

FRENCH continued

ainsi que de modifier les activités physiques dans l'application ELEMNT Companion après avoir synchronisé l'activité. Pour en savoir plus, veuillez vous référer aux instructions détaillées disponibles sur notre site internet.

DÉTAILS ET INSTRUCTIONS COMPLÈTES SUR LES FONCTIONNALITÉS Des tutoriels sont disponibles sur l'onglet PARAMÈTRES de l'application ELEMNT Companion qui propose de plus amples informations.

Pour plus de détails sur les fonctionnalités et les instructions d'utilisation, consultez le site : WAHOOFITNESS.COM/INSTRUCTIONS/RIVAL

ITALIAN

AVVISO Consultare le *importanti informazioni* sul prodotto contenute nella confezione, indicanti le avvertenze e altre importanti informazioni sul prodotto. Consultare sempre il proprio medico prima di iniziare o modificare qualsiasi programma di allenamento.

PANORAMICA DELL'OROLOGIO Accendere il telefono per effettuare la configurazione
● Attivare/disattivare la retroilluminazione // Tenere premuto per bloccare/sbloccare i pulsanti
● Pagina sinistra // Tenere premuto per aprire il menu della pagina visualizzata
● Notifiche non lette // Tenere premuto per disattivare le notifiche // All'interno delle pagine del menu, premere per scorrere in alto // Durante l'allenamento, premere per registrare un giro o tenere premuto per passare alla modalità multisport manuale // Durante un allenamento multisport, tenere premuto per effettuare una transizione

● All'interno delle pagine del menu, premere per selezionare // Durante l'allenamento, premere per iniziare o mettere in pausa
● Pagina destra
● ● All'interno delle pagine del menu, premere per scorrere in basso // Modificare il livello di zoom dei campi o dei widget dati

CONFIGURAZIONE 1. CARICARE L'OROLOGIO PRIMA DELL'USO. Prima dell'uso, si consiglia di caricare completamente ELEMNT RIVAL. Inserire il cavo di ricarica USB fornito in un ingresso USB del computer o in un caricabatterie con ingresso USB. Inserire ELEMNT RIVAL nei perni di posizionamento sul lato destro e spingere in basso sul lato sinistro fino a quando l'orologio si blocca sul caricabatterie attivandosi // 2. SCARICARE L'APP WAHOO ELEMNT SUL PROPRIO TELEFONO. Assicurarsi che il bluetooth sia acceso // 3. ACCENDERE ELEMNT RIVAL. Tenere premuto il pulsante in alto a sinistra su ELEMNT RIVAL // 4. SCANSIONARE IL QR CODE PER ACCOPPIARE IL TELEFONO. Se il codice QR non viene visualizzato, andare al menu « sistema » accoppiamento telefono. // 5. SEGUIRE LE ISTRUZIONI PER CONFIGURARE ELEMNT RIVAL // 6. COMPLETARE LA CONFIGURAZIONE. Nell'app complementare ELEMNT andare alla scheda PROFILE per completare la configurazione, autorizzare altre app, personalizzare le zone potenza e frequenza cardiaca. // **AVVISO.** Per ottenere la migliore esperienza dall'utilizzo di ELEMNT RIVAL, tenere l'orologio connesso al proprio cellulare. Ogni volta che è disponibile un nuovo software, l'app complementare ELEMNT lo scarica e aggiorna automaticamente il dispositivo.

INDOSSARE ELEMNT RIVAL POSIZIONE OTTIMALE DELL'OROLOGIO. Per garantire la migliore lettura della frequenza cardiaca, indossare l'orologio lontano dall'osso del polso e stringere la cinghia in modo che l'orologio non si muova sul braccio.

ACCOPIAMENTO DEI SENSORI 1. ANDARE AL MENU. Tenere premuto il pulsante in basso a sinistra per accedere al menu. // 2. SELEZIONARE I SENSORI. Nel menu Sensori selezionare « Nuovo abbinamento ». // 3. ATTIVARE IL SENSORE E TENERLO IN PROSSIMITÀ DI ELEMNT RIVAL. // 4. SELEZIONARE IL SENSORE E SALVARE.

INIZIARE L'ALLENAMENTO 1. SELEZIONARE PROFILO DI ALLENAMENTO

ITALIAN continued

Premere il pulsante centrale (simbolo) per accedere al menu del profilo di allenamento e scegliere l'allenamento desiderato. // 2. BLOCCO GPS. Se si sceglie un profilo di allenamento all'aperto, uscire all'aperto con l'orologio, in modo che possa agganciarsi alla propria posizione GPS, indicata da un cerchio arancione che si espande. Una volta agganciato, il cerchio diventerà verde, così come il pulsante di allenamento. // 3. INIZIARE L'ALLENAMENTO. Premere il pulsante centrale a destra per iniziare l'allenamento.

METTERE L'ALLENAMENTO IN PAUSA/INTERROMPERE L'ALLENAMENTO 1. METTERE L'ALLENAMENTO IN PAUSA. Durante l'allenamento, premere il pulsante centrale destro per mettere l'allenamento in pausa. // 2. RIPRENDERE L'ALLENAMENTO. Per riprendere l'allenamento, premere nuovamente il pulsante centrale destro. // 3. TERMINARE L'ALLENAMENTO. Nella schermata di pausa, premere il pulsante in alto a destra per interrompere l'allenamento e confermare selezionando « STOP ». l'allenamento verrà salvato automaticamente a meno che non si tratti di un allenamento molto breve. In questo caso ELEMNT RIVAL chiederà se si desidera salvare l'allenamento. // 4. TORNARE ALL'ALLENAMENTO. Se non si desidera interrompere l'allenamento ma si desidera riprenderlo, premere il pulsante in basso a sinistra per selezionare « ANNULLA » e seguire il passaggio 2.

ALLENAMENTO DI TRIATHLON 1. ANDARE ALLA PAGINA ALLENAMENTO. Premere il pulsante in basso a destra per andare alla pagina allenamento. // 2. SELEZIONARE IL PROFILO DI ALLENAMENTO TRIATHLON. Premere il pulsante in alto a destra per accedere al menu del profilo di allenamento e scegliere il profilo di allenamento TRIATHLON // 3. BLOCCO GPS. Se si sceglie un profilo di allenamento all'aperto, uscire all'aperto con l'orologio, in modo che possa agganciarsi alla propria posizione GPS.

Una volta agganciato, il cerchio diventerà verde, così come il pulsante di allenamento. // 4. INIZIARE L'ALLENAMENTO. Premere il pulsante centrale a destra per iniziare l'allenamento. // 5. TRANSIZIONI. Le transizioni touchless sono attive per impostazione predefinita e ELEMNT RIVAL passerà automaticamente da una disciplina all'altra del triathlon. Tuttavia, per effettuare una transizione manuale, tenere premuto il pulsante in alto a destra per passare alla disciplina successiva. ELEMNT RIVAL è in grado di effettuare transizioni durante un allenamento di triathlon e di modificare gli allenamenti nell'app complementare ELEMNT dopo la sincronizzazione dell'allenamento. Per questi dettagli, fare riferimento alle ulteriori istruzioni disponibili sul nostro sito web.

INFORMAZIONI E ISTRUZIONI COMPLETE DELLE CARATTERISTICHE Nella scheda IMPOSTAZIONI dell'APP complementare ELEMNT sono disponibili dei tutorial che forniscono ulteriori informazioni. // Informazioni complete sulle caratteristiche e istruzioni d'uso sono disponibili su: WAHOOFITNESS.COM/ISTRUZIONI/RIVAL

GERMAN

ACHTUNG Sie finden wichtige *Produktinformationen* wie Produktwarnungen und andere wichtige Details auf der Verpackung des Produkts. // Sprechen Sie stets mit Ihrem Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen oder verändern.

ÜBERBLICK ÜBER DIE UHR Telefon zur Einrichtung einschalten
● Hintergrundbeleuchtung ein-/ausschalten // Zum Sperren/Entriegeln von Tasten gedrückt halten
● Linke Seitenhälfte // Zur Öffnung des für die angezeigte Seite relevanten Menüs gedrückt halten

● Gelegenes Benachrichtigungen // Zum Stummschalten von Benachrichtigungen gedrückt halten // Zum Hinaufscrollen in Menüsiten drücken // Zur Aufzeichnung einer Runde während eines Workouts gedrückt bzw. für manuellen Multisport-Modus gedrückt halten // Während eines Multisport-Workouts für den Übergang gedrückt halten

GERMAN continued

● Zur Auswahl in Menüsiten drücken // Zum Starten oder Anhalten während eines Workouts drücken
● Rechte Seitenhälfte // Zum Herunterscrollen in Menüsiten drücken
● ● Zoomstufe von Datenfeldern oder Widgets ändern

EINRICHTUNG 1. UHR VOR DEM GEBRAUCH AUFLADEN. Vor dem Gebrauch sollten Sie Ihre ELEMNT RIVAL vollständig aufladen. Schließen Sie das mitgelieferte USB-Ladekabel an einen USB-Anschluss Ihres Computers oder ein USB-Wandladegerät an. Führen Sie die ELEMNT RIVAL in die Positionierstifte auf der rechten Seite ein und drücken Sie auf der linken Seite nach unten, bis die Uhr spürbar in das Ladegerät einrastet. // 2. WAHOO ELEMNT APP AUF IHR SMARTPHONE HERUNTERLADEN. Vergewissern Sie sich, dass Bluetooth aktiviert ist. // 3. ELEMNT RIVAL EINSCHALTEN. Halten Sie die linke obere Taste auf der ELEMNT RIVAL gedrückt. // 4. QR-CODE ZUR SYNCHRONISIERUNG MIT DEM SMARTPHONE SCANNEN. Wenn der QR-Code nicht angezeigt wird, navigieren Sie zu Menü > System > Telefon synchronisieren. // 5. AUFFORDERUNGEN ZUR EINRICHTUNG DER ELEMNT RIVAL BEFOLGEN. // 6. EINRICHTUNG ABSCHLIESSEN. // Navigieren Sie in der ELEMNT Begleit-App zur Registerkarte PROFIL, um die Einrichtung abzuschließen. Ihre Apps zu autorisieren und die Leistungs- und Herzzone anzupassen. // HINWEIS. Ihre ELEMNT RIVAL liefert die besten Ergebnisse, wenn sie mit Ihrem Mobiltelefon verbunden bleibt. Sobald neue Software verfügbar ist, wird die ELEMNT Begleit-App diese automatisch herunterladen und Ihr Gerät aktualisieren.

ELEMNT RIVAL TRAGEN OPTIMALE POSITION DER UHR. Für eine aussagekräftige Herzfrequenzmessung sollten Sie die Uhr nicht direkt am Handgelenk tragen, ziehen Sie das Armband so fest, dass die Uhr nicht am Arm verrutscht.

