

Enregistrez  
votre produit  
en ligne à

[www.scosche.com/register](http://www.scosche.com/register)



**SCOSCHE®**

**RHYTHM24<sup>MC</sup>**

**RTHM24**

---

**MONITEUR DE FRÉQUENCE  
CARDIAQUE PERFORMANCE ET  
CAPTEUR BIOMÉTRIQUE**

**VALENCELL**  
PRECISION BIOMETRICS

**MANUEL DE L'UTILISATEUR**

Pour les tout derniers documents vont à [scosche.com/rhythm24](http://scosche.com/rhythm24) traite notamment de l'aide à intelligent *Bluetooth*, applications recommandées appareils compatibles, et le dépannage.

**!!AVERTISSEMENT!!**

Ceci n'est pas un dispositif médical et il est destiné à être utilisé dans la formation et pour usages créatifs seulement. Veuillez consulter un médecin avant l'usage de celui-ci pour déterminer les zones appropriées visées du rythme cardiaque.

**AVIS**

Le moniteur cardiaque **Rhythm24<sup>MC</sup>** est imperméable à l'eau et il satisfait le Standard 60529 IP68 CEI. Il peut résister à une immersion d'trois (3) mètres d'eau pendant 30 minutes. Une submersion d'eau prolongée peut causer des dommages au dispositif.



Ce produit est homologué ANT + et il est compatible avec les affichages ANT+ qui soutiennent les données suivantes :



Visitez [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory)

(Français)

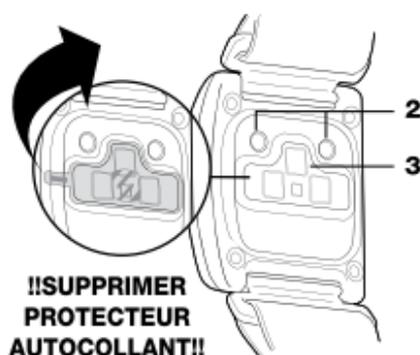
## Au sujet de Valencell

Les précisions biométriques Valencell représentent une technologie des détecteurs ayant une protection conférée par un brevet; laquelle mesure des données biométriques en temps réel avec un degré élevé d'exactitude et de consistance; et laquelle utilise ces données pour offrir aux gens des évaluations significatives de condition physique. Cette technologie s'intègre sans interruptions dans des écouteurs-boutons et autres dispositifs portables comme des brassards et serre-poignets; et elle peut se connecter aux applications de téléphones intelligents qui sont déjà utilisées par des gens pendant qu'ils s'exercent. La technologie des détecteurs Valencell vous permet de capturer des données exactes comme : fréquence cardiaque, distance, vitesse, cadence, les calories brûlées et le VO2 max (niveau de capacité aérobique).

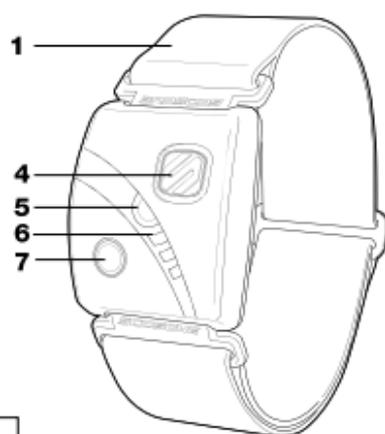
Patent/Brevet : [www.valencell.com/patents](http://www.valencell.com/patents)

## COMMENÇONS

### VUE ARRIÈRE

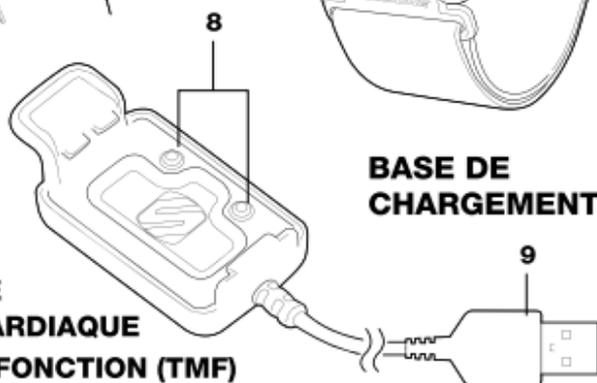


### VUE DE FACE



1. BRASSARD
2. BORNES DE CHARGEMENT
3. DÉTECTEUR DE FRÉQUENCE CARDIAQUE
4. TOUCHE MULTIFONCTION (TMF)
5. CENTER LED
6. TRIPLE INDICATEUR À DEL (3 VOYANTS)
7. BOUTON D'ENREGISTREMENT
8. BORNES DE CHARGEMENT
9. CÂBLE USB

