

SILVERCREST®



ACTIVITY TRACKER SAS 88

HU

FITNESS KARKÖTŐ

Használati utasítás és Biztonsági útmutató

CZ

FITNESS NÁRAMEK

Návod k použití a bezpečnostní upozornění

SI

FITNESS ZAPESTNICA

Navodila za uporabo in varnostni napotki

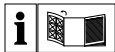
DE AT CH

FITNESS ARMBAND

Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise

IAN 338568_2001

HU SI CZ



HU

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

SI

Pred branjem odprite stran s slikami in se nato seznanite z vsemi funkcijami naprave.

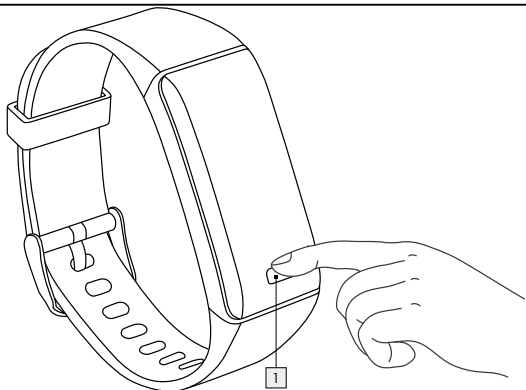
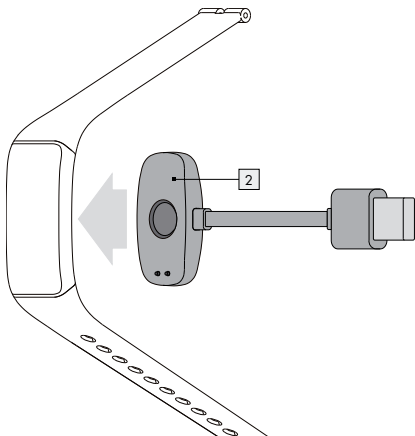
CZ

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
SI	Navodila za uporabo in varnostni napotki	Stran	39
CZ	Návod k použití a bezpečnostní upozornění	Strana	71
DE/AT/CH	Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise	Seite	103

A**B**

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata	Oldal	6
Bevezetés	Oldal	8
A csomag tartalma.....	Oldal	8
Rendeltettségyszerű használat.....	Oldal	9
Alkatrészleírás.....	Oldal	11
Műszaki adatok.....	Oldal	11
Fontos biztonsági tudnivalók	Oldal	12
Üzembe helyezés	Oldal	13
Az akkumulátor feltöltése.....	Oldal	14
Funkciók	Oldal	15
Funkciók áttekintése.....	Oldal	15
Pontos idő/ dátum/ akkumulátor szint.....	Oldal	16
Lépések/ mozgások.....	Oldal	17
Elégetett kalóriák.....	Oldal	17
Megtett távolság.....	Oldal	18
Aktív idő.....	Oldal	18
Haladás a napi cél eléréséhez.....	Oldal	18
Pulzusz mérés.....	Oldal	19
Szívfrekvencia tartomány edzés alatt.....	Oldal	20
Riasztás.....	Oldal	21
Üzenetek.....	Oldal	21
Hívás.....	Oldal	22
Alvó mód.....	Oldal	22
Bluetooth® bekapcsolás/ kikapcsolás.....	Oldal	23
Mozgás emlékeztető.....	Oldal	23
Adatátvitel az okostelefonra	Oldal	24
Az eszköz visszaállítása a gyári beállításokra	Oldal	24
Tartalék és kopott alkatrész	Oldal	25
Gyakran ismételt kérdések	Oldal	25
Mentesítés	Oldal	31
Garancia/ Szerviz	Oldal	32
Jótállási tájékoztató	Oldal	34

Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata

 FIGYELMEZTETÉS!	Sérülésveszélyre, vagy egészségügyi kockázatra vonatkozó figyelmeztetés
	A készülék / tartozék lehetséges sérüléseire vonatkozó biztonsági tudnivalók
	Biztonsági tudnivalók
	Kezelési utasítások
	Vegye figyelembe a használati útmutatót
	Egyenáram 5V, 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
	A fitnesskarkötő csomagolását környezetbarát módon semmisítse meg!