SENSOREN SYNCHRONISIEREN 1. ZUM MENÜ GEHEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 2. SENSOREN WÄHLEN. Wählen Sie im Sensormenü „Neu synchronisieren“. // 3. SENSORAKTIVIEREN UND NEBEN DIE ELEMNT RIVAL HALTEN. // 4. SENSOR AUSWÄHLEN UND SPEICHERN. // 5. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 6. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 7. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 8. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 9. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 10. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 11. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 12. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 13. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 14. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 15. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 16. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 17. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 18. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 19. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 20. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 21. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 22. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 23. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 24. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 25. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 26. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 27. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 28. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 29. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 30. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 31. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 32. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 33. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 34. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 35. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 36. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 37. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 38. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 39. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 40. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 41. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 42. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 43. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 44. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 45. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 46. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 47. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 48. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 49. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 50. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 51. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 52. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 53. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 54. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 55. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 56. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 57. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 58. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 59. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 60. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 61. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 62. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 63. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 64. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 65. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 66. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 67. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 68. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 69. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 70. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 71. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 72. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 73. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 74. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 75. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 76. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 77. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 78. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 79. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 80. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 81. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 82. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 83. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 84. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 85. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 86. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 87. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 88. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 89. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 90. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 91. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 92. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 93. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 94. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 95. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 96. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 97. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 98. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 99. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 100. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 101. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 102. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 103. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 104. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 105. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 106. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 107. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 108. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 109. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 110. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 111. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 112. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 113. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 114. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 115. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 116. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 117. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 118. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 119. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 120. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 121. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 122. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 123. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 124. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 125. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 126. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 127. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 128. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 129. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 130. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 131. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 132. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 133. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 134. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 135. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 136. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 137. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 138. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 139. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 140. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 141. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 142. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 143. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 144. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 145. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 146. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 147. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 148. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 149. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 150. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 151. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 152. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 153. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 154. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 155. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 156. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 157. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 158. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 159. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 160. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 161. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 162. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 163. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 164. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 165. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 166. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 167. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 168. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 169. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 170. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 171. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 172. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 173. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 174. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 175. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 176. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 177. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 178. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 179. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 180. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 181. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 182. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 183. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 184. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 185. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 186. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 187. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 188. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 189. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 190. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 191. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 192. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 193. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 194. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 195. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 196. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 197. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 198. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 199. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 200. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 201. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 202. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 203. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 204. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 205. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 206. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 207. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 208. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 209. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 210. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 211. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 212. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 213. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 214. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 215. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 216. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 217. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 218. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 219. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 220. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 221. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 222. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 223. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 224. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 225. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 226. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 227. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 228. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 229. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 230. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 231. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 232. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 233. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 234. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 235. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 236. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 237. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 238. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 239. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 240. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 241. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 242. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 243. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 244. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 245. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 246. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 247. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 248. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 249. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 250. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 251. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 252. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 253. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 254. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 255. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 256. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 257. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 258. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 259. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 260. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 261. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 262. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 263. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 264. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten Sie die linke untere Taste gedrückt, um zum Menü zu navigieren. // 265. TRANSIZIIONEN. Die transizioni touchless sind aktiviert und ELEMNT RIVAL wird automatisch von einer Disziplin zur nächsten wechseln. // 266. MANUELLE TRANSIZIIONEN. Halten



See **Important Product Information** included in the product box for product warnings and other important information.

Always consult your physician before you begin or modify any exercise program.

WATCH OVERVIEW



UNREAD NOTIFICATIONS

HOLD TO MUTE NOTIFICATIONS
WITHIN MENU PAGES, PRESS TO SCROLL UP

DURING A WORKOUT, PRESS TO RECORD A LAP OR HOLD FOR MANUAL MULTISPORT MODE

DURING A MULTISPORT WORKOUT, HOLD TO TRANSITION

TURN ON/OFF BACKLIGHT

HOLD TO LOCK/UNLOCK BUTTONS

PAGE LEFT

HOLD TO OPEN MENU RELEVANT TO PAGE BEING VIEWED

WORKOUT TYPE SELECTION MENU

WITHIN MENU PAGES, PRESS TO SELECT

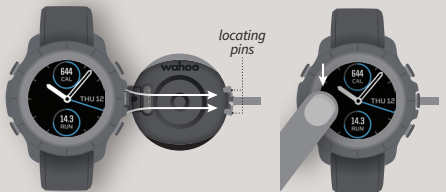
DURING A WORKOUT, PRESS TO START OR PAUSE

CHANGE ZOOM LEVEL OF DATA FIELDS OR WIDGETS

SETUP

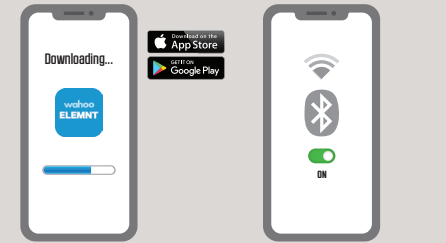
1. CHARGE YOUR WATCH BEFORE USE

Before use, it is recommended to fully charge your ELEMNT RIVAL. Plug included USB charging cable into a USB port of your computer or a USB wall charger. Insert ELEMNT RIVAL into locating pins on right side and push down on left side till watch actively latches onto charger.



