



BODiBEAT

BODY. MUSIC. IN SYNC.

BF-1

Guía rápida de BF-1

El apartado "Precauciones" se encuentra en las páginas 4 – 5. Léalo detenidamente antes de utilizar BODiBEAT BF-1.

¡Enhorabuena!

Le agradecemos la compra del reproductor de música interactivo Yamaha BODiBEAT BF-1. Si es un amante de la música que disfruta haciendo ejercicio con música, las numerosas funciones y características del BF-1 no sólo harán más agradable el ejercicio sino también mucho más efectivo. ¡Diviértase y haga ejercicio de forma segura!



Características principales

- BODiBEAT reproduce música automáticamente para adaptarse a su ritmo mientras corre o pasea. (Consulte la página 12.)
- BODiBEAT reproduce música para adaptarse a su nivel óptimo de ejercicio aeróbico para sus sesiones de ejercicio. (Consulte la página 13.)
- BODiBEAT le permite gestionar su música y ejercicios a través de un ordenador. (Consulte la página 18.)

Accesorios incluidos



Banda para el brazo



Auriculares (con sensor de pulso)



Cable USB



Sujetacables



Almohadillas para los auriculares



Guía rápida (este manual)



CD-ROM



Tarjeta de registro de usuario



Información de seguridad

Contenido

Precauciones.....	4
Inicio	6
Ejercicio con el BF-1.....	12
Conexión a un ordenador	18
Uso del BF-1 como reproductor de música.....	22
Ajustes.....	23
Árbol de menús	24
Especificaciones.....	25

Acerca del manual en formato PDF

En el CD-ROM proporcionado, está el manual de instrucciones de BF-1 (PDF), que proporciona información e instrucciones completas y detalladas para utilizar el BF-1. Consulte este manual para obtener información detallada.

Para ver los archivos PDF, el ordenador debe tener Adobe Acrobat Reader instalado. Adobe Reader se puede descargar gratuitamente en el siguiente sitio Web: <http://www.adobe.com/>

- Queda terminantemente prohibida la copia de datos musicales disponibles comercialmente, excepto para uso personal.
- Este manual de instrucciones está protegido por derechos de copyright exclusivos de Yamaha Corporation.
- Las ilustraciones y las pantallas mostradas en este manual de instrucciones sólo deben utilizarse como orientación para el aprendizaje y es posible que no se ajusten completamente a su dispositivo.
- Los nombres de compañías y de productos que aparecen en este manual de instrucciones son marcas comerciales o marcas registradas de sus respectivas compañías.



Guarde este manual en un lugar seguro para futuras consultas.

PELIGRO

- No desmonte ni modifique el dispositivo de ninguna manera. El dispositivo se puede estropear o incluso se puede producir una explosión o un incendio. Si el dispositivo no funciona adecuadamente, deje de utilizarlo inmediatamente y mándelo inspeccionar por personal cualificado de Yamaha.
- No sumerja el dispositivo en agua.
- No lance el dispositivo al fuego, ni coloque objetos que quemen cerca de él.
- No utilice el dispositivo en entornos de altas temperaturas, ni lo someta a ellas (luz directa del sol, cerca de estufas o dentro de automóviles durante el día) para evitar así la posibilidad de explosión, incendio o daños. Cargue el dispositivo y utilícelo en unas condiciones de temperatura de 0° a 40°C (32° a 104°F) y manténgalo en un ambiente de -10° a 45°C (14° a 113°F).
- No utilice el dispositivo ni los auriculares mientras conduce un coche o monte en motocicleta o bicicleta, ya que se puede producir un accidente grave.
- Para evitar accidentes, cuando pasee o corra mantenga el volumen lo suficientemente bajo como para oír los sonidos del tráfico y evite concentrarse demasiado en la pantalla.
- Si se produce una pérdida repentina de sonido mientras se usa el dispositivo, o si desprendiera un olor o humo extraño, apague inmediatamente el interruptor de encendido y pida al personal de servicio de Yamaha que lo inspeccione.

ADVERTENCIA

- Si no se encuentra en buena condición física (enfermedad crónica, embarazo u otra situación anómala), consulte al médico antes de empezar a hacer ejercicio.
- Si el ejercicio le provoca daño o incomodidad, descanse inmediatamente y consulte al médico si es necesario.
- Asegúrese de que ninguna joya o accesorio que pudiera llevar en la oreja interfiera con el sensor de pulso, para una lectura correcta del ritmo cardiaco. Los pendientes pueden dar lugar a una detección imprecisa del ritmo cardiaco y, como consecuencia, a un ejercicio demasiado o no suficientemente agotador.
- Mantenga el dispositivo alejado de los niños.
- Nunca introduzca papeles ni objetos metálicos o de otro tipo en el dispositivo. Si esto ocurre, apague inmediatamente el dispositivo y pida al personal cualificado de Yamaha que lo inspeccione.
- Al utilizar adaptador de alimentación de CA opcional:
 - Utilice sólo el voltaje especificado como correcto para el adaptador. Este voltaje aparece impreso en el adaptador.
 - Use solamente el adaptador especificado (PA-U010 o equivalente recomendado por Yamaha). Si se usa un adaptador equivocado, pueden producirse daños o recalentamiento en el dispositivo.
 - Compruebe periódicamente el enchufe y limpie la suciedad y el polvo acumulados.