	Adatátvitel <i>Bluetooth</i> [®] low energy technology-n keresztül
	Lépések számolása
	Megtett kilométerek számolása
	Az elégetett kalóriák számolása
	A mozgás időtartamának rögzítése
	Alvás időtartamának rögzítése
	Hívások, SMS és értesítések megjelenítése

Fitness karkötő SAS 88

● **Bevezetés**



Az első üzembevétel és az első használat előtt ismerkedjen meg a fitness karkötővel. Ebből a célból olvassa el figyelmesen a következő használati útmutatót és a fontos biztonsági tudnivalókat. A fitness karkötőt csak a leírtaknak megfelelően és a megadott alkalmazási területeken használja. Őrizze meg a használati útmutatót. Amennyiben a fitness karkötőt 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

● Rendeltetésszerű 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 88” fitnesskarkötő. Így módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is. A fitnesskarkötő rendelkezik egy pulzuszámoló 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 lehetővé tegyék a pulzusértékek Bluetooth®-kompatibilis adatátvitelét.

A fitnesskarkötő és a „HealthForYou” alkalmazás a következő funkciókkal rendelkezik:

- Pulzuszámolás
- 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
- Értesítés a hívásokról és üzenetekről (pl. SMS vagy WhatsApp).

Rendszerkövetelmények

a „HealthForYou”-hoz

Webes verzió

- MS Internet Explorer
 - MS Edge
 - Mozilla Firefox
 - Google Chrome
 - Apple Safari
- (minden aktuális verzióban)

Rendszerkövetelmények a

„HealthForYou” alkalmazáshoz iOS 10.0 verziótól, Android™ 5.0 verziótól, Bluetooth® 4.0 verziótól

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.lidl

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)
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
Bluetooth® low energy technológia, frekvenciasáv 2,4 GHz



Fontos biztonsági tudnivalók

⚠ FIGYELMEZTETÉS! Kerülje el a naptejvel 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 pulzusmérés 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 hasznlati 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 fitnessz karszalagot a töltőkábelhez. Ha a fitnessz karkötő 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 kapcsolatot vagy az adatátvitel többletköltségként merülhet fel.
- Indítsa el a „HealthForYou” alkalmazást és kövesse az utasításokat. Az alkalmazás beállítás menüjében válassza ki a „SAS 88”-at és csatlakozzon. A fitnesszarkötőn 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 fitnesszarkötő 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-töltő kábel 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, pulzsmérő, 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.

és dátumot mutatja majd. Ha aktiválta a *Bluetooth*[®]-t a fitneszkarkötőn, 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 kapcsolatot létrejött.

● Lépések / mozgások



A fitneszkarkötő a mozgást a lépések alapján mutatja. A lépéseket a fitneszkarkötő házának belsejében lévő 3D-s szenzor segítségével számlálja.

● Elégetett kalóriák



A fitneszkarkötő kiszámítja a kalóriaégetést az alkalmazásban megadott információk (test magasság, kor, nem, súly) és a megtett lépések alapján. Ha reggel felébred, a fitneszkarkötő azonnal kijelzi az elégetett kalóriák számát, mivel a test nyugalmi állapotban is használ kalóriát. A készülék automatikusan kiszámolja a nyugalmi állapotban elégetett kalóriákat.

● **Megtett távolság**



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 kiszámolja a most megtett távolságát. A megjelent távolság egy hozzávetőleges érték és nem feltétlenül egyezik a tényleges távolsággal.

● **Aktív idő**



Az aktív idő megmutatja Önnek, milyen hosszan végzett aktív mozgást. Az aktív idő kizárólagosan azt az időt számlálja, amikor Ön ténylegesen mozgást végzett.

● **Haladás a napi cél eléréséhez**



A „HealthForYou” alkalmazás beállításaiiban tudja a napi célt meghatározni. (pl. 10000 lépés). Az aktuális haladást a beállított napi célnál (% -ban) tudja a fitnesskarkötő kijelzőjéről leolvasni.

● Pulzuszórárás



A fitnesskarkötőnek optikai érzékelője van, amellyel a pulzus valós időben mérhető. A pulzuszórárás elindításához váltsón az pulzuszórárás 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 rögzít pulzust, akkor a kijelzőn megjelenik a „No Signal” üzenet.








