

Griffstärke-Messgerät EH101

Bedienungsanleitung



Der Onlineshop für den modernen Trainer!

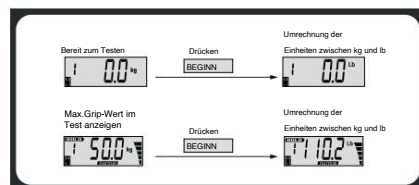
Service-Kontakt:
griffstaerke@team-sportbedarf.de

TEAMSPORTBEDARF.DE
Team-Sportbedarf GmbH, Team-Sport-Strasse 2, 52022 Zülpich
www.team-sportbedarf.de

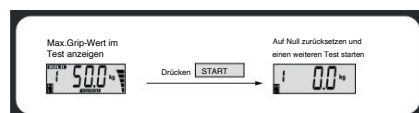
WEEE-Reg.-Nr. DE 9805333

21EH101 E1

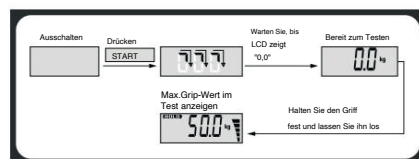
• EINHEIT UMSTELLEN



• ZUM ZURÜCKSETZEN UND ERNEUT TESTEN

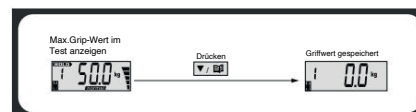


• SCHNELLTESTMODUS



Drücken Sie 3 Sekunden lang auf „ON/SET“, um das Gerät auszuschalten. Die automatische Abschaltung erfolgt, wenn das LCD zeigt 20 Sekunden lang denselben Messwert an.

• TESTERGEBNIS SPEICHERN



Nach dem Speichern kehrt der Dynamometer wieder in den Testmodus zurück.

• RÜCKRUFTESTERGEBNIS



Nach dem Abrufen können Sie „ON/SET“ drücken, um die Einheit umzurechnen, oder „START“ drücken, um mit dem Grifftest zu beginnen.

▲ HINWEISE FÜR DEN GEBRAUCH UND DIE WARTUNG

- Bitte achten Sie beim Batteriewechsel auf die Polarität;
- Vermeiden Sie es, das LCD zu berühren.
- Wenn sich das Dynamometer nicht einschalten lässt, überprüfen Sie bitte, ob die Batterien ordnungsgemäß installiert;
- Behandeln Sie diesen Dynamometer mit Sorgfalt, da es sich um ein Präzisionsinstrument handelt.
- Wenn der Dynamometer längere Zeit nicht verwendet wird, nehmen Sie bitte die Batterien heraus.
- Nicht für den gewerblichen Gebrauch geeignet.

Bitte lesen Sie diese Anweisungen, bevor Sie dieses Handdynamometer verwenden.

• Kurze Einleitung

EH101 ist eines der neuesten Produkte, das sich gut für Turner, Tennisspieler und Kletterer eignet und auch als Trainingsgerät zur Regeneration von Muskelverletzungen im Rahmen der Physiotherapie mit folgenden besonderen Funktionen dient:

- Hochpräzise Leistungsmessung mit sofortiger digitaler Anzeige an Greifkraft.
- Automatische Erfassung der maximal erreichten Griffkraft und Anzeige von der Wert.
- Auswertung der Ergebnisse nach Alters- und Geschlechtsgruppe.
- Speichern/Aufbewahren und Abrufen von Ergebnissen für verschiedene Benutzer.

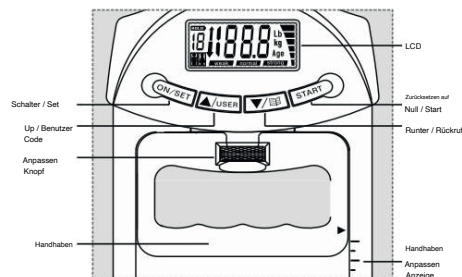
• SPEZIFIKATION

- Einheit: kg / lb
- Max. Kapazität: 90 kg / 198 lb 3. Teilung = 0,1 kg / 0,2 lb
- Stromversorgung: 2 x 1,5 V AAA-Batterien
- Toleranz: ±0,5 kg / 1 lb
- Betriebsumgebung: Temperatur = 0 – 35 °C; Relative Luftfeuchtigkeit = 30–90 %

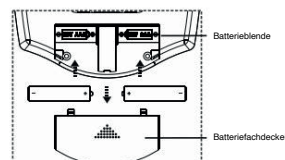
• MERKMALE

- Designprinzip: Bionik, Ergonomie
- Verstellbarer Griff, geeignet für Benutzer unterschiedlichen Alters
- Modisches Design
- Ausgestattet mit hochpräzisiertem Dehnungsmessstreifen-Sensor 5,0 x 8 Zoll (21 mm) LCD-Ziffern
- Multifunktionen, einschließlich Benutzerdateneinstellung, Griffprüfung, Vergleich, Speichern und Abrufen von Testergebnissen.