ATENCIÓN

- No utilice el dispositivo en entornos con polvo excesivo ni demasiado fríos, ni lo someta a ellos. Si lo hiciera, el funcionamiento podría ser defectuoso.
- No se apoye en el dispositivo ni coloque objetos pesados sobre él, ni ejerza una presión excesiva sobre los botones, conmutadores, conectores o cable de auriculares.
- No toque el conector con las manos húmedas. Si el dispositivo se humedece debido al conector, su funcionamiento podría no ser correcto.
- Procure que el cable de auriculares no se enrede en el cuerpo o en objetos próximos, ya que se pueden producir lesiones o accidentes.
- No utilice el dispositivo o los auriculares a un nivel de volumen alto o incómodo durante un periodo prolongado, ya que podría provocar una pérdida de audición permanente. Si experimenta alguna pérdida de audición u oye pitidos, consulte a un médico.
- Algunos usuarios podría experimentar en la piel una sensación anómala o de incomodidad. Si ocurriera, deje de utilizar el dispositivo y consulte a un médico.
- Desenchufe el adaptador de alimentación de CA de la toma cuando no vaya a utilizar el dispositivo durante un periodo prolongado o cuando haya tormentas eléctricas.
- No intente hacer ejercicio con el dispositivo mientras se esté cargando. Si lo hiciera, podría causar un funcionamiento defectuoso. Además, el cable USB se puede enredar en el cuerpo y provocar lesiones.
- Cuando limpie el dispositivo, utilice un paño suave y seco. No use diluyentes de pintura, disolventes, líquidos limpiadores ni paños impregnados con productos químicos.

- Yamaha no será responsable de daños causados por un uso indebido o por modificaciones realizadas en el dispositivo.
- Yamaha no será responsable de los problemas de salud durante el ejercicio con el dispositivo. Actúe de forma totalmente responsable con su salud.

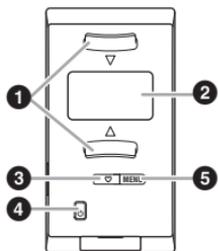


Li-ion

Este dispositivo contiene una batería de litio-ion.
Una vez utilizada, puede reciclar la batería, pero no trate nunca de extraerla usted mismo. Pida al personal de asistencia de Yamaha que revise el dispositivo. Si no hay personal de asistencia de Yamaha en su zona, deséchela según la legislación medioambiental y las normas para su eliminación de aplicación en su zona.



Controles del panel



1 Botones ▲/▼ (arriba/abajo)
(página 8)

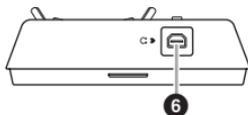
2 Pantalla

3 LED

Rojo: el ritmo cardíaco es rápido.
Verde: ejercicio aeróbico óptimo.
Azul: estado de relajación.

4 Botón [⏻] (espera/encendido)

Pulse este botón para encender o apagar el dispositivo o para activar o desactivar el mantenimiento del control.
Si se mantiene pulsado, se apaga el dispositivo.

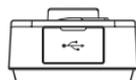


5 Botón [MENU] (página 8)

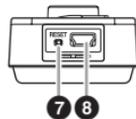
6 Conector de sujeción de auriculares/oreja

7 Conmutador [RESET]

8 Conector USB (páginas 7 y 19)



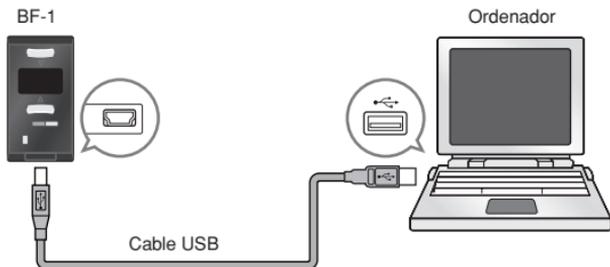
Abra la solapa



Carga de la batería

Deberá cargar el BF-1 antes de utilizarlo por primera vez.

Para cargar la batería del BF-1, conéctelo a un ordenador con el cable USB incluido.
(Consulte también la página 19.)



PELIGRO

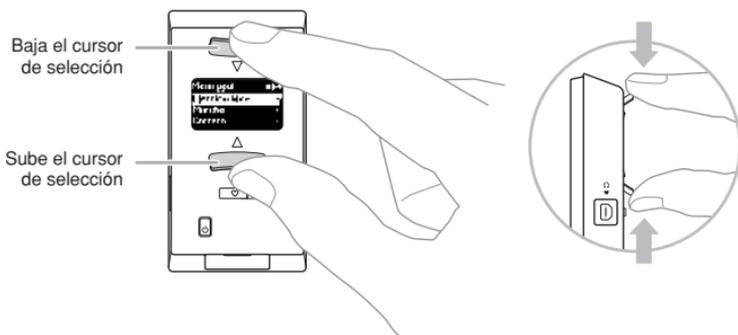
No realice la conexión a un ordenador en entornos donde el calor sea muy elevado. Debe cargarlo en unas condiciones de temperatura de 0° a 40°C (32° a 104°F).

