



## EN

### 7 Load home altitude

With the **▼** button select the altitude mode and hold the **▲** for 2 sec. button until your saved home altitude is displayed. Confirm with the **●** button. This allows a fast altitude calibration before the bike ride.

### 8 Reset cyclometer

Hold the **▼** button for 4 sec. to reset the daily data (Doesn't work when stop watch is activated). By starting a new recording daily data will be reset automatically.  
*A full reset can be performed by pushing the AC-Button on the back of the cyclometer.*

### 9 Clear memory

Go to settings (3 sec. ●). Select Set Stopwatch confirm the Lap-settings (●). Scroll to **CLR MEMORY** once sample rate is displayed. Afterwards confirm with ●.

### 10 Functions

**Area A**  
This Area always displays the current speed (e), the temperature (g), the bike in use (1 or 2) (f), the average speed pointer (d) and the heart rate zone pointer (h).

**Area B**  
Allows switching between following functions with the **▲** button:  
# Current ride time  
# Current distance  
# Current cadence (accessory needed)  
# Current heart rate (accessory needed)  
# Current altitude (only urbanhigh x)  
# Current power (accessory needed)

## DE

### 7 Heimathöhe laden

Rufen Sie mit **▼** den Höhenmodus auf und halten Sie **▲** gedrückt, bis die gespeicherte Heimathöhe angezeigt wird. Bestätigen Sie mit **●**. Dies ermöglicht ein schnelles Kalibrieren vor der Radtour.

### 8 Gerät zurücksetzen

Halten Sie **▼** für 4 Sek. gedrückt um die Tagesdaten zurückzusetzen (funktioniert nicht im Stoppuhrmodus). Wenn sie eine neue Aufzeichnung starten, werden die Tagesdaten automatisch zurückgesetzt.  
*Mit dem AC Knopf auf der Rückseite kann der urban auf die Werkseinstellungen zurückgesetzt werden.*

### 9 Speicher löschen

Rufen Sie das Einstellungs Menü auf (3 sec. ●). Wählen Sie Set Stopwatch, bestätigen Sie Lap-Einstellungen mit ●. Scrollen Sie bei Sample Rate zu **CLR MEMORY**. Bestätigen Sie mit ●.

### 10 Funktionen

**Bereich A**  
Dieser Bereich zeigt immer die aktuelle Geschwindigkeit (e), die Temperatur (g), das benutzte Rad (1 oder 2) (f), die Vergleichsgeschwindigkeit (d) und die Pulszone (h).

**Bereich B**  
Mit **▲** können Sie folgende Funktionen durchschalten:  
# Aktuelle Fahrzeit  
# Aktuelle Distanz  
# Aktuelle Trittfrequenz (Zubehör notwendig)  
# Aktuelle Herzfrequenz (Zubehör notwendig)  
# Aktuelle Höhe (nur urbanhigh x)  
# Aktuelle Leistung (Zubehör notwendig)

## FR

### 7 Chargement de l'altitude de départ

A l'aide de la flèche du bas (**▼**), sélectionnez le mode d'altitude, puis maintenez la flèche du bas (**▲**) enfoncée jusqu'à ce que l'altitude de départ préalablement enregistrée s'affiche. Confirmez en appuyant sur le bouton **●**. Ceci permet d'étalonner rapidement l'altitude avant de partir à vélo.

### 8 Réinitialisation du cyclomètre

Pour réinitialiser les données quotidiennes, appuyez sur la flèche du bas (**▼**) et maintenez la enfoncée pendant 4 secondes. Les données quotidiennes sont réinitialisées automatiquement lorsqu'un nouvel enregistrement démarre. Pour effectuer une réinitialisation complète, appuyez sur le bouton AC situé au dos du cyclomètre.

### 9 Effacement de la mémoire

Dans le mode de réglage (appuyez sur le bouton **●**) pendant 3 secondes, sélectionnez Set Stopwatch. Sélectionnez le mode du compteur de tours (bouton **●**) et, une fois la fréquence d'échantillonnage affichée, faites défiler le menu jusqu'à ce l'option **CLR MEMORY** (effacer la mémoire) apparaisse. Appuyez sur le bouton **●** pour confirmer.

