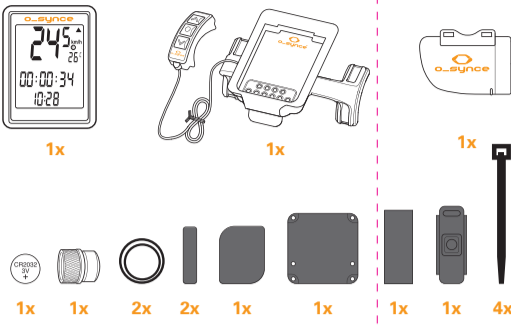
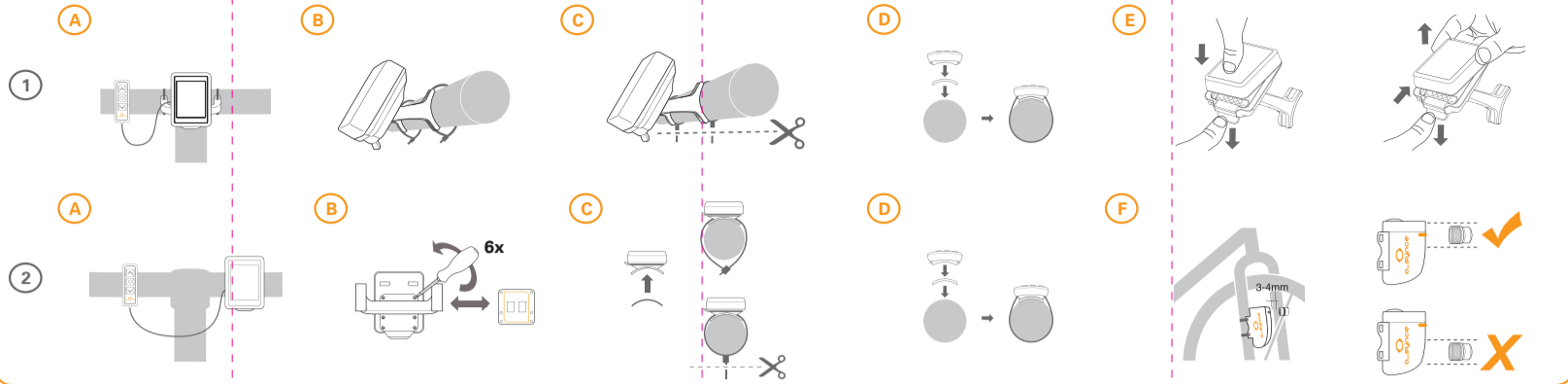


Content / Inhalt / Contenu / Inhoud

**EN**

Installation / Montage / Installation / Installatie

**DE****FR****NL****1 Settings**

PC-Setup
As an owner of the urbanhigh USB download cable you can easily setup your urban high through the PC-Software trainingLab, which you can download from our website www.o-synce.com in the software section.

1 Einstellungen

PC-Setup
Wenn Sie ein urbanhigh USB Datenübertragungskabel haben, können Sie Ihren urban high in nur wenigen Minuten über die PC-Software trainingLab konfigurieren, die Sie kostenlos von unserer Website unter Software herunter laden können.

1 Réglages

Réglage par l'intermédiaire d'un ordinateur
Vous pouvez facilement effectuer le réglage de l'urban high à l'aide du câble USB urbanhigh et du logiciel gratuit trainingLab, que vous pouvez télécharger à partir du site www.o-synce.com, dans l'onglet « Software » (logiciel).

1 Instellingen

PC-Setup
Met de urbanhigh USB downloadkabel kunt u de fietscomputer gemakkelijk instellen via de gratis trainingLab PC-Software, die u vanaf onze website www.o-synce.com in de sectie 'software' kunt downloaden.

Manual setting

To adjust settings, hold button **⬇️** pressed for 4 seconds. Once in setting mode switch between the setting options by using the **↕️** or **⬆️** button and confirm selection with **➡️** button to perform setup for the chosen function. During setup change flashing values with **↕️** or **⬆️**. Confirm with **➡️**.
Note: By holding the buttons, counting up and down will be accelerated.

Clock (SET CLOCK)

Set time and date.

Odometer (SET ODOMETER)

Set total distance for up to two bikes. First select the bike to setup then set the total distance. Usually you will only use this function to restore your overall totals.

Wheel size (SET WHEEL SIZE)

Set the wheel size of up to two bikes. Select first the bike to setup and then choose a predefined wheel size.

Is your wheel size missing scroll to the option **CUSTOM** and input your circumference in mm. Details about how to measure your wheel size is explained further below in chapter „Tire size“.

Stopwatch (SET STOPWATCH)

Choose between stopwatch modes, set the recording interval and delete recordings.

First choose your lap mode:

MANUAL allows to set manual laps by hitting the **➡️** button. **AUTO** allows to create automatic lap times by distance e.g. every 10 km or by time e.g. every 5min.

Then set the recording sample rate to your needs (5, 10 or 20 sec).

To delete all recordings from your cyclometer select the interval option **CLR MEMORY**.

Heart rate limits (SET HRT LIMIT)

Set the upper and lower heart rate limit for the visual heart rate zone indicator.

Altitude (SET ALTITUDE)

Adjust your current or your home altitude and set up your altimeter totals (+/-) for each bike. The home altitude function allows you to easily calibrate the altimeter to your current home altitude.

