

DIGIWALKER PEDOMETER

momentum® by / par / von st. moritz watch corp.

OPERATING INSTRUCTIONS / MODE D'EMPLOI

SW-650/651



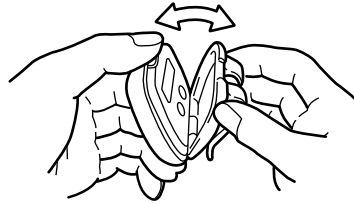
SW-800/801



THANK YOU for purchasing this Momentum® pedometer. This pedometer has been carefully designed to give you years of reliable service. We value your opinion: please let us know if you have any comments or suggestions as to how we might improve our products.

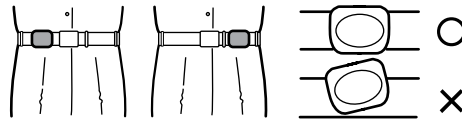
OPENING THE COVER

Holding the pedometer upright, grasp the top of the clip with one hand. Use the other hand to push the lip (projecting portion) and swing the pedometer open.



HOW TO WEAR YOUR PEDOMETER

Using the clip, attach the pedometer securely to your belt or waistband. For the best results keep it close to your hip and keep in mind that the pedometer works best when it is in a vertical position and level.



HOW TO DETERMINE YOUR "STRIDE LENGTH"

When you walk each step that you take is a certain length. That step / stride length needs to be entered into your DIGIWALKER pedometer so that it can calculate distance. Since your steps will vary in their length, you want to determine your average step length. The best way of doing this is to walk a given (measured) distance while counting the number of steps that it takes to cover that given distance. Divide the known distance by the number of steps that it took to cover the distance. A high school or college track works well. The more accurately you can determine your average stride length, the more accurate the distance shown on the pedometer will be.

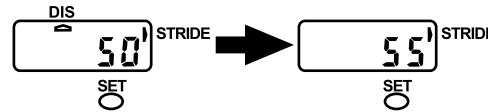
Example (Kilometers): Say you find a high school track with a 100M distance marked on it. Now walk, jog or run the 100M, counting your steps. (NB: it is very important to emulate the type of activity and terrain where you intend to use the pedometer. E.g. stride length will vary significantly depending on whether you are running / walking, or if you are going uphill / downhill.) If it takes you 185 steps to walk, jog or run this 100M distance, then divide 100M by 185 steps, to get your average stride length: $100 \div 185 = 0.54\text{M}$ or 54 cm. Your stride length is 54 cm and that is the number that you enter into your pedometer.

Example (Miles): Say you find a high school track with a 1/4 mile (1320 feet) distance marked on it. Now walk, jog or run the 1/4 mile, counting your steps. (NB: it is very important to emulate the type of activity and terrain where you intend to use the pedometer. E.g. stride length will vary significantly depending on whether you are running / walking, or if you are going uphill / downhill.) If it takes you 258 steps to walk, jog or run this

1320 feet distance, then divide 1320 feet by 258 steps, to get your average stride length: $1320 \div 258 = 2.5$. Your stride length is 2.5 feet and that is the number that you enter into your pedometer.

HOW TO SET YOUR STRIDE LENGTH

1. Press the MODE button until the little black cursor points to DIS which stands for DISTANCE.
2. Press the SET button. The cursor will "jump over" to STRIDE. Continue to press the SET button until your stride length appears. Stride length can be set from 30cm to 180cm in 1 cm increments (1 foot to 6 feet in 0.5 increments on the SW-651). If you overshoot or wish to reduce the set stride length, continue to press the SET button until the number cycles back through to your number.



HOW TO USE THE STOPWATCH (SW-650/651)

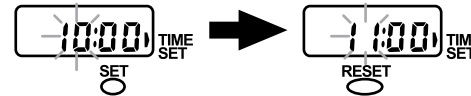
Press the MODE button until the little black cursor points to STOPWATCH. To start the timing, press the SET button. To stop the timing, press the SET button again. To reset the stopwatch to zero press the RESET button.