### BASE DE CHARGEMENT



# COMMENÇONS

## MARCHE/ARRÊT

**En marche :** Appuyez et maintenez enfoncée la TMF pendant 3 secondes.

**Arrêt :** Appuyez et maintenez enfoncée la TMF pendant 5 secondes.

## DURÉE DE VIE DE LA PILE

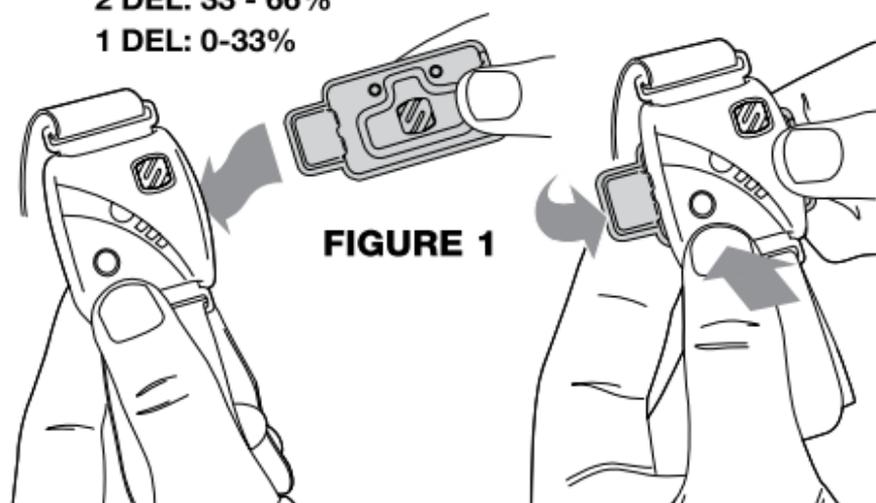
**Pour vérifier la durée de vie de la pile:** Alors que l'appareil est allumé, appuyez et maintenez enfoncée la TMF pendant 2 secondes.

### Indicateur à trois voyants DEL

**3 DEL:** 66 -100%

**2 DEL:** 33 - 66%

**1 DEL:** 0-33%



## CHARGEMENT

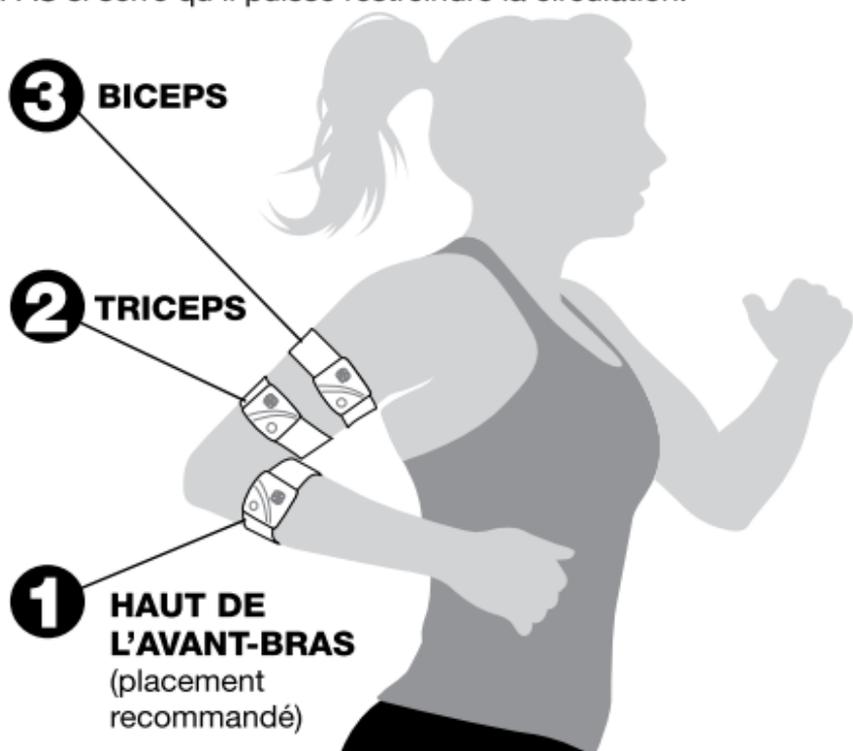
1. Attachez la base de chargement au dispositif *SCOSCHE Rhythm24* (Figure 1).
2. Branchez le câble USB à un chargeur mural ou bien à votre ordinateur.
3. Rechargez le **Rhythm24** pendant 2 heures ou jusqu'à ce que les trois DEL indiquent que l'appareil est complètement chargé. Consultez « Niveau de charge ».
4. Enlevez la base de chargement comme il est illustré (Figure 2).