User data (SET USER DATA)

Set your sex and weight for optimized burned calorie and fat calculation.

Units (SET UNIT)

Set up the cyclometer units km/mi, kg/lbs, °C/°F.

Exit allows you to leave the setting mode.

Manuelles Setup

Um ihren urban high manuell zu konfigurieren, halten Sie die Taste **⬇️** für 4 Sekunden gedrückt. Wenn Sie im Konfigurationsmenü sind können mit den Tasten **↕️** oder **⬆️** die verschiedenen Einstellungs-Menüs ansteuern. Um Änderungen vorzunehmen, drücken Sie **➡️**. Sobald ein Menü aufgerufen wurde, können Sie mit **↕️** und **⬆️** die blinkende Einstellung verändern. Bestätigen Sie mit **➡️**.
Hinweis: Wenn Sie die Tasten gedrückt halten, wird das runter und hoch-zählen beschleunigt.

Uhr (SET CLOCK)

Stellen Sie Uhrzeit und Datum ein.

Gesamt KM (SET ODOMETER)

Stellen sie die Gesamt KM für bis zu 2 Räder ein. Wählen Sie erst das Rad aus und dann die Gesamt KM. Normalerweise wird diese Funktion nur genutzt, um die Gesamt KM wieder herzustellen.

Radumfang (SET WHEEL SIZE)

Stellen Sie den Radumfang von bis zu 2 Rädern ein. Wählen Sie erst das Rad aus und anschließend den vorgegebenen Radumfang.

Fehlt ihr Radumfang, gehen Sie zur Option **CUSTOM** und geben ihren Radumfang in mm an. Details, um den Radumfang zu messen sind weiter unten im Abschnitt „Reifenumfang“ erklärt.

Stoppuhr (SET STOPWATCH)

Wählen Sie Stoppuhrmodi aus, stellen Sie Aufzeichnungsintervalle ein und löschen Sie Aufnahmen.

Wählen Sie zuerst den Rundenmodus aus:
Im manuellen Modus **MANUAL** können mit **➡️** Runden gestoppt werden. Im automatischen Modus **AUTO** kann eine automatische Rundenzeitnahme über Distanz, z.B. alle 10 km oder über Zeit, z.B. alle 5 min eingestellt werden.

Wählen Sie anschließend das Aufzeichnungsintervall aus (5, 10 oder 20 Sec.).

Um alle Aufzeichnungen auf Ihrem Gerät zu löschen, wählen Sie die Option **CLR MEMORY** und bestätigen mit **➡️**.

Pulsgrenze (SET HRT LIMIT)

Stellen Sie die Pulsober- und Untergrenze für die visuelle Herzfrequenzzone Anzeige ein.

Höhe (SET ALTITUDE)

Richten Sie die aktuelle Höhe oder Ihre Heimbhöhe ein und stellen Sie Ihre Gesamthöhenmeter (+/-) für jedes Rad ein. Über die Heimat-Höhe Funktion können Sie einfach den Höhensensor auf einen von Ihnen festgelegten Höhenwert kalibrieren.

Benutzerdaten einstellen (SET USER DATA)

Stellen Sie Geschlecht und Gewicht für eine optimale Berechnung der verbrannten Kalorien und – Fettmasse ein.

Maßeinheiten (SET UNIT)

Stellen Sie die Maßeinheiten km/mi, kg/lbs, °C/°F ein.

Mit **Exit** verlassen Sie das Einstellungs Menü.

Réglage manuel

Pour effectuer le réglage de votre appareil, appuyez sur le bouton **⬇️** et maintenez-le enfoncé pendant 4 secondes. Une fois l'appareil en mode de réglage, vous pourrez naviguer parmi les différents paramètres à l'aide des flèches (**↕️** ou **⬆️**) et confirmer vos sélections en appuyant sur le bouton **➡️**. En mode de réglage, faites défiler les valeurs qui clignotent à l'aide des flèches (**↕️** ou **⬆️**) et confirmez la sélection en appuyant sur le bouton **➡️**.
Remarque: Maintenez les boutons enfoncés pour faire défiler les valeurs plus rapidement.

Horloge (SET CLOCK)

Pour régler l'heure et la date.

Odomètre (SET ODOMETER)

Vous pouvez régler la distance totale pour deux vélos. Vous devez d'abord sélectionner le vélo auquel le réglage s'applique, puis régler la distance totale. Cette fonction ne sert habituellement qu'à reprogrammer les distances totales parcourues.

Taille des pneus (SET WHEEL SIZE)

Vous pouvez régler la taille des pneus pour deux vélos. Vous devez d'abord sélectionner le vélo auquel le réglage s'applique, puis sélectionner une taille de pneus prédéfinie. Si la taille de vos pneus ne figure pas dans la liste, sélectionnez l'option **CUSTOM** (personnalisé), puis entrez la circonférence de vos pneus (en millimètres). Pour obtenir de plus amples renseignements sur la façon de mesurer la taille de vos pneus, référez-vous à la section intitulée « Taille des pneus ».

Chronomètre (SET STOPWATCH)

Vous pouvez régler le mode du compteur de tours, régler la fréquence d'échantillonnage et supprimer des enregistrements.
Il vous faut d'abord sélectionner le mode du compteur de tours : le mode manuel (**MANUAL**) permet de compter les tours en appuyant sur le bouton **⬇️**.
Le mode automatique (**AUTO**) permet de compter les tours selon la distance parcourue (par exemple, tous les 10 km) ou le temps (par exemple, toutes les 5 minutes).