2. DOWNLOAD THE WAHOO ELEMNT APP TO YOUR PHONE

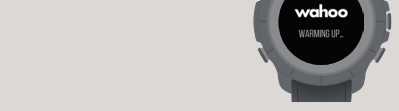
Ensure bluetooth is on.



SETUP

3. TURN ON YOUR ELEMNT RIVAL

Hold top-left button on ELEMNT RIVAL.



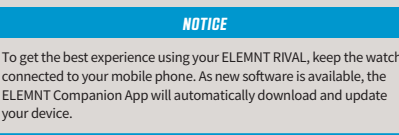
4. SCAN QR CODE TO PAIR WITH PHONE

If QR code isn't shown, navigate to **menu > system > pair phone**.



5. FOLLOW PROMPTS TO SET UP ELEMNT RIVAL

In the ELEMNT Companion App navigate to the **PROFILE** tab to finish set up, authorize other apps, customize power and heart zones.



To get the best experience using your ELEMNT RIVAL, keep the watch connected to your mobile phone. As new software is available, the ELEMNT Companion App will automatically download and update your device.

WEARING ELEMNT RIVAL

OPTIMAL WATCH POSITION

To ensure best quality heart rate readings, wear the watch away from the wrist bone and tighten the strap such that the watch should not move on your arm.



PAIRING SENSORS

1. GO TO MENU

Hold the bottom left button to get to the menu.



3. ACTIVATE THE SENSOR AND HOLD NEXT TO ELEMNT RIVAL



4. SELECT THE SENSOR AND SAVE



2. SELECT "SENSORS"

In sensors menu select "Pair New."



2. SELECT "SENSORS"

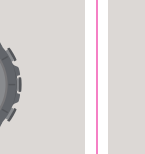


4. SELECT THE SENSOR AND SAVE



2. SELECT "SENSORS"

In sensors menu select "Pair New."



3. ACTIVATE THE SENSOR AND HOLD NEXT TO ELEMNT RIVAL



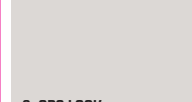
4. SELECT THE SENSOR AND SAVE



STARTING A WORKOUT

1. SELECT WORKOUT PROFILE

Press middle right button to enter workout profile menu and choose workout of choice.



2. GPS LOCK

If an outdoor workout profile is chosen, go outside and keep your watch still to acquire a GPS position lock indicated by a growing orange circle. Once lock is achieved the circle will turn green and the workout button will turn green as well.



3. START WORKOUT

Press the middle right button to start your workout.



PAUSING/STOPPING A WORKOUT

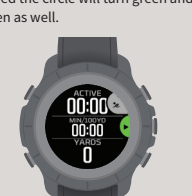
1. PAUSE A WORKOUT

During a workout at any time press the middle right button to pause your workout.



2. RESUME WORKOUT

To resume your workout press the middle right button again.



3. STOP A WORKOUT

At the pause screen press the upper right button to stop your workout and confirm your selection by selecting "STOP". Workout will be saved automatically unless it was a very short workout, in this case ELEMNT RIVAL will ask if you would like to save the workout.



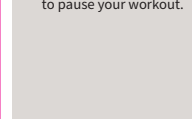
4. RETURN TO WORKOUT

If you do not want to stop your workout and would like to return to your workout, press the bottom left button to select "CANCEL" and follow step 2.

TRIATHLON WORKOUT

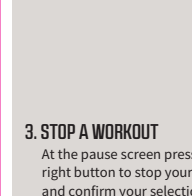
1. NAVIGATE TO WORKOUT PAGE

Press bottom right button to get to workout page.



