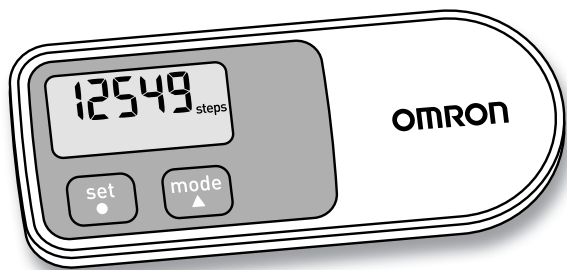
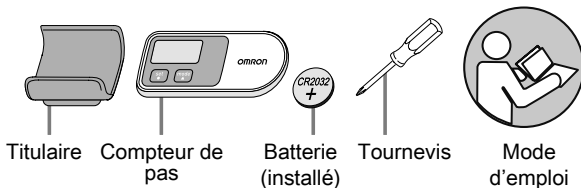


OMRON®

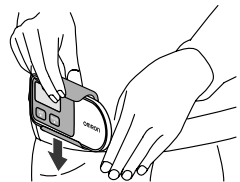
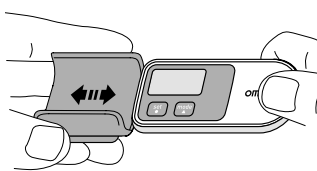
HJ-320-E Step counter Walking style One 2.0



IM-HJ-320-E-03-10/2018
5331675-6C



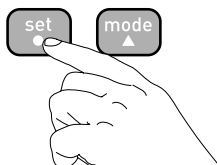
- 1.**
- EN Attach product
 - IT Fissaggio del prodotto
 - DE Produkt anbringen
 - FR Fixation de l'appareil
 - NL Product bevestigen
 - ES Colocación del producto
 - RU Крепление изделия
 - AR تثبيت المنتج
 - BG Прикрепяне на продукта
 - CS Připnutí přístroje
 - DA Vedhæft produkt
 - EL Προσάρτηση προϊόντος
 - ET Seadme kinnitamine
 - FI Mittarin kiinnitys
 - HR Pričvrstite proizvod
 - HU A termék rögzítése
 - LT Pritvirtinkite prietaisą
 - NL Ierices piestiprināšana
 - NO Feste produktet
 - PL Przymocowanie urządzenia
 - PT Fixar produto
 - RO Atașarea produsului
 - SL Pripni izdelek
 - SK Pripnutie zariadenia
 - SV Sätta fast enheten
 - TR Ürün ekle



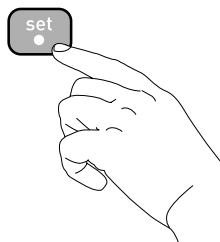
À propos de la fonction d'économie d'énergie de la pile

Afin d'économiser l'énergie de la pile, l'affichage de l'appareil s'éteindra si aucun bouton n'est utilisé dans les 5 minutes. L'appareil continuera toutefois de surveiller votre nombre de pas. Appuyez sur le bouton ● ou ▲ pour rallumer l'affichage.

- 2.**
- EN Activation: Press any key for 2 sec.
 - IT Attivazione: premere un tasto qualsiasi per 2 sec.
 - DE Aktivieren: Drücken Sie 2 Sekunden lang eine beliebige Taste.
 - FR Activation : Appuyez sur n'importe quelle touche pendant 2 s.
 - NL Inschakelen: druk 2 seconden lang op een willekeurige toets.
 - ES Activar: pulse cualquier tecla durante 2 seg.
 - RU Активация: нажимайте любую клавишу в течение 2 секунд.
 - AR التنشيط: اضغط أي مفتاح لمدة ثانيتين.
 - BG Активиране: Натиснете някой от клавишите за 2 сек.
 - CS Aktivace: Stiskněte libovolné tlačítko na 2 sekundy.
 - DA Aktivering: Tryk på en vilkårlig tast i 2 sek.
 - EL Ενεργοποίηση: Πατήστε οποιοδήποτε πλήκτρο για 2 δευτ.
 - ET Käivitamine: vajutage kahe sekundit suvalist nuppu.
 - FI Aktivointi: paina mitä tahansa näppäintä 2 sekuntia.
 - HR Aktivacija: pritisnite bilo koju tipku na 2 sekunde.
 - HU Aktiválás: Nyomja meg bármelyik gombot 2 másodpercig.
 - LT Aktyvinimas: spauskite 2 sek. bet kurį mygtuką.
 - LV Aktivizēšana: nospiediet jebkuru taustiņu un turiet to nospiestu 2 sekundes.
 - NO Aktivering: Trykk på en hvilken som helst tast i 2 sekunder.
 - PL Aktywacja: Naciskaj dowolny przycisk przez 2 sekundy.
 - PT Ativação: Premir qualquer tecla durante 2 segundos.
 - RO Activare: Apăsati orice tastă timp de 2 secunde.
 - SL Aktiviranje: Pritisnite katerokoli tipko za 2 sekundi.
 - SK Aktivácia: Potlačte ľubovoľné tlačidlo v dĺžke 2 sekúnd.
 - SV Aktivering: Tryck på valfri knapp i 2 sek.
 - TR Etkinleştirme: 2 sn. boyunca herhangi bir tuşa basın.