• GLIEDERUNG

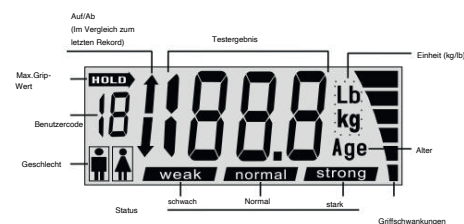


• BATTERIEN AUSTAUSCHEN

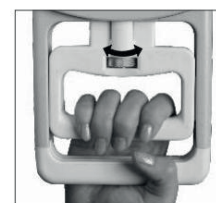


- Öffnen Sie die Batteriefachabdeckung auf der Rückseite des Dynamometers.
- Nehmen Sie verbrauchte Batterien heraus;
- Legen Sie neue Batterien ein, indem Sie eine Seite der Batterien unter der Batteriefachabdeckung und drücken Sie die andere Seite nach unten. Bitte achten Sie auf die Polarität.

• LCD-SYMBOLS BESCHREIBUNG

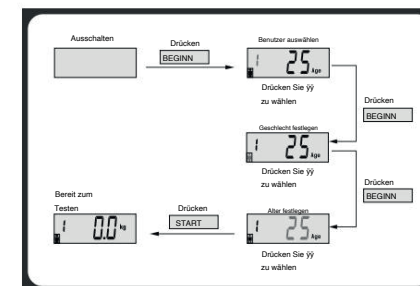


• VORABEINSTELLUNG

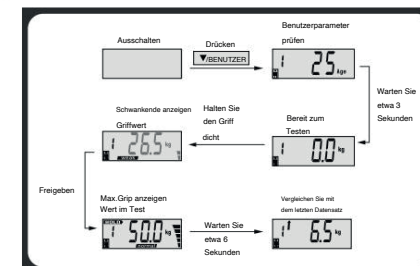


Vor der Verwendung können Sie den Griff durch Drehen des Einstellknops nach rechts oder links nach oben oder unten verstellen, um einen idealen Griff zu erhalten.
Beispiel: Benutzer mit großen Händen können den Griff nach oben verstellen, indem sie den Einstellknopf nach rechts drehen.

• BENUTZERPARAMETER EINSTELLEN

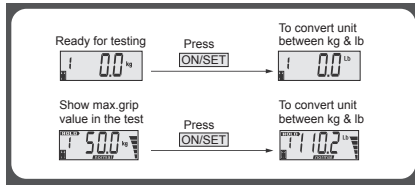


• ZUM TESTEN IM BENUTZERSPEICHERMODUS



Nach dem Test zeigt das LCD den Benutzercode, das Geschlecht, den maximalen Griffwert und den Griff an Wertstatus (schwach, normal, stark). Drücken Sie 3 Sekunden lang "ON/SET", um umzuschalten.
Aus. Die automatische Abschaltung erfolgt, wenn das LCD 20 Sekunden lang denselben Wert anzeigt.

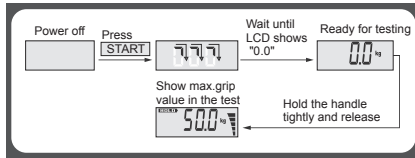
• TO CONVERT UNIT



• TO RESET AND RETEST

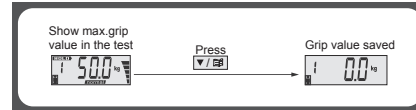


• QUICK TEST MODE



Press "ON/SET" 3 seconds to switch off. Auto shut-off occurs if LCD shows the same reading for 20 seconds.

• TO SAVE TEST RESULT



After saving, dynamometer will back to testing mode again.

• RECALL TEST RESULT



After recalling, you can press "ON/SET" to convert unit, or press "START" to start grip testing.

△ ADVICE FOR USE AND MAINTENANCE

1. Please take note to polarity when replacing batteries;
2. Avoid touching the lcd;
3. If dynamometer can not be switched on, please check if batteries are properly installed;
4. Treat this dynamometer with care as it is a precise instrument;
5. If the dynamometer is not used for long, please take out the batteries;
6. Not suitable for commercial use.

• APPENDIX: PHYSICAL STATUS ACCORDING TO THE TEST RESULT GIVEN BY THE DYNAMOMETER

AGE	MALE			FEMALE		
	Weak	Normal	Strong	Weak	Normal	Strong
10-11	<12.6	12.6-22.4	>22.4	<11.8	11.8-21.6	>21.6
12-13	<19.4	19.4-31.2	>31.2	<14.6	14.6-24.4	>24.4
14-15	<28.5	28.5-44.3	>44.3	<15.5	15.5-27.3	>27.3
16-17	<32.6	32.6-52.4	>52.4	<17.2	17.2-29.0	>29.0
18-19	<35.7	35.7-55.5	>55.5	<19.2	19.2-31.0	>31.0
20-24	<36.8	36.8-56.6	>56.6	<21.5	21.5-35.3	>35.3
25-29	<37.7	37.7-57.5	>57.5	<25.6	25.6-41.4	>41.4
30-34	<36.0	36.0-55.8	>55.8	<21.5	21.5-35.3	>35.3
35-39	<35.8	35.8-55.6	>55.6	<20.3	20.3-34.1	>34.1
40-44	<35.5	35.5-55.3	>55.3	<18.9	18.9-32.7	>32.7
45-49	<34.7	34.7-54.5	>54.5	<18.6	18.6-32.4	>32.4
50-54	<32.9	32.9-50.7	>50.7	<18.1	18.1-31.9	>31.9
55-59	<30.7	30.7-48.5	>48.5	<17.7	17.7-31.5	>31.5
60-64	<30.2	30.2-48.0	>48.0	<17.2	17.2-31.0	>31.0
65-69	<28.2	28.2-44.0	>44.0	<15.4	15.4-27.2	>27.2
70-99	<21.3	21.3-35.1	>35.1	<14.7	14.7-24.5	>24.5