# UTILISATION DU BRASSARD MONITEUR

## PLACEMENT DU BRASSARD

Pour les lectures les plus précises, portez le **Rhythm24** sur le haut de votre avant-bras, sur vos biceps, ou vos triceps, et assez serré pour qu'il ne se déplace pas sur votre bras, mais PAS si serré qu'il puisse restreindre la circulation.



## CONNECTEZ

Le **Rhythm24** entre automatiquement en mode d'appariement lorsqu'il est démarré.

1. Ouvrez l'appli **Rhythm Sync** pour iPhone (ou l'appli de remise en forme de votre choix).
2. Connectez-vous depuis l'écran d'accueil de l'application **Rhythm Sync**.
3. Connectez le **Rhythm24** à l'application de votre choix à l'aide de la fonctionnalité BLE (*Bluetooth smart*) ou ANT+ \*  
\*La connexion du **Rhythm24** se fait dans la section des paramètres de l'application choisie, et non par le biais des paramètres *Bluetooth* du téléphone

**Remarque :** Le monitoring de la fréquence cardiaque fonctionnera avec la plupart des applications intelligentes de conditionnement physique *Bluetooth*. Pour une liste des applications compatibles, s'il vous plaît visitez [www.scosche.com/rhythm24](http://www.scosche.com/rhythm24)

# UTILISATION DU BRASSARD MONITEUR

## CONFIGURATION

L'appli **Rhythm Sync** est conçue pour configurer le **Rhythm24**. Les caractéristiques sont énumérées ci-dessous :

- Sélection de mode
  - Fréquence cardiaque uniquement
  - Course à pied
  - Cyclisme
  - Natation
  - Variabilité de fréquence cardiaque
  - Mode multi-sport : Duathlon, Triathlon
- Mise à jour des données
- Mise à jour du firmware
- Configuration de partage
- Vérifiez le pourcentage de batterie
- Télécharger une séance d'entraînement pré-enregistrée

## Régler le monde

- Lors de la première utilisation du **Rhythm24**, l'appareil démarrera en mode de fréquence cardiaque seulement.
- Le **Rhythm24** demeurera en mode de fréquence cardiaque jusqu'à ce que vous le changiez manuellement dans l'appli **Rhythm Sync**.
- Vous pouvez changer de mode dans l'appli **Rhythm Sync** en sélectionnant l'onglet Mode dans l'application.

## Configurer les paramètres

- Sélectionnez « Mes données » (My Details) dans l'appli **Rhythm Sync**
- Les zones de fréquence cardiaque sont basées sur les paramètres entrés dans l'application.
  - Zone 1 = Bleu
  - Zone 2 = Vert
  - Zone 3 = Ambre
  - Zone 4 = Rouge
  - Zone 5 = Rouge – Clignotement rapide
- Les zones seront affichées par le voyant DEL central du **Rhythm24**.
- Entrez la fréquence cardiaque maximale et au repos pour des zones spécifiques de fréquence cardiaque.
- Si aucune fréquence cardiaque au repos ou maximale est entrée, les zones cardiaques par défaut seront configurées selon les données entrées.

# UTILISATION DU BRASSARD MONITEUR

## CONFIGURATION DES MODES MULTIPLES

**Remarque :** Il est recommandé d'utiliser la fonction d'enregistrement (Record) pour une performance optimale.

### Triathlon

- Lancez l'appli **Rhythm Sync**, et sélectionnez « Triathlon. »
- Le mode Triathlon démarrera en mode « Swim (natation). »
- Pressez et maintenez le bouton « Record (enregistrement) » jusqu'à ce que la DEL ambre s'allume.
- Tapez deux fois sur le bouton de fonctions multiples (MFB) pour passer à la sélection de mode.
- À nouveau, tapez deux fois sur le bouton de fonctions multiples (MFB) pour changer les modes.
  - Natation – 1 DEL verte clignotante
  - Bicyclette – 2 DEL vertes clignotantes
  - Course – 3 DEL vertes clignotantes

**Remarque :** Le **Rhythm24** restera en fonction de sélection de mode pendant 5 secondes, si aucune sélection n'est faite, il quittera cette fonction et retournera à l'état où les 3 DEL ambres clignotent. Vous devrez alors taper deux fois sur le bouton MFB pour retourner à la fonction de sélection de mode.

### Duathlon

- Lancez l'appli **Rhythm Sync** et sélectionnez « Duathlon (biathlon). »
- Le mode Duathlon démarrera en mode « Run (course). »
- Pressez et maintenez le bouton « Record (enregistrement) » jusqu'à ce que la DEL ambre s'allume.
- Tapez deux fois sur le bouton de fonctions multiples (MFB) pour passer à la sélection de mode.
- À nouveau, tapez deux fois sur le bouton de fonctions multiples (MFB) pour changer les modes.
  - Course – 2 DEL vertes clignotantes
  - Bicyclette – 3 DEL vertes clignotantes
  - Course – 3 DEL vertes clignotantes

**Remarque :** Le **Rhythm24** restera en fonction de sélection de mode pendant 5 secondes, si aucune sélection n'est faite, il quittera cette fonction et retournera à l'état où les 3 DEL ambres clignotent. Vous devrez alors taper deux fois sur le bouton MFB pour retourner à la fonction de sélection de mode.

