

GYMBOSS®

INTERVAL TIMER

www.gymboss.com

Gracias por comprar un temporizador de intervalos **GYMBOSS miniMAX**.

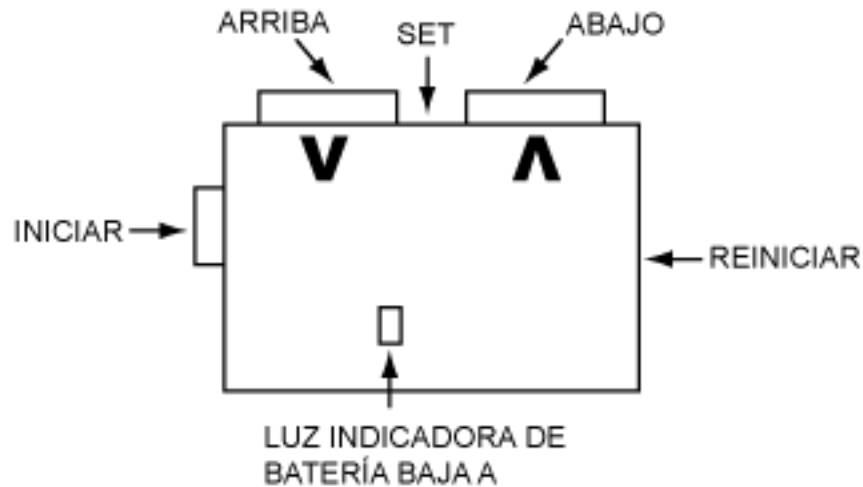
***Remueva la capa protectora del frente del temporizador.

Encender | Presione cualquier botón.

Apagar | El temporizador se apagará de manera automática después de no usarse por 5 minutos, o usted puede seleccionar apagarlo desde el menú.

NOTA: Si se deja en el modo de cronómetro o en el modo de reloj, el dispositivo no se apagará por sí mismo.

CONFIGURACIÓN DE LOS BOTONES



Batería:

- Cuando la batería esté baja, un ícono que avisa sobre carga baja parpadeará en la pantalla.
- ¡Por favor no inserte baterías usadas! Nosotros recomendamos baterías Energizer o Duracell de alta calidad.

REBOOT – para reiniciar un temporizador paralizado o que no funciona debidamente coloque una batería nueva dentro del temporizador, para después usar la punta de una pluma para presionar el botón REBOOT. (Vea en nuestro sitio web un documento completo sobre el Procedimiento de Reemplazo y la Solución de Problemas).

Existen 3 modos para el Temporizador de Intervalos **GYMBOSS miniMAX**.

- **RELOJ**
- **CRONÓMETRO**
- **TEMPORIZADOR DE INTERVALOS** – el temporizador de intervalos tiene 4 secciones por separado, dependiendo de cuantos intervalos desea contabilizar.
 1. **1 Intervalo**
 2. **2 Intervalos**
 3. **+3 Intervalos** (3 a 25 intervalos diferentes en secuencia).
 4. **Multi** (2 a 25 intervalos diferentes y permite repetir cada intervalo o grupo de intervalos dentro de los 25 intervalos. Vea más bajo para saber cómo configurarlo).

Hay 2 menús, el Menú le permite seleccionar el modo que desea usar, el Menú de Configuración le permite crear, salvar o recuperar programas salvados, además de regresar al menú para escoger un modo diferente.

MENU		Mode de Configuration
OFF	(apagar)	MENU
1 INT	(contabilizar 1 Intervalo)	>SETUP
>2 INT	(contabilizar 2 intervalos diferentes)	RECALL
3+ INT	(3-25 intervalos diferentes)	SAVE
MULTI	(hasta 25 con repetición y repetición de grupo)	BACK
STPWCH	(cronómetro)	
CLOCK		

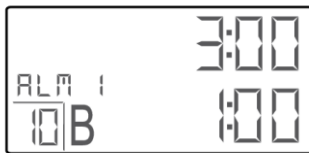


Solamente 3 líneas de cada menú serán mostradas en la pantalla en cualquier momento, y se mostrarán en la parte superior izquierda de la pantalla de LCD. El > ubicado en la línea del centro indica lo que será activado cuando usted presione el botón **SET**. El resto de las opciones permanecerán fuera de pantalla y usted usará los botones **V** o **Λ** para navegar por el menú y poder acceder a las mismas.

