

SILVERCREST®



ACTIVITY TRACKER SAS 89

(HU)

FITNESS KARKÖTŐ

Használati utasítás és Biztonsági útmutató

(DE) (AT) (CH)

FITNESS ARMBAND

Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise

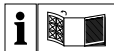
(CZ)

FITNESS NÁRAMEK

Návod k použití a bezpečnostní upozornění

IAN 391891_2201

(HU) (CZ)



HU

Olvasás előtt kattintson az ábrát tartalmazó oldalra és végezetül ismerje meg a készülék mindegyik funkcióját.

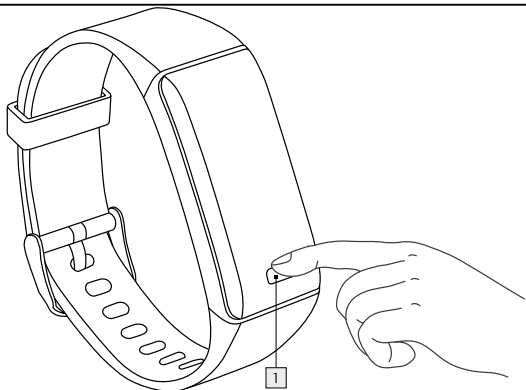
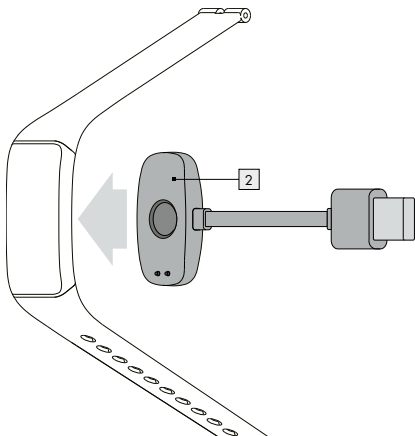
CZ

Před čtením si otevřete stranu s obrázky a potom se seznámte se všemi funkcemi přístroje.

DE AT CH

Klappen Sie vor dem Lesen die Seite mit den Abbildungen aus und machen Sie sich anschließend mit allen Funktionen des Gerätes vertraut.

HU	Használati utasítás és Biztonsági útmutató	Oldal	5
CZ	Návod k použití a bezpečnostní upozornění	Strana	41
DE/AT/CH	Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise	Seite	73

A**B**

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata	Oldal	6
Bevezetés	Oldal	8
A csomag tartalma.....	Oldal	8
Rendeltetészerű használat.....	Oldal	9
Alkatrészleírás.....	Oldal	11
Műszaki adatok.....	Oldal	11
Fontos biztonsági tudnivalók	Oldal	12
Üzembe helyezés	Oldal	14
Az akkumulátor feltöltése.....	Oldal	15
Funkciók	Oldal	16
Funkciók áttekintése.....	Oldal	16
Pontos idő / dátum / akkumulátor szint / lépésszám / a napi cél teljesítése.....	Oldal	18
Lépésszám / mozgások / megtett távolság.....	Oldal	18
Elégetett kalória / aktív idő.....	Oldal	19
Előrehaladás a napi cél elérésében / beállított napi cél.....	Oldal	19
Pulzusmérés.....	Oldal	20
Szívfrekvencia tartomány edzés alatt.....	Oldal	21
Riasztás.....	Oldal	22
Üzenetek.....	Oldal	22
Hívások.....	Oldal	23
Alvó mód.....	Oldal	24
Bluetooth® bekapcsolás / kikapcsolás.....	Oldal	24
Mozgás emlékeztető.....	Oldal	25
Adatátvitel az okostelefonra	Oldal	26
Az eszköz visszaállítása a gyári beállításokra	Oldal	26
Gyakran ismételt kérdések	Oldal	27
Mentesítés	Oldal	32
Garancia / Szerviz	Oldal	34
Jótállási tájékoztató	Oldal	36

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata



Sérülésveszélyre, vagy egészségügyi kockázatra vonatkozó figyelmeztetés



A készülék/tartozék lehetséges sérüléseire vonatkozó biztonsági tudnivalók



Biztonsági tudnivalók



Kezelési utasítások



Vegye figyelembe a használati útmutatót



Egyenáram 5 V, 0,25 A



Gyártó



Ez a termék megfelel az érvényes európai és nemzeti irányelvek követelményeinek.



Az elemek helytelen megsemmisítése környezeti károkat okozhat!

IP67

Állja a port és a rövid ideig tartó vízbe merítést



Az ártalmatlanítást az elektromos és elektronikus berendezések hulladékainak kezeléséről szóló EK irányelv – WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) szerint kell végezni

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata

	A csomagolás azonosítására szolgáló jelölés. A = az anyag rövidítése, B = anyagszám: 1-6 = műanyagok, 20-22 = papír és karton
	Újrahasznosítható
	A csomagolást és a terméket környezetbarát módon ártalmatlanítsa!
	Felelősségteljes forrásokból származó papír
	Adatátvitel <i>Bluetooth</i> [®] low energy technology-n keresztül
	Lépések számolása
	Megtett kilométerek számolása
	Az elégetett kalóriák számolása
	A mozgás időtartamának rögzítése

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata



Alvás időtartamának rögzítése



Hívások, SMS és értesítések megjelenítése

Fitness karkötő SAS 89

● Bevezetés



Az első üzembevétel és az első használat előtt ismerkedjen meg a fitnesskarkötővel. Ebből a célból olvassa el figyelmesen a következő használati útmutatót és a fontos biztonsági tudnivalókat. A fitnesskarkötőt csak a leírtaknak megfelelően és a megadott alkalmazási területeken használja. Őrizze meg a használati útmutatót. Amennyiben a fitnesskarkötőt harmadik személynek továbbadja, adja át neki a dokumentációt is.

● A csomag tartalma

Ellenőrizze a karton csomagolás külső épségét és a csomag teljes belső tartalmát. Használat előtt bizonyosodjon meg róla, hogy az eszközön és

a tartozékain illetve a csomagolóanyagban nincsenek sérülések. Amennyiben kétsége támad, ne használja a terméket és forduljon a forgalmazóhoz vagy a megadott ügyfélszolgálathoz.

1 x fitness karkötő
1 x USB-töltőkábel

1 x használati útmutató
1 x rövid útmutató

● **Rendeltetészerű használat**

Az egészséges élet alappillére a mozgás. A testmozgás fitten tartja, és csökkenti a szív és keringési megbetegedések kockázatát. A mozgás segíti a súlycsökkenést és javítja a közérzetet. A fizikai aktivitás az összes, energiát felhasználó mozgásra vonatkozik. A napi mozgás jelentős részét teszi ki a gyaloglás, a biciklizés, a lépcsőzés és a házimunka. A napi mozgásának objektív megbecsülésében és rögzítésében segít a Silvercrest „SAS 89” fitnesskarkötő. Ily módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is. A fitnesskarkötő rendelkezik egy pulzuserő mérő optikai érzékelővel is. Ez lehetővé teszi a pulzus valós időben történő mérését a csuklón. Az ingyenes „HealthForYou” alkalmazás segítségével a mozgás aktivitását könnyen továbbíthatja a fitnesskarkötőről az okostelefonjára. Így bármikor könnyen megnézheti az okostelefonján az összes rögzített adatot. A pulzusát élőben követheti nyomon harmadik féltől származó alkalmazásokban. Ennek előfeltétele, hogy a harmadik féltől

származó alkalmazások lehetőé tegyék a pulzusértékek *Bluetooth*[®]-kompatibilis adatátvitelét.

A fitneszkarkötő és a „HealthForYou“-alkalmazás a következő funkciókkal rendelkezik:

- Pulzuszóérés
- Óra és dátum kijelző
- Kijelzi az egy nap alatt megtett lépések számát, távolságot, elégetett kalóriát, az aktív időt és a haladást a napi cél eléréséhez (%-ban)
- Megjeleníti az egyes alvás fázisokat
- Rezgő jelzés
- Mozgás emlékeztető
- Értésítés a hívásokról és üzenetekről (pl. SMS vagy WhatsApp).

Rendszer követelmények a „HealthForYou“ applikáció

iOS 14.0 verziótól; Android™ 8.0 verziótól; *Bluetooth*[®] 4.0 verziótól

A „HealthForYou“ adatvédelmi előírásokat a következő linken tekintheti meg: www.healthforyou.app/privacy.html

Adatátvitel *Bluetooth*[®] low

energy technology-n keresztül: A fitneszkarkötő *Bluetooth*[®] low energy technológiával működik, frekvencia sáv 2,402–2,480 GHz, az egy frekvencia

sávban sugárzott maximális küldési teljesítmény < 20 dBm



A kompatibilis okostelefonok listáját, az információkat a „HealthForYou”-alkalmazáshoz és szoftverhez, valamint a részleteket a készülékekről az alábbi link alatt találja: www.healthforyou.app

Kérjük, mindig tartsa naprakészen okostelefonja operációs rendszerét. A műszaki adatok értesítés nélküli megváltoztatásának jogát fenntartjuk.

● Alkatrészleírás

1 „Touch” gomb

2 Mágneses USB-csatlakozó

● Műszaki adatok

Súly:

kb. 25 g (USB-töltőkábel nélkül)

Kijelző:

0,96 hüvelykes TFT kijelző 262 000
színnel és 160 x 80 képponttal

A következő csukló
méretekre alkalmas:

kb. 14,5-től kb. 21 cm-ig

Akkumulátor:	105 mAh Li-Ion polimer
Akkumulátor élettartama:	max. 5 nap készenléti üzemmód
Megengedett üzemeltetési feltételek:	10–40 °C
Tárolókapacitás:	30 nap
Minimális mérhető szívfrekvencia:	40 bpm
Maximális mérhető szívfrekvencia:	210 bpm
Áramellátás:	5V, 0,25 A
Védettségi fokozat:	IP67
<i>Bluetooth®</i> low energy technológia, frekvenciasáv 2,4 GHz	



Fontos biztonsági tudnivalók

⚠ FIGYELMEZTETÉS! Kerülje el a naptejrel vagy más hasonló anyaggal való érintkezést, mivel ezek kárt okozhatnak a műanyag részben.

- Tartsa távol a gyermekeket a csomagolóanyagtól. Fulladás veszélye áll fenn!
- A fitnesskarkötő állja a vízcseppeket, az esőt, a zuhanyt és a rövid ideig tartó vízbe merítést, 1 méter mélyen, akár 30 percen keresztül. Úszás közben ne használja a fitnesskarkötőt!
- A fitness karkötő mágneseket tartalmaz. A fitnesskarkötő használata előtt kérdezze meg orvosát, ha pészmeékert, defibrillátort vagy más elektromos implantátumot visel.

- Ez a termék nem orvosi eszköz. A fitnesskarkötő által mért értékek és pulzuszórák nem alkalmasak betegségek diagnosztizálására, kezelésére, gyógyítására vagy megelőzésére.

Tudnivalók az akkumulátor kezeléséhez

- Ha az akkumulátor cellából folyadék kerül a bőrre vagy a szembe, mossa le az érintett területet és forduljon orvoshoz.
- Óvja az akkumulátort a túlzott melegtől.




ROBBANÁSVESZÉLY! Ne dobja az akkumulátort a tűzbe.

- Töltse fel teljesen az akkumulátort az első üzembehelyezés előtt (lásd: „Az akkumulátor feltöltése” fejezet).
- Az akkumulátort ne szedje szét, nyissa ki vagy szedje darabokra.
- Csak a használati útmutatóban megadott töltőt használja.
- Használat előtt az akkumulátort megfelelően fel kell tölteni. A gyártó útmutatója vagy a az információk ebben a használati útmutatásban, a megfelelő töltésről mindig megfelelőek.
- Töltse fel teljesen az akkumulátort, legalább 3 havonta.
- Az akkumulátor nem cserélhető.

● Üzembe helyezés

A fitnesskarkötő üzembe helyezéséhez nyomja meg a gombot, amíg a kijelző sávja teljesen fel nem töltődik, vagy csatlakoztassa a fitness karszalagot a töltőkábelhez. Amennyiben a gomb hosszú nyomására nem jelenik meg a sáv, akkor nyomja meg egyszer röviden a gombot. Ha a fitnesskarkötő nem kapcsol be, akkor annak akkumulátora le van merülve. Töltse fel az akkumulátort, az „Az akkumulátor feltöltése” fejezetben leírtak alapján.

- Győződjön meg róla, hogy az okostelefon kapcsolódik az internethez.
- Aktiválja a *Bluetooth*[®] alkalmazást az okostelefonján.
- Töltse le az ingyenes „HealthForYou” alkalmazást az Apple App Store -ból (iOS) vagy a Google Play (Android) -ból.
-  Az okostelefonon való beállítások után az internet kapcsolat vagy az adatátvitel többletköltséggé válhat.
- Indítsa el a „HealthForYou” alkalmazást és kövesse az utasításokat. Az alkalmazás beállítás menüjében válassza ki a „SAS 89”-at és csatlakozzon. A fitnesskarkötőn egy véletlenszerűen generált hatjegyű PIN kód jelenik meg, ezzel egyidőben az okostelefonon megjelenik egy sor, ahová be kell írni ezt a hatjegyű PIN kódot. A sikeres csatlakozás után beállíthatja a személyes adatait. Kívánság szerint riasztásokat aktiválhat/állíthat be, hogy a hívásokról/üzenetekről értesítéseket kapjon vagy aktiválhasson/beállíthasson egy mozgás emlékeztetőt.

● Az akkumulátor feltöltése



Amikor a fitnesskarkötő akkumulátor jelzése lemerült akkumulátort mutat, akkor fel kell töltenie az akkumulátort. Az akkumulátor feltöltéséhez a következőképpen járjon el:

- Csatlakoztassa az USB töltőkábel **2** USB csatlakozóját a bekapcsolt számítógép USB csatlakozójába.
- Csatlakoztassa a mágneses USB kábelt az USB töltő kábelhez **2**, amint megjelenik a fitnesskarkötőn. Ügyeljen arra, hogy az USB-töltőkábel csatlakoztatva legyen. Csak azután kezd az akkumulátor tölteni.
- Az aktuális töltöttségi állapotot az akkumulátor jelzésénél látja. Normál esetben a teljes akkumulátor töltése kb. 2 óráig tart.