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

A beeső fény és a túl sok mozgás torzíthatja a pulzuszórárást. Ezért győződjön meg róla, hogy az eszköz elég jól illeszkedik anélkül, hogy szorosan bevágna a bőrrbe. Indítsa újra a pulzuszórárást.

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

● Riasztás



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

● Üzenetek

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

Értesítés az okostelefonra beérkezett WhatsApp üzenetekről:



A kijelzőn megjelenik a „WhatsApp” felirat.

Értesítés az okostelefonra beérkezett FacebookMessenger üzenetekről:



A kijelzőn megjelenik a „Facebook” felirat.

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

● Hívás



A „HealthForYou” alkalmazás beállításainál tudja beállítani, hogy a hívásokat mutassa a fitneszkarkötő. Ennek előfeltételei, hogy a fitneszkarkötő az okostelefonnal a Bluetooth®-on keresztül legyen csatlakozva 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 1.



A kijelzőn megjelenik a „Good Night” felirat.

Egy másodperc után a fitneszkarkötő automatikusan alvó üzemmódra kapcsol. Ha reggel felébred, nyomja a „Touch” gombot 1 kb. 3 másodpercig, hogy a fitneszkarkötő kilépjen az alvó üzemmódból.



A kijelzőn megjelenik a „Good Morning” felirat.

● 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 fitnesskarkötőről 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 fitnesskarkötő rezegni kezd.



A kijelzőn megjelenik a „Move” felirat.

● Adatátvitel az okostelefonra

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

- Aktiválja a *Bluetooth*[®]-t az okostelefonján.
- Nyissa meg a „HealthForYou” alkalmazást.
- „SAS 88” fitnesskarkötője-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 88” „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.

● Tartalék és kopott alkatrész

Alkatrészeket ezen a webáruházon keresztül tud utánrendelni:
www.shop.sanitas-online.de

Megnevezés	Cikk- vagy rendelési szám
USB-töltőkábel	163.164
Fekete karkötő	163.231
Kék karkötő	164.276
Málnaszínű karkötő	164.277

● 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 bűjtatóba, amíg az érezhetően nem rögzül.

Miért hasznos a fitneszkarkötő?

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 fitneszkarkötő. Ily módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is. Napi legalább 7000-10000 lépés vagy 30 percnyi aktivitást az optimális.

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

Hogyan rögzíti a fitneszkarkötő a lépéseimet?

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

Hogyan tudom az aktivitás / alvás adatokat kiértékelni?

A Bluetooth® csatlakozási felületén keresztül a fitneszkarkötő az elmentett adatokat egy okostelefonra (Android™ és iOS) tudja továbbítani és azon kiértékelni. Ehhez csupán az ingyenes „HealthForYou” alkalmazásra van szüksége az okostelefonján.

Hogyan szinkronizálom az adataimat az alkalmazással?

A rögzített adatokat a fitnesszarkötőjéről a „HealthForYou” alkalmazásra továbbításához, kövesse az utasításokat a „Adatátvitel okostelefonra” fejezetben.

Az adatátvitel az okostelefonra nem működik.

Ennek több oka lehet:

- Ellenőrizze, hogy az okostelefonja / tablete a „HealthForYou” alkalmazással kompatibilis.
- A fitnesszarkötő „Alvó üzemmódban” van. Az „Alvó üzemmód” elhagyásához tartsa 3 másodpercig lenyomva a „Touch” gombot. A fitnesszarkötő kijelzőjén megjelenik a „Good Morning” felirat.
- *Bluetooth*[®] nincs aktiválva az Ön okostelefonján vagy fitnesszarkötőjén. Aktiválja a *Bluetooth*[®] alkalmazást az okostelefon beállításainál és a fitnesszarkötőn, a „*Bluetooth*[®] be- és kikapcsolása” fejezetben leírtak szerint.
- A fitnesszarkötő akkumulátora lemerült. Ha a fitnesszarkötő nem kapcsol be, töltsse fel a hozzá tartozó USB töltőbábellet.
- Ellenőrizze, hogy a megfelelő applikációt használja-e. Adatátvitel kizárólag a „HealthForYou” applikációval működik.
- A fitnesszarkötő egy másik okostelefonnal van csatlakoztatva. Először szakítsa meg a csatlakozást, mielőtt a fitnesszarkötőt 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 beállításában válassza a *Bluetooth*[®] és törölje a „SAS 88”-at a beállított *Bluetooth*[®] eszközök közül.

