 x 80 mm)
Peso	1,20 onça (34 g) [apenas o instrumento]

Copyright © 2014 FLIR Systems, Inc.

Todos os direitos reservados, inclusive o direito a reprodução total ou parcial

[www.extech.com](http://www.extech.com)