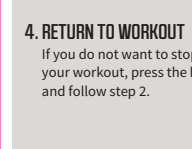
2. SELECT TRIATHLON WORKOUT PROFILE

Press top right button to enter workout profile menu and choose TRIATHLON workout profile.



3. GPS LOCK

If an outdoor workout profile is chosen, go outside and keep your watch still to acquire a GPS position lock. Once lock is achieved the circle will turn green and the workout button will turn green as well.



4. START WORKOUT

Press the middle right button to start your workout.

PAUSING/STOPPING A WORKOUT

1. PAUSE A WORKOUT

During a workout at any time press the middle right button to pause your workout.



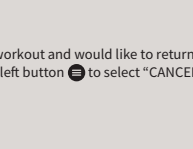
2. RESUME WORKOUT

To resume your workout press the middle right button again.



3. STOP A WORKOUT

At the pause screen press the upper right button to stop your workout and confirm your selection by selecting "STOP". Workout will be saved automatically unless it was a very short workout, in this case ELEMNT RIVAL will ask if you would like to save the workout.



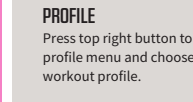
4. RETURN TO WORKOUT

If you do not want to stop your workout and would like to return to your workout, press the bottom left button to select "CANCEL" and follow step 2.

PAUSING/STOPPING A WORKOUT

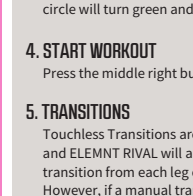
1. PAUSE A WORKOUT

During a workout at any time press the middle right button to pause your workout.



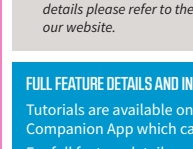
2. RESUME WORKOUT

To resume your workout press the middle right button again.



3. STOP A WORKOUT

At the pause screen press the upper right button to stop your workout and confirm your selection by selecting "STOP". Workout will be saved automatically unless it was a very short workout, in this case ELEMNT RIVAL will ask if you would like to save the workout.



4. RETURN TO WORKOUT

If you do not want to stop your workout and would like to return to your workout, press the bottom left button to select "CANCEL" and follow step 2.

PAUSING/STOPPING A WORKOUT

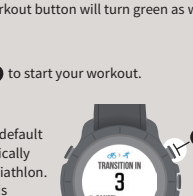
1. PAUSE A WORKOUT

During a workout at any time press the middle right button to pause your workout.



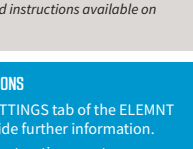
2. RESUME WORKOUT

To resume your workout press the middle right button again.



3. STOP A WORKOUT

At the pause screen press the upper right button to stop your workout and confirm your selection by selecting "STOP". Workout will be saved automatically unless it was a very short workout, in this case ELEMNT RIVAL will ask if you would like to save the workout.



4. RETURN TO WORKOUT

If you do not want to stop your workout and would like to return to your workout, press the bottom left button to select "CANCEL" and follow step 2.

FULL FEATURE DETAILS AND INSTRUCTIONS

Tutorials are available on the **SETTINGS** tab of the ELEMNT Companion App which can provide further information. For full feature details and user instructions, go to: WAHOOFITNESS.COM/INSTRUCTIONS/RIVAL

V1

SPANISH

ADVERTENCIA

Consulta la hoja **Información importante** sobre el producto incluida en la caja del producto para conocer las advertencias sobre productos y otra información importante.

Consulta siempre a tu médico antes de empezar a modificar cualquier programa de ejercicios.

VER DESCRIPCIÓN GENERAL Activar el teléfono para la configuración.