HOW TO SET THE CLOCK

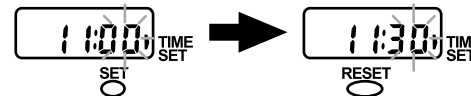
To set the clock press the MODE button until the black cursor points to CLOCK.



Press and hold the SET button. The hour digit will start to flash. Press the RESET button to change the hour digit.



Once you have the correct hour digit, press the SET button again. The minute digits will start to flash. Press the RESET button to change the minute digits.



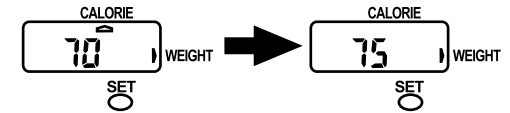
Once you have the correct minute digits, press the SET button. That's it!



HOW TO SET YOUR WEIGHT (SW800/801)

Press the MODE button to move the cursor to "CALORIE". Then, press the SET button to input your body weight. The cursor

will point to "WEIGHT" (kg or lbs). The pedometer will accept weight in either 1 kg (SW800) or 1 lbs (SW801) increments starting at 30 kg or 70 lbs. The maximum weight is 120 kg or 300 lbs. After setting your weight, the cursor will automatically return to "CALORIE".



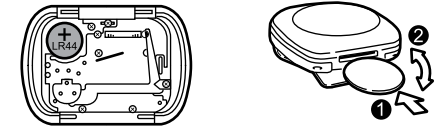
CALCULATING YOUR SPEED (SW800/801)

The pedometer display will show your speed every 10 seconds. The displayed speed is based on a calculation of your average speed for the previous 10 seconds. The minimum displayed speed is 0.01 km/h or 0.01 mph.

REPLACING THE BATTERY

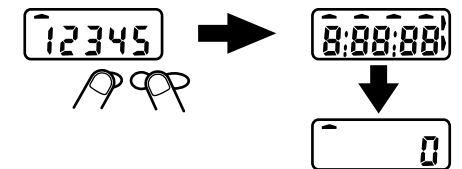
The usual battery life is 2.3 years. When the display begins to dim a new battery should be installed. Replace the battery with an LR44 type photo / electronic battery. To replace the battery:

1. Insert the edge of a coin in the slot on the bottom of the pedometer (opposite the end where you open it). Slowly twist the coin. The cover will pop off.
2. Replace the "dead" battery with a new one, making sure that the + side faces up.
3. Replace the cover, making sure that it is properly aligned and then snap it shut.
4. You must then reset, by holding down all of the buttons simultaneously for about 5 seconds. When the display goes blank, release the buttons. Your display will show "88888" then "0". The time and your stride length can then be reprogrammed.



Erratic Display

If there is an unusual or erratic display, please press all the buttons at the same time for about 5 seconds. The display will then show "88888"; after a few seconds, the display will automatically revert to "0". After this manual reset, you will need to enter the date, time, stride length, and your weight (SW800/801).



IF YOUR PEDOMETER REQUIRES SERVICE, please return it to a St. Moritz Service Center. Our Service Centers can provide repairs, service and replacement bands promptly and at reasonable prices. When sending your pedometer, please provide your return shipping information, including email address and daytime phone number.

Please read instructions carefully to understand how to operate your Momentum® instrument. **Your model may not have all of the features described in this booklet.**

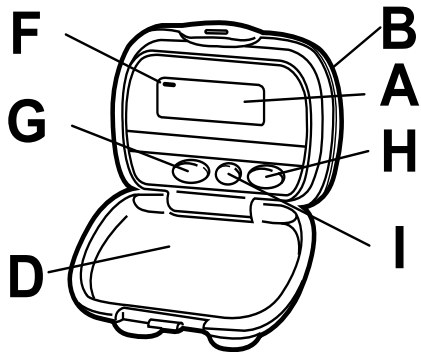
Veuillez lire attentivement les modes d'emploi pour bien comprendre le fonctionnement de votre montre Momentum®. **Toutes les fonctions décrites ne sont pas disponibles sur tous les modèles.**