Ensuite, il suffit de régler la fréquence d'échantillonnage selon vos besoins (toutes les 5, 10 ou 20 secondes).

Pour supprimer tous les enregistrements, sélectionnez l'option **CLR MEMORY** (effacer la mémoire).

Limites de fréquence cardiaque (SET HRT LIMIT)

Pour régler les limites inférieure et supérieure de la fréquence cardiaque, qui seront utilisées par l'indicateur de zone de fréquence cardiaque.

Altitude (SET ALTITUDE)

Pour régler l'altitude de départ (référence) ou l'altitude courante et régler l'altitude totale (+/-) pour chaque vélo. La fonction de réglage de l'altitude de départ permet d'étalonner facilement l'altimètre selon l'altitude de votre point de départ.

Données de l'utilisateur (SET USER DATA)

Indiquez votre sexe et votre poids pour obtenir un calcul optimal des graisses et des calories brûlées.

Unités (SET UNIT)

Pour régler les unités de mesure du cyclomètre (km ou mi, kg ou lb, °C ou °F).

Exit (quitter) vous permet de quitter le mode de réglage.

Handmatig instellen

Om instellingen aan te passen, houd de **⬇️** knop ingedrukt gedurende 4 seconden. Eenmaal in de instellingen modus kunt u schakelen tussen de opties met behulp van de **↕️** of **⬆️** knop. Bevestig met de **➡️** knop voor het uitvoeren van de gekozen functie. Tijdens de setup kunt u de knippende waarden wijzigen met de **↕️** of **⬆️** knop. Bevestigen met de **➡️** knop.
Let op: door de knoppen ingedrukt te houden versnelt u het af-en optellen.

Klok (SET CLOCK)

Datum en tijd instellen.

Kilometerteller (SET ODOMETER)

Totale afstand voor maximaal twee fietsen instellen. Selecteer de in te stellen fiets en vervolgens de totale afstand. Meestal zal deze functie alleen gebruikt worden om uw totale waarden te herstellen.

Bandenmaat (SET WHEEL SIZE)

Stel de wielmaat van maximaal twee fietsen in. Selecteer eerst de fiets en kies vervolgens een vooraf gedefinieerde wielmaat. Ontbreekt uw wielmaat?

Ga naar de optie **CUSTOM** en voer uw omtrek in mm in. Details over hoe uw wielmaat op te meten worden uitgelegd in hoofdstuk „Bandenmaat“.

Stopwatch (SET STOPWATCH)

Kies de stopwatch modi, het opname-interval instellen of verwijderen van opnamen.

Kies eerst uw modus:

Met **MANUAL** kunt u handmatige rondetijden registreren door de **➡️** knop in te drukken.
Met **AUTO** kunt u automatische rondetijden maken door bijvoorbeeld elke 10 kilometer afstand of iedere 5 minuten.

Stel de opnamefrequentie in op uw behoeften (5, 10 of 20 sec).

Als u alles wilt verwijderen: Selecteer alle opnamen uit uw fietscomputer en kies de optie **CLR MEMORY**.

Hartslaglimiet (SET HRT LIMIT)

Stel uw maximum en minimum hartfrequentie in voor de visuele hartslag zone-indicator.

Hoogte (SET ALTITUDE)

Uw huidige of uw eigen hoogte aanpassen en het opzetten van uw hoogtemeter totale (+/-) voor elke fiets. De Home Altitude-functie helpt u de hoogtemeter te kalibreren ten opzichte van uw standaard ingestelde hoogte.

Gebruikersgegevens (SET USER DATA)

Stel uw geslacht en gewicht in voor geoptimaliseerde verbrande calorieën en vetberekening.

Eenheden (SET UNIT)

Instellen van de eenheden km/mi, kg/lbs, °C/°F.

Via **Exit** kunt u de instellingen modus verlaten.

2 Tire Size L (mm)

The tire size can be measured most accurately by measuring the distance of one rotation/ride. Otherwise, determine the value from the ETRTO-table.

2 Reifenumfang

Der Radumfang kann am genauesten gemessen werden, indem Sie den Abstand einer Radumdrehung in mm messen. Reifengrößen können auch einer ETRTO-Tabelle entnommen werden.

2 Taille des pneus

La façon la plus précise de mesurer la taille d'un pneu est de mesurer la distance parcourue pendant une rotation de la roue. Vous pouvez également vous reporter au tableau de l'Organisation technique européenne du pneumatique et de la jante (ETRTO — European Tyre and Rim Technical Organization).

2 Bandenmaat

De bandenmaat kan het meest nauwkeurig worden gemeten door het meten van de afstand van een omwenteling van de band. Raadpleeg anders de waarde van de ETRTO-tabel.