Encender/apagar retroiluminación // Mantener pulsado para bloquear/desbloquear botones

Página izquierda // Mantener pulsado para abrir el menú relevante para la página que se está visualizando

Notificaciones no leídas // Mantener pulsado para silenciar notificaciones // En las páginas del menú, pulsar para desplazarse hacia arriba // Durante un entrenamiento, pulsar para grabar una vuelta o mantener pulsado para el modo multideporte manual // Durante un entrenamiento multideporte, mantén pulsado para hacer la transición

En las páginas del menú, pulsar para seleccionar // Durante un entrenamiento, pulsar para iniciar o pausar

Página derecha // En las páginas de menú, pulsar para desplazarse hacia abajo

Cambiar el nivel de zoom de los campos de datos o widgets

CONFIGURACIÓN 1. CARGA TU RELOJ ANTES DE USARLO. Antes de usarlo, se recomienda cargar por completo tu ELEMNT RIVAL. Enchufa el cable de carga USB incluido en un puerto USB de tu ordenador o un cargador de pared USB. Inserta el ELEMNT RIVAL en los pasadores de ubicación en el lado derecho y empuja hacia abajo en el lado izquierdo hasta que el reloj se enganche activamente al cargador. // 2. DESCARGA LA APLICACIÓN WAHOO ELEMNT A TU TELÉFONO. Asegúrate de que la función Bluetooth esté activada. // 3. ENCIENDE TU ELEMNT RIVAL. Mantén presionado el botón superior izquierdo del ELEMNT RIVAL. // 4. ESCANEA EL CÓDIGO QR PARA CONECTAR CON TELÉFONO. Si no aparece el código QR, ve a menú > sistema > conectar teléfono. // 5. SIGUE LAS INDICACIONES PARA CONFIGURAR EL ELEMNT RIVAL. En la aplicación ELEMNT complementaria, navega hasta la pestaña PERFIL para terminar la configuración, autorizar otras aplicaciones, personalizar la potencia y las zonas de frecuencia cardíaca. // AVISO. Para disfrutar de la mejor experiencia con tu ELEMNT RIVAL, mantén el reloj conectado con tu teléfono móvil. A medida que haya nuevo software disponible, la aplicación ELEMNT complementaria descargará y actualizará automáticamente tu dispositivo.

USO DEL ELEMNT RIVAL POSICIÓN ÓPTIMA DEL RELOJ. Para garantizar la mejor calidad de las lecturas de la frecuencia cardíaca, coloca el reloj lejos del hueso de la muñeca y aprieta la correa de manera que el reloj no se mueva en el brazo.

EMPAJEAMIENTO DE SENSORES 1. VE AL MENÚ. Mantén pulsado el botón inferior izquierdo para acceder al menú. 2. SELECCIONA SENSORES. En el menú de sensores, selecciona "Conectar nuevo". 3. ACTIVA EL SENSOR Y MANTENTE AL LADO DEL ELEMNT RIVAL. 4. SELECCIONA EL SENSOR Y GUARDA.

INICIAR UN ENTRENAMIENTO 1. SELECCIONA EL PERFIL DE ENTRENAMIENTO. Pulsa el botón central derecho (símbolo) para acceder al menú del perfil de entrenamiento y elegir el entrenamiento elegido. 2. BLOQUEO GPS. Si se elige un perfil de entrenamiento al aire libre, sal al exterior y no muevas el reloj para adquirir un bloqueo de posición GPS indicado por un círculo naranja creciente. Una vez alcanzado el bloqueo, el círculo se volverá verde al igual que el botón de entrenamiento. 3. INICIAR ENTRENAMIENTO. Para empezar tu entrenamiento, pulsa el botón central derecho.

PAUSA/PARADA DE UN ENTRENAMIENTO 1. PAUSAR UN ENTRENAMIENTO. Durante un entrenamiento, pulsa el botón central derecho en cualquier momento para detener tu entrenamiento. 2. REANUDAR ENTRENAMIENTO. Para reanudar tu entrenamiento, pulsa

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas guardar el entrenamiento.

de nuevo el botón central derecho. 3. DETENER UN ENTRENAMIENTO. En la pantalla de pausa, pulsa el botón superior derecho para detener el entrenamiento y confirma la selección seleccionando "STOP". El entrenamiento se guardará automáticamente a menos que sea un entrenamiento muy corto; en este caso ELEMNT RIVAL te preguntará si deseas