Lesen Sie bitte diese Anleitung für Ihre Momentum®-Uhr genau durch. **Es ist möglich, daß Ihr Modell nicht alle in dieser Gebrauchsanweisung beschriebenen Funktionen aufweist.**

PARTS OF THE PEDOMETER

PIÈCES DU PODOMÈTRE

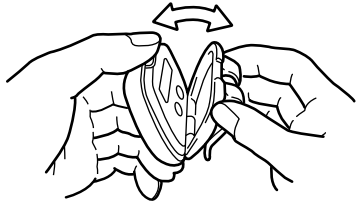
- A. Liquid Crystal Display / Affichage à cristaux liquides
- B. Case / Étui
- D. Case Back with Clip / Pince pour ceinture sur l'arrière de l'étui
- F. Cursor / Curseur
- G. Reset Button / Bouton de réinitialisation
- H. Mode Button / Bouton de mode
- I. Set Button / Bouton d'Initialisation



NOUS VOUS REMERCIONS d'avoir acheté ce podomètre Momentum®. Cet appareil a été conçu pour une utilisation longue et durable. Votre opinion est très importante pour nous; nous vous serions donc reconnaissants de nous transmettre vos commentaires ou suggestions afin de nous aider à améliorer nos produits.

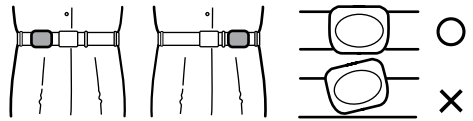
OUVRIER LE COUVERCLE

Tout en tenant le podomètre en position verticale, agrippez le dessus de la pince d'une main. Utilisez l'autre main pour pousser le rebord et ouvrir le podomètre.



COMMENT PORTER VOTRE PODOMÈTRE

Attachez le podomètre à votre ceinture en utilisant la pince. Pour obtenir de meilleurs résultats, tenez le podomètre près de votre hanche et rappelez-vous que le podomètre fonctionne à son meilleur lorsqu'il est en position verticale et à niveau.



COMMENT MESURER VOTRE ENJAMBÉE

Lorsque vous marchez, chaque pas que vous faites mesure une certaine longueur. La mesure de votre pas ou enjambée, doit être enregistrée dans votre podomètre DIGIWALKER pour calculer la distance. Puisque la mesure de vos enjambées variera en longueur, il vous faut en déterminer la moyenne. La meilleure façon de déterminer votre moyenne est de marcher sur une distance donnée (mesurée) en comptant le nombre de pas que vous faites pour couvrir cette distance. Divisez la distance par le nombre de pas pour obtenir votre moyenne. Le terrain idéal pour ce calcul est une piste d'école ou de collège. Plus votre moyenne est exacte et plus la distance qui sera affichée sur votre odomètre sera exacte.

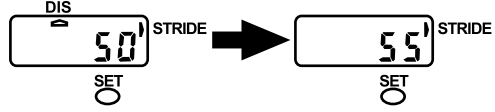
Exemple (kilomètres) : Prenons une piste d'école de 100 m. Marchez, joggez ou courez toute la distance de 100 m en comptant vos pas. (n.b.: il est très important d'imiter le même type d'activités que vous planifiez faire avec votre podomètre. La longueur d'enjambée variera considérablement selon que vous marchez, joggez ou courez ou si vous descendez ou montez une colline). Si, par exemple, il vous faut faire 185 pas pour couvrir le 100 m en marchant, joggant ou courant, vous divisez alors 100 m par 185 et vous obtiendrez votre moyenne : $100 \div 185 = 0.54$ m ou 54 cm. La longueur de votre enjambée mesure donc 54 cm et c'est ce chiffre que vous devrez enregistrer dans votre podomètre.