Cada modo tiene un look distintivo. Aquí los puede ver para compararlos.



1 INT



INT



3+INT



MULTI



STOPWATCH



CLOCK

Para cambiar de modo:

Desde el **MENU** use los botones **V / Λ** para moverse hasta el modo deseado en la posición **>**, y presione el botón **SET**.

CONFIGURACIÓN DEL TEMPORIZADOR PARA 1 INT, 2 INT, y 3+ INT

- Escoja **MENU**, y después escoja el modo deseado (1 INT, 2 INT, o 3+ INT).
- Presione el botón **SET**, el menú **>SETUP** aparecerá, presione **SET** de nuevo para seleccionar **SETUP**. La palabra **SET** se mostrará en la pantalla para permitirle hacer cambios al programa que se muestra. Si la palabra **SET** no está en la pantalla, usted no está en la pantalla de configuración y no podrá realizar cambios.
- Establezca los intervalos de tiempo usando los botones **V / Λ** Presione **SET** para configurar el siguiente intervalo. Para el modo de **3+ intervalos**, después de haber establecido todos los intervalos que desee, seleccione 00:00 para el siguiente intervalo y presione **SET** para pasar al siguiente paso dentro del proceso de configuración.
- Seleccione el número de rounds (repeticiones) deseadas de entre **00-99**. Al establecer rounds desde 01-99, el temporizador completará el número de rounds seleccionados. Al establecer Rounds en 00, el temporizador contará los rounds hacia arriba hasta llegar a 99.
- Establezca el tipo de alarma **B** (pitido grande), **b** (pitido pequeño), **V** (vibrar), o cualquier combinación.
- Establezca la duración de la alarma para **1, 2, 5, o 9** segundos. Presione **SET** para salir de la configuración y la palabra **SET** desaparecerá de la pantalla.

Consejos para la Configuración del Temporizador de Intervalos:

- En **SETUP** presione el botón de **START** para regresar al paso previo.
- Sostenga **V o Λ** para avanzar rápidamente.
- Mientras avanza rápidamente, cada vez que presione **SET** se incrementarán/disminuirán 10 minutos.
- Presionar **V y Λ** al mismo tiempo establecerá el valor por default.

Consejos para Operar el Temporizador de Intervalos:

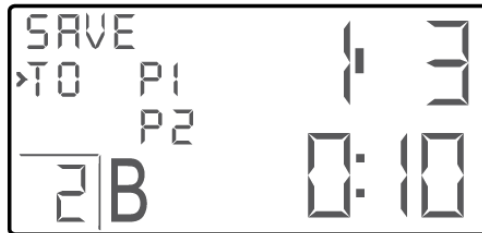
- Dejar de cronometrar – sostenga el botón de **START** (por 3 segundos),

sonará la alarma.

- Para colocarlo en pausa– presione **START** rápidamente 3 veces, sonará una alarma cuando se coloque en pausa.
- Durante **PAUSE** usted puede cambiar la alarma al presionar el botón **SET**.
- Durante **PAUSE** presione **START** para continuar contabilizando, sonará la alarma.

SAVE para salvar el programa actual presione **SET**, después use v para llegar a **>SAVE**, avance después al lugar deseado en donde salvar, y presione **SET**.

Si hay un programa salvado en este P#, será mostrado. Presione **SET** para salvar su programa y borrar este.



RECALL Para recuperar un programa salvado, usted debe estar en el modo pertinente dependiendo del número de intervalos, es decir, si desea recuperar un programa con 2 intervalos diferentes, usted debe estar en el modo **2 INT**. Seleccione el modo de intervalos deseado, **1 INT**, **2 INT**, **3+ INT**, o **MULTI**. Presione **SET**, y avance hasta **>RECALL**, avance después al programa deseado, y presione **SET**.