Online shop
for modern coaches

Service Center:
info@teamsports.com

TEAMSPTS.COM
Hand Dynamometer EH101
Manufacturer: Team 24, D-39239, Zeitz
www.teamsports.com - info@teamsports.com

21EH-001E R1

Please read this instructions before using this hand dynamometer.

• Brief Introduction

EH101 is one of the latest released products that is a good match and companion for gymnasts, tennis players, rock climbers & also serves as a recuperating training device for muscular injury as part of the physiotherapy with following special features:

1. High precision power gauging, giving momentary digital read-out of gripping power.
2. Auto capturing of maximum achieved grip power and display of the value.
3. Assessment of results according to age and gender group.
4. Saving / storage, & retrieval of result for different user individuals.

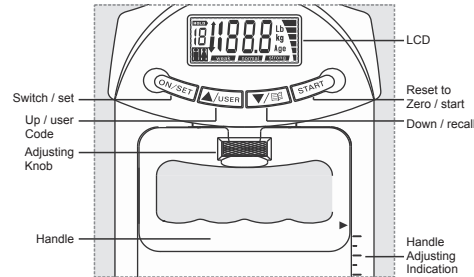
• SPECIFICATION

1. Unit: kg / lb
2. Max. Capacity: 90kg / 198lb
3. Division=0.1kg / 0.2lb
4. Power: 2 x 1.5v aaa batteries
5. Tolerance: ±0.5kg / 1lb
6. Operating environment: temperature=0-35 °C;
Relative humidity=30-90%

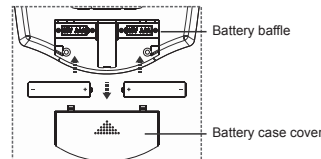
• FEATURES

1. Design principle: bionics, ergonomics
2. Adjustable handle, suitable for users of different ages
3. Fashionable design
4. Equipped with high precision strain gauge sensor
5. 0.8"(21mm) LCD digits
6. Multi-functions including user data setting; grip testing; test result comparison, save and recall.

• OUTLINE

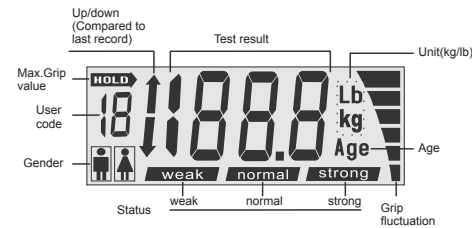


• TO REPLACE BATTERIES

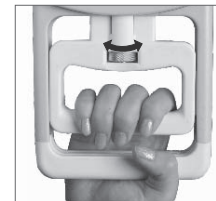


1. Open battery case cover at the back of dynamometer;
2. Take out used batteries;
3. Install new batteries by putting one side of the batteries beneath battery baffle and pressing down the other side. Please take note to polarity.

• LCD ICONS DESCRIPTION

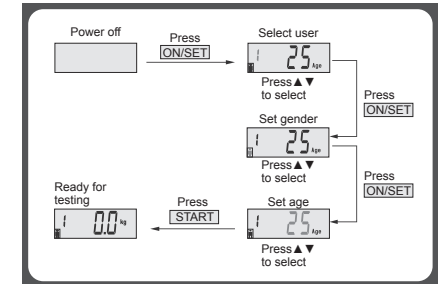


• PRELIMINARY ADJUSTMENT

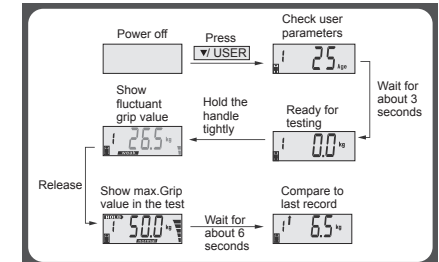


Before using, you can adjust up or down the handle by turning the adjusting knob right or left to get an ideal grasp.
eg: User with big hand can adjust the handle upwards by turning right the adjusting knob.

• TO SET USER PARAMETERS



• TO TEST UNDER USER MEMORY MODE



After testing, LCD will show user code, gender, max.grip value, and grip value status(weak, normal, strong). Press "ON/SET" 3 seconds to switch off. Auto shut-off occurs if LCD shows the same reading for 20 seconds.