Exemple (milles) : Prenons une piste d'école de 1/4 mille (1 320 pieds). Marchez, joggez ou courez toute la distance de 100 m en comptant vos pas. (n.b.: il est très important d'imiter le même type d'activités que vous planifiez faire avec votre podomètre. La longueur d'enjambée variera considérablement selon que vous marchez, joggez ou courez ou si vous descendez ou

monter une colline). Si, par exemple, il vous faut faire 258 pas pour couvrir la distance de 1 320 pieds en marchant, joggant ou courant, vous divisez alors $1\ 320 \div 258$ et vous obtiendrez votre moyenne : $1\ 320 \div 258 = 2,5$ pi. La longueur de votre enjambée mesure donc 2,5 pi. et c'est ce chiffre que vous devrez enregistrer dans votre podomètre.

ENREGISTRER LA LONGUEUR DE VOTRE ENJAMBÉE

1. Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que le petit curseur noir indique DIS pour DISTANCE.
2. Appuyez sur le bouton INITIALISATION (SET). Le curseur avancera sur ENJAMBÉE (STRIDE). Continuez à appuyer sur le bouton INITIALISATION (SET) jusqu'à ce que la bonne mesure soit affichée. La longueur des enjambées peut être ajustée de 30 cm à 180 cm en incréments de 1 cm (1 à 6 pieds en incréments de 0,5 sur le modèle SW-651). Si vous passez la mesure désirée ou si vous désirez réduire la longueur d'enjambée, continuez à appuyer sur le bouton INITIALISATION jusqu'à ce que les chiffres retournent au chiffre désiré.



MODE D'EMPLOI DU CHRONOMÈTRE (SW-650/651)

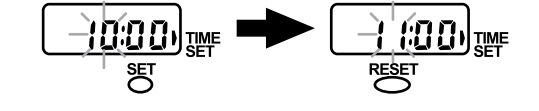
Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que le petit curseur noir indique CHRONOMÈTRE (STOPWATCH). Pour débuter la séquence, appuyez sur le bouton INITIALISATION. Pour arrêter la séquence, appuyez de nouveau sur le bouton INITIALISATION. Pour réinitialiser le chronomètre à zéro, appuyez sur le bouton RÉINITIALISATION.

AJUSTER LA MONTRE

Pour ajuster la montre, appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que le petit curseur noir indique MONTRE (CLOCK).



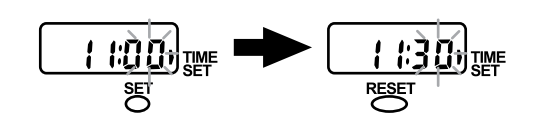
Appuyez et tenez le bouton INITIALISATION. Les chiffres des heures clignoteront.



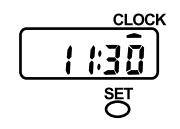
Appuyez sur le bouton RÉINITIALISATION pour changer l'heure.



Appuyez sur le bouton INITIALISATION de nouveau pour changer le chiffre des minutes. Les chiffres clignoteront.



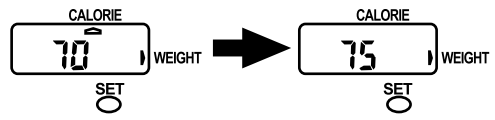
Appuyez sur le bouton RÉINITIALISATION pour changer les minutes.



Une fois l'heure et les minutes ajustées, appuyez sur le bouton INITIALISATION. Et voilà!

ENREGISTRER VOTRE POIDS (SW800/801)

Appuyez sur le bouton MODE jusqu'à ce que le curseur indique "CALORIE". Appuyez sur le bouton INITIALISATION pour enregistrer votre poids. Le curseur indiquera POIDS (en kg ou en lb). Le podomètre accepte les incréments de 1 kg pour le modèle SW800 ou 1 lb pour le modèle SW801 à partir de 30 kg ou 70 lbs. Le poids maximum est de 120 kg ou 300 lbs. Après avoir enregistré votre poids, le curseur retournera automatiquement à "CALORIE".