47-305	16x1.75x2	1272	44-559	26x1.6	2051
47-406	20x1.75x2	1590	47-559	26x1.75x2	2070
37-540	24x1.3/8 A	1948	50-559	26x1.9	2069
47-507	24x1.75x2	1907	54-559	26x2.00	2114
47-571	26x1	1973	57-559	26x2.125	2133
40-559	26x1.5	2026	37-590	26x1.3/8	2105

37-584	26x1.3/8x1 1/2	2080	47-622	28x1.75	2268
20-571	26x3/4	1954	40-635	28x1 1/2	2265
54-584	27.5x2.10	2174	37-622	28x1.3/8x1 5/8	2205
57-584	27.5x2.25	2193	18-622	700x18C	2102
60-584	27.5x2.35	2212	20-622	700x20C	2114
40-622	28x1.5	2224	23-622	700x23C	2133
			25-622	700x25C	2146

28-622	700x28C	2149
32-622	700x32C	2174
37-622	700x35C	2205
40-622	700x40C	2224
45-622	29x2.10	2293
57-622	29x2.25	2312
60-622	29x2.35	2331

3 Start a recording

To record data for later data analyzing on your computer you need to start the stopwatch.

Switch with the **↕️** button into stopwatch mode in the lower display area. Now hold the **⬆️** button until the stopwatch starts counting.

To set manual-laps-just hit the **➡️** button while you are in the stopwatch mode.

To stop recording hold the **⬆️** button in stopwatch mode until the stopwatch stops counting.
Once recording has been stopped you may start the display of the recording summary with the **⬆️** button. Hitting the **⬆️** button again will switch to next lap.

3 Eine Aufnahme starten

Um Daten aufzuzeichnen, z.B. für eine spätere Analyse am PC, müssen Sie die Stoppuhr starten.

Stoppuhrmodus mit **↕️** aufrufen (Unterer Display Bereich). Halten Sie jetzt **⬆️** 2 Sek gedrückt, bis die Stoppuhr zu zählen anfängt.
Um manuelle Rundenzeiten zu nehmen, drücken Sie **➡️** im Stoppuhr-Modus.

Um die Aufzeichnung zu stoppen, halten Sie die Taste **⬆️** gedrückt bis die Stoppuhr aufhört zu zählen.
Nach dem Anhalten kann mit **⬆️** die Datenzusammenfassung der letzten Runden angezeigt werden.
Drücken Sie die Taste **⬆️** nochmal, die einzelnen Datenzusammenfassungen der einzelnen Runden durchzuschalten.

3 Démarrage d'un enregistrement

Pour enregistrer des données en vue d'en faire l'analyse par ordinateur, vous devez d'abord démarrer le chronomètre.

En mode chronomètre, appuyez sur la flèche du bas (**⬆️**) [partie inférieure de l'écran]. Maintenez la flèche du haut (**⬆️**) enfoncée jusqu'à ce que le chronomètre démarre.

Pour compter les tours manuellement, activez le mode chronomètre, puis appuyez sur le bouton **➡️**. Pour arrêter un enregistrement, maintenez la flèche du haut (**⬆️**) enfoncée jusqu'à ce que le chronomètre s'arrête. Une fois l'enregistrement arrêté, il vous suffit d'appuyer sur le bouton **⬆️** pour afficher un résumé de l'enregistrement. Pour passer au tour suivant, appuyez sur le bouton **⬆️** de nouveau.

3 Een opname starten

Als u een rit wilt opnemen voor latere analyse dient u de stopwatch te starten. Schakel met de **↕️** knop in de stopwatchmodus naar de onderkant van het scherm. Hou nu de **⬆️** knop ingedrukt totdat de stopwatch start.

Om handmatige rotetijden op te slaan kunt u simpelweg de **➡️** knop indrukken terwijl u zich in de stopwatchmodus bevindt. Om te stoppen met opnemen houdt de **⬆️** knop ingedrukt tot de stopwatch stop met tellen. Zodra de opname is gestopt kunt u de opnamesamenvatting weergeven met de **⬆️** knop. Druk nogmaals op de **⬆️** knop om over te schakelen naar de volgende ronde.

4 Switch between bikes

With the **↕️** button select the average speed mode (cyclist symbol) and hold the **⬆️** button until the bike indicator has switched to the other bike.

The switching between bikes is only possible when the stopwatch is not running.

4 Das Rad wechseln

Rufen Sie mit **↕️** den Modus Durchschnittsgeschwindigkeit auf (Radfahrer Symbol) und halten Sie **⬆️** für 2 Sek gedrückt, bis das Rad gewechselt wurde.

Der Radwechsel funktioniert nur, wenn die Stoppuhr nicht läuft.

4 Changement de vélo

À l'aide de la flèche du bas (**↕️**), sélectionnez le mode de vitesse moyenne (symbole en forme de cycliste) puis maintenez la flèche du bas (**⬆️**) enfoncée jusqu'à ce que l'indicateur de vélo change.

Le passage d'un vélo à un autre n'est possible que lorsque le chronomètre est inactif et que le cyclomètre ne reçoit aucune donnée.

4 Wisselen tussen fietsen

Selecteer de gemiddelde snelheid modus (fietserssymbool) met de **↕️** knop ingedrukt totdat uw opgeslagen hoogte wordt weergegeven. Bevestig met de **⬆️** knop. Hiermee wordt een snelle hoogtekalibratie voor de fietstocht mogelijk.

Het schakelen tussen fietsen is alleen mogelijk als de stopwatch niet actief is en de computer geen data ontvangt.

5 Load home altitude

With the **↕️** button select the altitude mode and hold the **⬆️** for 2 sec. until your saved home altitude is displayed. Confirm with the **⬆️** button. This allows a fast altitude calibration before the bike ride.