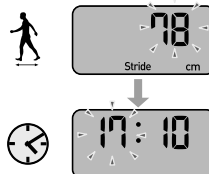
- 3.**
- EN General Settings: Press ● for 2 sec.. Convert unit with ▲. Confirm with ●.
 - IT Impostazioni generali: Premere ● per 2 sec. Convertire lo strumento con ▲. Confermare con ●.
 - DE Grundeinstellung: Drücken Sie 2 Sek. die Taste ●. Wechseln Sie die Einheiten mit ▲. Bestätigen mit Taste ●.
 - FR Réglages généraux : Appuyez sur ● durant 2 sec.. Convertissez les unités au moyen des touches ▲. Confirmez en appuyant sur ●.
 - NL Algemene instellingen: Druk gedurende 2 s op ●. Pas de unit aan met ▲. Bevestig met ●.
 - ES Ajustes generales: Pulse ● durante 2 seg. Convierta la unidad con ▲. Confirme con ●.
 - RU Общие настройки: Нажмите ● и удерживайте в течение 2 с. Выберите единицу измерения с помощью кнопок ▲. Подтвердите выбор, нажав ●.
 - AR إعدادات عامة: أولاً اضغط ● لمدة ثانيتين، تحويل الوحدة بـ ▲ التأكيد بـ ● ثانياً وضع البيانات



feet/inch ↔ cm

km ↔ mile

12h ↔ 24h



- BG Проверка на резултати
- CS Kontrola výsledků
- DA Kontrol af resultater
- EL Έλεγχος αποτελεσμάτων
- ET Tulemuste kontrollimine
- FI Tulosten tarkistelu
- HR Provjera rezultata
- HU Eredmények megtekintése
- LT Rezultatų tikrinimas
- LV Rezultātu apskatīšana
- NO Kontrollere resultatet
- PL Sprawdzanie pomiarów
- PT Verificar os resultados
- RO Verificarea rezultatelor
- SL Preverjanje rezultatov
- SK Kontrola výsledkov
- SV Kontrollera resultat
- TR Sonuçların kontrolü

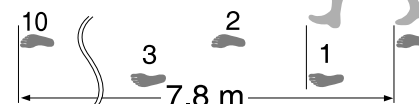
- HR Opće postavke: Pritisnite ● 2 sekunde.. Pretvorite jedinice s pomoću ▲. Potvrdite jedinice s ●.
- HU Általános beállítások: Nyomjuk meg a ● gombot 2 mp-ig. Váltuk át az egység-gombbal. Fogadjuk el a ● gombbal.
- LT Bendrieji nustatymai: 2 sek. spauskite ●. Konvertuokite vienetus su ▲. Patvirtinkite su ●.
- LV Vispārīgie iestatījumi: 2 sekundes nospiediet pogu ●. Lai pārveidotu mērvienību, spiediet pogas ▲. Lai apstiprinātu, nospiediet pogu ●.
- NO Generelle innstillinger: Trykk ● i 2 sek. Konverter enheten med ▲. Bekreft med ●.
- PL Ustawienia ogólne: Przytrzymać przycisk ● przez 2 s, zmienić ustawienia za pomocą przycisków ▲. Potwierdzić ustawienia za pomocą przycisku ●.
- PT Definições Gerais: Prima ● durante 2 seg.. Converter unidade com ▲. Confirmar com ●.
- RO Setări generale: Apăsati ● timp de 2 sec. Modificați unitatea cu ▲. Confirmați cu ●.
- SL Splošne nastavitve: Pridržite ● za 2 sek.. pretvorba enot z ▲. Potrdite z ●.
- SK Základné nastavenia: Stlačte tlačidlo ● na 2 s. Jednotky premeňte tlačidlami ▲. Potvrďte tlačidlom ●.
- SV Allmänna inställningar: Tryck på ● i 2 sek. Konvertera enhet med ▲. Bekräfta med ●.
- TR Genel ayarlar: ● üzerine 2 sn basın. Birim değişikliği için ▲. ● ile onaylayın.

