

PUSH TRÄNINGSPUCKAR BRUKSANVISNING



**Skanna QR koden för att se en video om hur du snabbt
och smidigt kommer i gång!**



Introduktion

Puckarna används bland annat för idrott, sport, allmän rörelse och träning. Enheterna är anslutna via Bluetooth och tillhör samma grupp av puckar.

En av enheterna är ledarpucken och är markerad med en PUSH logga på ovensidan samt en röd etikett på undersidan. Det är på den pucken du väljer vilket program du vill köra och ändrar inställningarna.

Puckarna har en sensor ovanpå på varje enhet. Tryck eller svep med handen ovanför pucken för att släcka den. Puckarna har flera olika program att välja mellan.

Den tråkiga men nödvändiga informationen

Laddningsspänning: DC5V

Arbetsspänning: DC3.7V

Arbetsström: <110mA

Statisk ström: <45mA

Anslutning: Bluetooth5.0 2.4G

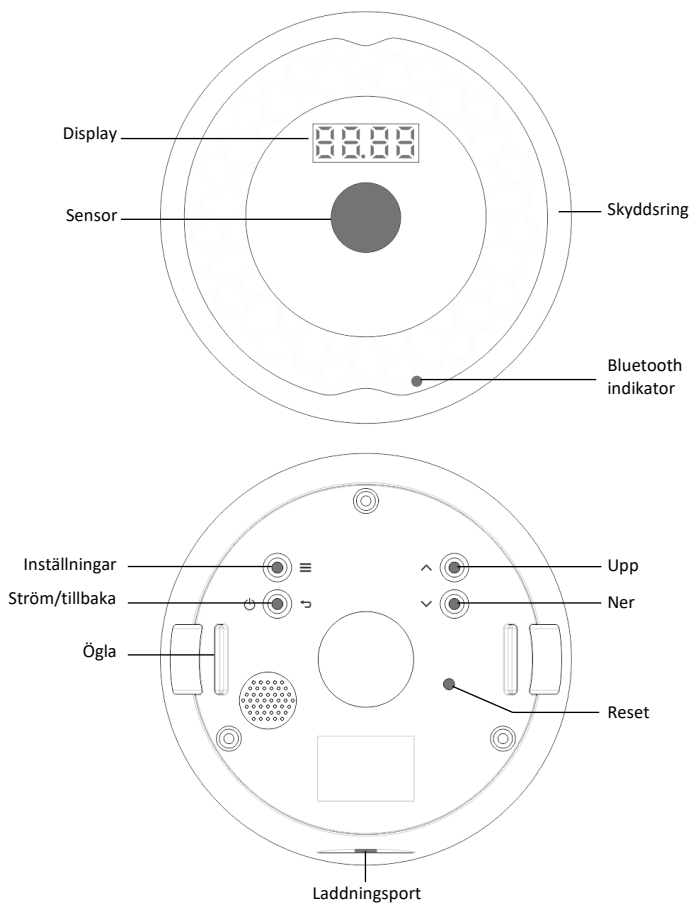
Laddningsport: USB typ-C

Batterikapacitet: 1000mA Li-poly

Mått: 130x130x30mm

Vikt: 175g

Diagram



Knappfunktioner

 **【INSTÄLLNINGAR】** Läs mer under rubriken: Ändra inställningar

 **【STRÖM/TILLBAKA】** Håll in för på/av. Tryck för att avsluta en omgång.

 **【UPP】** Välj program genom att använda pil upp.

 **【NER】** Välj program genom att använda pil ner.

Reset Om en av puckarna upphör att fungera, klicka på reset.

Starta en omgång

Sätt i gång puckarna genom att hålla in strömknappen.

När alla enheter är anslutna lyser ledarpucken i ett blått lugnt blinkande ljus vilket indikerar att puckarna är redo att användas. Använd **【UPP】** eller **【NER】** för att välja vilket program du vill köra.

Ett tips är att hålla ledarpucken en bit ifrån dig när du väljer program så att du inte råkar trigga sensorn vilket startar det senast valda programmet.

För att byta program klickar du på  och väljer sedan ett nytt program.

Dina program

A1: Sekventiellt läge

Puckarna tänds i nummerordning.

A2: Grönt är skönt

Alla lampor tänds, tryck av dem en efter en till dess att alla är släckta. Därefter tänds alla puckar igen.