Amikor az eszköz akkumulátora teljesen fel van töltve, a kijelzőn jelzi.

▲ FIGYELMEZTETÉS! NE tölts fel az akkumulátort, ha a fitnesskarkötő hátulján mindkét töltő csatlakozója nedves. Adott esetben törölgesse meg óvatosan mindkettő töltő csatlakozót egy száraz ronggyal. Ha az akkumulátor szivárogott, vegyen védőkesztyűt és dobja ki az eszközt.

● Funkciók

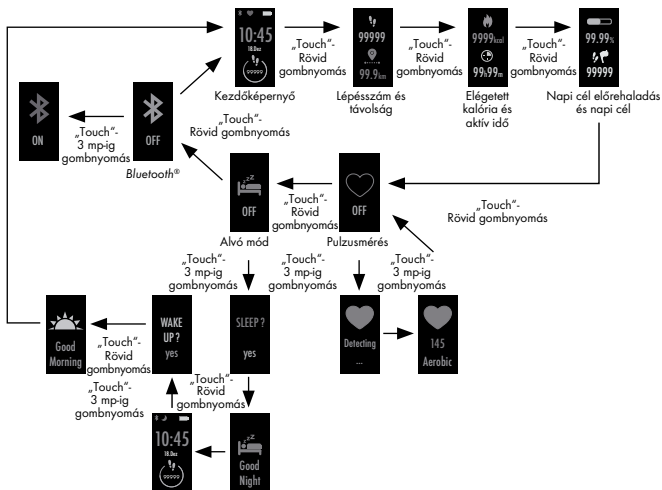
● Funkciók áttekintése

A fitnesskarkötő a következő funkciókkal rendelkezik: pontos idő dátummal és akkumulátor töltöttségi szinttel, pulzusz mérő, lépésszámláló, elégetett kalória, megtett távolság, aktív idő, napi cél, riasztás, mozgás emlékeztetés, alvó mód és üzenetek/hívás értesítések.

Az értékek mindennap 0 órákor visszaállnak nullára. A számlálás ekkor újra visszaáll.

Ha váltani szeretne az egyes funkciók közt, nyomja meg a fitnesskarkötőn a „Touch” gombot 1.

A SAS 89 hordásakor ellenőrizze, hogy a hátsó optikai érzékelő megfelelően érintkezik-e a bőrrel, és nincs-e befedve bőrrészecskével vagy porral. A sűrű karszőrzet és/vagy a tetoválások befolyásolhatják a mérést.



● Pontos idő/ dátum/akkumulátor szint/ lépésszám/a napi cél teljesítése



A fitnesskarkötő mutatja az aktuális időt, a dátumot és az akkumulátor töltöttségi szintjét., a megtett lépések számát és a napi cél teljesítését. Amint a fitnesskarkötő az okostelefonnal szinkronizál, úgy a fitnesskarkötő az okostelefonon beállított időt és dátumot mutatja majd. Ha a szívfrekvencia rögzítése aktiválva van, akkor a kijelzőn megjelenik a szív szimbólum. Ha aktiválta a Bluetooth®-t a fitnesskarkötőn, a Bluetooth® logó megjelenik a kijelzőn. A Bluetooth® logó villog a kijelzőn, amikor okostelefonnal való kapcsolatot keres. A Bluetooth® logó folyamatosan világít a kijelzőn, amikor okostelefonnal való kapcsolat létrejött.

● Lépésszám/mozgások/megtett távolság



A fitnesskarkötő jelzi a mozgást (lépésszámokban) és a megtett távolságot (km-ben). A lépéseket a fitnesskarkötő házában belsejében lévő 3D-s szenzor segítségével számlálja. Az alkalmazásban megadott testmagasság segítségével a fitnesskarkötő kiszámolja a lépései hosszát. A lépéshosszt egyénileg is meg tudja változtatni. A lépéshossz és a lépések száma alapján a fitnesskarkötő most kiszámolja az Ön által megtett távolságot. A megjelenített távolság egy hozzávetőleges érték és nem feltétlenül egyezik a tényleges távolsággal.

● **Elégetett kalória/aktív idő**



A fitnesszarkötő kiszámítja az Ön által elégetett kalóriát az alkalmazásban megadott információk (testmagasság, kor, nem, súly) és a megtett lépések alapján. Ha reggel felébred, a fitnesszarkötő azonnal kijelzi az elégetett kalóriák számát, mivel a test nyugalmi állapotban is felhasznál kalóriát. A készülék automatikusan kiszámolja a nyugalmi állapotban elégetett kalóriákat. Az aktív idő megmutatja Önnek, milyen hosszan végzett aktív mozgást. Az aktív idő kizárólagosan azt az időt számlálja, amikor Ön ténylegesen mozgást végzett.

● **Előrehaladás a napi cél elérésében/ beállított napi cél**



A „HealthForYou” alkalmazás beállításában tudja a napi célt meghatározni. (pl. 10.000 lépés). A beállított napi cél aktuális előrehaladását (% -ban) és a megadott napi célt (lépésszámokban) a fitnesszarkötő kijelzőjéről tudja leolvasni.

● Pulzuszámolás



A fitnesskarkötőnek optikai érzékelője van, amellyel a pulzus valós időben mérhető. A pulzuszámolás elindításához váltsa az pulzuszámoló kijelzőre.



Az aktiváláshoz tartsa lenyomva a „Touch”-gombot 1 3 másodpercig, majd engedje el a gombot, amint a „detecting...” felirat megjelenik a kijelzőn. A fitnesskarkötő ezután elkezd mérni a pulzust. Amint a fitnesskarkötő pulzust mér, az érték megjelenik a kijelzőn. Ha a fitnesskarkötő nem mér pulzust, akkor a kijelzőn megjelenik a „Wear tightly” üzenet, amennyiben a továbbiakban sem mér pulzust megjelenik a „No Signal” üzenet.








Ebben az esetben ellenőrizze, hogy a hátsó optikai érzékelő megfelelően érintkezik-e a bőrrel, és nincs-e befedve bőrrészecskével vagy porral. A sűrű karszőrzet és/vagy a tetoválás befolyásolhatja a mérést.

A beeső fény és a túl sok mozgás torzíthatja a pulzsmérést. Ezért győződjön meg róla, hogy az eszköz elég jól illeszkedik anélkül, hogy szorosan bevágná a bőrbe. Indítsa újra a pulzsmérőt.

● Szívfrekvencia tartomány edzés alatt

A fitnesskarkötő kijelzője felváltva mutatja az edzési területet és az aktuális szívfrekvencia számot. A maximális szívfrekvenciát automatikusan kiszámítja a következő képlet alapján: $220 - \text{életkor} = \text{maximális szívfrekvencia}$. Az egyes edzési területeket a maximális szívfrekvencia alapján számítják ki. A szívfrekvencia adott a következő edzési területeken, de megváltoztatható az alkalmazásban:

	„Fat Burning” akkor jelenik meg a kijelzőn, ha az aktuális szívfrekvencia a maximálishoz képest 50 % és 60 % között van.
	„Aerobic” akkor jelenik meg a kijelzőn, ha az aktuális szívfrekvencia a maximálishoz képest 60 % és 70 % között van.
	„Steady” akkor jelenik meg a kijelzőn, ha az aktuális szívfrekvencia a maximálishoz képest 70 % és 80 % között van.

	<p>„Anaerobic” akkor jelenik meg a kijelzőn, ha az aktuális szívfrekvencia a maximálishoz képest 80 % és 90 % között van.</p>
	<p>„Maximal” akkor jelenik meg a kijelzőn, ha az aktuális szívfrekvencia a maximálishoz képest 90 %.</p>

● Riasztás



A „HealthForYou” alkalmazáson keresztül különböző riasztás időket tud beállítani. Amikor a riasztás ideje eljön, a fitnesskarkötő elkezd rezegni.

● Üzenetek

Ha az okostelefonjára (pl. SMS vagy WhatsApp) Push-on keresztül érkezett üzenete, a fitnesskarkötő kijelzőjén értesül róla. Ennek előfeltételei, hogy a fitnesskarkötő az okostelefonnal a *Bluetooth*[®]-on keresztül legyen csatlakozva és a „HealthForYou” alkalmazás telepítve legyen.

Értesítés az okostelefonra beérkezett üzenetekről, pl. WhatsApp üzenetek:



A kijelzőn megjelenik a „WhatsApp” füzetet.

Az értesítések csak akkor jelennek meg a fitnesszarkötő kijelzőjén, ha az okostelefonján aktiválta a „Push-funkciót.”


● Hívások



A „HealthForYou” alkalmazás beállításainál tudja beállítani, hogy a hívásokról a fitnesszarkötő értesítse Önt. Ennek feltételei, hogy a fitnesszarkötő az okostelefonnal a *Bluetooth*[®]-on keresztül csatlakozzon és a „HealthForYou” alkalmazás telepítve legyen.



Értesítés az okostelefonra beérkezett hívásokról: A hívó neve megjelenik a kijelzőn. Ha a hívó telefonszámhoz nincs név mentve, akkor csak a hívószám jelenik meg a kijelzőn.

● Alvó mód

Az alvás közbeni mozgás méréshez lefekvés előtt kapcsolja be a készüléken az alvó módot. Ehhez nyomja meg az alvó üzemmód kijelzésén 3 másodpercig a „Touch” gombot .




A lekérdezés képernyő következik „SLEEP?”

Engedje el a „Touch”-gombot  és a „Touch”-gomb  ismételt rövid megnyomásával hagyja jóvá.





A kijelzőn megjelenik a „Good Night” üzenet.

Egy másodperc után a fitnesszarkötő automatikusan alvó üzemmódra kapcsol. Ha reggel felébred, nyomja a „Touch” gombot  kb. 3 másodpercig, hogy a fitnesszarkötő kilépjen az alvó üzemmódból.



A lekérdezés képernyő következik „WAKE UP?”.

Engedje el a „Touch”-gombot  és a „Touch”-gomb  ismételt rövid megnyomásával hagyja jóvá.



A kijelzőn megjelenik a „Good Morning” üzenet.

● Bluetooth® bekapcsolás/kikapcsolás

Alapértelmezés szerint a Bluetooth® be van kapcsolva az eszközön. Ezt a kijelzőn megjelenő Bluetooth® logó jelzi.

A Bluetooth® kikapcsolásához az eszközön nyomja meg annyiszor a „Touch” gombot, amíg a kijelzőn a „Bluetooth On” felirat nem látható. Most tartsa a „Touch” gombot 3 másodpercig lenyomva. A kijelzőn megjelenik a „Bluetooth Off”. A Bluetooth® ki van kapcsolva az eszközön. A Bluetooth® újbóli bekapcsolásához, tartsa lenyomva a „Touch” gombot 3 másodpercig. Megjelenik a „Bluetooth On”.

Ha kikapcsolja a Bluetooth®-t az eszközöm, úgy nem továbbítódnak a rögzített adatok a fitneszkarkötőről az okostelefonra



● Mozgás emlékeztető

A „HealthForYou” alkalmazásban be tud állítani egy mozgás emlékeztetőt. Beállíthat egy kezdeti- és befejező időpontot, amíg a mozgás emlékeztető aktív, például 09:00– 18:00 óráig. Továbbá meghatározhatja az inaktivitás időtartamát. Amennyiben a beállított inaktivitás időtartama alatt nem mozog, a fitneszkarkötő rezegni kezd.



A kijelzőn megjelenik a „Move” felirat.

● Adatátvitel az okostelefonra

A fitnesszarkötőn megjelenített adatok „HealthForYou” alkalmazásra történő átviteléhez kövesse a következő lépéseket:

- Aktiválja a *Bluetooth*[®]-t az okostelefonján.
- Nyissa meg a „HealthForYou” alkalmazást.
- „SAS 89” fitnesszarkötője-automatikusan kapcsolódik az alkalmazásra, így az Ön adatai automatikusan továbbítódnak az okostelefonjára. A *Bluetooth*[®]-kapcsolat biztosításához az okostelefonnal maradjon a termék *Bluetooth*[®]-hatótávolságában.

● Az eszköz visszaállítása a gyári beállításokra

A készüléken tárolt összes adatot, például a beállításokat vagy elmentett mért értékeket az eszköz gyári beállításainak visszaállításával tudja törölni.

Ebből a célból járjon el a következőképpen:

- A „SAS 89” „HealthForYou” alkalmazás beállítások menüjében visszaállíthatja a gyári beállításokat.
- Miután megerősítette a „HealthForYou” alkalmazásban, az eszközön tárolt összes adat törlődik, és az eszköz visszaáll a gyári beállításokra.

● Gyakran ismételt kérdések

Hogyan viseljem megfelelően a fitnesskarkötőt?

Ha Ön jobbkezes, akkor a fitnesskarkötőt a bal csuklóján hordja, vagy a jobb csuklóján, ha Ön balkezes. Ehhez húzza át a pánt egyik végét a másik végén lévő nyíláson keresztül. Majd nyomja be a kapcsot a pánt nyílásaiba és dugja a pánt végét a bújtatóba, amíg az érezhetően nem rögzül.

Miért hasznos a fitnesskarkötő?

Az egészséges élet alappillére a mozgás. A testmozgás fitten tartja, és csökkenti a szív és keringési megbetegedések kockázatát. A mozgás segíti a súlycsökkenést és javítja a közérzetet. A fizikai aktivitás az összes, energiát felhasználó mozgásra vonatkozik. A napi mozgás jelentős részét teszi ki a gyaloglás, a biciklizés, a lépcsőzés és a házimunka. A napi mozgásának objektív megbecslésében és rögzítésében segít a fitnesskarkötő. Ily módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is. Napi legalább 7.000–10.000 lépés vagy 30 percnyi aktivitást az optimális.

(Forrás: WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

Hogyan rögzíti a fitnesskarkötő a lépéseimet?

A fitnesskarkötő a beépített 3D szenzor segítségével folyamatosan ábrázolja a fizikai aktivitását. Így minden fizikai mozgást lépésként értelmez. A megtett táv adata eltérhet a ténylegesen megtett távtól.

Hogyan tudom az aktivitás/alvás adatokat kiértékelni?

A *Bluetooth*[®] csatlakozási felületén keresztül a fitnesskarkötő az elmentett adatokat okostelefonra viheti (iOS und Android™) továbbíthatja és ott kiértékelheti. Ehhez csupán az ingyenes „HealthForYou” alkalmazásra van szüksége az okostelefonján.

Hogyan szinkronizálom az adataimat az alkalmazással?

A fitnesskarkötőkén rögzített adatok „HealthForYou” alkalmazásra történő továbbításához kövesse az „Adatátvitel az okostelefonra” fejezetben található utasításokat.

Az adatátvitel az okostelefonra nem működik.

Ennek több oka lehet:

- Ellenőrizze, hogy az okostelefonja/tablete a „HealthForYou” alkalmazással kompatibilis.
- A fitnesskarkötő „Alvó üzemmódban” van. Az „Alvó üzemmód” elhagyásához tartsa 3 másodpercig nyomva a „Touch” gombot. A lekérdezés képernyő következik „WAKE UP?” Engedje el a „Touch”-gombot és a „Touch”-gomb ismételt rövid megnyomásával hagyja jóvá. A fitnesskarkötő kijelzőjén megjelenik a „Good Morning” (Jó reggelt!) üzenet.
- *Bluetooth*[®] nincs aktiválva az Ön okostelefonján vagy fitnesskarkötőjén. Aktiválja a *Bluetooth*[®] alkalmazást az okostelefon beállításainál és a fitnesskarkötőn, a „*Bluetooth*[®] be- és kikapcsolása” fejezetben leírtak szerint.

- A fitneszkarkötő akkumulátora lemerült. Ha a fitneszkarkötő nem kapcsol be, töltsse fel a hozzátartozó USB töltőbábellel.
- Ellenőrizze, hogy a megfelelő applikációt használja-e. Adatátvitel kizárólag a „HealthForYou” applikációval működik.
- A fitneszkarkötő egy másik okostelefonnal van csatlakoztatva. Először szakítsa meg a csatlakozást, mielőtt a fitneszkarkötőt egy másik okostelefonnal csatlakoztatja.
- **iPhone:**
Amennyiben iPhone-t használ és nincs *Bluetooth*[®] kapcsolat, akkor szakítsa meg a *Bluetooth*[®] kapcsolatot a „HealthForYou” alkalmazásban. Végül az iPhone beállításaiiban válassza a *Bluetooth*[®] és törölje a „SAS 89”-at a beállított *Bluetooth*[®] eszközök közül. Csatlakoztassa ismét *Bluetooth*[®]-on keresztül a „SAS 89”-at a „HealthForYou” alkalmazásban.
- **Android™:**
Ha Ön Android™ okosfont használ és *Bluetooth*[®] kapcsolat nem jön létre, előbb szakítsa meg a *Bluetooth*[®] kapcsolatot a „HealthForYou” alkalmazásban. Ezután keresse a *Bluetooth*[®]-ot az Android™ okostelefon beállításaiiban, és törölje a „SAS 89”-eszközt a csatlakoztatott *Bluetooth*[®]-eszközök listájából. Csatlakoztassa ismét *Bluetooth*[®]-on keresztül a „SAS 89”-at a „HealthForYou” alkalmazásban.

Miért nem működik a pulzusz mérés?

Ebben az esetben ellenőrizze, hogy a hátsó optikai érzékelő megfelelően érintkezik-e a bőrrel, és nincs-e befedve bőrrészecskével vagy porral. A

beeső fény és a túl sok mozgás torzíthatja a pulzsmérést. Ezért győződjön meg róla, hogy az eszköz elég jól illeszkedik anélkül, hogy szorosan bevágná a bőrbé. Indítsa újra a pulzsmérőt. A sűrű karszövet és/vagy a tetoválások befolyásolhatják a pulzsmérést.

Mikor kell a fitnesskarkötő akkumulátorát feltölteni?

Töltse fel a fitnesskarkötő akkumulátorát, ha a gombnyomásnál a kijelzőn „Battery low” látható.

Soha ne hagyja, hogy az akkumulátor teljesen lemerüljön, csak így folyamatos az adatrögzítés.

Hogyan tölthető fel a fitnesskarkötő akkumulátora?

A fitnesskarkötő megfelelő feltöltéséhez kövesse a következő utasításokat, ahogy az „Az akkumulátor feltöltése” fejezetben le van írva.

Viselhetem a fitnesskarkötőt biciklizés közben?

Igen, viselheti a fitnesskarkötőt biciklizés közben. Ennek a feltétele, hogy a fitnesskarkötőt megfelelő helyen hordja. Helyezze a fitnesskarkötőt a lábához vagy egy szűk ill. oldalsó nadrágzsebbe, az övön nincs megfelelő helyen. A megtett táv és a ténylegesen megtett táv alapvetően különbözik egymástól, mert a fitnesskarkötő minden fizikai mozgást lépésként értelmez.

Hány napot/éjszakát tud rögzíteni a fitnesskarkötő?

A fitnesskarkötő 30 napot és 30 éjszakát tud rögzíteni. Amikor az összes memória hely megtelik, a legrégebbi feljegyzéseket automatikusan felülírja. Ezért ajánljuk, hogy legalább egyszer egy héten hajtsa végre az adatátvitelt.

Hogyan aktiválom az alvómódot?

Ehhez keresse fel az „Alvó mód” fejezetet.

Hogyan tudom a rezgő riasztást aktiválni?

Adja meg a kívánt riasztás idejét a „HealthForYou” alkalmazás segítségével. A riasztási idő megadása/megváltoztatása után szinkronizálja a fitnesskarkötőt az alkalmazással.

Zuhanyzás vagy úszás közben viselhetem a fitnesskarkötőt?

A fitnesskarkötő állja a vízcseppeket, az esőt, a zuhanyt és a rövid ideig tartó vízbe merítést, 1 méter mélyen, akár 30 percen keresztül (IP67). Zuhanyzás vagy alámerítés közben elvélve előfordul, hogy az uralkodó víznyomás túl magas és a fitnesskarkötő ezáltal megsérül. Úszás közbeni használata nem javasolt.

Hogyan semmisítem meg megfelelően a fitnesskarkötőt?

Figyeljen az erre vonatkozó utasításokra a „Megsemmisítés” fejezetben.

Hogyan tisztítsam megfelelően a fitnesskarkötőt?

Néha tisztítsa meg a fitnesskarkötőt egy nedves törlőkendővel.

Honnan tudok USB töltőkábelt utánrendelni?

Lásd „Csere- és kopó alkatrészek”.

Honnan tudok csere karkötőt utánrendelni?

Lásd „Csere- és kopó alkatrészek”. Megrendelhet más színű karkötőt is.

Mit tartalmaz a teljes csomag?

A teljes csomag egy fitnesskarkötőt, egy USB töltőkábelt, ezek használati utasítását és egy rövid útmutatót tartalmaz.

Mit jelent a rajz a fitnesskarkötőn és a csomagoláson?

Kérjük, tájékozódjon az „Alkalmazott piktogramok jelmagyarázata” fejezetben.

● Mentesítés

A csomagolás környezetbarát anyagokból készült, amelyeket a helyi újrahasznosító helyeken adhat le ártalmatlanítás céljából.



A hulladék elkülönítéséhez vegye figyelembe a csomagolóanyagokon található jelzéseket. Ezek rövidítéseket (a) és számokat (b) tartalmaznak a következő jelentéssel: 1–7: műanyagok/20–22: papír és karton/80–98: kötőanyagok.



Az elektromos és elektronikus berendezésekről szóló irányelv és annak nemzeti jogszabályokba való átültetése szerint a használt elektromos készülékeket külön kell gyűjteni és a megfelelő újrahasznosító gyűjtőhelyen le kell adni.



A kiszolgált termék megsemmisítési lehetőségeiről lakóhelye illetékes önkormányzatánál tájékozódhat.

A hibás vagy elhasznált elemeket a 2006/66/EC irányelv és módosításai értelmében újra kell hasznosítani. Az elemeket és/vagy a terméket az ajánlott gyűjtőhelyeken adja le.



Az elemek helytelen megsemmisítése árt a környezetnek!

Az elemeket nem szabad a háztartási szeméttel együtt ártalmatlanítani. Mérgező hatású nehézfémeket tartalmazhatnak és ezért különleges kezelést igénylő hulladéknak számítanak. A nehézfémek vegyjelei a következők: Cd = kadmium, Hg = higany, Pb = ólom. Ezért juttassa el a lemerült elemeket egy kommunális hulladékgyűjtőbe.

● Garancia/Szerviz

Az anyagi és gyártási hibákra a vásárlás dátumától számított 3 éves garanciát biztosítunk fitnesskarkötőjéhez.

A garancia nem vonatkozik:

- szakszerűtlen használatból eredő károokra.
- elhasználódott részekre.
- a vevő saját hibájából eredő károsodásokra.
- ha a készülékbe egy engedéllyel nem rendelkező műhelyben belenyúltak.

A garancia nem befolyásolja a vásárlónak a törvényes szavatossági jogait. A garanciaesetnek a garancia időn belüli érvényesítéséhez a vásárlónak a vásárlást igazolnia kell. A garancia a Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NÉMETORSZÁG nál a vásárlás dátumától számított 3 éves időtartamig érvényes.

Kérjük, hogy reklamációval forduljon szervizünkhöz az alábbi elérhetőségeken:

Szerviz-forródrót (díjmentes):

(HU)

☎ **0680 106 886 (H – P: 8 – 18 óra)**

✉ **service-hu@mgg-elektro.de**

Amennyiben azt kérjük, hogy küldje vissza nekünk a fitnesszarkötőt, úgy azt az alábbi címre tegye:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
89231 Neu-Ulm
NÉMETORSZÁG

IAN 391891_2201

Ezennel kijelentjük, hogy a jelen termék megfelel a 2014/53/EU RED európai irányelvnek.

A termék CE megfelelőségi nyilatkozata ezen oldalon található:
www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedeclarationofconformity.php



JÓTÁLLÁSI TÁJÉKOZTATÓ

A termék megnevezése: Fitness karkötő	Gyártási szám: 391891_2201
A termék típusa: SAS 89	
A gyártó cégneve, címe, e-mail címe: NU Service GmbH Lessingstraße 10 b 89231 Neu-Ulm Németország service-hu@mgg-elektro.de	Szerviz neve, címe, telefonszáma: NU Service GmbH Lessingstraße 10 b 89231 Neu-Ulm Németország 0680 106 886 (H - P: 8 - 18 óra)
Az importáló / forgalmazó neve és címe: Lidl Magyarország Kereskedelmi Bt., H-1037 Budapest, Rádl árok 6.	

1. A jótállási idő a Magyarország területén, Lidl Magyarország Kereskedelmi Bt. üzletében történt vásárlás napjától számított 1 év, amely jogvesztő. A jótállási idő a fogyasztó részére történő átadással, vagy ha az üzembe helyezést a forgalmazó, vagy annak megbízottja végzi, az üzembe helyezés napjával kezdődik.
2. A jótállási igény a jótállási jeggyel és / vagy a vásárlást igazoló blokkal érvényesíthető. A jótállási jegy szabálytalan kiállítása, vagy átadásának elmaradása nem érinti a jótállási kötelezettség-vállalás érvényességét. Kérjük, hogy a vásárlás tényének és időpontjának

bizonyítására őrizze meg a pénztári fizetésnél kapott jótállási jegyetés a vásárlást igazoló blokkot.

3. A vásárlástól számított három munkanapon belül érvényesített csereigény esetén a forgalmazó köteles a terméket kicserélni, feltéve ha a hiba a rendeltetésszerű használatot akadályozza. A jótállási jogokat a termék tulajdonosaként a fogyasztó érvényesítheti az áruházakban, valamint a jótállási tájékoztatóban feltüntetett szervizekben. (A magyar Polgári Törvénykönyv alapján fogyasztónak minősül a szakmája, önálló foglalkozása vagy üzleti tevékenysége körén kívül eljáró természetes személy.)

A jótállás ideje alatt a fogyasztó hibás teljesítés esetén kérheti a termék kijavítását, kicserélését, vagy ha a termék nem javítható vagy cserélhető, vagy az a forgalmazónak aránytalan többletköltséggel járna, illetve a fogyasztó kijavításhoz, kicseréléshez fűződő érdeke alapos ok miatt megszűnt, árleszállítást kérhet, vagy elállhat a szerződéstől és visszakérheti a vételárat. A kijavítás során a termékbe csak új alkatrész kerülhet beépítésre.

4. A fogyasztó a hiba felfedezése után a lehető legrövidebb időn belül köteles a hibát bejelenteni és a terméket a jótállási jogok érvényesítése céljából átadni. A hiba felfedezésétől számított két hónapon belül bejelentett jótállási igényt időben közöltnek kell tekinteni. A közlés elmaradásából eredő kárért a fogyasztó felelős. A jótállási igény érvényesíthetőségének határideje a termék, vagy fődarabjának kicserélése esetén a csere napján újraindul.

5. A rögzített bekötésű, illetve a 10 kg-nál súlyosabb, vagy tömegközlekedési eszközön nem szállítható terméket az üzemeltetés helyén kell megjavítani. Abban az esetben, ha a javítás a helyszínen nem végezhető el, a termék ki- és visszaszereléséről, valamintállításáról a forgalmazónak kell gondoskodnia.
6. A jótállás nem áll fenn, ha a hiba a nem rendeltetésszerű használatból, átalakításból, helytelen tárolásból, vagy a használati utasítástól eltérő kezelésből, vagy bármely a vásárlást követő behatásból fakad, vagy elemi kár okozta, és azt a forgalmazó, vagy a szerviz bizonyítja. A jótállás nem vonatkozik a mozgó kopó alkatrészek (világítótestek, gumibroncsok stb.) rendeltetésszerű elhasználódására. A szerviz és a forgalmazó a javítás során nem felel a terméken a fogyasztó vagy harmadik személyek által tárolt adatokért vagy beállításokért.
7. Fogyasztói jogvita esetén a fogyasztó a megyei (fővárosi) kereskedelmi és iparkamarák mellett működő békéltető testület eljárását is kezdeményezheti.
A jótállás a fogyasztó törvényből eredő szavatossági jogait és azok érvényesíthetőségét nem érinti.

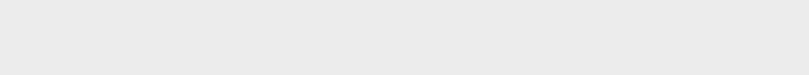
Kijavítást ellenőrző szelvény:

A jótállási igény bejelentésének időpontja:	A hiba oka:
---	-------------

Javításra átvétel időpontja:	A hiba javításának módja:
A fogyasztó részére történő visszaadás időpontja:	
A szerviz bélyegzője, kelt és aláírás:	

Kicserélést ellenőrző szelvény:

A jótállási igény bejelentésének időpontja:
Kicserelés időpontja:
A cserélő bolt bélyegzője, kelt és aláírás:



Legenda použitých piktogramů	Strana	42
Úvod	Strana	44
Obsah dodávky.....	Strana	44
Použití ke stanovenému účelu.....	Strana	45
Popis dílů.....	Strana	47
Technická data.....	Strana	47
Důležitá bezpečnostní upozornění	Strana	48
Uvedení do provozu	Strana	50
Nabíjení akumulátoru.....	Strana	51
Funkce	Strana	52
Přehled funkcí.....	Strana	52
Čas / Datum / Úroveň nabití baterie / Kroky / Splnění denního cíle.....	Strana	53
Kroky / pohyby / překonaná vzdálenost.....	Strana	54
Spotřeba kalorií / aktivní čas.....	Strana	54
Pokrok denního cíle / nastavení denního cíle.....	Strana	55
Měření tepové frekvence.....	Strana	55
Tréninkový rozsah tepové frekvence.....	Strana	57
Alarm.....	Strana	58
Zprávy.....	Strana	58
Volání.....	Strana	59
Režim spánku.....	Strana	59
Zapnutí a vypnutí Bluetooth®.....	Strana	60
Upomínka k pohybu.....	Strana	61
Přenos dat do chytrého telefonu	Strana	61
Reset přístroje do továrního nastavení	Strana	62
Často kladené otázky	Strana	62
Odstranění do odpadu	Strana	68
Záruka a servis	Strana	69

Legenda použitých piktogramů



Výstražné upozornění na nebezpečí zranění nebo nebezpečí ohrožení Vašeho zdraví



Bezpečnostní upozornění na možná poškození výrobku nebo příslušenství



Bezpečnostní upozornění



Pokyny k zacházení



Řídit se návodem k použití



Stejnoseměrný proud 5 V, 0,25 A



Výrobce



Tento výrobek splňuje požadavky platných evropských a národních směrnic.



Škody na životním prostředí způsobené nesprávným odstraněním baterií do odpadu!

IP67

Vodotěsné provedení a chráněné proti následkům krátkého potopení do vody



Likvidovat v souladu s předpisy pro odstranění do odpadu elektrických a elektronických zařízení EG směrnice WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)

Legenda použitých piktogramů



Označení pro identifikaci obalového materiálu.
A = zkratka materiálu, B = číslo materiálu:
1-6 = umělé hmoty, 20-22 = papír a lepenka



Recyklovatelné



Obal a výrobek likvidujte ekologicky!



Papír z udržitelných zdrojů



Přenos dat pomocí bezdrátové *Bluetooth*[®] low energy technology



Záznam kroků



Záznam vzdálenosti v kilometrech



Záznam spálených kalorií



Záznam doby aktivity

Legenda použitých piktogramů



Záznam doby spánku



Indikace hovorů, SMS a notifikací

Fitness náramek SAS 89

● Úvod



Před uvedením do provozu a prvním použitím se s náramkem Fitness seznámete. K tomu si pozorně přečtete následující návod k obsluze a důležité bezpečnostní pokyny. Používejte náramek Fitness jen popsáním způsobem a pouze pro uvedené oblasti použití. Tento návod k obsluze dobře uložte. Při předání náramku Fitness třetí osobě k němu připojte i veškerou dokumentaci.

● Obsah dodávky

Zkontrolujte neporušenost obalu a úplnost obsahu. Před použitím je třeba kontrolovat, jestli nemá výrobek a příslušenství viditelná poškození a je

zapotřebí odstranit veškerý obalový materiál. V případě pochyb se obraťte na Vašeho prodejce nebo na uvedenou adresu zákaznického servisu.

1 x fitness náramek

1 x návod k použití

1 x USB nabíjecí kabel

1 x krátký návod

● Použití ke stanovenému účelu

Pohyb je předpokladem zdravého života. Tělesná aktivita vás udržuje v kondici a snižuje riziko onemocnění srdce a krevního oběhu. Jestliže se budete pohybovat pomůže vám pohyb při snížení tělesné hmotnosti a zjistíte, že se cítíte zdravě a jste spokojeni. Tělesnou aktivitou je jakýkoliv pohyb, který spotřebovává energii. K tomu patří podstatnou měrou i denní aktivity jako je chůze, jízda na kole, chůze do schodů a domácí práce. K objektivnímu odhadu denní aktivity a jejímu záznamu slouží náramek Fitness Silvercrest „SAS 89“. To vás může motivovat k intenzivnějšímu pohybu v každodenním životě. Navíc je náramek Fitness vybaven optickým senzorem měření tepu. Tím můžete měřit puls v reálném čase na zápěstí. Pomocí bezplatné aplikace „HealthForYou“ jsou pohodlně přenášeny pohybové aktivity z náramku Fitness do chytrého telefonu. Tak můžete kdykoliv jednoduše a přehledně sledovat své záznamy na chytrém telefonu. Záznam tepové frekvence můžete sledovat také pomocí aplikací ke sledování v reálném čase od jiných poskytovatelů. Předpokladem je, aby aplikace od třetích subjektů umožňovaly přenos tepové frekvence pomocí rozhraní *Bluetooth*®.

Náramek Fitness nabízí spolu s aplikací „HealthForYou“ následující funkce:

- měření tepové frekvence
- zobrazení času a data
- ukazatel denně provedených kroků, překonané vzdálenosti, spotřeby kalorií, dobu aktivit a vývoj při plnění denního cíle (v %)
- zobrazení jednotlivých fází spánku
- vibrační alarmy
- upomínka k pohybu
- oznámení telefonátů a zpráv (např. SMS nebo WhatsApp).

Systémové požadavky pro aplikaci „HealthForYou“

iOS od verze 14.0; Android™ od verze 8.0; Bluetooth® od verze 4.0

Zásady ochrany osobních údajů společnosti „HealthForYou“ najdete na tomto odkazu: www.healthforyou.app/privacy.html

Přenos dat prostřednictvím Bluetooth® low energy technology:

Náramek Fitness využívá technologii Bluetooth® low energy technology, frekvenční pásmo 2,402–2,480 GHz, ve frekvenčním pásmu maximální vyzářovaný vysílací výkon < 20 dBm



Seznam kompatibilních Smartphonů,
informace k App „HealthForYou“ a
softwaru a bližší informace k přístrojům,
najdete pod následujícím odkazem:
www.healthforyou.app

Udržujte operační systém Vašeho použitého chytrého telefonu stále v aktuálním stavu.

Změny technických dat jsou bez oznámení z důvodu aktualizace vyhrazeny.

● Popis dílů

1 Dotykové „Tlačítko“

2 USB magnetická přípojka

● Technická data

Hmotnost:	cca 25 g (bez nabíjecího kabelu USB)
Displej:	0,96" TFT displej s 262 000 barvami a rozlišením 160 x 80 pixelů
Vhodné pro Obvod zápěstí od:	cca 14,5 do cca 21 cm
Akumulátor:	105 mAh Li-Ion polymerový
Doba provozu akumulátoru:	max. 5 dní stand by

Přípustné provozní podmínky:	10–40 °C
Kapacita paměti:	30 dní
Minimální měřitelná tepová frekvence:	40 bpm
Maximální měřitelná tepová frekvence:	210 bpm
Napájení proudem:	5 V, 0,25 A
Krytí:	IP67
Bluetooth® low energy technology, frekvenční pásmo 2,4 GHz	



Důležitá bezpečnostní upozornění

⚠ VÝSTRAHA! Zabraňte kontaktu s opalovacím krémem nebo podobnými prostředky, umělohmotné díly se mohou poškodit.

- Držte neustále obalový materiál mimo dosah dětí. Hrozí nebezpečí udušení!
- Náramek Fitness je chráněn před stříkající vodou, deštěm, vodou při sprchování a před dočasným ponořením na 30 minut do vody v hloubce 1 metru. Nepoužívejte náramek Fitness při plavání!
- Náramek Fitness obsahuje magnety. Pokud používáte kardiostimulátor, defibrilátor, nebo jiný elektronický implantát, konzultujte používání náramku Fitness nejdříve se svým lékařem.

- Tento výrobek není medicínský produkt. Naměřené hodnoty a měření tepové frekvence pomocí náramku Fitness nejsou určeny ke stanovení diagnózy onemocnění, k jejich ošetření nebo léčení.

Pokyny k zacházení s akumulátory

- Po kontaktu tekutiny z akumulátoru s pokožkou nebo očima vymyjte postižené místo vodou a vyhledejte lékařskou pomoc.
- Chraňte akumulátory před nadměrným teplem.




NEBEZPEČÍ VÝBUCHU! Nevhazujte akumulátory do ohně.

- Před uvedením do provozu akumulátor úplně nabijte (viz kapitola „Nabíjení akumulátoru“).
- Akumulátory nerozebírejte, neotevírejte ani nedrťte.
- Používejte jen nabíječky uvedené v návodu k použití.
- Akumulátory se musí před použitím nabíjet správně. Ke správnému nabíjení je třeba se vždy řídit pokyny výrobce resp. podle údajů v návodu k použití.
- Nejméně po 3 měsících akumulátor úplně nabijte.
- Akumulátor nelze vyměňovat.

● Uvedení do provozu

K zahájení používání náramku Fitness stiskněte tlačítko a podržte je, dokud nedojde k úplnému načtení lišty na displeji nebo připojte náramek Fitness k nabíjecímu kabelu. Pokud se po dlouhém stisknutí tlačítka nezobrazí žádný sloupek, stiskněte tlačítko jednou krátce. V případě, že náramek Fitness nelze zapnout, je akumulátor náramku Fitness vybitý. Nabijte akumulátor podle popisu v kapitole „Nabíjení akumulátoru“.

- Přesvědčte se, že je Váš Smartphon spojený s internetem.
- Aktivujte *Bluetooth*® Vašeho Smartphonu.
- Stáhněte si bezplatnou aplikaci „HealthForYou“ z Apple App Store (iOS) nebo u Google Play (Android™).
-  V závislosti na nastavení Vašeho Smartphonu může dojít k nárůstu poplatků za spojení s internetem nebo za přenos dat.
- Nastartujte aplikaci „HealthForYou“ a řiďte se pokyny. V menu nastavení aplikace zvolit „SAS 89“ a spojit. Na náramku Fitness se zobrazí náhodně generovaný šestimístný kód PIN, současně se zobrazí na chytrém telefonu zadávací pole, do kterého musíte tento šestimístný kód PIN zadat. Po úspěšném spojení můžete nastavit Vaše osobní data. Podle přání si můžete aktivovat alarmy/nastavit, nechat se informovat o volání/zprávách nebo aktivovat/nastavit alarm pro aktivitu.

● Nabíjení akumulátoru



Jakmile ukazatel stavu akumulátoru náramku Fitness informuje o vybitém akumulátoru, musíte akumulátor nabít. Při nabíjení akumulátoru postupujte následujícím způsobem:

- Zapojte USB zástrčku svého USB nabíjecího kabelu **2** do USB přípojky svého zapnutého počítače.
- Připojte podle obrázku magnetický uzávěr USB nabíjecího kabelu **2** se svým náramkem Fitness. Pozor na správné připojení nabíjecího kabelu USB. Jen v takovém případě se bude akumulátor nabíjet.
- Aktuální stav nabíjení můžete sledovat na ukazateli stavu akumulátoru. Za běžných okolností trvá nabíjení akumulátoru cca 2 hodiny.



Jakmile je akumulátor přístroje zcela nabitý, zobrazí se na displeji následující hlášení.




VÝSTRAHA! NENABÍJETE náramek Fitness s mokřými kontakty pro nabíjení na zadní straně přístroje. Popřípadě opatrně vysušte oba nabíjecí kontakty utěrkou. Pokud dojde k vytečení akumulátoru nasadte si ochranné rukavice a zlikvidujte přístroj.

● Funkce

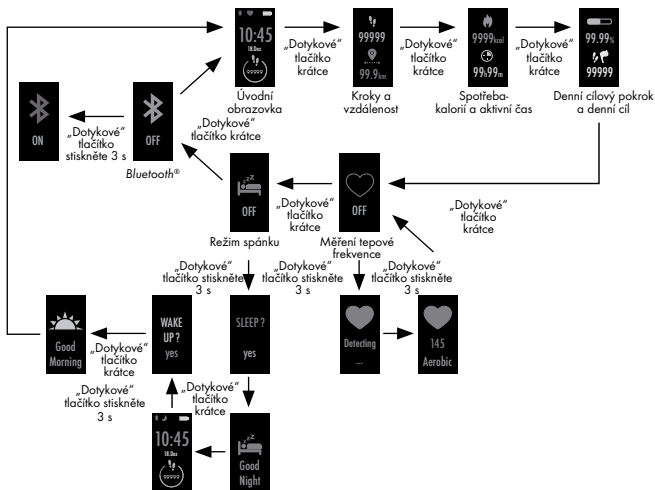
● Přehled funkcí

Náramek Fitness je vybaven následujícími funkcemi: čas a datum, stav akumulátoru, krokoměr, spotřeba kalorií, překonaná vzdálenost, aktivní doba, denní cíl, alarm, režim spánku, připomenutí aktivity a notifikace zpráv/hovorů.

Hodnoty jsou každý v 0:00 hodin resetovány na nulu. Následně začíná počítání opět od začátku.

K přepínání jednotlivých funkcí stiskněte na náramku Fitness dotykové tlačítko .

Při nošení SAS 89 zkontrolujte, zda se optický senzor na zadní straně dostatečně dotýká pokožky a jestli na něm nejsou částičky kůže nebo prachu. Silné ochlupení a/nebo tetování na pažích může měření narušit.



● Čas/Datum/Úroveň nabití baterie/ Kroky/Splnění denního cíle



Fitness náramek zobrazuje aktuální čas, datum, stav baterie, počet kroků a plnění denního cíle. Po synchronizaci náramku Fitness s chytrým telefonem se přenáší aktuální čas a datum z chytrého

telefonu do náramku Fitness. Když je aktivováno monitorování srdečního tepu, zobrazí se na displeji symbol srdce. Pokud jste na náramku Fitness aktivovali *Bluetooth*[®], zobrazí se na displeji logo *Bluetooth*[®]. Logo *Bluetooth*[®] na displeji bliká v případě, že výrobek vyhledává spojení s chytrým telefonem. Logo *Bluetooth*[®] přestane blikat, jakmile je navázáno spojení s chytrým telefonem.

● Kroky/pohyby/překonaná vzdálenost



Fitness náramek zobrazuje pohyb (v krocích) a překonanou vzdálenost (v km). Kroky jsou zaznamenávány pomocí 3D senzoru uvnitř fitness náramku. Fitness náramek určí na základě Vaší výšky zadané v aplikaci délku vašeho kroku. Délku kroku můžete individuálně měnit. Na základě délky kroku a počtu kroků nyní fitness náramek vypočítá překonanou vzdálenost. Zobrazená vzdálenost je jen hrubá hodnota a nesouhlasí absolutně se skutečnou vzdáleností.

● Spotřeba kalorií/aktivní čas



Náramek Fitness vypočítává vaši spotřebu kalorií na základě zaznamenaných údajů v aplikaci (tělesná výška, stáří, pohlaví, váha) a počtu provedených kroků. Po probuzení Vám náramek Fitness zobrazí již spotřebované kalorie, protože i za klidu tělo

kalorie spotřebovává. Výrobek vypočítává automaticky kalorie spotřebované za klidu. Doba aktivity vás informuje, jak dlouho jste již aktivně v pohybu. Doba aktivity je doba, po kterou jste v pohybu.

● Pokrok denního cíle/nastavení denního cíle



V nastavení aplikace „HealthForYou“-můžete zadat svůj denní cíl (např. 10.000 kroků). Na displeji fitness náramku si můžete přečíst aktuální průběh nastaveného denního cíle (v %) a zadaný denní cíl (v krocích).

● Měření tepové frekvence



Náramek Fitness je vybaven optickým senzorem, který umožňuje měření tepové frekvence v reálném čase. K zahájení měření tepové frekvence přejděte do zobrazení pro měření tepové frekvence.

□



Pro aktivaci stiskněte a přidržte dotykové tlačítko **1** na 3 vteřiny a uvolněte tlačítko, jakmile se na displeji zobrazí „detecting...“. Náramek Fitness následně potom začne zaznamenávat tepovou frekvenci. Jakmile náramek Fitness detekuje tep, zobrazí se na displeji naměřená hodnota. Pokud fitness náramek nedetekuje puls, zobrazí se na displeji nejprve nápis „Wear tightly“, a pokud ještě dále nedetekuje puls, zobrazí se na displeji nápis „No signal“.






□

V tomto případě ověřte, zda má optický senzor na zadní straně dostatečný kontakt s pokožkou a není znečištěn částicemi kůže nebo prachem. Silné ochlupení a/nebo tetování na pažích může měření narušit.

Měření může být zkresleno dopadajícím světlem a přílišnou pohybovou aktivitou. Z tohoto důvodu zajistěte, aby byl přístroj umístěn dostatečně těsně, ale současně se nezařezával do pokožky. Následně znovu zahajte měření tepové frekvence.

● Tréninkový rozsah tepové frekvence

Během zobrazení aktuální tepové frekvence na displeji náramku Fitness zobrazuje náramek Fitness navíc střídavě také aktuální tréninkový rozsah. Maximální tepová frekvence je automaticky vázána na následující vzorec: $220 - \text{věk} = \text{maximální tepová frekvence}$. Na základě maximální tepové frekvence vypočtete jednotlivý tréninkový rozsah. Tepová frekvence je nastavena pro následující tréninkový rozsah, v aplikaci ale můžete provést změnu:

	Na displeji se zobrazí hlášení „Fat Burning“, jakmile je aktuální tepová frekvence v rozmezí 50 % až 60 % vaší maximální tepové frekvence.
	Na displeji se zobrazí hlášení „Aerobic“, jakmile je aktuální tepová frekvence v rozmezí 60 % až 70 % vaší maximální tepové frekvence.
	Hlášení „Steady“ se na displeji zobrazí v okamžiku, kdy vaše aktuální tepová frekvence dosáhne 70 % až 80 % vaší maximální tepové frekvence.
	Hlášení „Anaerobic“ se na displeji zobrazí, pokud vaše aktuální tepová frekvence dosáhne 80 % až 90 % vašeho maxima.
	Hlášení „Maximal“ se na displeji zobrazí, jakmile aktuální tepová frekvence překročí 90 % vaší maximální tepové frekvence.

● Alarm



V aplikaci „HealthForYou“ můžete nastavit různé alarmy. Aktivní alarm se projeví vibrací náramku Fitness.

● Zprávy

O zprávách doručených na váš chytrý telefon (např. SMS nebo WhatsApp) se můžete nechat informovat na displeji náramku Fitness pomocí upozornění push. Předpokladem je, že je náramek Fitness připojený pomocí rozhraní *Bluetooth*[®] k chytrému telefonu a máte nastavenou aplikaci „HealthForYou“.

Upozornění na zprávy přijaté do chytrého telefonu, například zprávy aplikace WhatsApp:



Na displeji se zobrazí hlášení „WhatsApp“.

Oznámení se na displeji senzoru aktivity zobrazí pouze v případě, že máte v chytrém telefonu aktivovanou funkci „Push“.


● Volání



V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete určit, zda chcete být informováni na náramku Fitness o příchozích hovorech. Předpokladem je, že je náramek Fitness připojený prostřednictvím Bluetooth® k chytrému telefonu a je zařizena aplikace „HealthForYou“.

Notifikace příchozích hovorů na chytrý telefon: na displeji se zobrazí jméno volajícího. Pokud nemáte k telefonnímu číslu uloženo žádné jméno, zobrazí se na displeji pouze volající telefonní číslo.



● Režim spánku

Pro měření Vašich pohybů ve spánku přepněte výrobek před spaním do spánkového režimu. K tomu stiskněte v zobrazeném spánkovém režimu na 3 vteřiny dotykové tlačítko .

SLEEP ?


yes

Následuje displej s dotazem „SLEEP?“.



Uvolněte dotykové tlačítko  a znovu potvrďte krátkým stisknutím dotykového tlačítka .

Na displeji se zobrazí hlášení „Good Night“.

Za vteřinu se náramek Fitness automaticky přepne do režimu

spánku. Ráno, po probuzení, stiskněte na cca 3 vteřiny dotykové tlačítko  k probuzení náramku Fitness ze spánkového režimu.

Zobrazí se displej s dotazem „WAKE UP?“.

Uvolněte dotykové tlačítko  a potvrďte opětovným krátkým stisknutím dotykového tlačítka .

Na displeji se zobrazí hlášení „Good Morning“.



Good
Night

WAKE
UP ?

yes



Good
Morning

● Zapnutí a vypnutí **Bluetooth®**

Bluetooth® je na přístroji standardně zapnuto. Poznáte to podle loga **Bluetooth®** na displeji.

K vypnutí funkce **Bluetooth®** na přístroji stiskněte opakovaně dotykové tlačítko, dokud se na displeji nezobrazí hlášení „Bluetooth On“. Nyní držte dotykové tlačítko stisknuté na 3 sekundy. Na displeji se zobrazí hlášení „Bluetooth Off“. Nyní je **Bluetooth®** na přístroji vypnuto. K opětovnému zapnutí funkce **Bluetooth®** podržte dotykové tlačítko znovu na 3 sekundy stisknuté. Zobrazí se hlášení „Bluetooth On“.

Pokud vypnete na přístroji funkci *Bluetooth*[®], nemůžete přenášet data, zaznamenaná náramkem Fitness, na váš chytrý telefon.



● Upomínka k pohybu

V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete nastavit upomínku k pohybu. Můžete nastavit začáteční a konečný čas doby, během které je upomínka k pohybu aktivní, například od 9:00 do 18:00 hodin. Navíc můžete nastavit dobu trvání aktivity. Jestliže v nastavené době neprovádíte žádnou fyzickou aktivitu, začne náramek Fitness vibrovat.



Na displeji se zobrazí hlášení „Move“.

● Přenos dat do chytrého telefonu

K přenosu dat zaznamenaných náramkem Fitness do aplikace „HealthForYou“ postupujte následujícím způsobem:

- Aktivujte rozhraní *Bluetooth*[®] svého chytrého telefonu.
- Otevřete aplikaci „HealthForYou“.

- Náramek Fitness „SAS 89“ se automaticky spojí s aplikací, vaše data budou automaticky přenesena do chytrého telefonu. K zajištění spojení prostřednictvím *Bluetooth*® zůstaňte s chytrým telefonem v dosahu *Bluetooth*® výrobku.

● Reset přístroje do továrního nastavení

Všechny údaje, jako jsou např. nastavení nebo uložené naměřené hodnoty, můžete z přístroje vymazat tím, že provedete reset přístroje do továrního nastavení.

K tomu postupujte následujícím způsobem:

- V nabídce nastavení výrobku „SAS 89“ v aplikaci „HealthForYou“ můžete přístroj resetovat do továrního nastavení.
- Po potvrzení v aplikaci „HealthForYou“ dojde k vymazání všech dat, uložených na přístroji a přístroj bude resetován do továrního nastavení.

● Často kladené otázky

Jak mám správně nosit náramek Fitness?

Noste náramek Fitness na levém zápěstí, pokud jste praváci, nebo na pravém zápěstí, pokud jste leváci. K tomu protáhněte jeden konec pásku

otvorem druhého konce. Zatlačte přezku do otvorů pásku a protáhněte konec pásku smyčkou až slyšitelně zaskočí.

Co získám tím, že budu používat náramek Fitness?

Pohyb je předpokladem zdravého života. Tělesná aktivita vás udržuje v kondici a snižuje riziko onemocnění srdce a krevního oběhu. Jestliže se budete pohybovat pomůže vám pohyb při snížení tělesné hmotnosti a zjistíte, že se cítíte zdravě a jste spokojení. Tělesnou aktivitou je jakýkoliv pohyb, který spotřebovává energii. K tomu patří podstatnou měrou i denní aktivity jako je chůze, jízda na kole, chůze do schodů a domácí práce. K objektivnímu posouzení denní aktivity a jejímu záznamu slouží náramek Fitness. To vás může motivovat k intenzivnějšímu pohybu v každodenním životě. Optimální denní výkon je nejméně 7000 až 10 000 kroků nebo 30 minut aktivity.

(zdroj: podle WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

Jak náramek Fitness zjišťuje počet kroků?

Náramek Fitness nepřetržitě zaznamenává pomocí vestavěného senzoru 3D vaši tělesnou aktivitu. Přitom jsou všechny vaše fyzické pohyby interpretovány jako kroky. Proto se může údaj o překonané vzdálenosti lišit od skutečné vzdálenosti.

Jak mohu vyhodnotit data aktivit nebo spánku?

Prostřednictvím rozhraní *Bluetooth*[®] fitness náramku můžete uložená data přenést do chytrého telefonu se systémem (iOS a Android[™]) a

tam je vyhodnotit. Potřebujete k tomu pouze bezplatnou aplikaci „HealthForYou“ instalovanou na svém chytrém telefonu.

Jak mohu pomocí aplikace synchronizovat svá data?

K přenosu dat zaznamenaných náramkem Fitness do aplikace „HealthForYou“ postupujte podle pokynů v kapitole „Přenos dat do chytrého telefonu“.

Přenos dat do chytrého telefonu nefunguje.

To může mít mnoho příčin:

- Zkontrolujte, zda je váš chytrý telefon nebo tablet kompatibilní s aplikací „HealthForYou“.
- Náramek Fitness je v režimu spánku „Sleep“. K ukončení režimu spánku „Sleep“ stiskněte na 3 sekundy dotykové tlačítko. Následuje displej s dotazem „WAKE UP?“. Uvolněte dotykové tlačítko **1** a potvrďte opětovným krátkým stisknutím dotykového tlačítka **1**. Na displeji náramku Fitness se zobrazí hlášení „Good Morning“.
- Na vašem chytrém telefonu nebo na náramku Fitness není aktivováno rozhraní *Bluetooth*[®]. Aktivujte rozhraní *Bluetooth*[®] v nastavení chytrého telefonu a na náramku Fitness tak, jak je popsáno v kapitole „Zapnutí a vypnutí *Bluetooth*[®]“.
- Akumulátor náramku Fitness je vybitý. Jestliže nelze náramek Fitness zapnout, nabijte ho dodaným USB nabíjecím kabelem.
- Zkontrolujte, zda používáte správnou aplikaci. Přenos dat je možný pouze s aplikací „HealthForYou“.

- Náramek Fitness je připojen k jinému chytrému telefonu. Než připojíte náramek Fitness k jinému chytrému telefonu, ukončete nejdříve stávající spojení.
- **iPhone:**
Jestliže používáte iPhone a spojení pomocí rozhraní *Bluetooth*[®] nefunguje, ukončete nejdříve spojení *Bluetooth*[®] v aplikaci „HealthForYou“.
Potom přejděte v nastavení svého přístroje iPhone na možnost *Bluetooth*[®] a odstraňte „SAS 89“ ze seznamu připojených zařízení *Bluetooth*[®].
Nyní znovu připojte zařízení „SAS 89“ v aplikaci „HealthForYou“ pomocí rozhraní *Bluetooth*[®].
- **Android™:**
V případě, že používáte chytrý telefon s operačním systémem Android™ a spojení *Bluetooth*[®] již není navázáno, zrušte nejprve spojení *Bluetooth*[®] v aplikaci „HealthForYou“. Následně přejděte v nastaveních chytrého telefonu Android™ na možnost *Bluetooth*[®] a odstraňte položku „SAS 89“ ze seznamu připojených zařízení *Bluetooth*[®]. Nyní znovu připojte zařízení „SAS 89“ v aplikaci „HealthForYou“ pomocí rozhraní *Bluetooth*[®].

Proč nefunguje měření tepové frekvence?

V tomto případě ověřte, zda má optický senzor na zadní straně dostatečný kontakt s pokožkou a není znečištěn částicemi kůže nebo prachem. Měření může být zkresleno dopadajícím světlem a přílišnou pohybovou

aktivitou. Z tohoto důvodu zajistěte, aby byl přístroj umístěn dostatečně těsně, ale současně se nezařezával do pokožky. Následně znovu zahajte měření tepové frekvence. Měření tepové frekvence může být negativně ovlivněno ochlupením paže nebo tetováním.

Kdy musím nabít akumulátor náramku Fitness?

Akumulátor náramku Fitness nabijte, pokud se po stisknutí tlačítka na displeji zobrazí hlášení „Battery low“.

Nikdy nenechte akumulátor úplně vybit, pouze tak je možný trvalý záznam dat.

Jak mám správně nabíjet akumulátor náramku Fitness?

Ke správnému nabíjení náramku Fitness se řiďte pokyny v kapitole „Nabíjení akumulátoru“.

Mohu používat náramek Fitness i při jízdě na kole?

Náramek Fitness můžete používat i při jízdě na kole. Předpokladem je, že máte náramek Fitness na vhodném místě. Vhodné je umístění náramku Fitness na noze nebo v těsné respektive postranní kapse kalhot, nevhodné je jeho připevnění k opasku. Ovšem v tomto případě se liší údaj o překonané vzdálenosti od skutečné vzdálenosti, protože náramek Fitness interpretuje všechny vaše fyzické pohyby jako kroky.

Kolik dní/nocí může náramek Fitness zaznamenávat data?

Náramek Fitness může zaznamenávat data až 30 dní a 30 nocí. Jakmile dojde k vyčerpání kapacity paměti, přepisují se automaticky nejstarší záznamy. Proto doporučujeme provádět přenos dat nejméně jednou týdně.

Jak mohu aktivovat spánkový režim?

Postupujte podle pokynů v kapitole „Režim spánku“.

Jak mohu aktivovat alarm vibrací?

Požadovaný čas alarmu zadejte v aplikaci „HealthForYou“. Synchronizujte po zadání nebo změně nastaveného času alarmu náramek Fitness s aplikací.

Mohu nosit náramek Fitness i při sprchování nebo plavání?

Náramek Fitness je chráněn před dočasným ponořením na 30 minut do vody v hloubce 1 metru (IP67). V ojedinělých případech se může při sprchování nebo ponoření náramku Fitness stát, že je tlak vody příliš vysoký a náramek Fitness se poškodí. Používání při plavání se nedoporučuje.

Jak mám správně zlikvidovat náramek Fitness?

Řiďte se pokyny v kapitole „Likvidace“.

Jak mohu náramek Fitness čistit?

Čas od času náramek Fitness pečlivě vyčistěte vlhkou utěrkou.

Kde mohu dodatečně objednat USB nabíjecí kabel?

Viz kapitola „Náhradní a opotřebitelné díly“.

Kde si mohu objednat náhradní náramek?

Viz kapitola „Náhradní a opotřebitelné díly“. Můžete si objednat také náramek v jiné barvě.

Co je součástí dodávky?

Součástí dodávky je fitness náramek, nabíjecí kabel USB, tato uživatelská příručka a stručný návod k použití.

Co znamenají symboly na náramku Fitness a na obalu?

Dodržujte pokyny uvedené v kapitole „Legenda použitých piktogramů“.

● Odstranění do odpadu

Obal se skládá z ekologických materiálů, které můžete zlikvidovat prostřednictvím místních sběrů recyklovatelných materiálů.



Při třídění odpadu se řiďte podle označení obalových materiálů zkratkami (a) a čísly (b), s následujícím významem: 1–7: umělé hmoty/20–22: papír a lepenka/80–98: složené látky.



Podle Evropské směrnice o vysloužilých elektrických a elektronických zařízeních a realizace národního práva se musí opotřeбенé elektrické spotřebiče odděleně sebrat a odevzdat k ekologicky vhodnému opětovnému využití.



○ možnostech likvidace vysloužilých zařízení se informujte u správy vaší obce nebo města.

Vadné nebo vybité baterie se musí, podle směrnice 2006/66/EC a jejích příslušných změn, recyklovat. Baterie nebo výrobek odevzdejte zpět do nabízených sběrů.



Škody na životním prostředí způsobené nesprávným odstraněním baterií do odpadu!

Baterie se nesmí vyhazovat do domovního odpadu. Mohou obsahovat jedovaté těžké kovy a musí se zpracovávat jako zvláštní odpad. Chemické symboly těžkých kovů: Cd = kadmium, Hg = rtuť, Pb = olovo. Proto odevzdejte vybité baterie do komunální sběrně.

● Záruka a servis

Poskytujeme 3letou záruku ode dne zakoupení na vady materiálu a závady vzniklé při výrobě náramku Fitness.

Záruka se nevztahuje:

- na škody způsobené nesprávnou obsluhou.
- na opotřebitelné díly.
- na škody způsobené vlastním zaviněním.
- jakmile byl výrobek otevřen neautorizovanou dílnou.

Zákonné nároky zákazníka zůstávají zárukou nedotknutelné. Pro uplatnění nároku ze záruky během záruční doby musí zákazník prokázat zakoupení výrobku. Nároky ze záruky se musí uplatnit do 3 let po zakoupení u firmy Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NĚMECKO.

Prosíme, v případě reklamace kontaktujte náš servis na:

Servisní horká linka (bezplatná):



☎ 0800 555 013 (Po–Pá: od 8 do 18 hod.)

✉ service-cz@sanitas-online.de

Pokud vás vyzveme k zaslání vadného náramku Fitness, pak ho zašlete na následující adresu:

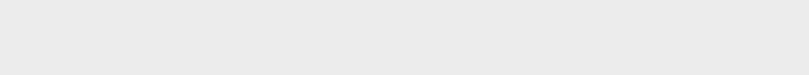
NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
89231 Neu-Ulm
NĚMECKO

IAN 391891_2201

Tímto potvrzujeme provedení výrobku odpovídající evropské RED směrnici 2014/53/EU.

CE prohlášení o shodě k tomuto výrobku najdete na stránkách:

www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedeclarationofconformity.php



Legende der verwendeten Piktogramme	Seite	74
Einleitung	Seite	76
Lieferumfang	Seite	77
Bestimmungsgemäßer Gebrauch.....	Seite	77
Teilebeschreibung.....	Seite	80
Technische Daten	Seite	80
Wichtige Sicherheitshinweise	Seite	81
Inbetriebnahme	Seite	82
Akku aufladen.....	Seite	83
Funktionen	Seite	84
Funktionsübersicht.....	Seite	84
Uhrzeit / Datum / Akkustand / Schritte / Erfüllung des Tagesziels.....	Seite	86
Schritte / Bewegungen / zurückgelegte Distanz	Seite	86
Kalorienverbrauch / aktive Zeit.....	Seite	87
Tagesziel Fortschritt / eingestelltes Tagesziel.....	Seite	87
Pulsmessung	Seite	88
Trainingsbereiche der Herzfrequenz.....	Seite	89
Alarm.....	Seite	90
Nachrichten	Seite	90
Anrufe.....	Seite	91
Schlafmodus	Seite	92
Bluetooth® einschalten / ausschalten.....	Seite	92
Bewegungserinnerung	Seite	93
Datenübertragung auf Smartphone	Seite	94
Gerät auf Werkseinstellungen zurücksetzen	Seite	94
Häufig gestellte Fragen	Seite	95
Entsorgung	Seite	101
Garantie / Service	Seite	103

Legende der verwendeten Piktogramme



Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit



Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät/Zubehör



Sicherheitshinweise



Handlungsanweisungen



Gebrauchsanweisung beachten



Gleichstrom 5V, 0,25A



Hersteller



Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.



Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!

IP67

Staubdicht und geschützt gegen die Wirkungen beim zeitweiligem Untertauchen in Wasser

Legende der verwendeten Piktogramme



Entsorgung gemäß Elektro- und Elektronik-Altgeräte EG-Richtlinie WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment)



Kennzeichnung zur Identifikation des Verpackungsmaterials.

A = Materialabkürzung, B = Materialnummer:
1-6 = Kunststoffe, 20-22 = Papier und Pappe



Recyclebar



Entsorgen Sie Verpackung und Produkt umweltgerecht!



Papier aus verantwortungsvollen Quellen



Datenübertragung per *Bluetooth®* low energy technology



Aufzeichnung der Schritte



Aufzeichnung der zurückgelegten Kilometer

Legende der verwendeten Piktogramme



Aufzeichnung der verbrauchten Kalorien



Aufzeichnung der Aktivitätsdauer



Aufzeichnung der Schlafzeiten



Anzeige bei Anrufen, SMS und Benachrichtigungen

Fitness Armband SAS 89

● Einleitung



Machen Sie sich vor der Inbetriebnahme und dem ersten Gebrauch mit dem Fitness-Armband vertraut. Lesen Sie hierzu aufmerksam die nachfolgende Bedienungsanleitung und die wichtigen Sicherheitshinweise. Benutzen Sie das Fitness-Armband nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Fitness-Armbands an Dritte ebenfalls mit aus.

● Lieferumfang

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.

1 x Fitness Armband

1 x USB-Ladekabel

1 x Gebrauchsanweisung

1 x Kurzanleitung

● Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen das Silvercrest Fitness-Armband „SAS 89“. Es kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren. Zusätzlich verfügt das

Fitness-Armband über einen optischen Sensor zur Pulsmessung. Damit können Sie Ihren Puls in Echtzeit am Handgelenk messen. Mit Hilfe der kostenlosen „HealthForYou“-App werden Ihre Bewegungsaktivitäten bequem vom Fitness-Armband auf Ihr Smartphone übertragen. So können Sie Ihre Aufzeichnungen einfach und übersichtlich jederzeit auf Ihrem Smartphone betrachten. Die Puls-Aufzeichnungen können Sie via Live-Tracking in Drittanbieter-Apps betrachten. Voraussetzung dafür ist, dass die Drittanbieter-Apps sich an die *Bluetooth*[®]-konforme Datenübertragung der Pulswerte halten.

Das Fitness-Armband bietet zusammen mit der „HealthForYou“-App die folgenden Funktionen:

- Pulsmessung
- Anzeige Uhrzeit und Datum
- Anzeige täglich zurückgelegte Schritte, Distanz, Kalorienverbrauch, aktive Zeit und Fortschritt des Tagesziels (in %)
- Darstellung der einzelnen Schlafphasen
- Vibrationsalarme
- Bewegungserinnerung
- Benachrichtigungen über Anrufe und Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp).

Systemvoraussetzungen für
die „HealthForYou“-App

iOS ab 14.0; Android™ ab 8.0;
Bluetooth[®] ab 4.0

Die „HealthForYou“-Datenschutzbestimmungen können Sie unter folgendem Link einsehen: www.healthforyou.app/privacy.html

Datenübertragung per
Bluetooth[®] low energy
technology:

Das Fitness-Armband verwendet *Bluetooth*[®] low energy technology, Frequenzband 2,402–2,480 GHz, die in dem Frequenzband abgestrahlte maximale Sendeleistung <20 dBm



Die Liste der kompatiblen Smartphones, Informationen zur „HealthForYou“-App und Software sowie Näheres zu den Geräten, finden Sie unter folgendem Link: www.healthforyou.app

Bitte halten Sie das Betriebssystem Ihres verwendeten Smartphones immer auf dem aktuellen Stand.

Änderungen der technischen Angaben ohne Benachrichtigung sind aus Aktualisierungsgründen vorbehalten.

● Teilebeschreibung

1 „Touch“-Taste

2 USB-Magnetanschluss

● Technische Daten

Gewicht:	ca. 25 g (ohne USB-Ladekabel)
Display:	0,96 Zoll TFT-Display mit 262.000 Farben und 160 x 80 Pixeln
Geeignet für Handgelenkumfänge:	von ca. 14,5 bis ca. 21 cm
Akku:	105 mAh Li-Ion Polymer
Akkulaufzeit:	max. 5 Tage Stand-by-Betrieb
Zulässige Betriebsbedingung:	10–40 °C
Speicherkapazität:	30 Tage
Minimal messbare Herzfrequenz:	40 bpm
Maximal messbare Herzfrequenz:	210 bpm
Stromversorgung:	5V, 0,25 A
Schutzart:	IP67
<i>Bluetooth</i> [®] low energy technology, Frequenzband 2,4 GHz	




Wichtige Sicherheitshinweise

⚠️ WARNUNG! Vermeiden Sie Kontakt mit Sonnencremes oder Ähnlichem, da diese die Kunststoffteile beschädigen könnten.

- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Das Fitness-Armband ist geschützt gegen Spritzwasser, Regen, Duschwasser und gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten. Verwenden Sie das Fitness-Armband nicht während des Schwimmens!
- Das Fitness-Armband enthält Magnete. Befragen Sie daher vor der Benutzung des Fitness-Arbands Ihren Arzt, wenn Sie einen Herzschrittmacher, Defibrillator oder ein anderes elektronisches Implantat tragen.
- Dieses Gerät ist kein Medizinprodukt. Die gemessenen Werte und die Pulsmessung des Fitness-Arbands sind nicht dafür geeignet, Krankheiten zu diagnostizieren, zu behandeln, zu heilen oder diesen vorzubeugen.

Hinweise zum Umgang mit Akkus

- Wenn Flüssigkeit aus einer Akkuzelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, die betroffene Stelle mit Wasser auswaschen und ärztliche Hilfe aufsuchen.
- Schützen Sie Akkus vor übermäßiger Wärme.

-  **EXPLOSIONSGEFAHR!** Keine Akkus ins Feuer werfen.
- Laden Sie den Akku vor der ersten Inbetriebnahme vollständig auf (siehe Kapitel „Akku aufladen“).
- Keine Akkus zerlegen, öffnen oder zerkleinern.
- Nur in der Gebrauchsanweisung aufgeführte Ladegeräte verwenden.
- Akkus müssen vor dem Gebrauch korrekt geladen werden. Die Hinweise des Herstellers bzw. die Angaben in dieser Gebrauchsanweisung für das korrekte Laden sind stets einzuhalten.
- Laden Sie den Akku mindestens alle 3 Monate vollständig auf.
- Der Akku ist nicht austauschbar.

● Inbetriebnahme

Um das Fitness-Armband in Betrieb zu nehmen, drücken Sie die Taste so lange, bis der Balken im Display vollständig geladen ist, oder schließen Sie das Fitness-Armband an das Ladekabel an. Sollte sich durch langes Drücken der Taste kein Balken zeigen, drücken Sie die Taste einmal kurz. Falls sich das Fitness-Armband nicht einschalten lässt, ist der Akku des Fitness-Arbands leer. Laden Sie den Akku wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben auf.

- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Smartphone mit dem Internet verbunden ist.

- Aktivieren Sie *Bluetooth*® auf Ihrem Smartphone.
- Laden Sie die kostenlose App „HealthForYou“ im Apple App Store (iOS) oder bei Google Play (Android™) herunter.
-  Je nach Einstellungen des Smartphones können für die Internetverbindung oder Datenübertragung zusätzliche Kosten anfallen.
- Starten Sie die „HealthForYou“-App und folgen Sie den Anweisungen. Im Einstellungsmenü der App den „SAS 89“ auswählen und verbinden. Auf dem Fitness-Armband wird ein zufallsgenerierter sechsstelliger PIN Code angezeigt, zeitgleich erscheint auf dem Smartphone ein Eingabefeld, in das Sie diesen sechsstelligen PIN-Code eingeben müssen. Nach erfolgreicher Verbindung können Sie Ihre persönlichen Daten einstellen. Auf Wunsch können Sie Alarmer aktivieren/einstellen, sich über Anrufe/Nachrichten benachrichtigen lassen oder eine Bewegungserinnerung aktivieren/einstellen.

● Akku aufladen



Sobald die Akkustandanzeige des Fitness-Arbands einen leeren Akku anzeigt, müssen Sie den Akku aufladen. Um den Akku aufzuladen, gehen Sie wie folgt vor:

- Stecken Sie den USB-Stecker Ihres USB-Ladekabels 2 in den USB-Anschluss Ihres eingeschalteten Computers.

- Verbinden Sie den Magnetverschluss des USB-Ladekabels 2 wie abgebildet mit Ihrem Fitness-Armband. Achten Sie darauf, dass das USB-Ladekabel richtig sitzt. Nur dann wird der Akku geladen.
- Den aktuellen Ladezustand sehen Sie an der Akkustandanzeige. Im Normalfall dauert eine vollständige Aufladung des Akkus ca. 2 Stunden.



Sobald der Akku des Geräts vollständig geladen ist, erscheint die folgende Anzeige auf dem Display.



WARNUNG! Laden Sie das Fitness-Armband NICHT, wenn die beiden Ladekontakte auf der Rückseite des Geräts nass sind. Tupfen Sie gegebenenfalls die beiden Ladekontakte vorsichtig mit einem Tuch trocken. Wenn ein Akku ausgelaufen ist, Schutzhandschuhe anziehen und das Gerät entsorgen.

● Funktionen

● Funktionsübersicht

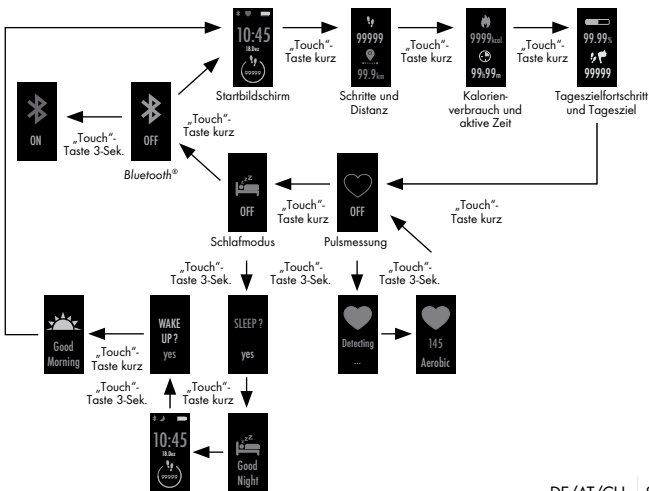
Das Fitness-Armband besitzt folgende Funktionen: Uhrzeit mit Datum und Akkustand, Pulsmessung, Schrittzähler, Kalorienverbrauch, zurückgelegte Distanz, aktive Zeit, Tagesziel, Alarm, Bewegungserinnerung, Schlafmodus und Nachrichten-/Anrufbenachrichtigung.

Die Werte werden täglich um 0 Uhr auf Null gesetzt. Die Zählung startet daraufhin wieder von vorne.

Um zwischen den einzelnen Funktionen zu wechseln, drücken Sie am Fitness-Armband die „Touch“-Taste 1.

Prüfen Sie beim Tragen des SAS 89, ob der optische Sensor auf der Rückseite über ausreichend Hautkontakt verfügt und frei von Hautpartikeln oder Staub ist.

Starke Armbehaarung und/oder Tätowierungen können die Messung beeinträchtigen.



● Uhrzeit/Datum/Akkustand/Schritte/ Erfüllung des Tagesziels



Das Fitness-Armband zeigt die aktuelle Uhrzeit, das Datum, den Akkustand, die zurückgelegten Schritte und die Erfüllung des Tagesziels an. Sobald das Fitness-Armband mit dem Smartphone synchronisiert wurde, wird die aktuelle Uhrzeit und das Datum des Smartphones auf das Fitness-Armband übertragen. Wenn die Erfassung der Herzfrequenz aktiviert ist, wird im Display das Herz-Symbol angezeigt. Wenn Sie am Fitness-Armband *Bluetooth*[®] aktiviert haben, wird im Display das *Bluetooth*[®]-Logo angezeigt. Das *Bluetooth*[®]-Logo blinkt im Display, wenn eine Verbindung zu einem Smartphone gesucht wird. Das *Bluetooth*[®]-Logo erscheint dauerhaft, wenn eine Verbindung zu einem Smartphone besteht.

● Schritte/Bewegungen/zurückgelegte Distanz



Das Fitness-Armband zeigt die Bewegungen (in Schritten) und die zurückgelegte Distanz (in km) an. Die Schritte werden mittels eines 3D-Sensors im Gehäuseinneren des Fitness-Armbands erfasst. Mittels Ihrer in der App angegebenen Körpergröße ermittelt das Fitness-Armband Ihre Schrittlänge. Sie können die Schrittlänge auch individuell ändern. Anhand der Schrittlänge und der Anzahl der Schritte berechnet das Fitness-Armband nun Ihre zurückgelegte

Distanz. Die angezeigte Distanz ist nur ein grober Richtwert und stimmt nicht unbedingt mit der tatsächlichen Distanz überein.

● Kalorienverbrauch/aktive Zeit



Das Fitness-Armband errechnet Ihren Kalorienverbrauch anhand Ihrer in der App angegebenen Angaben (Körpergröße, Alter, Geschlecht, Gewicht) und Ihrer getätigten Schritte. Wenn Sie morgens aufwachen, zeigt das Fitness-Armband bereits eine Anzahl an verbrauchten Kalorien an, da der Körper auch im Ruhezustand Kalorien verbraucht. Das Gerät rechnet die im Ruhezustand verbrauchten Kalorien automatisch mit. Die aktive Zeit zeigt Ihnen an, wie lange Sie bereits aktiv in Bewegung sind. Die aktive Zeit zählt ausschließlich die Zeit, in der Sie sich in Bewegung befinden.

● Tagesziel Fortschritt/eingestelltes Tagesziel



In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie ein Tagesziel festlegen (z. B. 10.000 Schritte). Den aktuellen Fortschritt des eingestellten Tagesziels (in %) und das eingegebene Tagesziel (in Schritten) können Sie auf dem Display des Fitness-Arbands ablesen.

● Pulsmessung



Das Fitness-Armband besitzt einen optischen Sensor, mit dessen Hilfe der Puls in Echtzeit gemessen werden kann. Um die Pulsmessung zu starten, wechseln Sie in die Pulsmessungsanzeige.



Halten Sie zum Aktivieren die „Touch“-Taste 1 für 3 Sekunden gedrückt und lassen Sie die Taste los, sobald im Display „detecting...“ angezeigt wird. Das Fitness-Armband beginnt danach mit der Erfassung des Pulses. Sobald das Fitness-



Armband einen Puls erfasst hat, erscheint der Messwert im Display. Sollte das Fitness-Armband keinen Puls erfassen,



erscheint im Display zunächst die Anzeige „Wear tightly“, sollte weiterhin kein Puls erfasst werden, erscheint die Anzeige „No Signal“.








Prüfen Sie in diesem Fall, ob der optische Sensor auf der Rückseite über ausreichend Hautkontakt verfügt und frei von Hautpartikeln oder Staub ist. Starke Armbehaarung und/oder Tätowierungen können die Messung beeinträchtigen.

Einfallendes Licht und zu viel Bewegung können die Pulsmessung verfälschen. Stellen Sie daher sicher, dass das Gerät eng genug anliegt, ohne dabei in die Haut einzuschneiden. Starten Sie anschließend die Pulsmessung erneut.

● Trainingsbereiche der Herzfrequenz

Während Ihnen die aktuelle Herzfrequenz im Display des Fitness-Armbands angezeigt wird, zeigt das Fitness-Armband zusätzlich im Wechsel Ihren aktuellen Trainingsbereich an. Die maximale Herzfrequenz wird automatisch aus der folgenden Formel gebildet: $220 - \text{Lebensalter} = \text{Maximale Herzfrequenz}$. Anhand der maximalen Herzfrequenz errechnen sich die einzelnen Trainingsbereiche. Die Herzfrequenz ist in folgende Trainingsbereiche voreingestellt, kann jedoch in der App geändert werden:

	„Fat Burning“ erscheint auf dem Display, wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz zwischen 50 % und 60 % Ihrer maximalen Herzfrequenz liegt.
	„Aerobic“ erscheint auf dem Display, wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz zwischen 60 % und 70 % Ihrer maximalen Herzfrequenz liegt.
	„Steady“ erscheint auf dem Display, wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz zwischen 70 % und 80 % Ihrer maximalen Herzfrequenz liegt.

	<p>„Anaerobic“ erscheint auf dem Display, wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz zwischen 80 % und 90 % Ihrer maximalen Herzfrequenz liegt.</p>
	<p>„Maximal“ erscheint auf dem Display, wenn Ihre aktuelle Herzfrequenz 90 % Ihrer maximalen Herzfrequenz übersteigt.</p>

● Alarm



Sie können über die „HealthForYou“-App verschiedene Alarmzeiten einstellen. Sobald die Alarmzeit erreicht ist, beginnt das Fitness-Armband zu vibrieren.

● Nachrichten

Wenn auf Ihrem Smartphone Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp) über Push eingegangen sind, können Sie sich über das Display des Fitness-Armbands benachrichtigen lassen. Voraussetzungen hierfür sind, dass das Fitness-Armband über *Bluetooth*[®] mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.

Benachrichtigung für am Smartphone eingegangene Nachrichten, wie z. B. WhatsApp-Nachrichten:



Auf dem Display erscheint die Anzeige „WhatsApp“.

Die Benachrichtigungen erscheinen nur dann auf dem Display des Aktivitätssensors, wenn Sie die „Push-Funktion“ auf Ihrem Smartphone aktiviert haben.


● Anrufe



In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie einstellen, dass Sie über Anrufe am Fitness-Armband benachrichtigt werden. Voraussetzungen hierfür sind, dass das Fitness-Armband über *Bluetooth*[®] mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.



Benachrichtigung für am Smartphone eingegangene Anrufe: Der Name des Anrufers erscheint im Display. Sofern kein Name zu der anrufenden Telefonnummer hinterlegt ist, so erscheint nur die anrufende Telefonnummer auf dem Display.

● Schlafmodus

Um Ihre Bewegungen im Schlaf zu messen, schalten Sie das Gerät vor dem Schlafen gehen in den Schlafmodus. Drücken Sie dazu in der Schlafmodus-Anzeige 3 Sekunden lang die „Touch“-Taste .



Es folgt der Abfragebildschirm „SLEEP?“


Lassen Sie die „Touch“-Taste  los und bestätigen Sie mit einem kurzen betätigen der „Touch“-Taste  erneut.



Auf dem Display erscheint die Anzeige „Good Night“.



Nach einer Sekunde schaltet das Fitness-Armband automatisch

in den Schlafmodus. Wenn Sie morgens aufwachen, drücken Sie die „Touch“-Taste  für ca. 3 Sekunden, um das Fitness-Armband wieder aus dem Schlafmodus zu wecken.



Es folgt der Abfragebildschirm „WAKE UP?“.

Lassen Sie die „Touch“-Taste  los und bestätigen Sie mit einem kurzen drücken der „Touch“-Taste  erneut.

Auf dem Display erscheint die Anzeige „Good Morning“.

● Bluetooth® einschalten/ausschalten

Bluetooth® ist standardmäßig am Gerät eingeschaltet. Dies erkennen Sie an dem Bluetooth®-Logo im Display.

Um *Bluetooth*® am Gerät auszuschalten, drücken Sie die „Touch“-Taste so oft, bis im Display „Bluetooth On“ angezeigt wird. Halten Sie nun die „Touch“-Taste für 3 Sekunden gedrückt. Auf dem Display erscheint „Bluetooth Off“. *Bluetooth*® ist nun am Gerät ausgeschaltet. Um *Bluetooth*® wieder einzuschalten, halten Sie die „Touch“-Taste erneut für 3 Sekunden gedrückt. Es erscheint „Bluetooth On“.

Wenn Sie *Bluetooth*® am Gerät ausschalten, können Sie keine aufgezeichneten Daten von Ihrem Fitness-Armband auf Ihr Smartphone übertragen.



● Bewegungserinnerung

Sie können in den Einstellungen der „HealthForYou“-App eine Bewegungserinnerung einstellen. Sie können eine Start- und Endzeit einstellen während die Bewegungserinnerung aktiv ist, beispielsweise von 09:00– 18:00 Uhr. Zusätzlich können Sie die Inaktivitätsdauer festlegen. Wenn Sie sich nun während der eingestellten Inaktivitätsdauer nicht bewegen, beginnt das Fitness-Armband zu vibrieren.



Auf dem Display erscheint die Anzeige „Move“.

● Datenübertragung auf Smartphone

Um die aufgezeichneten Daten von Ihrem Fitness-Armband auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, befolgen Sie die folgenden Handlungsschritte:

- Aktivieren Sie *Bluetooth*[®] auf Ihrem Smartphone.
- Öffnen Sie die „HealthForYou“-App.
- Ihr „SAS 89“ Fitness-Armband verbindet sich automatisch mit der App. Ihre Daten werden automatisch auf das Smartphone übertragen. Um eine *Bluetooth*[®]-Verbindung zu gewährleisten, bleiben Sie mit dem Smartphone in *Bluetooth*[®]-Reichweite des Produkts.

● Gerät auf Werkseinstellungen zurücksetzen

Sie können alle auf dem Gerät gespeicherten Daten, wie z. B. Einstellungen oder gespeicherte Messwerte, löschen, indem Sie das Gerät auf Werkseinstellungen zurücksetzen.

Gehen Sie dazu wie folgt vor:

- Im Einstellungsmenü des „SAS 89“ in der „HealthForYou“-App können Sie das Gerät auf die Werkseinstellungen zurücksetzen.
- Nach Bestätigung in der „HealthForYou“-App sind alle auf dem Gerät gespeicherten Daten gelöscht und das Gerät ist auf Werkseinstellungen zurückgesetzt.

● Häufig gestellte Fragen

Wie trage ich das Fitness-Armband korrekt?

Tragen Sie das Fitness-Armband am linken Handgelenk, wenn Sie Rechtshänder sind oder am rechten Handgelenk, wenn Sie Linkshänder sind. Ziehen Sie hierbei das eine Ende des Armbands durch die Öffnung des anderen Endes. Drücken Sie nun die Schnalle in die Öffnungen des Armbands und schieben Sie das Ende des Armbands durch die Schlaufe, bis es spürbar einrastet.

Was für einen Nutzen hat das Fitness-Armband für mich?

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen das Fitness-Armband. Er kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren. Ein tägliches Pensum von mindestens 7.000–10.000 Schritten oder 30 Minuten Aktivität sind optimal. (Quelle: nach WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

Wie erfasst das Fitness-Armband meine Schritte?

Das Fitness-Armband zeichnet mittels des eingebauten 3D-Sensors Ihre körperliche Aktivität ununterbrochen auf. Dabei werden all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert. Die Angabe der zurückgelegten Strecke kann daher von der tatsächlichen Strecke abweichen.

Wie kann ich meine Aktivitäts-/Schlaf-Daten auswerten?

Über die *Bluetooth*®-Schnittstelle Ihres Fitness-Armbands können Sie Ihre gespeicherten Daten an ein Smartphone (iOS und Android™) übertragen und dort auswerten. Sie benötigen hierzu lediglich die kostenlose „HealthForYou“-App auf Ihrem Smartphone.

Wie synchronisiere ich meine Daten mit der App?

Um die aufgezeichneten Daten von Ihrem Fitness-Armband auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, folgen Sie den Anweisungen in Kapitel „Datenübertragung auf Smartphone“.

Die Datenübertragung auf das Smartphone funktioniert nicht.

Dies kann mehrere Gründe haben:

- Überprüfen Sie, ob Ihr Smartphone/Tablet mit der „HealthForYou“-App kompatibel ist.
- Das Fitness-Armband befindet sich im „Sleep-Modus“. Um den „Sleep-Modus“ zu verlassen, halten Sie die „Touch“-Taste für 3 Sekunden gedrückt. Es folgt der Abfragebildschirm „WAKE UP?“ Lassen Sie die „Touch“-Taste los und bestätigen Sie mit einem kurzen drücken

der „Touch“-Taste 1 erneut. Auf dem Display des Fitness-Armbands erscheint die Anzeige „Good Morning“.

- *Bluetooth*[®] ist auf Ihrem Smartphone oder auf Ihrem Fitness-Armband nicht aktiviert. Aktivieren Sie *Bluetooth*[®] in den Einstellungen Ihres Smartphones und auf Ihrem Fitness-Armband wie in Kapitel „*Bluetooth*[®] einschalten/ausschalten“ beschrieben.
- Der Akku des Fitness-Armbands ist leer. Wenn sich das Fitness-Armband nicht einschalten lässt, laden Sie ihn mit dem mitgelieferten USB-Ladekabel auf.
- Überprüfen Sie, ob Sie die korrekte App verwenden. Eine Datenübertragung ist ausschließlich mit der „HealthForYou“-App möglich.
- Das Fitness-Armband ist mit einem anderen Smartphone verbunden. Trennen Sie die Verbindung zuerst, bevor Sie das Fitness-Armband mit einem anderen Smartphone verbinden.

- **iPhone:**

Wenn Sie ein iPhone verwenden und die *Bluetooth*[®]-Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie zuerst die *Bluetooth*[®]-Verbindung in der „HealthForYou“-App.

Gehen Sie anschließend in den Einstellungen Ihres iPhones auf *Bluetooth*[®] und löschen Sie den „SAS 89“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth*[®]-Geräte.

Verbinden Sie nun den „SAS 89“ in der „HealthForYou“-App erneut über *Bluetooth*[®].

- **Android™:**

Wenn Sie ein Android™-Smartphone verwenden und die *Bluetooth®*-Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie zuerst die *Bluetooth®*-Verbindung in der „HealthForYou“-App. Gehen Sie anschließend in den Einstellungen Ihres Android™-Smartphones auf *Bluetooth®* und löschen Sie den „SAS 89“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth®*-Geräte. Verbinden Sie nun den „SAS 89“ in der „HealthForYou“-App erneut über *Bluetooth®*.

Warum funktioniert die Pulsmessung nicht?

Prüfen Sie in diesem Fall, ob der optische Sensor auf der Rückseite über ausreichend Hautkontakt verfügt und frei von Hautpartikeln oder Staub ist. Einfallendes Licht und zu viel Bewegung können die Pulsmessung verfälschen. Stellen Sie daher sicher, dass das Gerät eng genug anliegt, ohne dabei in die Haut einzuschneiden. Starten Sie anschließend die Pulsmessung erneut. Starke Armbehaarung und/oder Tätowierungen können die Pulsmessung beeinträchtigen.

Wann muss ich den Akku des Fitness-Armbands aufladen?

Laden Sie den Akku des Fitness-Armbands, wenn bei Tastendruck auf dem Display „Battery low“ angezeigt wird.

Lassen Sie den Akku nie ganz leer werden, nur dann ist eine kontinuierliche Datenerfassung möglich.

Wie lade ich den Akku des Fitness-Armbands korrekt auf?

Um das Fitness-Armband korrekt aufzuladen, folgen Sie den Anweisungen wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben.

Kann ich das Fitness-Armband auch während des Fahrradfahrens tragen?

Sie können das Fitness-Armband auch während des Fahrradfahrens tragen. Voraussetzung dafür ist, dass Sie das Fitness-Armband an geeigneter Stelle tragen. Eine Platzierung des Fitness-Armbands am Bein oder in einer engen bzw. seitlichen Hosentasche ist gut geeignet, nicht geeignet ist das Tragen am Gürtel. Allerdings weicht die Angabe der zurückgelegten Strecke von der tatsächlichen Strecke ab, weil das Fitness-Armband all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert.

Wie viele Tage/Nächte kann das Fitness-Armband aufzeichnen?

Das Fitness-Armband kann bis zu 30 Tage und 30 Nächte aufzeichnen. Sind alle Speicherplätze voll, werden die ältesten Aufzeichnungen automatisch überschrieben. Daher empfehlen wir, die Datenübertragung mindestens einmal wöchentlich durchzuführen.

Wie aktiviere ich den Schlafmodus?

Beachten Sie hierzu die Anweisungen aus Kapitel „Schlafmodus“.

Wie kann ich den Vibrationsalarm aktivieren?

Die gewünschte Alarmzeit geben Sie in der „HealthForYou“-App ein. Synchronisieren Sie nach Eingabe/Änderung der Alarmzeit das Fitness-Armband mit der App.

Kann ich das Fitness-Armband auch während dem Duschen oder Schwimmen tragen?

Das Fitness-Armband ist geschützt gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten (IP67). Es kann während dem Duschen oder Untertauchen des Fitness-Arbands in vereinzelt Fällen vorkommen, dass der vorherrschende Wasserdruck zu hoch ist und das Fitness-Armband dadurch beschädigt wird. Vor der Verwendung beim Schwimmen wird abgeraten.

Wie entsorge ich das Fitness-Armband korrekt?

Beachten Sie hierzu die Hinweise im Kapitel „Entsorgung“.

Wie kann ich das Fitness-Armband reinigen?

Reinigen Sie das Fitness-Armband von Zeit zu Zeit sorgfältig mit einem feuchten Tuch.

Wo kann ich ein USB-Ladekabel nachbestellen?

Siehe Kapitel „Ersatz- und Verschleißteile“.

Wo kann ich ein Ersatz-Armband nachbestellen?

Siehe Kapitel „Ersatz- und Verschleißteile“. Sie können auch eine andere Farbe als Ihr bisheriges Armband bestellen.

Was ist alles im Lieferumfang enthalten?

Im Lieferumfang ist ein Fitness-Armband, ein USB-Ladekabel diese Gebrauchsanweisung und eine Kurzanleitung enthalten.

Was bedeuten die Zeichen auf dem Fitness-Armband und auf der Verpackung?

Beachten Sie hierzu das Kapitel „Legende der verwendeten Piktogramme“.

● Entsorgung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die Sie über die örtlichen Recyclingstellen entsorgen können.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung: 1-7: Kunststoffe/20-22: Papier und Pappe/80-98: Verbundstoffe.



Gemäß Europäischer Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte und Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.



Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Defekte oder verbrauchte Batterien müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EC und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien und/oder das Produkt über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!

Batterien dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien bei einer kommunalen Sammelstelle ab.

● Garantie/Service

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler des Fitness-Armbands.

Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, DEUTSCHLAND geltend zu machen.

Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:

Service-Hotline (kostenfrei):

DE

☎ **0800 72 42 355 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-de@sanitas-online.de**

AT

☎ **0800 21 22 88 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-at@sanitas-online.de**

CH

☎ **0800 200 510 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-ch@sanitas-online.de**

Fordern wir Sie zur Übersendung des defekten Fitness-Armbands auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
89231 Neu-Ulm
DEUTSCHLAND

IAN 391891_2201

Wir bestätigen hiermit, dass dieses Produkt der europäischen RED-Richtlinie 2014/53/EU entspricht.

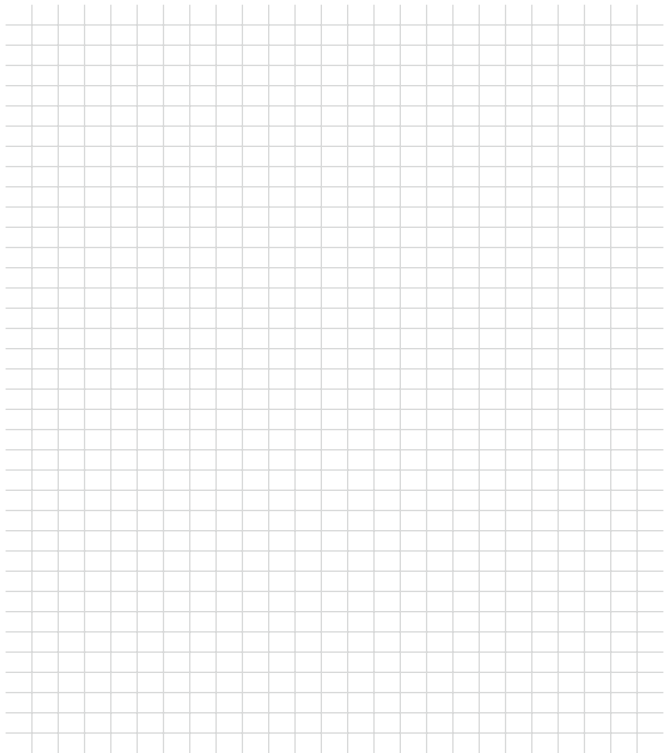
Die CE-Konformitätserklärung zu diesem Produkt finden Sie unter:

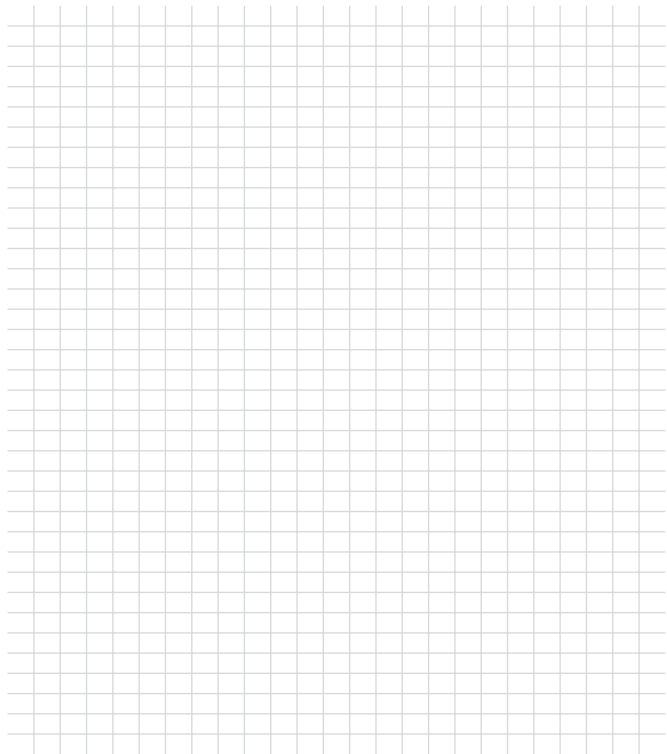
www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedeclarationofconformity.php

The *Bluetooth*[®] word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Hans Dinslage GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

Apple and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC. Android[™] is a trademark of Google LLC.







Hans Dinslage GmbH

Riedlinger Str. 28
88524 Uttenweiler
GERMANY



Információk állása · Stav informací ·

Stand der Informationen: 05/2022 · Ident.-No.:

748.221_2201_SAS89_2022-02-18_01_IM_Lidl_LB4_HU-CZ



IAN 391891_2201