À propos de la longueur des pas

• La valeur initiale de la longueur des pas qui clignote sur l'affichage, représente une estimation de la longueur des pas calculée à partir du réglage de la taille. Réglez la longueur des pas réelle à utiliser en fonction du type de marche que vous pratiquez et de votre propre constitution physique.

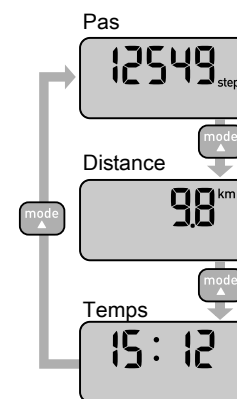
• Pour que les résultats soient les plus précis possible, faites 10 pas, puis mesurez la longueur d'un pas (d'un orteil à l'autre ou d'un talon à l'autre).

• L'affichage de la distance est déterminé en multipliant la longueur des pas réglée par le nombre de pas.



Remarque : Si les réglages initiaux ne sont pas corrects, les résultats de la mesure ne pourront pas être précis.

- 4.**
- EN Checking results
 - IT Controllo dei risultati
 - DE Ergebnisse prüfen
 - FR Contrôle des résultats
 - NL Resultaten controleren
 - ES Comprobación de los resultados
 - RU Проверка сегодняшних результатов
 - AR تحقق نتائج
 - BG Проверка на резултати
 - CS Kontrola výsledků
 - DA Kontrol af resultater
 - EL Έλεγχος αποτελεσμάτων
 - ET Tulemuste kontrollimine
 - FI Tulosten tarkistelu
 - HR Provjera rezultata
 - HU Eredmények megtekintése
 - LT Rezultatų tikrinimas
 - LV Rezultātu apskatīšana
 - NO Kontrollere resultatet
 - PL Sprawdzanie pomiarów
 - PT Verificar os resultados
 - RO Verificarea rezultatelor
 - SL Preverjanje rezultatov
 - SK Kontrola výsledkov
 - SV Kontrollera resultat
 - TR Sonuçların kontrolü



Situations dans lesquelles l'appareil n'est pas en mesure de compter les pas avec précision

Mouvement irrégulier

- Lorsque l'appareil est placé dans un sac qui bouge de manière irrégulière.
- Lorsque l'appareil est suspendu à votre taille ou à un sac.

Allure de marche irrégulière

- Lorsque vous avez une démarche traînante ou portez des sandales, etc.
- Lorsque vous ne pouvez pas marcher à une allure régulière dans un endroit bondé.

Vibration ou mouvement vertical excessif

- Lorsque vous vous levez et/ou vous asseyez.
- Lorsque vous pratiquez un sport autre que la marche.
- Lorsque vous montez ou descendez des escaliers ou une pente abrupte.
- En cas de vibration verticale ou horizontale dans un véhicule en déplacement (vélo, voiture, train ou bus).

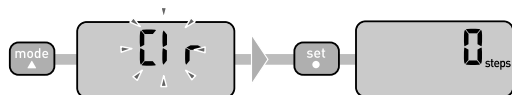
Lorsque vous marchez très lentement

Remarque :

Afin d'éviter de compter les pas qui ne font pas partie de la marche, l'appareil n'affiche pas le nombre de pas des 4 premières secondes de marche. Si vous continuez à marcher après ces 4 premières secondes, il affiche le nombre de pas des 4 premières secondes, puis il poursuit le comptage.