5 Heimbhöhe laden

Rufen Sie mit **↕️** den Höhenmodus auf und halten Sie **⬆️** gedrückt, bis die gespeicherte Heimbhöhe angezeigt wird. Bestätigen Sie mit **⬆️**. Dies ermöglicht ein schnelles Kalibrieren vor der Radtour.

5 Chargement de l'altitude de départ

À l'aide de la flèche du bas (**↕️**), sélectionnez le mode d'altitude, puis maintenez la flèche du bas (**⬆️**) enfoncée jusqu'à ce que l'altitude de départ préablement enregistrée s'affiche. Confirmez en appuyant sur le bouton **⬆️**. Ceci permet d'étalonner rapidement l'altitude avant de partir à vélo.

5 Ingestelde hoogte laden

Gebruik de **↕️** knop en selecteer de hoogtemodus. Hou vervolgens de **⬆️** knop ingedrukt totdat uw opgeslagen hoogte wordt weergegeven. Bevestig met de **⬆️** knop. Hiermee wordt een snelle hoogtekalibratie voor de fietstocht mogelijk.



EN

6 Reset cyclometer

Hold the ▼ button for 4 sec. to reset the daily data (Doesn't work when stop watch is activated). By starting a new recording daily data will be reset automatically.

A full reset can be performed by pushing the AC-Button on the back of the cyclometer.

7 Clear memory

Go to settings (3 sec. ●). Select Set Stopwatch confirm the Lap-settings (●). Scroll to CLR MEMORY once sample rate is displayed. Afterwards confirm with ●.

8 Functions

Area A

This Area always displays the current speed (e), the temperature (g), the bike in use (1 or 2) (f), the average speed pointer (d) and the heart rate zone pointer (h).

Area B

Allows switching between following functions with the ▲ button: # Current ride time # Current distance # Current heart rate (accessory needed) # Current altitude

DE

6 Gerät zurücksetzen

Halten Sie ▼ für 4 Sek. gedrückt um die Tagesdaten zurückzusetzen (funktioniert nicht im Stoppuhrmodus). Wenn sie eine neue Aufzeichnung starten, werden die Tagesdaten automatisch zurückgesetzt.

Mit dem AC Knopf auf der Rückseite kann der urban auf die Werkseinstellungen zurückgesetzt werden.

7 Speicher löschen

Rufen sie das Einstellungs-menü auf (3 sec. ●). Wählen Sie Set Stopwatch, bestätigen Sie Lap-Einstellungen mit ●. Scrollen Sie bei Sample Rate zu CLR MEMORY. Bestätigen Sie mit ●.

8 Funktionen

Bereich A

Dieser Bereich zeigt immer die aktuelle Geschwindigkeit (e), die Temperatur(g), das benutzte Rad (1 oder 2) (f), die Vergleichsgeschwindigkeit (d) und die Pulszone(h).

Bereich B

Mit ▲ können Sie folgende Funktionen durchschalten: # Aktuelle Fahrzeit # Aktuelle Distanz # Aktuelle Herzfrequenz (Zubehör notwendig) # Aktuelle Höhe

FR

6 Réinitialisation du cyclomètre

Pour réinitialiser les données quotidiennes, appuyez sur la flèche du bas (▼) et maintenez-la enfoncée pendant 4 secondes. Les données quotidiennes sont réinitialisées automatiquement lorsqu'un nouvel enregistrement démarre.

Pour effectuer une réinitialisation complète, appuyez sur le bouton AC situé au dos du cyclomètre.

7 Effacement de la mémoire

Dans le mode de réglage (appuyez sur le bouton « ● » pendant 3 secondes), sélectionnez Set Stopwatch. Sélectionnez le mode du compteur de tours (bouton « ● ») et, une fois la fréquence d'échantillonnage affichée, faites défiler le menu jusqu'à ce l'option CLR MEMORY (effacer la mémoire) apparaisse. Appuyez sur le bouton « ● » pour confirmer.

8 Fonctionnalités

Zone A

Cette zone affiche l'indicateur de vitesse moyenne (d), la vitesse actuelle (e), le vélo en cours d'utilisation (1 ou 2) (f), la température (g) et l'indicateur de zone de fréquence cardiaque (h).

Zone B

Avec ▲ vous pouvez sélectionner les fonctionnalités suivantes, qu'il faut faire défiler à l'aide de la flèche du haut (▲): # Durée de la randonnée en cours # Distance actuelle # Fréquence cardiaque actuelle (accessoire nécessaire) # Altitude actuelle

NL

6 Resetten van de computer

Houd de ▼ knop 4 seconden ingedrukt om de gegevens opnieuw in te stellen. Door het starten van een nieuwe opname worden de dagelijkse gegevens automatisch gewist.

Een volledige reset kan worden uitgevoerd door het indrukken van de AC-knop op de achterkant van de computer.

7 Geheugen leegmaken

Ga naar instellingen (3 sec. ●). Selecteer Set Stopwatch, bevestig de Lap-instellingen (●) en ga naar CLR MEMORY zodra samplefrequentie wordt weergegeven. Daarna bevestigen met de ● knop.

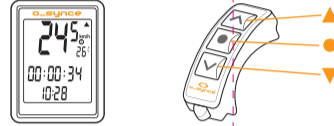
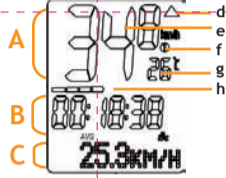
8 Functies

Gebied A

Dit gebied toont altijd de huidige snelheid (e), de temperatuur (g), de fiets in gebruik (1 of 2) (f), de gemiddelde snelheid aanwijzer (d) en de hartslagzone (h).