### 10 Fonctionnalités

**Zone A**  
Cette zone affiche l'indicateur de vitesse moyenne (d), la vitesse actuelle (e), le vélo en cours d'utilisation (1 ou 2) (f), la température (g) et l'indicateur de zone de fréquence cardiaque (h).

**Zone B**  
Affiche les fonctionnalités suivantes, qu'il faut faire défiler à l'aide de la flèche du haut (**▲**):  
# Durée de la randonnée en cours  
# Distance actuelle  
# Cadence actuelle (accessoire nécessaire)  
# Fréquence cardiaque actuelle (accessoire nécessaire)  
# Altitude actuelle (urbanhigh x seulement)  
# Puissance actuelle (accessoire nécessaire)

## NL

### 7 Ingestelde hoogte laden

Gebruik de **▼** knop en selecteer de hoogtemodus. Hou vervolgens de **▲** knop ingedrukt totdat uw opgeslagen hoogte wordt weergegeven. Bevestig met de **●** knop. Hiermee wordt een snelle hoogtekalibratie voor de fietstocht mogelijk.

### 8 Resetten van de computer

Houd de **▼** knop 4 seconden ingedrukt om de gegevens opnieuw in te stellen. Door het starten van een nieuwe opname worden de dagelijkse gegevens automatisch gewist.  
*Een volledige reset kan worden uitgevoerd door het indrukken van de AC-knop op de achterkant van de computer.*

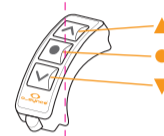
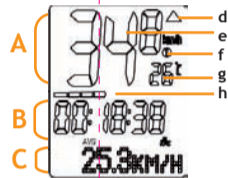
### 9 Geheugen leegmaken

Ga naar instellingen (3 sec. ●). Selecteer Set Stopwatch, bevestig de Lap-instellingen (●) en ga naar **CLR MEMORY** zodra samplefrequentie wordt weergegeven. Daarna bevestigen met de ● knop.

### 10 Functies

**Gebied A**  
Dit gebied toont altijd de huidige snelheid (e), de temperatuur (g), de fiets in gebruik (1 of 2) (f), de gemiddelde snelheid aanwijzer (d) en de hartslagzone (h).

**Gebied B**  
Hier kunt u schakelen tussen de functies met de **▲** knop:  
# Huidige ritrijd  
# Huidige afstand  
# Huidige cadans (accessoire nodig)  
# Huidige hartslag (accessoire nodig)  
# Huidige hoogte (alleen stedelijke hoog x)  
# Huidige macht (accessoire nodig)



**Area C**  
Has two function levels. With the **▼** button you scroll through the following main functions (#). With the **▲** button you switch between the sub functions (+) of each main function.

- # Clock
- + Date
- # Current ride time
- + Total ride time bike 1 or 2
- + Total ride time bike 1+2
- # Stopwatch
- + Set lap while stopwatch is running
- >> Special key: hold **▲** button to start/stop the stopwatch and recording
- # Current distance
- + Total distance bike 1 or 2
- + Total distance bike 1 + 2
- # Current cadence
- + Average cadence
- + Max. cadence
- # Current heart rate
- + Average heart rate
- + Max. heart rate
- + Time spent above heart rate zone
- + Time spent in heart rate zone
- + Time spent below heart rate zone
- + Burned calories (Kcal)
- + Burned fat
- # Current altitude
- + Max. altitude
- + Total ascent current ride
- + Total descent current ride
- + Total ascent current bike
- + Total descent current bike
- + Total ascent bike 1 + 2
- >> Special key: hold **▲** button to call home altitude
- # Current gradient %
- + Average gradient uphill
- + Average gradient downhill
- + Max. gradient uphill
- + Max. gradient downhill
- # Average speed
- + Max speed
- >> Special key: hold **▲** button to switch between bike 1 & bike 2
- # Current power
- + Average power
- + Max. power
- # Max. temperature
- + Min. temperature

Eg. You want to see your maximum heart rate of the current ride. Push the **▼** button until your current heart rate is displayed in the lower display field then push the **▲** button till your max. heart rate is displayed. More details about special key combination are explained in the corresponding chapters.