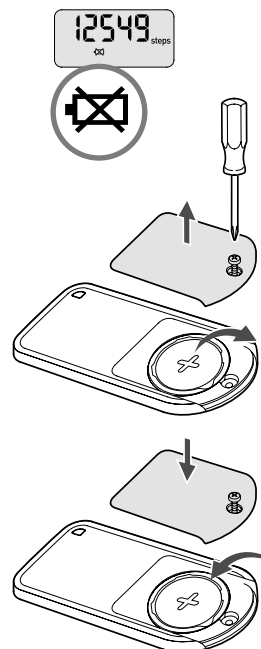
5.

- (EN) Resetting: Press ▲ for 2 sec. Confirm with ●.
- (IT) Reset: premere ▲ per 2 sec. Confermare con ●.
- (DE) Zurücksetzen: Drücken Sie ▲ 2 Sekunden lang. Bestätigen Sie mit ●.
- (FR) Réinitialisation : Appuyez sur ▲ pendant 2 s. Confirmez à l'aide de ●.
- (NL) Resetten: druk 2 seconden lang op ▲ . Bevestig met ●.
- (ES) Restaurar: pulse ▲ durante 2 seg. Confirme con ●.
- (RU) Сброс: нажимайте ▲ в течение 2 секунд. Подтвердите с помощью ●.
- (AR) إعادة الضبط: اضغط ▲ لمدة ثانيتين. قم بالتأكيد باستخدام ●.
- (BG) Нулиране: Натиснете ▲ за 2 сек. Потвърдете с ●.
- (CS) Resetování: Stiskněte ▲ na 2 sekundy. Potvrďte pomocí ●.
- (DA) Nulstilling: Tryk på ▲ i 2 sek. Bekræft med ●.
- (EL) Επαναφορά ρυθμίσεων: Πατήστε το ▲ για 2 δευτ. Επιβεβαιώστε με το ●.
- (ET) Lähetestamine: vajutage kahe sekundi väitel nuppu ▲ . Kinnitage nupuga ●.
- (FI) Nollaus: Paina ▲ 2 sekuntia. Vahvista valitsemalla ●.
- (HR) Ponovno postavljanje: pritisnite ▲ na 2 sekunde. Potvrđite pomoću ●.
- (HU) Alapértékre állítás: Nyomja meg a ▲ gombot 2 másodpercig. Jóváhagyás a ● jellel.
- (LT) Kartotinis nustatymas: spauskite ▲ 2 sek. Patvirtinkite su ●.
- (LV) Atiestatīšana: nospiediet un 2 sekundes turiet nospiestu ▲ . Apstipriniet ar ●.
- (NO) Tilbakestille: Trykk på ▲ i 2 sekunder. Bekreft med ●.
- (PL) Resetowanie: Naciskaj ▲ przez 2 sekundy. Potwierdź, naciskając ●.
- (PT) Repor: Premir ▲ durante 2 segundos. Confirmar com ●.
- (RO) Resetare: Apăsăți ▲ timp de 2 secunde. Confirmați cu ●.
- (SL) Ponastavitev: Pritisnite gumb ▲ za 2 sekundi. Potrđite z gumbom ●.
- (SK) Znulovanie: Potlačte ▲ v dĺžke 2 sekúnd. Potvrďte ●.
- (SV) Återställ: Tryck på ▲ i 2 sek. Bekräfta med ●.
- (TR) Resetleme: 2 sn. boyunca ▲ tuşuna basın. ● tuşu ile onaylayın.



6.

- (EN) Change battery
- (IT) Sostituzione della batteria
- (DE) Batterie wechseln
- (FR) Remplacement de la pile
- (NL) Batterij vervangen
- (ES) Reemplazar pila
- (RU) Замена батареи
- (AR) تغيير البطارية
- (BG) Смяна на батерията
- (CS) Výměna baterie
- (DA) Skift batteri
- (EL) Αλλαγή μπαταρίας
- (ET) Patarei vahetamine
- (FI) Pariston vaihto
- (HR) Promjena baterije
- (HU) Elemcsere
- (LT) Elemento keitimas
- (LV) Baterijas nomaiņa
- (NO) Bytte batteri
- (PL) Wymiana baterii
- (PT) Troca de pilha
- (RO) Schimbarea bateriei
- (SL) Zamenjaj baterijo
- (SK) Výmena batérie
- (SV) Byta batteri
- (TR) Pili değiştir



7.

Remarques relatives à la sécurité

Les symboles et les définitions sont les suivants :

- ▲ **Attention** : Une utilisation inappropriée peut entraîner des blessures ou des dommages matériels.

▲ Attention :

- Contactez votre médecin ou votre prestataire de santé avant d'entamer un programme de perte de poids ou d'activités physiques.
- Conservez l'appareil hors de portée des enfants.
- N'hésitez pas à vous reposer si vous vous sentez fatigué ou si vous ressentez une douleur pendant l'exercice physique. Si la douleur ou la gêne persiste, arrêtez immédiatement l'exercice et consultez un médecin.
- Si un enfant avale une petite pièce, quelle qu'elle soit, consultez immédiatement un médecin.
- Ne balancez pas l'appareil en le tenant par la lanière. Des blessures pourraient s'ensuivre.
- Ne placez pas l'appareil dans la poche arrière de votre short ou de votre pantalon. Il pourrait être endommagé si vous vous asseyez alors qu'il se trouve toujours dans votre poche.
- Si le liquide de la pile pénètre dans vos yeux, rincez immédiatement et abondamment à l'eau claire. Consultez immédiatement un médecin.
- Si le liquide de la pile entre en contact avec votre peau ou vos vêtements, rincez immédiatement et abondamment à l'eau claire.
- N'introduisez pas la pile en inversant les polarités.
- Utilisez systématiquement le type de pile indiqué.
- Remplacez immédiatement une pile usagée par une pile neuve.
- Retirez la pile de cet appareil lorsque vous prévoyez de ne pas l'utiliser pendant une longue période (environ 3 mois ou plus).
- Ne jetez pas la pile au feu, car elle pourrait exploser.
- Ne plongez pas l'appareil ou tout composant de celui-ci, dans l'eau. L'appareil n'est pas étanche.

OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V. garantit ce produit pendant 2 ans à compter de la date d'achat. La garantie ne couvre pas la pile, l'emballage et/ou les dommages d'aucune sorte résultant d'une mauvaise utilisation (telle qu'une chute ou un manque de soin) par l'utilisateur. Les produits objets de litige seront remplacés uniquement s'ils sont retournés accompagnés de la facture/du ticket de caisse d'origine. Ne démontez pas et ne modifiez pas l'appareil. Tout changement ou modification non approuvé par OMRON HEALTHCARE invalidera la garantie.

8.

- (EN) Download the complete instruction manual at:
- (IT) Scarica il manuale d'istruzioni completo dal sito:
- (DE) Laden Sie das vollständige Handbuch mit Anweisungen von herunter.
- (FR) Téléchargez le mode d'emploi complet sur le site
- (NL) Download de volledige instructiehandleiding op:
- (ES) Descárguese el manual de instrucciones completo en:
- (RU) Загрузите полную версию руководства по эксплуатации по адресу:
- (AR) يمكنك تنزيل دليل الإرشادات بالكامل من الموقع:
- (BG) Изтеглете пълните инструкции за употреба на:
- (CS) Kompletní návod k použití lze stáhnout z webu
- (DA) Hent den komplette brugsanvisning på:
- (EL) Πραγματοποιήστε λήψη του πλήρους εγχειριδίου οδηγιών στη διεύθυνση:
- (ET) Laadige täielik kasutusjuhend alla veebilehelt
- (FI) Lataa koko ohjekirja osoitteesta:
- (HR) Cjelokupni korisnički priručnik preuzmite na adresi:
- (HU) Töltse le a teljes használati útmutatót az alábbi helyről:
- (LT) Visą instrukcijų vadovą galite parsisiųsti iš interneto svetainės
- (LV) Lejupielādējiet pilnīgu lietošanas instrukciju vietnē
- (NO) Hele bruksanvisningen kan lastes ned på:
- (PL) Pełna instrukcja obsługi jest dostępna do pobrania pod adresem
- (PT) Transfira o manual de instruções completo em:
- (RO) Descărcați întregul manual de instrucțiuni de la adresa:
- (SL) Celoten priročnik z navodili za uporabo si lahko prenesete na naslovu:
- (SK) Kompletný návod na obsluhu si stiahnite zo stránky:
- (SV) Ladda ner hela instruktionshandboken på:
- (TR) Adresinden komple kullanım kılavuzunu indirebilirsiniz:

http://www.omron-healthcare.com/en/product/step_counters/HJ-320.html



Données techniques

Nom du produit	Walking style One 2.0
Type	HJ-320-E
Alimentation	Pile lithium 3 V de type CR2032
Durée de vie de la pile	Environ 6 mois* (pour une utilisation quotidienne de 12 heures)
Plage de mesure	Remarque : La pile fournie ne sert que pour essayer l'appareil. Cette pile peut se décharger dans les 6 mois. Pas de 0 à 99 999 pas Distance parcourue de 0,0 à 5 999,9 km / 0,0 à 3 725,9 miles
Plage de réglage	Heure de 0:00 à 23:59 / 12:00 AM à 11:59 PM Heure : de 0:00 à 23:59 / 12:00 AM à 11:59 PM Longueur des pas : de 30 à 120 cm par unités de 1 cm / 12" à 48" par unités de 1 pouce
Température/Humidité de fonctionnement	de -10 °C à +40 °C (14°F à 140°F)/De 30 à 85 % HR
Dimensions externes	75,0 (L) x 31,0 (H) x 8,0 (P) mm
Poids	Environ 20 g (pile incluse)
Contenu	Podomètre, pile lithium 3 V de type CR2032, support, tournevis et mode d'emploi

Ces spécifications sont soumises à des modifications sans préavis. Ce produit OMRON a été fabriqué selon le système de qualité rigoureux d'OMRON HEALTHCARE Co., Ltd. Japon.

* Durée de vie de la pile neuve déterminée par des tests effectués par OMRON.

CE Le marquage CE se réfère au respect de la CEM directive européenne 2004/108/CE.

Mise au rebut de la pile conformément à la directive européenne 2008/12/CE

Les piles ne font pas partie des déchets ménagers courants. Vous devez les ramener au point de collecte de votre municipalité ou à un point de vente commercialisant ce type de pile.

Mise au rebut des appareils électriques et électroniques conformément à la directive européenne 2002/96/CE

Ce produit ne doit pas être traité comme un déchet ménager courant, mais il doit être rapporté à un point de collecte destiné au recyclage des appareils électriques et électroniques. Vous pourrez obtenir des informations complémentaires auprès de votre municipalité ou de ses services d'élimination des déchets ou bien auprès du détaillant qui vous a vendu votre produit.

Fabricant OMRON HEALTHCARE Co., Ltd.
53, Kunotsubo, Terado-cho, Muko, KYOTO,
617-0002 JAPON

Mandataire dans l'UE OMRON HEALTHCARE EUROPE B.V.
Scorpius 33, 2132 LR Hoofddorp, PAYS-BAS
www.omron-healthcare.com

Site de production OMRON DALIAN Co., Ltd.
No. 3, Song Jiang Road,
Economic and Technical Development Zone,
Dalian 116600, Chine

Succursales OMRON HEALTHCARE UK LTD.
Opal Drive, Fox Milne, Milton Keynes,
MK15 0DG, ROYAUME-UNI
www.omron-healthcare.com

OMRON MEDIZINTECHNIK HANDELSGESELLSCHAFT mbH
Konrad-Zuse-Ring 28, 68163 Mannheim, ALLEMAGNE
www.omron-healthcare.com

OMRON SANTÉ FRANCE SAS
14, rue de Lisbonne, 93561 Rosny-sous-Bois Cedex, FRANCE
Uniquement pour le marché français:
OMRON Service Après Vente
N° Vert 0 800 91 43 14
www.omron-healthcare.com

Fabriqué en Chine