Gebied B

Hier kunt u schakelen tussen de functies met de ▲ knop: # Huidige rittijd # Huidige afstand # Huidige hartslag (accessoire nodig) # Huidige hoogte



Area C

Has two function levels. With the ▼ button you scroll through the following main functions (#) With the ▲ button you switch between the sub functions (+) of each main function.

- # Clock + Date # Current ride time + Total ride time bike 1 or 2 + Total ride time bike 1+2 # Stopwatch + Set lap while stopwatch is running >> Speciale key: hold ▲ button to start/stop the stopwatch and recording to starten/stoppen. # Current distance + Total distance bike 1 or 2 + Total distance bike 1 + 2 # Current heart rate + Average heart rate + Max. heart rate + Time spent above heart rate zone + Time spent in heart rate zone + Time spent below heart rate zone + Burned calories (Kcal) + Burned fat # Current altitude + Max. altitude + Total ascent current ride + Total descent current ride + Total ascent current bike + Total descent current bike + Total ascent bike 1 + 2 >> Special key: hold ▲ button to call home altitude # Current gradient % + Average gradient uphill + Average gradient downhill + Max. gradient uphill + Max. gradient downhill # Average speed + Max speed >> Special key: hold ▲ button to switch between bike 1 & bike 2 # Max. temperature +Min. temperature

Eg. You want to see your maximum heart rate of the current ride. Push the ▼ button until your current heart rate is displayed in the lower display field then push the ● button till your max. heart rate is displayed. More details about special key combination are explained in the corresponding chapters.

Bereich C

Hat zwei Funktionsebenen. Mit ▼ wechseln Sie zwischen folgenden Hauptfunktionen (#). Mit ▲ wechseln Sie zwischen den Unterfunktionen (+) der einzelnen Hauptfunktionen.

- # Uhrzeit + Datum # Aktuelle Fahrzeit + Gesamtfahrzeit Rad 1 oder Rad 2 + Gesamtfahrzeit beider Räder zusammen # Stoppuhr + Runde setzen während die Stoppuhr läuft >> Spezielle Funktion: Halten Sie ▲ um die Stoppuhr und Aufzeichnung zu starten/stoppen. # Aktuelle Distanz + Gesamtdistanz Rad 1 oder Rad 2 + Gesamtdistanz beider Räder zusammen # Aktuelle Herzfrequenz + Durchschnittliche Herzfrequenz + Max. Herzfrequenz + gefahrene Zeit über der Pulszone + gefahrene Zeit in der Pulszone + gefahrene Zeit unter der Pulszone + Verbrannte Kalorien (Kcal) + Verbrannte Fettmasse # Aktuelle Höhe + Max. Höhe + Gesamthöhe der aktuellen Fahrt + Gesamtgefälle der aktuellen Fahrt + Gesamthöhe des aktuell genutzten Rads + Gesamtgefälle des aktuell genutzten Rads + Gesamthöhe beider Räder >> Spezielle Funktion: Halten Sie ▲ um die Heimathöhe aufzurufen # Aktuelle Steigung % + Aktuelle Steigung bergauf + Aktuelle Steigung bergab + Max. Steigung bergauf + Max. Steigung bergab # Durchschnittsgeschwindigkeit + Max Geschwindigkeit >> Spezielle Funktion: Halten Sie ▲ um zwischen Rad 1 & 2 zu wählen # Max. Temperatur +Min. Temperatur

Beispiel: Sie möchten Ihre Max. Herzfrequenz der aktuellen Fahrt sehen. Drücken Sie ▼ bis die Funktion aktuelle Herzfrequenz angezeigt wird. Jetzt drücken Sie ● bis Max. Herzfrequenz angezeigt wird. Details der Tastenkombinationen werden in den entsprechenden Kapiteln behandelt.

Zone C

Cette zone permet d'afficher deux niveaux de fonctionnalités. La flèche du bas (▼) permet de parcourir les fonctionnalités principales (#). Le bouton « ● » permet de consulter les fonctionnalités secondaires (+) de chacune des fonctionnalités principales.

- # Horloge + Date # Durée de la randonnée en cours + Durée totale pour le vélo 1 ou le vélo 2 + Durée totale pour les vélos 1 et 2 # Chronomètre + Réglage du compteur de tours (lorsque le chronomètre fonctionne) >> Touche de raccourci : Appuyez sur la flèche du haut (▲) et maintenez-la enfoncée pour démarrer ou arrêter le chronomètre et l'enregistrement. # Distance actuelle + Distance totale pour le vélo 1 ou le vélo 2 + Distance totale pour les vélos 1 et 2 # Fréquence cardiaque actuelle + Fréquence cardiaque moyenne + Fréquence cardiaque maximale + Temps passé au-delà de la zone de fréquence cardiaque + Temps passé dans la zone de fréquence cardiaque + Temps passé en-deçà de la zone de fréquence cardiaque + Calories brûlées (kcal) + Graisses brûlées # Altitude actuelle + Ascension totale pour la randonnée en cours + Descente totale pour la randonnée en cours + Ascension totale pour le vélo sélectionné + Descente totale pour le vélo sélectionné + Ascension totale pour les vélos 1 et 2 combinés >> Touche de raccourci : Appuyez sur la flèche du haut (▲) et maintenez-la enfoncée pour afficher l'altitude de départ. # Pente actuelle (%) + Pente moyenne en montée + Pente moyenne en descente + Pente maximale en montée + Pente maximale en descente # Vitesse moyenne + Vitesse maximale >> Touche de raccourci: Appuyez sur la flèche du haut (▲) et maintenez-la enfoncée pour alterner entre le vélo 1 et le vélo 2. # Température maximale +Température minimale

Exemple: Vous souhaitez afficher votre fréquence cardiaque maximale atteinte pendant la randonnée en cours. Appuyez sur la flèche du bas (▼) jusqu'à ce que votre fréquence cardiaque actuelle s'affiche dans le bas de l'écran. Appuyez sur le bouton « ● » jusqu'à ce que votre fréquence cardiaque maximale s'affiche. Pour plus de détails au sujet des touches de raccourci, reportez-vous aux sections correspondantes.

Gebied C

Heeft twee functieniveaus. Met de ▼ knop doorloopt u de volgende hoofdfuncties (#). Met de ● knop wisselt u tussen de sub-functies (+) van elke hoofdfunctie.

- # Klok + Datum # Huidige rittijd + Totale rittijd fiets 1 of 2 + Totale rittijd fiets 1 + 2 # Stopwatch + Stel een ronde in terwijl de stopwatch actief is >> Speciale functie: houd de ▲ knop in om de stopwatch en opname te starten/stoppen. # Huidige afstand + Totale afstand fiets 1 of 2 + Totale afstand fiets 1 + 2 # Huidige hartslag + Gemiddelde hartslag + Max. hartslag + Tijd boven hartslagzone + Tijd doorgebracht in hartslagzone + Tijd doorgebracht onder hartslagzone + Calorieverbruik (Kcal) + Verbrand vet # Huidige hoogte + Max. hoogte + Totale stiging huidige rit + Totale afdaling huidige rit + Totale stiging huidige fiets + Totale afdaling huidige fiets + Totale stiging fiets 1 + 2 + Totale afdaling huidige fiets >> Speciale functie: houd de ▲ knop in om ingestelde hoogte op te roepen # Huidige helling % + Gemiddelde helling omhoog + Gemiddelde helling omlaag + Max. helling bergop + Max. helling bergaf # Gemiddelde snelheid + Max snelheid >> Speciale functie: houd de ▲ knop in om te schakelen tussen fiets 1 & fiets 2 # Max. temperatuur + Min. temperatuur

Bijv. U wilt uw maximale hartslag van de huidige rit zien. Druk op de ▼ knop tot dat uw hartslag wordt weergegeven in het onderste weergegeveveld (C). Druk dan de ● knop in tot uw max. hartslag wordt weergegeven. Meer details over speciale toetscombinaties zijn uitgelegd in de overeenkomstige hoofdstukken.

9 Training software

With our free training trainingLab software and the PC interface urbanpc you can analyze your recorded training on your PC.

Download the software from our website www.o-synce.com.

As an alternative for Mac, PC and Linux users the free software Golden Cheetah also supports urbanhigh free (www.goldencheetah.org) - select o-synce macro for data import.

10 Battery change

Change of Battery (CR2032) is necessary after approx. one year, or when display or backlight become weak.

Before change, note down wheel size and odometer, and enter after again.

Turn the battery compartment cover with a fitting coin to left. Remove the cover plate carefully. Insert the battery with correct polarity. You should see the „+“ when compartment is open. Check the seal fitting and replace, if required.

9 Trainingssoftware

Mit der kostenlosen trainingLab Software und der USB Schnittstelle urbanpc können Sie Ihre aufgezeichneten Daten am PC analysieren.

Zum Download gehen Sie auf www.o-synce.com.

Als Alternative können Mac, PC- und Linux-Nutzer auch die kostenfreie Software Golden Cheetah für den urbanhigh free nutzen (www.goldencheetah.org) –wählen Sie beim Daten Import o-synce macro aus.

10 Batteriewechsel

Der Batteriewechsel (CR2032) erfolgt nach etwa einem Jahr, oder wenn Anzeige oder Hintergrundbeleuchtung schwächer werden.

Vor dem Wechsel müssen Radgröße und Gesamtstrecke notiert und anschließend wieder neu eingegeben werden.

Den Batteriedeckel mit einer Münze nach links drehen und vorsichtig entnehmen. Batterie mit der Plus-Seite nach oben zeigend einlegen. Auf richtigen Sitz der Dichtung achten und gegebenenfalls gegen eine neue ersetzen.

9 Logiciel d'entraînement

Grâce à notre logiciel d'entraînement trainingLab et à notre interface PC urbanpc, vous pourrez analyser vos entraînements à l'aide de votre ordinateur.

Téléchargez le logiciel à partir du site www.o-synce.com.

Il existe une alternative pour les utilisateurs MAC, PC et Linux, soit le logiciel gratuit Golden Cheetah, lequel est également compatible avec les modèles urbanhigh free (www.goldencheetah.org). Pour l'importation de données, sélectionnez la macro o-synce.