Mientras se carga la batería, aparece el icono de batería (). Cuando la carga esté completa, se iluminará el icono de batería llena.

Mientras utilice el BF-1, puede comprobar la carga de batería restante con el icono de batería.



Operaciones básicas



■ Selección de un elemento de menú

Pulse el botón ▲: sube el cursor de selección

Pulse el botón ▼: baja el cursor de selección

Pulse los botones ▲/▼ simultáneamente: se selecciona o activa realmente el elemento

■ Cambio de un valor de ajuste o de parámetro

Pulse el botón ▲: aumenta o cambia el ajuste seleccionado

Pulse el botón ▼: disminuye o cambia el ajuste seleccionado

Pulse los botones ▲/▼ simultáneamente: se introduce el cambio realmente y el cursor avanza al siguiente parámetro

■ Cancela la operación o vuelve a la pantalla anterior

Pulse el botón [MENU]: se vuelve a la pantalla anterior

Mantenga pulsado el botón [MENU]: se vuelve al menú principal

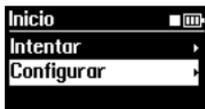
Encendido / ajustes iniciales

La primera vez que encienda su nuevo BF-1, el dispositivo le guía por varios ajustes importantes. Deberá realizar estos ajustes para poder utilizar el BF-1 de forma eficaz.

- 1 Pulse el botón [] (espera/encendido) para encender el dispositivo.



- 2 Seleccione el idioma que desee y, a continuación, pulse simultáneamente los botones ▲/▼ (arriba/abajo).

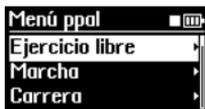


- 3 Seleccione “Configurar” para realizar los ajustes iniciales.

Las siguientes pantallas aparecerán consecutivamente.



Después de haber realizado todos los ajustes iniciales, se activa el menú principal.



Seleccione uno de los modos del menú principal y empiece a hacer ejercicio.

Colocación de la banda para el brazo

1 Conecte el cable de los auriculares al BF-1.



Correcto

2 Coloque el dispositivo en la banda para el brazo.



Incorrecto

3 Afloje la banda y colóquesela en el brazo izquierdo.

4 Ajústela en la parte superior del brazo. Ajústela en una posición en la que pueda ver fácilmente la pantalla.



I IMPORTANTE

No lleve la banda para el brazo en otra parte del cuerpo que no sea la parte superior del brazo (por ejemplo, cuello, muñeca, tobillo, etc.)

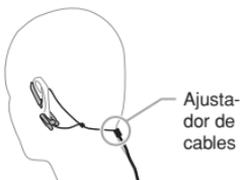
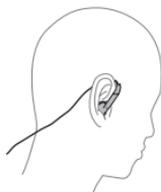
Al retirar el BF-1 de la banda para el brazo...

Presione la lengüeta hacia abajo y tire del dispositivo para extraerlo.



Colocación de los auriculares y el sensor de pulso

- 1 Pase el cable del auricular por encima de la oreja.
- 2 Introduzca el auricular en la oreja.
- 3 Ajuste el ángulo del auricular según lo desee.
- 4 Sujete el sensor de pulso en el lóbulo de la oreja izquierda.
- 5 Deslice el ajustador de cables hacia la cabeza.
Coloque el ajustador cables en la posición más cómoda.



Uso del sujetacables...

Si el cable es demasiado largo y se le enreda mientras hace ejercicio, enrrolle el cable que sobra con el práctico sujetacables.

Si lo desea, también puede sujetar el cable en la ropa con el sujetacables.





Marcha/carrera a su ritmo: modo de ejercicio libre

En el modo de ejercicio libre, el BF-1 adapta automáticamente la música a su ritmo de ejercicio, seleccionando melodías que tienen casi el mismo tiempo que su velocidad de carrera o de marcha. Al cambiar el ritmo, la música también cambia. Esto le permite correr libremente y marcar su ritmo, así como disfrutar de música que se adapta perfectamente a su ritmo.

- 1 Seleccione “Ejercicio libre” en el menú principal.



- 2 Seleccione “Inicio”. Después sólo tiene que empezar a correr o a marchar al ritmo que desee.

Si desea más información sobre las operaciones al realizar ejercicio, consulte la página 14.

- 3 Cuando desee dejar de hacer ejercicio, pulse simultáneamente los botones ▲/▼ (arriba/abajo).

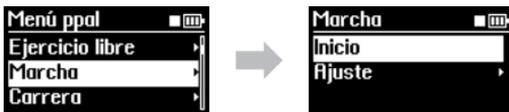
De este modo finaliza la sesión y se activa la pantalla de registro (página 17).

También puede definir la meta del ejercicio por adelantado. Consulte la página 15.