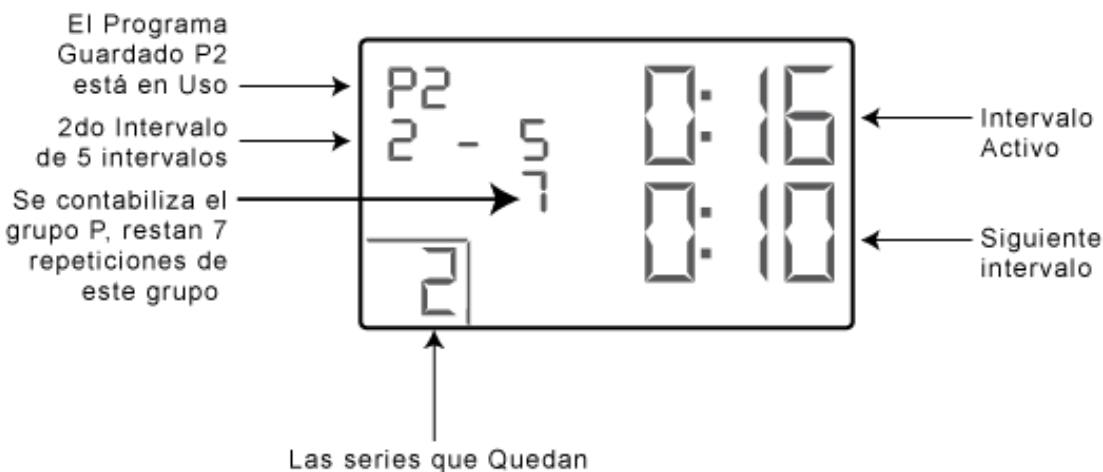
VIEW Para los modos **3+ INT** y **MULTI** usted puede ver los intervalos en el programa que se muestra al usar el botón **V**. Si usted quiere cambiar un intervalo durante el proceso debe presionar el botón **SET**, lo cual pondrá al temporizador en el modo de configuración y le permitirá llevar a cabo los cambios deseados.

GUÍA DE CONFIGURACIÓN AMPLIA DEL MODO DE INTERVALOS MULTI

El modo **MULTI** permite hasta 25 intervalos y el repetir intervalos individuales, o grupos de intervalos, dentro de los 25.

05:00 x 1	Un intervalo de 5 minutos.
00:20 x 8	Usar una P hace que el temporizador alterne este intervalo con el
00:10 x P	intervalo previo, en este caso 20 seg/10 seg 8 veces. Al configurar el # de repeticiones de intervalos, P esta debajo (v) de 00 .
02:00 x 3	Tres intervalos de 2 minutos.
05:00 x 1	Un intervalo de 5 minutos

Pantalla del modo MULTI intervalos al contabilizar



GUÍA DE OPERACIÓN AMPLIA DEL CRONÓMETRO (STPWCH):

- Para usar el modo de cronómetro: Presione **SET**, escoja **MENU**, presione **SET** nuevamente, escoja **STPWCH**, presione **SET**.
- Presione el botón de **START** para comenzar, detener, o continuar cronometrando el tiempo (la Alarma suena cada vez que se presiona).
- Presione **v** para regresar a 00:00
- Para cambiar el tipo de Alarma, presione **SET**, escoja **SETUP**, presione **SET** de nuevo, y use los botones **V / Λ** para cambiar el tipo de alarma a BH, BL, V, BHV, o BLV. Presione **SET**.

GUÍA DE CONFIGURACIÓN AMPLIA Y CONSEJOS PARA EL RELOJ (CLOCK):

- Para usar el modo de reloj: Presione **SET**, escoja **MENU**, presione **SET** nuevamente, escoja **CLOCK**, presione **SET**.
- Para cambiar la hora: Estando en el modo de Reloj, presione **SET**, escoja **SETUP**, presione **SET**. Use los botones **V / Λ** para cambiar la hora, presione **SET** después de cada selección.
- El reloj puede ser visto desde cualquiera de los otros modos, aún al cronometrar, si se presiona el botón **Λ** por 1 segundo. Esto no está disponible durante el modo de configuración.

CÓMO REMOVER EL CLIP PARA CINTURÓN

1. Gire el temporizador para estar viendo la parte de atrás.
2. Inserte su uña en el seguro que hay entre el clip para cinturón y el botón de **START** y jale el seguro hacia el clip para cinturón mientras que, al mismo tiempo, empuja el clip para cinturón hacia la derecha para liberarlo. Después de ello éste se deslizará sin problema.
3. Si está teniendo problemas, revise el video con instrucciones que tenemos en YouTube.

***El Cordón puede ser sujetado al cuerpo del temporizador a un lado del botón de START.