## UTILISATION DU BRASSARD MONITEUR

### ENREGISTRER UNE SÉANCE D'ENTRAÎNEMENT

- Maintenez enfoncée la touche d'enregistrement pendant 2 secondes.
  - L'indicateur à trois voyants DEL clignote continuellement\*
- Maintenez enfoncée la touche d'enregistrement pendant 2 secondes.
  - L'indicateur à trois voyants DEL clignote 4 fois
  - \*Remarque :** Le nombre de voyants DEL qui clignent indique la durée de vie restante.
    - 3 DEL : 66 % - 100 %
    - 2 DEL : 33 % - 66 %
    - 1 DEL : 0 % - 33 %
- Effacez toute la mémoire
  - Appuyez et maintenez enfoncée la TMF et la touche d'enregistrement simultanément pendant 10 secondes.\*
  - \*Remarque :** Téléchargez les données avant de supprimer du **Rhythm24**.

### INSTRUCTIONS D'ENTRETIEN

- Pour assurer des lectures exactes; nettoyez les lentilles du détecteur avec un chiffon doux.
- Utilisez un chiffon doux avec un savon doux pour mains SEULEMENT et de l'eau fraîche pour essuyer le brassard, les détecteurs et le corps en plastique.
- Utilisez un coton-tige et SEULEMENT de l'alcool à friction pour nettoyer les contacts de chargements.
- N'utilisez aucun produit chimique abrasif pour nettoyer le brassard **Rhythm24**, les détecteurs ou le corps en plastique. Ceci causera des dommages permanents.

Pour les détails complets de la garantie,  
veuillez visiter notre site [www.scosche.com](http://www.scosche.com)  
ou composer le (800) 363-4490

## AVIS DE NON-RESPONSABILITÉ

Malgré le fait que nos moniteurs de fréquence cardiaque Rhythm24 sont à la fine pointe de la technologie, il existe tout de même des limitations intrinsèques pouvant causer l'inexactitude des valeurs de rythme cardiaque affichées. Certains facteurs qui peuvent affecter les valeurs comprennent sans limitations les caractéristiques physiques de l'utilisateur, l'ajustement du dispositif et le niveau d'intensité de la routine d'exercice ou de l'activité physique.

Les moniteurs de fréquence cardiaque Rhythm24 ne sont pas destinés à diagnostiquer, traiter, éliminer ou prévenir les maladies. Le moniteur de fréquence cardiaque Rhythm24 dispose d'une fonction de surveillance pouvant poser des risques aux utilisateurs atteints de certains problèmes de santé. Consultez votre médecin avant d'utiliser ce produit si (1) vous avez un problème de santé ou une maladie cardiaque, (2) vous prenez un médicament photosensible, (3) vous souffrez d'épilepsie ou d'une sensibilité aux lumières clignotantes, (4) votre circulation sanguine est limitée ou vous êtes prédisposé(e) aux ecchymoses, ou (5) vous souffrez d'un désordre musculosquelettique. Dans le cas d'une urgence médicale, cessez d'utiliser le produit et consultez immédiatement un professionnel des soins de santé. Nous ne serons pas tenu responsable de problèmes de santé engendrés par l'utilisation des moniteurs de fréquence cardiaque Rhythm24. Vous convenez d'utiliser le moniteur de fréquence cardiaque Rhythm24 à vos propres risques.

Le contact prolongé avec les dispositifs prêts-à-porter peut engendrer des irritations cutanées ou des réactions allergiques chez certains utilisateurs. Suivez les trois consignes d'utilisation et de soins : (1) garder l'appareil propre; (2) garder l'appareil sec; (3) ne pas trop serrer la bande. Enlevez l'appareil si vous remarquez une irritation cutanée. Consultez votre médecin si les symptômes persistent pendant plus de 2-3 jours après avoir enlevé l'appareil.



**IMPORTANT!**  
*Ne retournez pas le produit au détaillant!*

**SI VOUS AVEZ BESOIN D'ASSISTANCE EN CE QUI  
CONCERNE L'UTILISATION OU DES PIÈCES MANQUANTES**

Veuillez D'ABORD nous contacter au **1-800-363-4490 ext 1** Numéro gratuit, assistance technique sans frais  
HEURES: Du lundi au vendredi 8:00 a.m. to 5:30 p.m. (PST) Samedi 8:00 a.m. to 2:00 p.m. (PST)