Ejercicio aeróbico óptimo: modos de marcha y carrera

Los modos de mantenimiento (Marcha programado para caminar y Carrera para correr) proporcionan la reproducción de música más adecuada para el ejercicio aeróbico óptimo. El sensor de pulso integrado detecta el ritmo cardíaco a medida que hace ejercicio. Continuamente y en tiempo real, el BF-1 calcula el ritmo de ejercicio óptimo para usted, según su estado físico y, a continuación, cambia automáticamente la música para que se adapte a su velocidad y ritmo cardíaco.

- 1 Seleccione “Marcha” o “Carrera” en el menú principal.



- 2 Asegúrese de que el sensor de pulso está colocado correctamente.

- 3 Seleccione “Inicio”. Después, empiece a correr o a marchar al ritmo de la melodía que suena.

Si desea más información sobre las operaciones al realizar ejercicio, consulte la página 14.

ADVERTENCIA

Si considera que es demasiado agotador seguir el ritmo de la melodía, no se fuerce a seguirlo. Reduzca el ritmo en consecuencia o detenga el ejercicio.

- 4 Cuando desee dejar de hacer ejercicio, pulse simultáneamente los botones ▲/▼ (arriba/abajo).

De este modo comienza el segmento de enfriamiento, finaliza la sesión y se activa la pantalla de registro (página 17).

También puede definir la meta del ejercicio por adelantado. Consulte la página 15.

Funcionamiento durante el ejercicio

■ Poner en pausa el ejercicio

Pulse (pero no los mantenga pulsados) simultáneamente los botones ▲/▼ (arriba/abajo). De este modo se pone en pausa la música y la sesión de ejercicio. Vuelva a pulsarlos para reiniciar la música y el ejercicio.

■ Cambio del volumen de reproducción de música

Pulse uno de los botones ▲/▼ (arriba/abajo) y cambie el volumen.



■ Cambio de melodía

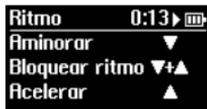
Permite seleccionar otras melodías que tengan aproximadamente el mismo tempo que la melodía que se está reproduciendo actualmente.

Pulse el botón [MENU] una vez y selecciona la primera melodía u otra pulsando el botón ▲/▼ (arriba/abajo) adecuado.



■ Bloqueo o cambio del ritmo

Pulse el botón [MENU] dos veces y utilice los botones ▲/▼ (arriba/abajo) para cambiar el tempo. Pulse los botones ▲/▼ simultáneamente para bloquear el tempo.



Ajuste de meta

Si lo desea, puede especificar la meta para estructurar sus sesiones. Al especificar la meta antes de hacer el ejercicio, la reproducción de música se detendrá automáticamente una vez alcanzada la meta.

1 En el paso 2 de la página 12 o el paso 3 de la página 13, seleccione “Ajuste”.

2 Seleccione el ajuste que desee: Tiempo, Distancia, Calorías.

Tiempo

Ajustes disponibles:

10, 20, 30, 45, 60, 90 (minutos), Personalizar

Distancia

Ajustes disponibles:

3, 5, 10 (kilómetros), Media maratón, Maratón, Personalizar

Cuando las unidades de medida son “Millas/Pies”, los ajustes disponibles son:

2, 5, 10 (millas), Media maratón, Maratón, Personalizar

Calorías

Ajustes disponibles:

100, 300, 500, 700, 1000 (kilocalorías), Personalizar

Si selecciona “Personalizar”, puede establecer libremente la meta deseada.

Ejercicio según un programa de entrenamiento: modo de entrenamiento

El modo de entrenamiento es como tener un entrenador físico profesional a su lado, que le dice no sólo cuándo tiene que aumentar y reducir la velocidad, sino también durante cuánto tiempo, junto con la reproducción de su música favorita para seguir el programa.

Seleccione “Entrenamiento” en el menú principal.



No sólo puede elegir uno de los nueve programas de entrenamiento incorporados para empezar a hacer ejercicio rápidamente, sin que también puede crear sus propios programas. Cada programa de entrenamiento contiene varios segmentos, cada uno dura un intervalo específico (tiempo o distancia) y tiene distintas metas, tal como se muestra a continuación.

Intervalo Tiempo, Distancia

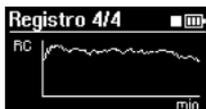
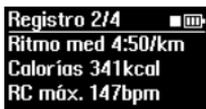
Meta Ritmo (minutos:segundos por kilómetro), Tempo (ppm), RC (ppm), %HRR (%)



Para más información sobre el modo de entrenamiento (programas predefinidos, creación de programas propios, etc.), consulte la página 20 de este documento, así como el manual de instrucciones del BF-1 y el manual de instrucciones de la BODiBEAT Station que se incluyen en el CD-ROM.

Después de una sesión de ejercicio

Una vez detenida la sesión de ejercicio, aparece un registro de la sesión automáticamente. Utilice los botones ▲/▼ (arriba/abajo) para desplazarse por las páginas de la pantalla y ver todas las entradas de registro y gráficos.



Para salir de las páginas de la pantalla de registro, pulse el botón [MENU].