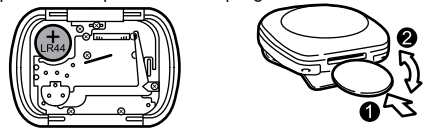
CALCUL DE VOTRE VITESSE (SW800/801)

L'écran de votre podomètre affichera votre vitesse chaque 10 secondes. La vitesse affichée est basée sur le calcul de la vitesse moyenne des 10 secondes précédentes. La vitesse minimale affichée est de 0,01 km/h ou 0,01 mph.

REEMPLACER LA PILE

La longévité normale de la pile est de 2 à 3 ans. Lorsque l'affichage commence à affaiblir, vous devez installer une nouvelle pile. Remplacez la pile par une pile de type LR-44 pour photo ou appareil électronique. Pour remplacer la pile:

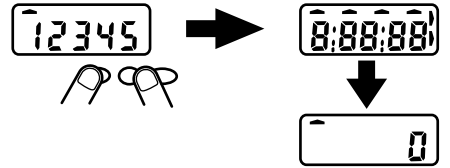
1. Insérez le bout d'une pièce de monnaie dans la fente au dessous du podomètre. Tournez la pièce de monnaie tout doucement. Le couvercle s'ouvrira.
2. Enlevez la pile morte et mettez la nouvelle en vous assurant que le côté positif (+) soit vers le haut.
3. Remettez le couvercle. Alignez-le bien et fermez-le avec fermeté.
4. Vous devez réinitialiser votre podomètre en appuyant sur tous les boutons en même temps pendant 5 secondes. Lorsque l'écran d'affichage se vide, relâchez les boutons. Vous verrez "88888" puis "0" sur l'écran. L'heure et la longueur de votre enjambée sont prêtes à être reprogrammées.



RÉINITIALISATION MANUELLE

Si jamais vous voyez une entrée anormale ou irrégulière sur votre écran, appuyez sur tous les boutons en même temps pendant 5 secondes. Vous verrez sur l'écran "88888" puis après quelques secondes, "0". Après cette réinitialisation manuelle, vous devrez reprogrammer la date, l'heure, votre longueur d'enjambée et

vos poids (SW800/801).



SI VOTRE PODOMÈTRE A BESOIN DE RÉPARATION,

s.v.p. retournez-le au Centre de service St-Moritz. Nos centres de service réparent, font l'entretien et le remplacement des bracelets, vite, efficacement et à prix raisonnables. N'envoyez pas la boîte-cadeau, s.v.p.



ONE YEAR WARRANTY

Great care has been taken to ensure that your pedometer will give you many years of reliable service. It is guaranteed for one year against any defect caused by a fault in its manufacture*. The best possible materials and components have gone into your pedometer. To keep it in top condition, please treat it with care and have it professionally serviced at regular intervals.
 * Loss or damage caused by accident, negligence, or opening, or repair by unauthorized persons is excluded from this warranty, as is cosmetic deterioration of the case or bracelet caused by wear & tear or abuse and damage caused by cracked or broken crystals.

GARANTIE DE 1 ANS

Votre podomètre a été construite pour vous assurer plusieurs années de service fiable. Elle est garantie contre tout défaut de fabrication* pour une période initiale de 1 ans.
 * Perte ou dommages dus à un accident, ou causés par l'ouverture de la boîte par des personnes non autorisées sont exclus de cette garantie, tout comme la détérioration cosmétique de la boîte ou du bracelet causée par la portée ou l'abus. La durée de vie de la pile n'est pas couvert sous la garantie. Les dommages causés par l'entrée de l'humidité n'est pas compris.

Questions?
 1-800-663-1881
 (weekdays, 9am-5pm Pacific Time)
 (lun-ven, 9 h-17 h, heure du pacifique)

SERVICE IN CANADA:
 St. Moritz Service Centre
 1140 West 7th Avenue
 Vancouver BC V6H 1B4 Canada

Service In The US:
 St. Moritz Service Center
 264 H Street, Suite D
 Blaine WA 98230 USA

For current service centre addresses, please check at:
 Pour l'adresse du centre de service le plus proche, voir: