

Guide de démarrage Du NABAIJI

Veillez lire ces instructions attentivement avant d'utiliser ce produit. Ces instructions d'utilisation sont susceptibles de subir des modifications, sans préavis, dans le but de les améliorer.

Table des matières

1/ Précautions	p3
a. Ecoute	p 3
b. Electricité statique	p 3
c. Environnement magnétique	p 3
d. Précaution d'usage	p 3
e. Sécurité routière	p 3
f. Avertissement	p 4
g. Recyclage	p 4
h. Conformité FCC	p 4
i. Conformité CE	p 5
2/ Recommandations d'usage	p6
a. Connectez et vissez le casque	p 6
b. Mise en place des écouteurs	p 6
c. Mise en place du Nabaiji pour la nage	p 7
3/ Description produit	p8
a. Aperçu du baladeur	p 8
b. Eteindre/mettre le baladeur en marche	p 8
c. Economiseur d'écran	p 8
d. Dispositif d'extinction automatique	p 8
e. Fonction RESET	p 8
4/ Connexion à l'ordinateur	p9
a. Charger la batterie	p9
b. Transfert de fichiers	p10
c. Formatage du baladeur	p10
d. Déconnecter le baladeur de l'ordinateur	p12
e. Remarque sur la lecture des fichiers MP3 et WMA	p13
5/ Paramètres	p14
a. Mode Paramètres	p14
b. Paramétrer la longueur de la piscine	p14
c. Choix de la langue	p14
d. Paramétrer l'alerte	p14
e. Paramétrer le retour son	p15
6/ Ecouter de la musique	p16
a. Lecture de la musique	p16
b. Pause	p16
c. Réglage du volume	p16
d. Lecture du morceau suivant/ morceau précédent	p16
e. Mode de lecture	p16
7/ Compteur de distance	p17
a. Mode distance	p17
b. Paramétrer la distance	p17
c. Lancer l'exercice	p17
d. Mettre en pause	p17
e. Fin de l'exercice	p18
8/ Compteur de temps	p19
a. Mode temps	p19
b. Paramétrer le temps	p19
c. Lancer l'exercice	p19
d. Mettre en pause	p19
e. Fin de l'exercice	p19
9/ Limite d'usage	p20

1/ Précautions

a. Ecoute

Baissez le volume avant de mettre les écouteurs. Ensuite augmentez le volume jusqu'à ce que le niveau d'écoute vous soit confortable.

b. Electricité Statique

Pour réduire l'électricité statique, évitez d'utiliser le baladeur dans un environnement extrêmement sec. Dans un environnement dans lequel se produisent des décharges électrostatiques, le produit peut connaître des dysfonctionnements et nécessiter une réinitialisation de la part de l'utilisateur.

c. Environnement Magnétique

Pour une utilisation optimale du NABAIIJI, éviter de le ranger proche d'une source magnétique.

Dans certains pays, le NABAIIJI peut connaître des chutes de performance (Europe du Nord, pôles, Afrique du Sud). (Cf. Limite d'usage p 20.)

d. Précaution d'usage

- Les vibrations ressenties durant la marche ou lorsque vous faites de l'exercice n'affecteront pas le baladeur. Cependant, laisser tomber le baladeur ou lâcher un objet lourd sur celui-ci peut l'endommager ou entraîner une distorsion du son.
- Ne laissez pas le baladeur situé à proximité de sources de chaleur ; dans un endroit exposé à la lumière directe du soleil, à une quantité excessive de poussière, de sable, de chocs mécaniques ou dans un véhicule dont les fenêtres sont fermées pendant des périodes de chaleur excessive.
- N'utiliser pas d'alcool ou de solvant pour nettoyer le produit.
- Attention, ne démontez pas le produit. Cela entraînerait l'annulation de la garantie, et risquerait de causer des dommages ou la perte de l'étanchéité.
- Le produit est étanche à 2 mètres, catégorie IPx8, testé selon la norme EN60529/IEC529.

e. Sécurité routière

N'utilisez pas les écouteurs en conduisant, en faisant du vélo ou en vous servant de tout véhicule motorisé. Cela peut être à l'origine d'un accident de la route et c'est illégal dans certaines régions. Il peut être dangereux d'écouter de la musique à fort volume, en particulier lorsque vous traversez sur les passages pour piétons. Vous devez faire preuve d'une grande prudence ou stopper l'utilisation dans des situations potentiellement dangereuses.

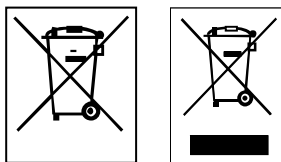
f. Avertissement



A pleine puissance, l'écoute prolongée du baladeur peut endommager l'oreille de l'utilisateur.

Le respect de la puissance sonore maximale fixée par la réglementation relative aux baladeurs musicaux ne peut être garantie par Nabaiji que dans le cadre d'une utilisation avec les écouteurs fournis d'origine. Si vous deviez les remplacer, prenez contact avec votre distributeur pour commander le même modèle.

g. Recyclage



Le symbole « poubelle barrée » signifie que ce produit et les piles qu'il contient ne peuvent être jetés avec les déchets domestiques. Ils font l'objet d'un tri sélectif spécifique. Déposez les batteries ainsi que votre produit électronique en fin de vie dans un espace de collecte autorisé afin de les recycler. Cette valorisation de vos déchets électroniques permettra la protection de l'environnement et de votre santé.

h. Conformité FCC



Cet appareil est conforme à la section 15 de la réglementation FCC (Frequency Federal Communication).

Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

1. Cet appareil ne risque pas de produire d'interférence nuisible.
2. Cet appareil doit supporter toute interférence reçue, y compris celle qui pourrait altérer son fonctionnement.

Tout changement ou toute modification qui ne fait pas l'objet d'une autorisation expresse du fabricant peut limiter le droit de l'utilisateur à faire usage de l'équipement.

ATTENTION : Cet équipement a été testé et déclaré conforme aux limites des appareils numériques de classe B, conformément à la section 15 de la réglementation FCC. Ces limites sont conçues pour assurer une protection efficace contre toute interférence nuisible lorsque l'appareil est utilisé dans une installation résidentielle. Cet appareil génère, utilise et peut émettre des fréquences radioélectriques et, s'il n'est pas installé et utilisé conformément au mode d'emploi, peut brouiller les communications radio. Toutefois, il n'existe aucune garantie que des interférences n'interviendront pas dans une installation particulière. Si cet appareil crée des interférences préjudiciables à la réception radiophonique ou télévisuelle, ce qui peut être vérifié en éteignant puis en rallumant l'appareil, l'utilisateur est invité à les corriger en suivant une ou plusieurs des méthodes suivantes :

- Réorienter ou déplacer l'antenne réceptrice.
- Eloigner davantage l'appareil du récepteur.
- Brancher l'appareil sur une prise de courant d'un circuit électrique différent de celui auquel le récepteur est connecté.
- Demander conseil au distributeur ou à un installateur radio/TV expérimenté.

i. Conformité

CE Par la présente, OXYLANE déclare que l'appareil NABAIJI est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 2004/108/CE relative à la compatibilité électromagnétique des produits.

2/ Recommandation d'usage

a. Connectez et vissez le casque

Branchez et vissez jusqu'en butée le casque au NABAIJI.
Vous disposez d'une rallonge NABAIJI afin d'être compatible avec n'importe quel casque pour une écoute terrestre.

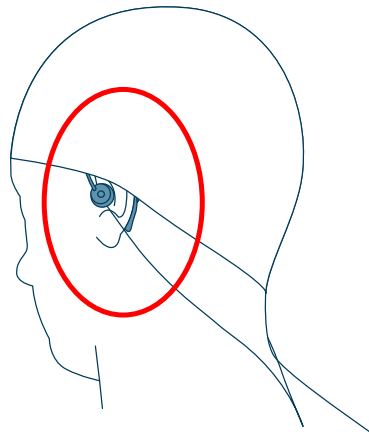
Attention : Bien enfoncer l'ensemble de la partie rouge dans la prise du MP3.

Attention : Bien enfoncer la prise de votre casque afin d'éviter des problèmes d'écoute.

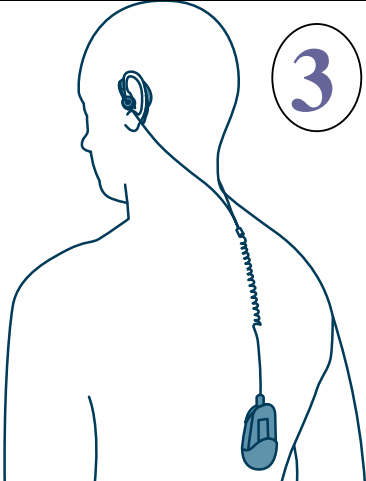
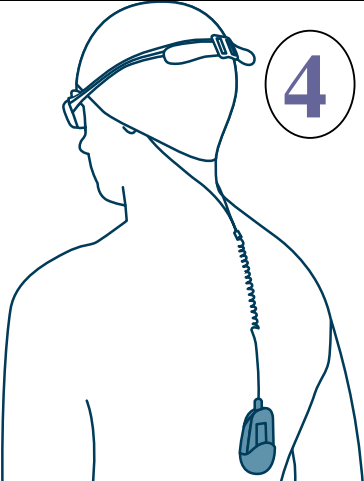

Attention : Bien choisir les bouchons d'oreilles (forme, couleur) pour un confort et une écoute optimale.

b. Mise en place des écouteurs.

Afin d'avoir une écoute optimale, ne recouvrez pas entièrement vos oreilles avec votre bonnet.



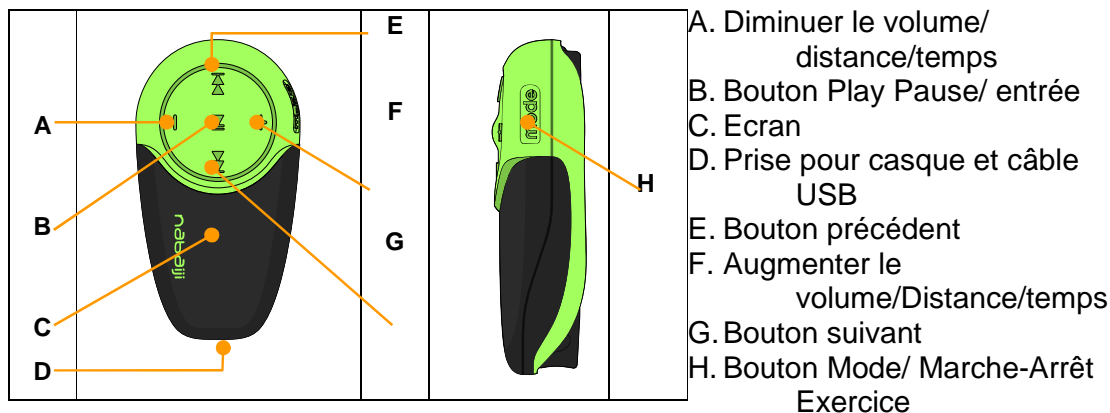
c. Mise en place du NABAIIJI pour la nage.

<p>1/Choisir la forme de ces écouteurs</p> <p>2/Choisir la taille de ces écouteurs</p> <p>3/Mettre ces écouteurs « à sec » sur le bord du bassin. Mettre ces écouteurs mouillés augmente l'intrusion d'eau dans les oreilles et dégrade la qualité du son.</p>	<p>4/ Mettre le bonnet puis les lunettes en ajustant la position des écouteurs, fils et MP3.</p>	<p>5/ Mettre le lecteur de musique fil vers le bas et derrière la tête pour garantir le bon comptage de distance (si utilisation de cette fonction).</p>
		

NB : Bien maîtriser son appareil (touches, fonctions) avant de la placer derrière la tête, afin d'optimiser l'usage du lecteur de musique.

3/ Description produit

a. Aperçu du baladeur






- A. Diminuer le volume/ distance/temps
- B. Bouton Play Pause/ entrée
- C. Ecran
- D. Prise pour casque et câble USB
- E. Bouton précédent
- F. Augmenter le volume/Distance/temps
- G. Bouton suivant
- H. Bouton Mode/ Marche-Arrêt Exercice

b. Eteindre/ Mettre le baladeur en marche

Appuyez long sur le bouton  pour démarrer.

Appuyez long sur le bouton  pour éteindre le NABAIIJI.

Pour Verrouiller faites un appui long simultanément sur  et  en même temps pendant 1,5s. Même action pour déverrouiller.

Le verrou  s'affiche lorsque l'on appuie sur un bouton et que le verrou est activé. Cette option, permet de verrouiller le clavier.

Le sigle  signale la faible batterie du NABAIIJI. Si la batterie n'est pas rechargée le NABAIIJI, s'arrêtera au bout de 3s.

c. Economiseur d'écran

Pour réduire la consommation moyenne de l'appareil, si aucun bouton n'est pressé, l'écran se met en veille au bout de 10 secondes :

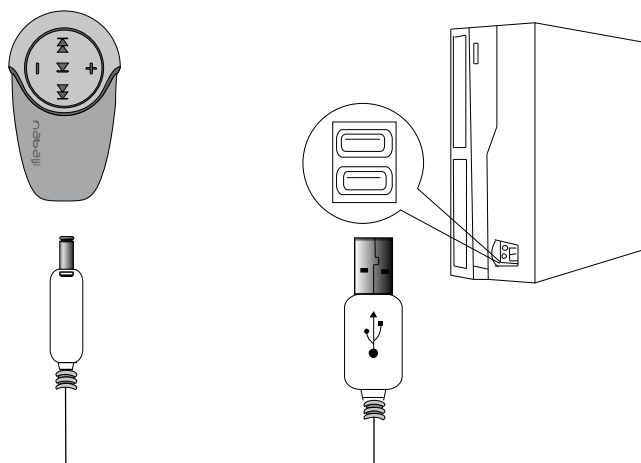
d. Dispositif d'extinction automatique

Si l'appareil n'est pas en cours d'utilisation (Exemple :exercice en cours, lecture de la musique ...), pour économiser la batterie, l'appareil s'éteint automatiquement en cas d'inactivité.

e. Fonction RESET

Il est possible d'effectuer un RESET du produit en appuyant simultanément sur + et – pendant 15 secondes. Cela permet de remettre l'ensemble des paramètres initiaux sans affecter la mémoire du produit (musique, notice, etc...).

4/ Connexion à l'ordinateur



Système compatible

- Windows® 2000/XP/Vista/ Windows®7.
- Macintosh OS X (version 10.2.6 ou supérieure) sans pilote.

Connecter le baladeur à l'ordinateur

1. Mettez l'ordinateur en marche
2. Connectez le baladeur à l'ordinateur à l'aide du câble USB.

Attention : Connecter en 1er le câble au lecteur NABAIIJI, puis à votre ordinateur.

a. Charger la batterie

Le baladeur est équipé d'une batterie rechargeable lithium-ion. Chargez la avant de l'utiliser pour la première fois et lorsque le niveau de charge de la batterie est bas. Il faut compter 6 heures pour le premier chargement et environ 3 heures par la suite.

1. a/ Mettez l'ordinateur en marche
b/ Connectez en premier le câble au lecteur NABAIIJI.
2. Connectez le baladeur à l'ordinateur à l'aide du câble USB.
L'icône de la batterie progresse, indiquant que le chargement est en cours.

Rechargez votre produit au moins une fois par mois pour préserver la durée de vie de votre batterie.

b. Transfert de fichiers

Lors de la connexion à l'ordinateur, le baladeur fonctionne en tant que périphérique de stockage de masse (MSC).

Pour les utilisateurs de Windows ®

Mode MSC

- Vérifiez si un lecteur de disque amovible est ajouté dans l'explorateur Windows. Le nom du lecteur peut changer en fonction du système d'exploitation.
- Sélectionnez un fichier et copiez-le.
- Coller le fichier dans le lecteur de disque amovible.

Remarque :

Ne pas déconnecter le baladeur de l'ordinateur pendant la lecture ou l'écriture de données.

Pour les utilisateurs de Macintosh

1. Le baladeur est reconnu par l'ordinateur en tant que disque amovible (nommé **Unlabeled** ou **No Name**)
2. Sélectionnez le fichier et copiez-le vers le disque amovible.

Note :

Le baladeur ne peut pas lire les fichiers protégés en copie si vous les transférez en utilisant la méthode du glisser-déposer.

c. Formatage du Baladeur

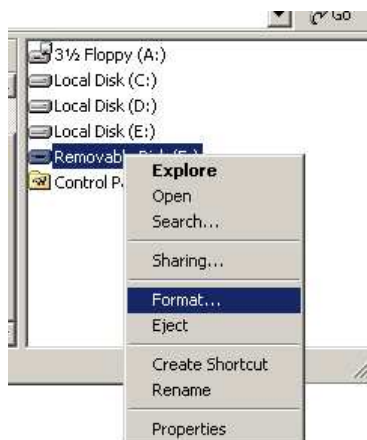
Pour les utilisateurs de Windows ®

Modes MSC

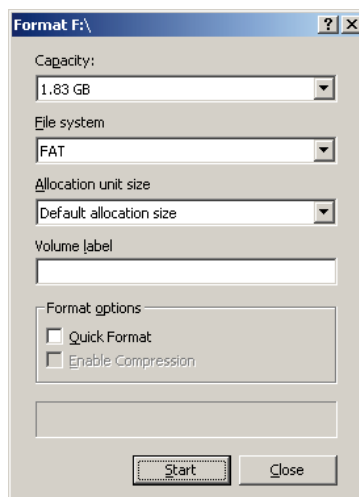
1. Double-cliquez sur **Mon ordinateur**.
2. Faites clic droit sur le disque amovible correspondant au baladeur.
3. Sélectionnez **Formater**

Le formatage n'est pas une action obligatoire à l'usage du lecteur de musique. Tout formatage de l'appareil fera disparaître l'ensemble des informations sur le lecteur de musique.

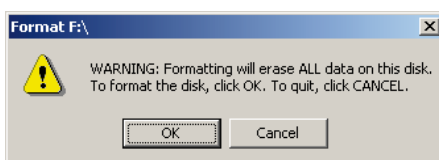
Pour les utilisateurs MAC : Lorsque les fichiers sont supprimés sur la mémoire du produit, il est nécessaire de vider la poubelle avant de débrancher le produit. Dans le cas contraire, les fichiers ne seront pas complètement effacés et utiliseront de l'espace mémoire.



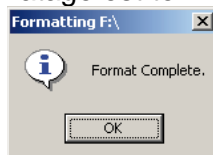
4. Cliquez sur **Démarrer**



5. Cliquez sur **OK**



6. Cliquez sur **Ok** lorsque le formatage est terminé



Remarque :

Ne pas sélectionner NFTS sous l'onglet Système de fichiers sinon, le baladeur ne fonctionnera pas et devra être formaté à nouveau.

Pour les utilisateurs de Macintosh®

1. Double-cliquez sur disque **HD**
2. Ouvrez le répertoire **Application**.
3. Trouver le répertoire **Utilitaires** et ouvrez-le.


4. Trouvez **Utilitaire Disque** et ouvrez-le. La fenêtre **Utilitaire Disque** apparaît.
5. Sélectionnez **No name ou Unlabel** et cliquez sur l'onglet **Effacer**.
6. Dans la boîte de dialogue **Format du volume**, sélectionnez **Système de fichiers MS-DOS**.
7. Cliquez sur le bouton **Effacer** et une fenêtre de confirmation apparaît. Cliquez sur le bouton **Effacer**.

Remarque :

Ne sélectionnez que système de Fichier MS-DOS sinon, le baladeur ne fonctionnera pas.

d. Déconnecter le baladeur de l'ordinateur



Le sigle  vous indique qu'une action est en cours (Ex. Transfert de musique). Ne déconnectez pas le NABAIIJ

Attention : Veillez à bien avoir déconnecté le produit sur l'ordinateur avant de déconnecter physiquement le NABAIIJ.

Pour les utilisateurs de Windows®


Mode MSC



1. Le transfert est terminé lorsque  s'affiche à l'écran.
2. Double cliquez sur l'icône **Retirer ou Ejecter**  située en bas à droite.
3. Sélectionnez **Périphérique de stockage de masse USB** et cliquez sur **Arrêter**.
4. Cliquez sur **Ok**
5. Déconnectez le câble USB de l'ordinateur.

Pour les utilisateurs de Macintosh®



1. Le transfert est terminé lorsque  s'affiche à l'écran.
2. Sélectionnez le disque **No Name ou Unlabel** ou **sans Titre** se trouvant sur le bureau.
3. Cliquez sur **Fichier** dans la barre de menu, puis **Ejecter**.
4. Déconnectez le lecteur de l'ordinateur.

e. Remarque sur la lecture des fichiers MP3 et WMA.

- Les dossiers sans fichier MP3 et/ou WMA seront ignorés.
- Les fichiers sont lus suivant l'ordre dans lequel ils ont été enregistrés sur le produit.
- Dans le cas de la présence de fichier MP3 et/ou WMA sans l'extension .MP3 ou .WMA le lecteur pourra rencontrer des problèmes de fonctionnement.
- Dans le cas de fichier non-MP3 et/ou non-WMA mais ayant l'extension .MP3 ou .WMA, le lecteur pourra rencontrer des problèmes de fonctionnement.
- Le nombre de fichier maximum sur le lecteur est de 512 fichiers.
- La profondeur maximum de sous-dossier est de 19 niveaux.
- Le chemin d'accès à un fichier ne doit pas dépasser 250 caractères (ex : le chemin E:/Dossier 1 / Dossier 2 / ... / Dossier 19 / chanson.mp3 doit contenir moins de 250 caractères.)
- La compatibilité avec tous les logiciels d'encodage/écriture et support MP3 et WMA ne peut être garantie.

5/ Paramètres

a. Mode Paramètres



Appuyez sur les boutons **mode** ou **◀** ou **▶** ou **+** ou **-** pour sélectionner le mode paramètre.

Appuyez une fois sur **▶** afin de rentrer dans la fonction. Les boutons **◀** ou **▶** permettent d'accéder aux paramètres de longueur de la piscine, langue, alerte, et retour son touche.

Pour remonter au niveau supérieur, faites un appui long sur le bouton mode.

b. Paramétrer la longueur de la piscine



Dans le paramètre longueur, appuyez sur le bouton **+** ou **-** pour choisir la longueur. Validez grâce à **▶**.

Choix de longueur possible de 10m à 20m (tous les mètres) puis 25m ou 50m.

c. Choix de la langue



Dans le paramètre langue, appuyez sur le bouton **+** ou **-** pour changer la langue. Choisissez entre le français, l'anglais, l'espagnol ou l'italien. Validez grâce à **▶**.

d. Paramétrer l'alerte



Dans le paramètre alerte. Appuyez sur le bouton **+** ou **-**, et choisissez entre :

- Alarme Off
- Alarme 1
- Alarme 2

Vous validez votre choix grâce à **▶**.

1. Dans le mode Distance :

- Alarme off : pas d'alarme lors de vos exercices.
- Alarme 1 ou On type 1 : 1 bip d'alarme à la moitié de votre exercice, puis 1 bip d'alarme dans l'avant dernière longueur. La fin de votre exercice est signifiée par 3 bips dans le début de votre dernière longueur et la musique s'arrête.
- Alarme 2 ou On type 2 : 1 bip d'alarme à la moitié de votre exercice, 2 bips d'alarme dans l'avant avant dernière longueur, puis 1 bip d'alarme dans l'avant dernière longueur. La fin de votre exercice est




signifiée par 3 bips dans le début de votre dernière longueur et la musique s'arrête.

2. Dans le mode Temps

- Alarme off : pas d'alarme lors de vos exercices temps.
- Alarme 1 ou On type 1 : 1 bip d'alarme à la moitié de votre temps, puis 1 bip d'alarme au début de votre dernière minute. La fin de votre exercice est signifiée par 3 bips et la musique s'arrête.
- Alarme 2 ou On type 2 : 1 bip d'alarme à la moitié de votre temps, 2 bips d'alarme 2 minutes avant la fin de l'exercice, puis 1 bip une minute avant la fin de l'exercice. La fin de votre exercice est signifiée par 3 bips et la musique s'arrête.

e. Paramétrer le retour son



La fonction permet d'activer le retour son de chaque action. Dans le paramètre retour son, appuyez sur le bouton  ou  pour mettre sur « on » ou « off ». Vous validez grâce à .

6/ Ecouter de la musique

a. Lecture de la musique



Appuyez sur le bouton **mode** ou ou ou ou pour sélectionner le mode musique.

Appuyez une fois sur afin de démarrer la musique.

Pour remonter au niveau supérieur, faites un appui long sur le bouton **mode**.

b. Pause

Appuyez sur le bouton pour mettre en pause la lecture. Appuyez à nouveau pour reprendre la lecture.

c. Réglage du volume

Appuyez sur le bouton ou afin de régler le volume.

d. Lecture du morceau suivant/ précédent

Appuyez sur le bouton pendant la lecture afin de lire le morceau suivant.

Appuyez sur le bouton afin de lire le même morceau.

Appuyez sur le bouton deux fois pour lire le morceau précédent.

e. Mode de lecture

Vous pouvez changer le mode lecture entre :

Lecture en boucle

Lecture aléatoire



Pendant l'écoute, appuyez une fois sur le bouton **mode** pour passer d'un mode à l'autre.

7/ Compteur de distance

a. Mode distance



Appuyez sur le bouton **mode** ou **▶▶** ou **◀◀** ou **+** ou **-** pour sélectionner le mode distance.

Puis Validez grâce à **▶|**.

Pour remonter au niveau supérieur, faites un appui long sur le bouton **mode**.

b. Paramétrer la distance

Votre NABAIIJI n'a pas besoin de calibrage pour calculer votre distance (détection des retournements). Néanmoins vous devez paramétrer la longueur de votre piscine pour calculer la distance parcourue.

1. Paramétrer la longueur de la piscine (Confère Chapitre 5 paramètres, paragraphe b/ paramétrer la longueur de la piscine).



Après avoir réglé la longueur de votre piscine, vous pouvez régler la distance que vous souhaitez faire grâce aux boutons **+** ou **-**.

La distance minimale requise est 500m.

De 500m à 1000m, le réglage se fait par 100m.

De 1000m à 9500m le réglage se fait par 500m.

Après avoir réglé la distance voulue, vous devez appuyer sur **▶|** pour valider l'exercice.

c. Lancer l'exercice



Cet écran indique que votre exercice est prêt à être lancé. Une fois prêt à nager, appuyer sur le bouton **mode** pour lancer l'exercice.

La musique se lance en même temps que votre exercice.

Dans le cas d'un exercice en mode « distance », la distance à parcourir est décomptée. La détection des longueurs est faite après chaque retournement. Dès le démarrage de l'exercice, une longueur est décomptée. A la fin de l'exercice, la musique s'arrêtera lors de la dernière longueur. Finir la longueur en cours pour achever la distance prévue.

d. Mettre en pause



- Mise en pause de la musique, appuyer sur **▶|** (le compteur de temps et distance continuent).
- Mise en pause de l'exercice et de la musique, appuyer sur le bouton **mode** (le compteur de temps et distance s'arrêtent).

Appuyer encore une fois sur le bouton **[mode]** pour relancer l'exercice. La relance de l'exercice doit être effectuée une fois que vous êtes bien remis dans l'axe de progression.

Attention : Tout arrêt dans la pratique doit être signalé, en appuyant sur le bouton **[mode]**.

e. Fin de l'exercice



Cet écran indique que votre exercice est terminé.
La musique s'arrête durant la dernière longueur.

8/ Compteur de temps

a. Mode temps



Appuyez sur le bouton **[mode]** ou **[▶▶]** ou **[◀◀]** ou **[+]** ou **[-]** pour sélectionner le mode temps.

Puis Validez grâce à **[▶]**.

Pour remonter au niveau supérieur, faites un appui long sur le bouton **[mode]**.

b. Paramétrer le temps



Vous pouvez paramétrer le temps de votre exercice grâce aux boutons **[+]** ou **[-]**.

Le temps minimum requis est de 15mn.

De 15mn à 1h00mn, le réglage se fait par 5 mn.

De 1h00 à 9h45mn, le réglage se fait par 15mn.

Après avoir réglé le temps voulu, vous devez appuyer sur **[▶]** pour valider l'exercice.

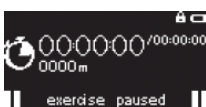
c. Lancer l'exercice



Cet écran indique que votre exercice est prêt à être lancé. Une fois prêt à nager, appuyer sur le bouton **[mode]** pour lancer l'exercice.

La musique se lance en même temps que votre exercice.

d. Mettre en pause



- Mise en pause de la musique, appuyer sur **[▶]** (le compteur de temps et distance continuent).
- Mise en pause de l'exercice et de la musique, appuyer sur le bouton **[mode]** (le compteur de temps et distance s'arrêtent).

Appuyer encore une fois sur le bouton **[mode]** pour relancer l'exercice. La relance de l'exercice doit être effectuée une fois que vous êtes bien remis dans l'axe de progression.

Attention : Tout arrêt dans la pratique doit être signalé, en appuyant sur le bouton **[mode]**.

e. Fin de l'exercice



L'écran indique que votre exercice est terminé. La musique s'arrête à la fin de l'exercice.

Attention : Si vous voulez avoir la distance effectuée à la fin de l'exercice, vous devez paramétrer la longueur de la piscine. (Cf. Chapitre 5 : paramètres)

9/ Limite d'usage

Votre distance parcourue est mesurée par la détection de vos retournements grâce à une technologie magnétique.

La pratique de la natation en piscine métallique ou entourée d'une structure métallique peut entraîner des erreurs sur le comptage de votre distance.

Liste des précautions d'usage afin de ne pas entraîner d'erreur sur la mesure de votre distance :

- Ne pas changer de nage (nage ventrale, nage dorsale) au cours d'une même longueur.
- Ne pas tourner fortement ou exagérément la tête pendant sa nage (brasse/crawl)
- Dans le cadre de petit bassin (moins de 20m), ne pas faire de longues coulées
- Ne pas faire demi-tour au milieu d'une longueur.
- Mettre en pause l'exercice lors d'un arrêt. (Mettre en pause avec le bouton **mode**)
- Veillez à sélectionner la bonne longueur de bassin dans le menu paramètres/longueur piscine de votre Nabaiji.
- Fixez fermement le Nabaiji à votre tête de façon à éviter tout mouvement de l'appareil durant votre exercice.
- Démarrez votre exercice dans l'eau. Un plongeon pourrait entraîner une erreur de comptage.
- Conserver votre Nabaiji dans la même position, tout au long de l'exercice.