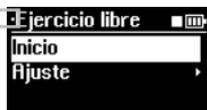
Al seleccionar "Datos" en el menú principal, también se activan los registros de ejercicios almacenados en el BF-1. De este modo puede comprobar no sólo cada sesión de ejercicio sino también datos acumulados de un día/semana/mes.

Uso del BF-1 en modo de invitado

Si selecciona "Intentar" en la pantalla inicial (página 9) o selecciona "Invitado" en el menú principal, puede usar el práctico modo de invitado, que le permite a usted o a uno de sus amigos realizar una "prueba" de la unidad y utilizar libremente los modos de ejercicio libre y de mantenimiento.

En el modo de invitado, se muestra "•" se muestra al principio del título de pantalla.

Indica que el modo de invitado está activo.



Para salir del modo de invitado, mantenga pulsado el botón [MENU] durante dos segundos.



Acerca de BODiBEAT Station

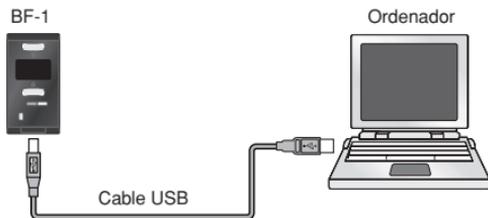
La conexión a un ordenador y el uso de software BODiBEAT Station incluido le permite gestionar de forma sencilla e intuitiva los registros de ejercicios, los programas de entrenamiento y los datos de música, además permitir aprovechar al completo todos los modos y funciones del BF-1 de forma cómoda y eficaz desde el ordenador.

Requisitos del sistema

Sistema operativo	Windows® XP Professional SP2/XP Home Edition SP2 o Vista* (*Sólo compatible con las versiones Ultimate/Business/Home Premium/Home Basic/Enterprise de 32 bits.)
Ordenador	Familia de procesadores a 1 GHz o superior; Intel® Pentium®/Celeron®
Memoria disponible	Windows XP: 128 MB o más (se recomiendan 256 MB o más) Windows Vista: 512 MB o más (se recomienda 1 GB o más)
Disco duro	200 MB o más
Pantalla	1024 x 768 o más
Sonido	Interfaz de audio o tarjeta de sonido compatible con Windows (Reproductor de Windows Media® debe estar instalado en el ordenador.)

Cómo realizar la conexión

Conecte el dispositivo al ordenador con el cable USB incluido.



Cuando está conectado, el BF-1 cambia automáticamente al modo PC y las operaciones de teclas en la unidad están desactivadas.

⚠ ATENCIÓN

- No ponga el ordenador en el modo de ahorro de energía cuando esté conectado el BF-1. Si lo hiciera, podría bloquearse el BF-1 y producirse la consiguiente pérdida de datos o agotamiento de la pila.
- Utilice siempre el cable USB incluido. El uso de un cable incorrecto puede dañar el terminal USB.
- Nunca desconecte el cable USB mientras se estén transfiriendo los datos. De lo contrario, se podrían perder datos o dañarse el dispositivo.

Al retirar el BF-1 del ordenador...

- 1** Haga doble clic en el icono "Quitar hardware de forma segura" en la barra de tareas de Windows.
Aparece el cuadro de diálogo "Quitar hardware de forma segura".
- 2** Confirme que está activada la casilla de verificación "Mostrar componentes de dispositivos" y seleccione "Dispositivo USB Yamaha BODiBEAT" y, a continuación, haga clic en [Detener].
Aparece el cuadro de diálogo "Detener un dispositivo de hardware".
- 3** Haga clic en [Aceptar].
- 4** Desconecte el cable USB del ordenador.

Instalación de BODiBEAT Station

F IMPORTANTE

Antes de instalar el software, lea detenidamente el Acuerdo de licencia para el usuario final que se incluye en el CD-ROM. Al instalarlo, acepte su vinculación con los términos de este acuerdo de licencia.

- 1** Inserte el CD-ROM suministrado en la unidad de CD/DVD del ordenador.
En la pantalla aparecerá el menú inicial.
(Si no aparece el menú inicial, seleccione la unidad de CD/DVD en Mi PC y, a continuación, haga doble clic en "Setup.exe" y vaya al paso 3.)
- 2** Haga clic en "Instalar BODiBEAT Station" en el menú inicial.
Comienza la instalación. Después de que aparezca el mensaje "Conecte su dispositivo BODiBEAT", conecte el BF-1 al ordenador con el cable USB suministrado.
- 3** Realice la instalación según las instrucciones que aparecen en la pantalla.

⚠ ATENCIÓN

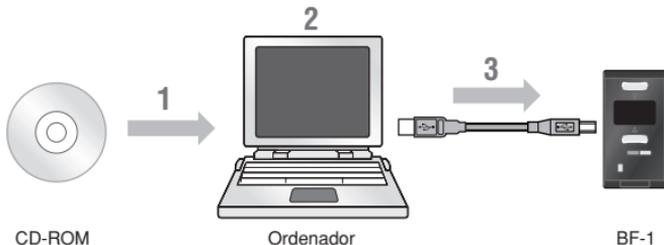
Cuando conecte por primera vez el BF-1 al ordenador en el que esté instalada la BODiBEAT Station, se sobrescribirán los programas del BF-1 con los de la BODiBEAT Station. Si ha editado los programas predefinidos del BF-1, se perderán los cambios. Para evitarlo, copie el programa que ha editado en otro programa. (consulte el manual de instrucciones del BF-1 que se incluye en el CD-ROM.)

