

# ТАБЛО СВЕТОДИОДНОЕ С ФУНКЦИЕЙ ТАЙМЕРА для функциональных тренировок v.2.0.

## ПОРЯДОК РАБОТЫ И УСТАНОВКА ПАРАМЕТРОВ

Информационное табло имеет режим отображения часов реального времени и программы для различных занятий и тренировок: ЕМОМ, ТАВАТА, бокс, таймер обратного отсчета, МПК. Выбор программы осуществляется нажатием

кнопки **1 - 5** на пульте. Им соответствуют программы:

**P1 - ЕМОМ**, поход в начале каждой минуты. Представляет собой секундомер, запуск кнопкой **СТАРТ**, остановка отсчета кнопкой **СТОП**, сброс кнопкой **СБРОС**, подача звонка в начале каждой минуты.

**P2 - ТАВАТА**, интервалы работа-отдых и подсчет подходов. Представляет собой таймер обратного отсчета с подачей сигнала. Устанавливается пять параметров, нажатием кнопки **MENU**, в следующем порядке: РАБОТА «ММ» -> РАБОТА «СС» -> ОТДЫХ «ММ» -> ОТДЫХ «СС» -> КОЛ-ВО ПОДХОДОВ -> выход из меню и сохранение настроек. Все значения изменяется кнопками **ВВЕРХ** и **ВНИЗ**. Если параметры уже настроены ранее то запуск выполняется кнопкой **СТАРТ**, остановка отсчета кнопкой **СТОП**, сброс кнопкой **СБРОС**. Запуск отсчета времени сопровождается тройным предупредительным сигналом. В начале каждого подхода РАБОТЫ подается однотональный сигнал, а в конце подхода подается прерывистый сигнал. Остановка происходит по достижению установленного значения подходов.

**P3 - БОКС**, интервалы работа-отдых и подсчет подходов. Представляет собой таймер обратного отсчета с подачей сигнала. Устанавливается пять параметров, нажатием кнопки **MENU**, в следующем порядке: РАБОТА «ММ» -> РАБОТА «СС» -> ОТДЫХ «ММ» -> ОТДЫХ «СС» -> КОЛ-ВО ПОДХОДОВ -> выход из меню и сохранение настроек. Все значения изменяется кнопками **ВВЕРХ** и **ВНИЗ**. Если параметры уже настроены ранее то запуск выполняется кнопкой **СТАРТ**, остановка отсчета кнопкой **СТОП**, сброс кнопкой **СБРОС**. Запуск отсчета времени сопровождается тройным предупредительным сигналом. В начале каждого подхода РАБОТЫ подается однотональный сигнал, а в конце подхода подается прерывистый сигнал. Остановка происходит по достижению установленного значения подходов.

**P4 - Таймер обратного отсчета** с подачей сигнала по истечению заданного времени. Кнопками **ВВЕРХ** и **ВНИЗ** устанавливается значение минут на таймере игры. При нажатии кнопки **СТАРТ** или **СТОП** таймер будет соответственно запущен или приостановлен. Если время на таймере вышло то на табло будет отображено (- - : - -) Если нажать кнопку **СТАРТ** когда на индикаторе прочерки, то таймер будет запущен со значения сохраненного в памяти. Для сохранения нового значения в память, нужно кнопками **ВВЕРХ** и **ВНИЗ** выставить необходимое значение минут (таймер должен быть остановлен) и нажать кнопку **ПАМЯТЬ**.

**P5 - МПК** (расширенная ТАВАТА). 3 интервала тренировка-отдых и подсчет периодов. Представляет собой таймер обратного отсчета с подачей сигнала. Устанавливается тринадцать параметров, нажатием кнопки **MENU**, в следующем порядке: 1-ый ПОДХОД РАБОТА (ММ -> СС) -> 1-ый ПОДХОД ОТДЫХ (ММ -> СС) -> 2-ой ПОДХОД РАБОТА (ММ -> СС) -> 2-ой ПОДХОД ОТДЫХ (ММ -> СС) -> 3-ий ПОДХОД РАБОТА (ММ -> СС) -> 3-ий ПОДХОД ОТДЫХ (ММ -> СС) -> КОЛ-ВО ПЕРИОДОВ -> последнее нажатие - выход из меню и сохранение установок. Время работы и отдыха изменяется кнопками **ВВЕРХ** и **ВНИЗ**. Если параметры уже настроены ранее то запуск кнопкой **СТАРТ**, сброс кнопкой **СБРОС**, отсчет работа-отдых с подачей звонка в начале каждого интервала, подсчет периодов, остановка по достижению последнего периода.

Нажатие кнопки **POWER** переключает табло в режим ожидания, постоянно отображается текущее время в формате ЧЧ:ММ:СС

Для настройки часов в режиме ожидания следует нажать кнопку **MENU**, и кнопками **ВВЕРХ** или **ВНИЗ** отредактировать **ЧАСЫ**, нажать кнопку **MENU**, отредактировать **МИНУТЫ**, следующее нажатие **MENU** сохранит настройки в памяти.

В режиме ожидания доступна функция регулировки яркости, изменяется кнопками **Яркость +/-**. При подаче питания на табло яркость всегда максимальная.