**Bereich C**  
Hat zwei Funktionsebenen. Mit **▼** wechseln Sie zwischen folgenden Hauptfunktionen (#). Mit **▲** wechseln Sie zwischen den Unterfunktionen (+) der einzelnen Hauptfunktionen.

- # Uhrzeit
- + Datum
- # Aktuelle Fahrzeit
- + Gesamtfahrzeit Rad 1 oder Rad 2
- + Gesamtfahrzeit beider Räder zusammen
- # Stoppuhr
- + Runde setzen während die Stoppuhr läuft
- >> Spezielle Funktion: Halten Sie **▲** um die Stoppuhr und Aufzeichnung zu starten/stoppen.
- # Aktuelle Distanz
- + Gesamtdistanz Rad 1 oder Rad 2
- + Gesamtdistanz beider Räder zusammen
- # Aktuelle Trittfrequenz
- + Durchschnittliche Trittfrequenz
- + Max. Trittfrequenz
- # Aktuelle Herzfrequenz
- + Durchschnittliche Herzfrequenz
- + Max. Herzfrequenz
- + gefahrene Zeit über der Pulszone
- + gefahrene Zeit in der Pulszone
- + gefahrene Zeit unter der Pulszone
- + Verbrannte Kalorien (Kcal)
- + Verbrannte Fettmasse
- # Aktuelle Höhe
- + Max. Höhe
- + Gesamthöhe der aktuellen Fahrt
- + Gesamthöhe der aktuellen Fahrt
- + Gesamthöhe des aktuell genutzten Rads
- + Gesamthöhe des aktuell genutzten Rads
- + Gesamthöhe beider Räder
- >> Spezielle Funktion: Halten Sie **▲** um die Heimathöhe aufzurufen
- # Aktuelle Steigung %
- + Aktuelle Steigung bergauf
- + Aktuelle Steigung bergab
- + Max. Steigung bergauf
- + Max. Steigung bergab
- # Durchschnittsgeschwindigkeit
- + Max. Geschwindigkeit
- >> Spezielle Funktion: Halten Sie **▲** um zwischen Rad 1 & 2 zu wählen
- # Aktuelle Leistung
- + Durchschnittliche Leistung
- + Max. Leistung
- # Max. Temperatur
- + Min. Temperatur

Beispiel: Sie möchten Ihre Max. Herzfrequenz der aktuellen Fahrt sehen. Drücken Sie **▼** bis die Funktion aktuelle Herzfrequenz angezeigt wird. Jetzt drücken Sie **▲** bis Max. Herzfrequenz angezeigt wird. Details der Tastenkombinationen werden in den entsprechenden Kapiteln behandelt.

**Zone C**  
Cette zone permet d'afficher deux niveaux de fonctionnalités. La flèche du bas (**▼**) permet de parcourir les fonctionnalités principales (#). Le bouton **▲** permet de consulter les fonctionnalités secondaires (+) de chacune des fonctionnalités principales.

- # Horloge
- + Date
- # Durée de la randonnée en cours
- + Durée totale pour le vélo 1 ou le vélo 2
- + Durée totale pour les vélos 1 et 2
- # Chronomètre
- + Réglage du compteur de tours (lorsque le chronomètre fonctionne)
- >> Touche de raccourci: Appuyez sur la flèche du haut (**▲**) et maintenez la enfoncée pour démarrer ou arrêter le chronomètre et l'enregistrement.
- # Distance actuelle
- + Distance totale pour le vélo 1 ou le vélo 2
- + Distance totale pour les vélos 1 et 2
- # Cadence actuelle
- + Cadence moyenne
- + Cadence maximale
- # Fréquence cardiaque actuelle
- + Fréquence cardiaque moyenne
- + Max. fréquence cardiaque
- + Temps passé au-delà de la zone de fréquence cardiaque
- + Temps passé dans la zone de fréquence cardiaque
- + Temps passé en-deçà de la zone de fréquence cardiaque
- + Calories brûlées (kcal)
- + Graisses brûlées
- # Altitude actuelle
- + Altitude maximale
- + Ascension totale pour la randonnée en cours
- + Descente totale pour la randonnée en cours
- + Ascension totale pour le vélo sélectionné
- + Descente totale pour le vélo sélectionné
- + Ascension totale pour les vélos 1 et 2 combinés
- >> Touche de raccourci: Appuyez sur la flèche du haut (**▲**) et maintenez la enfoncée pour afficher l'altitude de départ.
- # Pente actuelle (%)
- + Pente moyenne en montée
- + Pente moyenne en descente
- + Pente maximale en montée
- + Pente maximale en descente
- # Vitesse moyenne
- + Vitesse maximale
- >> Touche de raccourci: Appuyez sur la flèche du haut (**▲**) et maintenez la enfoncée pour alterner entre le vélo 1 et le vélo 2.
- # Puissance actuelle
- + Puissance moyenne
- + Puissance maximale
- + Température maximale
- + Température minimale

Exemple: Vous souhaitez afficher votre fréquence cardiaque maximale atteinte pendant la randonnée en cours. Appuyez sur la flèche du bas (**▼**) jusqu'à ce que votre fréquence cardiaque actuelle s'affiche dans le bas de l'écran. Appuyez sur le bouton **▲** jusqu'à ce que votre fréquence cardiaque maximale s'affiche. Pour plus de détails au sujet des touches de raccourci, reportez-vous aux sections correspondantes.

**Gebied C**  
Heeft twee functieniveaus. Met de **▼** knop doorloopt u de volgende hoofdfuncties (#). Met de **▲** knop wisselt u tussen de sub-functies (+) van elke hoofdfunctie.

- # Klok
- + Datum
- # Huidige ritrijd
- + Totale ritrijd fiets 1 of 2
- + Totale ritrijd fiets 1 + 2
- # Stopwatch
- + Stel een ronde in terwijl de stopwatch actief is
- >> Speciale functie: houd de **▲** knop in om de stopwatch en opname te starten/stoppen.
- # Huidige afstand
- + Totale afstand fiets 1 of 2
- + Totale afstand fiets 1 + 2
- # Huidige cadans/trapfrequentie
- + Gemiddelde cadans/trapfrequentie
- + Max. cadans/trapfrequentie
- # Huidige hartslag
- + Gemiddelde hartslag
- + Max. hartslag
- + Tijd boven hartslagzone
- + Tijd doorgebracht in hartslagzone
- + Tijd doorgebracht onder hartslagzone
- + Calorieverbruik (Kcal)
- + Verbrand vet
- # Huidige hoogte
- + Max. hoogte
- + Totale stijging huidige rit
- + Totale afdaling huidige rit
- + Totale stijging huidige fiets
- + Totale afdaling huidige fiets
- + Totale stijging fiets 1 + 2
- >> Speciale functie: houd de **▲** knop in om ingestelde hoogte te roepen
- # Huidige helling %
- + Gemiddelde helling omhoog
- + Gemiddelde helling afdaling
- + Max. helling bergop
- + Max. helling bergaf
- # Gemiddelde snelheid
- + Max. snelheid
- >> Speciale functie: houd de **▲** knop in om te schakelen tussen fiets 1 & fiets 2
- # Huidige vermogen
- + Gemiddelde vermogen
- + Max. vermogen
- # Max. temperatuur
- + Min. temperatuur

Bijv. U wilt uw maximale hartslag van de huidige rit zien. Druk op de **▼** knop tot dat uw hartslag wordt weergegeven in het onderste weergaveveld (C). Druk dan de **▲** knop in tot uw max. hartslag wordt weergegeven. Meer details over speciale toetscombinaties zijn uitgelegd in de overeenkomstige hoofdstukken.

### 11 Training software

With our free training **trainingLab** software and the PC interface urbanpc you can analyze your recorded training on your PC.

Download the software from our website [www.o-synce.com](http://www.o-synce.com). As an alternative for Mac, PC and Linux users the free software Golden Cheetaah also supports urban x & high x ([www.goldencheetaah.org/](http://www.goldencheetaah.org/)) - select o-synce macro for data import.

### 12 Battery change

Change of Battery (CR2032) is necessary after approx. one year, or when display or backlight become weak.

Before change, note down wheel size and odometer, and enter after again.

Turn the battery compartment cover with a fitting coin to left. Remove the cover plate carefully. Insert the battery with correct polarity. You should see the „+“ when compartment is open. Check the seal fitting and replace, if required.

### 11 Trainingsoftware

Mit der kostenlosen **trainingLab** Software und der USB Schnittstelle urbanpc können Sie Ihre aufgezeichneten Daten am PC analysieren.

Zum Download gehen Sie auf [www.o-synce.com](http://www.o-synce.com). Als Alternative können Mac-, PC- und Linux- Nutzer auch die kostenfreie Software Golden Cheetaah für den urban x & high x nutzen ([www.goldencheetaah.org/](http://www.goldencheetaah.org/)) - wählen Sie beim Daten Import o-synce macro aus.

### 12 Batteriewechsel

Der Batteriewechsel (CR2032) erfolgt nach etwa einem Jahr, oder wenn Anzeige oder Hintergrundbeleuchtung schwächer werden.

Vor dem Wechsel müssen Radgröße und Gesamtstrecke notiert und anschließend wieder neu eingegeben werden.

Den Batteriedeckel mit einer Münze nach links drehen und vorsichtig entnehmen. Batterie mit der Plus-Seite nach oben zeigend einlegen. Auf richtigen Sitz der Dichtung achten und gegebenenfalls gegen eine neue ersetzen.

### 11 Logiciel d'entraînement

Grâce à notre logiciel d'entraînement **trainingLab** et à notre interface PC urbanpc, vous pouvez analyser vos entraînements à l'aide de votre ordinateur. Téléchargez le logiciel à partir du site [www.o-synce.com](http://www.o-synce.com). Il existe une alternative pour les utilisateurs MAC, PC et Linux, soit le logiciel gratuit Golden Cheetaah, lequel est également compatible avec les modèles urban x & high x ([www.goldencheetaah.org/](http://www.goldencheetaah.org/)). Pour l'importation de données, sélectionnez la macro o-synce.

### 12 Remplacement de la pile

Il est nécessaire de remplacer la pile (CR2032) après environ un an, ou lorsque l'affichage ou le rétroéclairage est de faible intensité. Avant de remplacer la pile, veuillez noter la taille des pneus et la valeur affichée à l'odomètre, car vous devrez entrer ces valeurs une fois la pile remplacée. À l'aide d'une pièce de monnaie, faites tourner le couvercle du compartiment de la pile dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Retirez le couvercle délicatement. Insérez la nouvelle pile en vous assurant de respecter les polarités. Une fois le couvercle du compartiment de la pile ouvert, vous devriez voir le symbole « + ». Vérifiez le joint d'étanchéité et remplacez-le si nécessaire.

### 11 De trainingssoftware

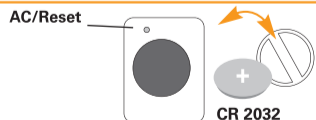
Met onze gratis **trainingLab** software en de PC Interface urban-pc kunt u uw opgenomen training analyseren op uw PC.

U kunt de software downloaden van onze website [www.o-synce.com](http://www.o-synce.com). Als een alternatief voor PC-, Mac- en Linuxgebruikers ondersteunt de gratis software Golden Cheetaah ook urban x & high x ([www.goldencheetaah.org/](http://www.goldencheetaah.org/)) - Selecteer o-synce macro voor gegevens importeren.

### 12 Battery change

Het vervangen van de batterij (CR2032) is nodig na ongeveer een jaar, of als het display zwakker wordt.

Noteer de bandenmaat en de kilometerstand voordat u de batterij vervangt en voer deze naderhand weer in zoals beschreven in deze handleiding. Draai het batterijkapje naar links met een passend munstuk. Verwijder het kapje voorzichtig. Verwijder de oude batterij en plaats de nieuwe batterij, met de polen op de juiste wijze, terug in het apparaat. U moet de „+“ kunnen zien als het kapje nog verwijderd is. Controleer de afdichting, vervang deze indien nodig en plaats het batterijkapje terug.



General remarks  
Allgemeine Hinweise  
Remarque générale  
Algemene opmerking



### 14 Technical specifications

Dimensions: 48 x 37 x 16 mm (L x W x H)  
Weight: ca. 24 g (incl. CR2032 battery)  
Water resistance: 1m  
Compatibility: ANT+™ (Visit [www.thisisant.com/directory](http://www.thisisant.com/directory) for compatible products)  
Radio frequency: 2.4GHz ANT+™  
Transmission range: 3m  
Operating temperature: -10°C – 60°C  
Battery: CR2032 Lithium Battery (contains perchlorate)  
Battery lifetime: up to 100 hours of operating

### 15 Warranty

We are only liable for damages in accordance to the statutory regulations in respect to our contractual partners. Batteries are excluded from warranties. In case of a warranty please contact the retailer where you purchased your device. Batteries can be returned after use.

This product is compliant with the Directive 1999/5/EC. The relevant Declaration of Conformity is available at <http://www.o-synce.com>.

### 14 Technische Spezifikationen

Maße: 48 x 37 x 16 mm (L x B x H)  
Gewicht: 24 g (incl. CR2032 Batterie)  
Wasserdichtigkeit: 1m  
Systemkompatibilität: ANT+™  
Frequenz: 2,4GHz ANT+™  
Übertragungsbereich: 3m  
Betriebstemperatur: -10°C – 60°C  
Batterie: CR2032 Lithium Batterie (enthält Perchlorate)  
Lebensdauer der Batterie: bei regelmäßiger Benutzung bis zu 100 Std

### 15 Garantie

o-synce haftet gegenüber unserem jeweiligen Vertragspartner für Mängel nach den gesetzlichen Vorschriften. Batterien sind von der Gewährleistung ausgenommen. Entladene Batterien können nach Gebrauch zurückgegeben werden. Im Falle der Gewährleistung wenden Sie sich bitte an den Händler, bei dem Sie Ihr o-synce Produkt gekauft haben.

Dieses Produkt ist konform mit der Richtlinie 1999/5/EC. Die zugehörige Konformitätserklärung ist erhältlich unter <http://www.o-synce.com>.

### 14 Caractéristiques techniques

Dimensions: 48 mm x 37 mm x 16 mm (longueur x largeur x hauteur)  
Poids: Environ 24 g (incluant une pile CR2032)  
Étanchéité: 1 m  
Systèmes compatibles: ANT+™  
Fréquence radio: 2,4 GHz ANT+™  
Portée d'émission: 3m  
Température de fonctionnement: De -10 °C à 60 °C  
Pile: Pile au lithium CR2032 (la pile contient du perchlorate)  
Autonomie de la pile: Jusqu'à 100 heures (temps de fonctionnement)

### 15 Garantie

Notre responsabilité se limite aux dommages, conformément aux dispositions légales de nos partenaires contractuels. Les piles ne sont pas couvertes par la garantie. Pour toute réclamation au titre de la garantie, veuillez communiquer avec votre détaillant. Les piles peuvent être retournées après usage.

Ce produit est conforme à la directive 1999/5/EC. La déclaration de conformité pertinente est disponible à l'adresse suivante : <http://www.osynce.com>.

### 14 Technische specificaties

Afmetingen: 48 x 37 x 16 mm (L x B x H)  
Gewicht: ca. 24 g (incl. CR2032 batterij)  
Waterbestendigheid: tot 1 meter  
Compatibiliteit: ANT+™  
Radio frequentie: 2,4GHz ANT+™  
Transmissie reikwijdte: tot 3 meter  
Bedrijfstemperatuur: -10°C – 60°C  
Batterij: CR2032 Lithium Batterij (bevat perchloraat)  
Batterij levensduur: tot 100 uur

### 15 Garantie

o-synce is alleen aansprakelijk voor schade in overeenstemming met de wettelijke regels met betrekking tot onze contractuele partners. Batterijen zijn uitgesloten van garanties. Neem contact op met de leverancier waar u uw apparaat heeft gekocht in het geval van een garantie. Batterijen kunnen worden geretourneerd na gebruik.

Dit product is compatibel met de richtlijn 1999/5/EC.