Carga de datos musicales en el BF-1

Si carga sus melodías favoritas en el BF-1, podrá escucharlas mientras hace ejercicio o reproducirlas en el modo de reproducción de música.

NOTA

Si quiere cargar los datos de canciones de un CD de música, importe antes las canciones del CD en el ordenador utilizando un software de copia en CD, como un reproductor de Windows Media.



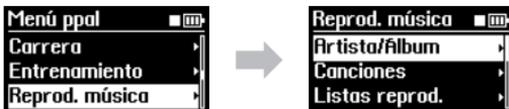
- 1** Instale el software BODiBEAT Station incluido en el ordenador.
- 2** Importe las melodías en BODiBEAT Station.
- 3** Transfiera las melodías al dispositivo BF-1.

Para más información sobre el procedimiento, consulte el manual de instrucciones de BODiBEAT Station.



Selección de melodías

En el modo de reproducción de música, el BF-1 actúa como un reproductor de música simple. En el menú principal, seleccione "Reprod. música".



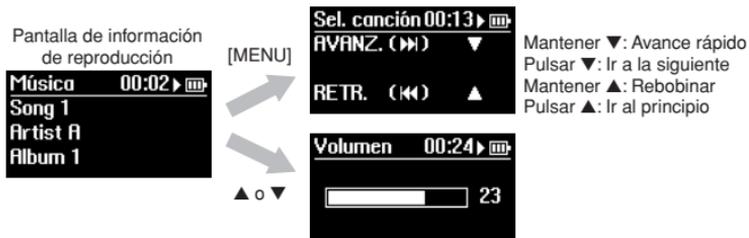
Hay tres operaciones para seleccionar la melodía que se reproducirá.

Artista/Álbum Seleccionar un álbum específico y reproducir automáticamente las melodías de dicho álbum.

Canciones Seleccionar una sola melodía y reproducir todas las melodías del dispositivo.

Listas reprod...... Seleccionar una lista de reproducción personalizada y reproducir automáticamente las melodías asignadas a dicha lista.

Durante la reproducción, se muestra la pantalla de información de reproducción. Desde la pantalla de información de reproducción, puede avanzar rápido/rebobinar la melodía y ajustar el volumen.



Para detener la reproducción, mantenga pulsados los botones ▲/▼ (arriba/abajo).

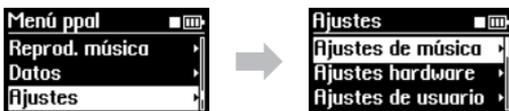
Para pausar temporalmente la reproducción, pulse simultáneamente los botones ▲/▼ (arriba/abajo).

Ajustes



Este grupo de controles y parámetros permite personalizar el BF-1 según sus preferencias y condición física. Los ajustes están divididos en tres grupos principales: música, hardware y usuario, con una función de inicialización independiente para restaurar instantáneamente los ajustes predeterminados del dispositivo. También se incluye un menú de información, que permite comprobar la versión del BF-1.

En el menú principal, seleccione "Ajustes".



Para obtener detalles de cada menú de ajuste, consulte el árbol de menús en la página 24 y el manual de instrucciones del BF-1 incluido en el CD-ROM.

Árbol de menús



Menú principal	Ejercicio libre			
	Marcha			
	Carrera			
	Entrenamiento			
	Reprod. música	Artista/Álbum, Canciones, Listas reprod., Info. canción actual		
	Datos	Ejercicios, Días, Semanas, Meses		
	Ajustes	Ajustes de música	Música ejercicio	Prioridad musical
				Guía de tempos
				Medio tempo
		Modo Reproducción		Transic. canciones
				Tiempo reprod.
				Normalizar volumen
				Repetir
				Mezclar
				Potenciar graves
		Ajustes hardware	Sensores	Sensor de pulso
				Podómetro
				Sensor ritmo
		Pantalla		Pant ppal_ejercicio
	Medición			
	Idioma			
	Mostrar hora			
	Contraste			
Ajustes de usuario	Rtm cardíaco	Fecha/Hora		
		Comprobar RC		
	Paso	Cambiar RC		
	Peso/Estatura			
	Nacimiento/Sexo			
Función aprendizaje				
Invitado	Información			
	Inicializar			
	Ejercicio libre			
	Marcha			
	Carrera			

Especificaciones



Modelo		BF-1
Tamaño		75,7 x 38,0 x 20,1 mm (2,98 x 1,50 x 0,79 pulg.)
Peso	Cuerpo principal	65 g
	Auriculares/sensor de pulso	22 g
Potencia de salida		6,5 mW x 2 (33 Ω)
Respuesta de frecuencia		20 a 20.000 Hz
Tiempo de reproducción		Aproximadamente 9 horas (uso normal) * Dependiendo de las preferencias de uso y del entorno.
Batería		Batería incorporada de litio-ion recargable
Método de carga (fuente de alimentación)		USB (ordenador o adaptador de alimentación de CA opcional)
Tiempo de carga completa		Aproximadamente 3 horas
Rango de temperatura operacional		0° – 50°C (32° – 122°F) * Excepto al cargar: 0° – 40°C (32° – 104°F)
Pantalla		OLED de 1,0 pulg. 128 x 64
Capacidad		512 MB
Formatos de audio admitidos		MP3 (32 a 320 kbps, velocidad de bits variable) WMA (32 a 192 kbps, velocidad de bits variable) AAC (8 a 320 kbps, velocidad de bits variable) WAV
Tomas auxiliares		Auriculares/sensor de pulso: 8 patillas propio, USB 2.0 (alta velocidad)
Software incluido		BODIBEAT Station

* Las especificaciones y descripciones del presente manual de instrucciones tienen una función meramente informativa. Yamaha Corp. se reserva el derecho de cambiar o modificar los productos o las especificaciones en cualquier momento y sin previo aviso. Puesto que las especificaciones, los equipos o las opciones podrían no ser las mismas en todos los sitios, le rogamos consulte con su distribuidor de Yamaha.

Para detalles sobre productos, contacte su tienda Yamaha más cercana o el distribuidor autorizado que se lista debajo.

NORTH AMERICA

CANADA

Yamaha Canada Music Ltd.
135 Milner Avenue, Scarborough, Ontario,
M1S 3R1, Canada
Tel: 416-298-1311

U.S.A.

Yamaha Corporation of America
6600 Orangehorpe Ave., Buena Park, Calif. 90620,
U.S.A.
Tel: 714-522-9011

CENTRAL & SOUTH AMERICA

MEXICO

Yamaha de México S.A. de C.V.
Calz. Javier Rojo Gómez #1149,
Col. Guadalupe del Moral
C.P. 09300, México, D.F., México
Tel: 55-5804-0600

BRAZIL

Yamaha Musical do Brasil Ltda.
Rua Joaquim Floriano, 913 - 4º andar, Itaim Bibi,
CEP 04534-013 Sao Paulo, SP, BRAZIL
Tel: 011-3704-1377

ARGENTINA

**Yamaha Music Latin America, S.A.
Sucursal de Argentina**
Viamonte 1145 Piso-2 B 1053,
Buenos Aires, Argentina
Tel: 1-4371-7021

PANAMA AND OTHER LATIN AMERICAN COUNTRIES/CARIBBEAN COUNTRIES

Yamaha Music Latin America, S.A.
Torre Banco General, Piso 7, Urbanización
Marbella, Calle 47 y Aquilino de la Guardia,
Ciudad de Panamá, Panamá
Tel: +507-269-5311

EUROPE

THE UNITED KINGDOM

Yamaha-Kemble Music (U.K.) Ltd.
Sherbourne Drive, Tilbrook, Milton Keynes,
MK7 8BL, England
Tel: 01908-366700

IRELAND

Danfay Ltd.
61D, Sallynoggin Road, Dun Laoghaire, Co.
Dublin
Tel: 01-2859177

GERMANY

Yamaha Music Central Europe GmbH
Siemensstraße 22-34, 25462 Rellingen, Germany
Tel: 04101-3030

SWITZERLAND/LIECHTENSTEIN

**Yamaha Music Central Europe GmbH,
Branch Switzerland**
Seefeldstrasse 94, 8008 Zürich, Switzerland
Tel: 01-383 3990

AUSTRIA

**Yamaha Music Central Europe GmbH,
Branch Austria**
Schleiergasse 20, A-1100 Wien, Austria
Tel: 01-60203900

CZECH REPUBLIC/SLOVAKIA/HUNGARY/ SLOVENIA

**Yamaha Music Central Europe GmbH,
Branch Austria, CEE Department**
Schleiergasse 20, A-1100 Wien, Austria
Tel: 01-602039025

POLAND

**Yamaha Music Central Europe GmbH
Sp. z o.o. Oddział w Polsce**
ul. 17 Stycznia 56, PL-02-146 Warszawa, Poland
Tel: 022-868-07-57

THE NETHERLANDS/BELGIUM/ LUXEMBOURG

**Yamaha Music Central Europe GmbH,
Branch Benelux**
Clarissenhof 5-b, 4133 AB Vianen, The
Netherlands
Tel: 0347-358 040

FRANCE

Yamaha Musique France
BP 70-77312 Marne-la-Vallée Cedex 2, France
Tel: 01-64-61-4000

ITALY

Yamaha Musica Italia S.P.A.
Viale Italia 88, 20020 Lainate (Milano), Italy
Tel: 02-935-7711

SPAIN/PORTUGAL

Yamaha-Hazen Música, S.A.
Ctra. de la Corona km. 17, 200, 28230
Las Rozas (Madrid), Spain
Tel: 91-639-8888

GREECE

Philippos Nakas S.A. The Music House
147 Skialthou Street, 112-55 Athens, Greece
Tel: 01-228 2160