10 Remplacement de la pile

Il est nécessaire de remplacer la pile (CR2032) après environ un an, ou lorsque l'affichage ou le rétroéclairage est de faible intensité. Avant de remplacer la pile, veuillez noter la taille des pneus et la valeur affichée à l'odomètre, car vous devrez entrer ces valeurs une fois la pile remplacée. À l'aide d'une pièce de monnaie, faites tourner le couvercle du compartiment de la pile dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Retirez le couvercle délicatement. Insérez la nouvelle pile en vous assurant de respecter les polarités. Une fois le couvercle du compartiment de la pile ouvert, vous devriez voir le symbole « + ». Vérifiez le joint d'étanchéité et remplacez-le si nécessaire.

9 De trainingssoftware

Met onze gratis trainingLab software en de PC Interface urban-pc kunt u uw opgenomen training analyseren op uw PC.

U kunt de software downloaden van onze website www.o-synce.com.

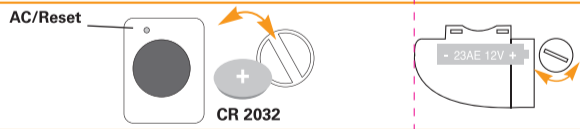
Als een alternatief voor PC-, Mac- en Linuxgebruikers ondersteunt de gratis software Golden Cheetah ook urbanhigh free (www.goldencheetah.org) - Selecteer o-synce macro voor gegevens importeren.

10 Battery change

Het vervangen van de batterij (CR2032) is nodig na ongeveer een jaar, of als het display zwakker wordt.

Noteer de bandenmaat en de kilometerstand voordat u de batterij vervangt en voer deze naderhand weer in zoals beschreven in deze handleiding.

Draai het batterijkapje naar links met een passend munstuk. Verwijder het kapje voorzichtig. Verwijder de oude batterij en plaats de nieuwe batterij, met de polen op de juiste wijze, terug in het apparaat. U moet de „+“ kunnen zien als het kapje nog verwijderd is. Controleer de afdichting, vervang deze indien nodig en plaats het batterijkapje terug.



11 Technical specifications

- Dimensions: 48 x 37 x 16 mm (L x W x H) Weight: ca. 24 g (incl. CR2032 battery) Water resistance: 1m Transmission range: 3m Operating temperature: -10°C - 60°C Battery: CR2032 Lithium Battery (contains perchlorate) Battery lifetime: up to 100 hours of operating

11 Technische Spezifikationen

- Maße: 48 x 37 x 16 mm (L x B x H) Gewicht: 24 g (incl. CR2032 Batterie) Wasserdichtigkeit: 1m Übertragungsbereich: 3m Betriebstemperatur: -10°C - 60°C Batterie: CR2032 Lithium Batterie (enthält Perchlorate) Lebensdauer der Batterie: bei regelmäßiger Benutzung bis zu 100 Std

11 Caractéristiques techniques

- Dimensions: 48 mm x 37 mm x 16 mm (longueur x largeur x hauteur) Poids: Environ 24 g (incluant une pile CR2032) Étanchéité: 1 m Portée d'émission: 3m Température de fonctionnement : De -10 °C à 60 °C Pile: Pile au lithium CR2032 (la pile contient du perchlorate) Autonomie de la pile: Jusqu'à 100 heures (temps de fonctionnement)

11 Technische specificaties

- Afmetingen: 48 x 37 x 16 mm (L x B x H) Gewicht: ca. 24 g (incl. CR2032 batterij) Waterbestendig: tot 1 meter Transmissie reikwijdte: tot 3 meter Bedrijfstemperatuur: -10°C - 60°C Batterij: CR2032 Lithium Batterij (bevat perchlooraat) Batterij levensduur: tot 100 uur

12 Warranty

We are only liable for damages in accordance to the statutory regulations in respect to our contractual partners. Batteries are excluded from warranties. In case of a warranty please contact the retailer where you purchased your device. Batteries can be returned after use.

This product is compliant with the Directive 1999/5/EC. The relevant Declaration of Conformity is available at http://www.o-synce.com.

12 Garantie

o-synce haftet gegenüber unserem jeweiligen Vertragspartner für Mängel nach den gesetzlichen Vorschriften. Batterien sind von der Gewährleistung ausgenommen. Entladene Batterien können nach Gebrauch zurückgegeben werden. Im Falle der Gewährleistung wenden Sie sich bitte an den Händler, bei dem Sie Ihr o-synce Produkt gekauft haben.

Dieses Produkt ist konform mit der Richtlinie 1999/5/EC. Die zugehörige Konformitätserklärung ist erhältlich unter http://www.o-synce.com.

12 Garantie

Notre responsabilité se limite aux dommages, conformément aux dispositions légales de nos partenaires contractuels. Les piles ne sont pas couvertes par la garantie. Pour toute réclamation au titre de la garantie, veuillez communiquer avec votre détaillant. Les piles peuvent être retournées après usage.

Ce produit est conforme à la directive 1999/5/EC. La déclaration de conformité pertinente est disponible à l'adresse suivante: http://www.o-synce.com.

12 Garantie

o-synce is alleen aansprakelijk voor schade in overeenstemming met de wettelijke regels met betrekking tot onze contractuele partners. Batterijen zijn uitgesloten van garanties. Neem contact op met de leverancier waar u uw apparaat heeft gekocht in het geval van een garantie. Batterijen kunnen worden geretourneerd naar de dealer.

Dit product is compatibel met de richtlijn 1999/5/EC. Dededebetreffende conformiteitsverklaring en garantietaal is beschikbaar op http://www.o-synce.com.