A3: Slumpmässig ordning

En slumpmässigt vald puck tänds, tryck av den och nästa puck tänds sedan i slumpmässig ordning.

B1: Sekventiellt läge med timer

Baserat på A1 men du har bara ett par sekunder på dig att trycka av en puck. Antalet sekunder kan ändras i inställningar.

B2: Slumpmässig ordning med timer

Baserat på A3 men du har bara ett par sekunder på dig att trycka av en puck. Antalet sekunder kan ändras i inställningar.

C1: Jakten på grön

En slumpmässig puck får lysa grönt, de lysa blått. Jaga och släck enbart det gröna ljuset som ger poäng.

C2: Utmaningen

En spelare/lag jagar grönt ljus, andra spelaren/laget jagar rött ljus. När omgången är slut visas vinnarens färg på alla puckar. Vid lika visas blått. Poängen visas på ledarpucken där de två första siffrorna är röd spelares poäng och de två sista siffrorna är grön spelares poäng.

C3: Träna hjärna

Baserat på A3 men ljuset lysa antingen rött eller blått. Välj om du ska använda vänster hand på rött och höger hand på blått eller varför inte använda en hand på rött och en fot på blått? Du kanske kommer på något eget - valmöjligheterna är många!

C4: Tick Tack

Baserat på A3 men på ledarpucken har du nu en timer som räknar ner antalet sekunder. Hur många puckar hinner du trycka av innan omgången är slut?

D1: Time Attack

Mät hur lång tid det tar att släcka ett förutbestämt antal puckar. Hur många puckar som ska släckas ställs in i inställningarna.

D2: Pipsökaren

Baserat på A3 men den pucken som lysa ger ifrån sig ett pip 1 gång per sekund.

D3: Basen

Varannan gång lysa en slumpmässigt vald följarpuck och varannan gång lysa ledarpucken upp som kan användas som en basstation man alltid återvänder till.

D4: Duellen

Baserat på A3, men med en slumpmässig fördröjning på mellan 0.5–5.0 sekunder. Testa din reaktion mot andra och se vem som har bäst reaktionsförmåga och fokus. Helst medan ni kör plankan eller annan fysiskt krävande övning!

D5: PUSH-Tag

Framtaget för att användas tillsammans med våra västar som man fäster puckarna på för att spela en helt ny version av kull! Två puckar lysa rött och två puckar lysa grönt. Dessa

färger flyttar inte på sig. Lagen jagar sin färg och får poäng för varje gång den triggar sitt lags färg. När omgången är slut visas vinnarnas färg på alla puckar. Blir det lika visas ett blått ljus.

D6: Puckmästaren

Upp till 4 spelare/lag. Varje spelare/lag väljer en färg att jaga bland gröna, röd, blå och turkos. När omgången är slut visas vinnarens färg på alla puckar. Om ställningen är lika vid omgången slut vinner den som först kom upp till sin poäng.

D7: Dubbel puck

Två puckar lyser grönt och ger +1 poäng per släckt puck. Två puckar lyser rött och ger -1 poäng. Släcka bara gröna puckar och samla poäng på tid. När du tagit båda de gröna puckarna får du två nya gröna puckar som placerar sig slumpmässigt.

Ändra inställningar

När du har det blått blinkande ljuset på ledarpucken kan du ändra inställningar genom att hålla in  knappen.

Bläddra till den inställningen du vill ändra med pil upp eller ner. För att gå in i inställningen klickar du sen på  knappen.

SE40: Ändrar antalet puckar som ska släckas i program D1. Förinställt: 15 st.

SE50: Ändrar timern för maxtiden i program B1 och B2. Förinställt: 3 sekunder.

SE60: Ändra tiden på hur lång en runda är. Gäller program C1, C2, C4, D4, D5, D6 och D7.

SE70: Ljud av/på. 00=av och 01=på.

SE80: Automatisk avstängning. 00=av och 01=på.

För att gå ur inställningarna klickar du på   knappen.

Stäng av puckarna

Tryck på   knappen en gång för att avsluta ett pågående program. Du har nu ett blått lugnt blinkande ljus på ledarpucken och kan stänga av puckarna.

För att stänga av puckarna håller du in   knappen. När du får upp texten Poof i displayen så bekräftar du avstängningen med  knappen som sitter ovanför strömknappen.

Puckarna stänger av sig automatiskt efter att ha varit inaktiva en längre tid.