SWEDEN

Yamaha Scandinavia AB
J. A. Wettergrens Gata 1
Box 30053
S-400 43 Göteborg, Sweden
Tel: 031 89 34 00

DENMARK

YS Copenhagen Liaison Office
Generatorvej 6A
DK-2730 Herlev, Denmark
Tel: 44 92 49 00

FINLAND

F-Musiikki Oy
Kluuvikatu 6, P.O. Box 260,
SF-00101 Helsinki, Finland
Tel: 09 618511

NORWAY

Norsk filial av Yamaha Scandinavia AB
Grini Næringspark 1
N-1345 Østerås, Norway
Tel: 67 16 77 70

ICELAND

Skeifan HF
Skeifan 17 P.O. Box 8120
IS-128 Reykjavik, Iceland
Tel: 525 5000

OTHER EUROPEAN COUNTRIES

Yamaha Music Central Europe GmbH
Siemensstraße 22-34, 25462 Rellingen, Germany
Tel: +49-4101-3030

AFRICA

Yamaha Corporation,
Asia-Pacific Music Marketing Group
Nakazawa-cho 10-1, Naka-ku, Hamamatsu, Japan
430-8650
Tel: +81-53-460-2312

MIDDLE EAST

TURKEY/CYPRUS

Yamaha Music Central Europe GmbH
Siemensstraße 22-34, 25462 Rellingen, Germany
Tel: 04101-3030

OTHER COUNTRIES

Yamaha Music Gulf FZE
LOB 16-513, P.O.Box 17328, Jubel Ali,
Dubai, United Arab Emirates
Tel: +971-4-881-5868

ASIA

THE PEOPLE'S REPUBLIC OF CHINA

Yamaha Music & Electronics (China) Co., Ltd.
25/F., United Plaza, 1468 Nanjing Road (West),
Jingan, Shanghai, China
Tel: 021-6247-2211

HONG KONG

Tom Lee Music Co., Ltd.
11/F., Silvercord Tower 1, 30 Canton Road,
Tsimshatsui, Kowloon, Hong Kong
Tel: 2737-7688

INDONESIA

PT. Yamaha Music Indonesia (Distributor)
PT. Nusanik
Gedung Yamaha Music Center, Jalan Jend. Gatot
Subroto Kav. 4, Jakarta 12930, Indonesia
Tel: 21-520-2577

KOREA

Yamaha Music Korea Ltd.
8F, 9F, Dongsung Bldg. 158-9 Samsung-Dong,
Kangnam-Gu, Seoul, Korea
Tel: 080-004-0022

MALAYSIA

Yamaha Music Malaysia, Sdn., Bhd.
Lot 8, Jalan Perbandaran, 47301 Kelana Jaya,
Petaling Jaya, Selangor, Malaysia
Tel: 3-78030900

PHILIPPINES

Yupangco Music Corporation
339 Gil J. Puyat Avenue, P.O. Box 885 MCPO,
Makati, Metro Manila, Philippines
Tel: 819-7551

SINGAPORE

Yamaha Music Asia Pte., Ltd.
#03-11 A-Z Building
140 Paya Lebar Road, Singapore 409015
Tel: 747-4374

TAIWAN

Yamaha KHS Music Co., Ltd.
3F, #6, Sec.2, Nan Jing E. Rd. Taipei.
Taiwan 104, R.O.C.
Tel: 02-2511-8688

THAILAND

Siam Music Yamaha Co., Ltd.
891/1 Siam Motors Building, 15-16 floor
Rama 1 road, Wangmai, Pathumwan
Bangkok 10330, Thailand
Tel: 02-215-2626

OTHER ASIAN COUNTRIES

Yamaha Corporation,
Asia-Pacific Music Marketing Group
Nakazawa-cho 10-1, Naka-ku, Hamamatsu,
Japan 430-8650
Tel: +81-53-460-2317

OCEANIA

AUSTRALIA

Yamaha Music Australia Pty. Ltd.
Level 1, 99 Queensbridge Street, Southbank,
Victoria 3006, Australia
Tel: 3-9693-5111

NEW ZEALAND

Music Houses of N.Z. Ltd.
146/148 Captain Springs Road, Te Papapa,
Auckland, New Zealand
Tel: 9-634-0099

COUNTRIES AND TRUST TERRITORIES IN PACIFIC OCEAN

Yamaha Corporation,
Asia-Pacific Music Marketing Group
Nakazawa-cho 10-1, Naka-ku, Hamamatsu,
Japan 430-8650
Tel: +81-53-460-2312

HEAD OFFICE

**Yamaha Corporation, Pro Audio & Digital
Musical Instrument Division**
Nakazawa-cho 10-1, Naka-ku, Hamamatsu, Japan
430-8650
Tel: +81-53-460-3273

EKB41



BODiBEAT Website

<http://www.bodibeat.com>

Yamaha Manual Library

<http://www.yamaha.co.jp/manual/>

U.R.G., Pro Audio & Digital Musical Instrument Division, Yamaha Corporation

© 2007 Yamaha Corporation

WJ94120 70?MWXX?.?-01A0

Printed in Indonesia