Csatlakoztassa ismét *Bluetooth*[®]-on keresztül a „SAS 88”-at a „HealthForYou” alkalmazásban.

– **Android™:**

Ha Ön Android™ okostelefont használ és *Bluetooth*[®] kapcsolat nem jön létre, előbb szakítsa meg a *Bluetooth*[®] kapcsolatot a „HealthForYou” alkalmazásban. Ezután keresse a *Bluetooth*[®]-ot az Android™ okostelefon beállításában, és törölje a „SAS 88”-eszközt a csatlakoztatott *Bluetooth*[®]-eszközök listájából. Csatlakoztassa ismét *Bluetooth*[®]-on keresztül a „SAS 88”-at a „HealthForYou” alkalmazásban.

Miért nem működik a pulzusmérés?

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 pulzusmérést. Ezért győződjön meg róla, hogy az eszköz elég jól illeszkedik anélkül, hogy szorosan bevágna a bőrbe. Indítsa újra a pulzusmérőt. A sűrű karszövet és / vagy a tetoválások befolyásolhatják a pulzusmérést.

Mikor kell a fitnesszarkötő akkumulátorát feltölteni?

Töltse fel a fitnesszarkötő 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 fitneszkarkötő akkumulátora?

A fitneszkarkötő megfelelő feltöltéséhez kövesse a következő utasításokat, ahogy az „akkumulátor feltöltés” fejezetben le van írva.

Viselhetem a fitneszkarkötőt biciklizés közben?

Igen, viselheti a fitneszkarkötőt biciklizés közben. Ennek a feltétele, hogy a fitneszkarkötőt megfelelő helyen hordja. Helyezze a fitneszkarkötőt 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 fitneszkarkötő minden fizikai mozgást lépésként értelmez.

Hány napot / éjszakát tud rögzíteni a fitneszkarkötő?

A fitneszkarkötő 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 üzemmód” 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 fitneszkarkötőt 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 elvétve 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 tisztítom 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 csomagolás?

Az alapfelszereltségben van egy fitnesskarkötő és egy USB töltőkábel.

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 338568_2001

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

A termék CE megfelelőségi nyilatkozata ezen oldalon található:

www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php



JÓTÁLLÁSI TÁJÉKOZTATÓ

A termék megnevezése: Fitness karkötő	Gyártási szám: 338568_2001
A termék típusa: SAS 88	
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, valamint szállításáról 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 (világítótetek, gumibroncsok stb.) rendeltetésszerű elhasználódására. A szerviz és a forgalmazó a kijavítás 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:
Kicserélés időpontja:
A cserélő bolt bélyegzője, kelt és aláírás:

Legenda uporabljenih piktogramov	Stran 40
Uvod	Stran 42
Obseg dobave	Stran 42
Predvidena uporaba	Stran 43
Opis delov	Stran 45
Tehnični podatki	Stran 45
Pomembni varnostni napotki	Stran 46
Začetek uporabe	Stran 47
Polnjenje akumulatorja.....	Stran 48
Funkcije	Stran 49
Pregled funkcij	Stran 49
Čas / datum / stanje akumulatorja.....	Stran 50
Koraki / gibi	Stran 51
Poraba kalorij	Stran 51
Prehojena razdalja	Stran 52
Aktivni čas	Stran 52
Napredek do dnevnega cilja	Stran 52
Merjenje utripa	Stran 53
Vadbena območja srečnega utripa	Stran 54
Opozorilo	Stran 55
Obvestila.....	Stran 55
Klici.....	Stran 56
Način spanja	Stran 56
Vklop / izklop funkcije Bluetooth®	Stran 57
Opomnik za gibanje.....	Stran 58
Prenos podatkov v pametni telefon	Stran 58
Ponastavitev naprave na tovarniške nastavitve	Stran 59
Nadomestni in obrabni deli	Stran 59
Pogosta vprašanja	Stran 60
Odstranjevanje	Stran 65
Garancija / Servis	Stran 66
Garancijski list	Stran 69

Legenda uporabljenih piktogramov

 OPOZORILO!	Opozorilni napotek za nevarnost telesnih poškodb ali nevarnosti za zdravje
	Varnostni napotek za morebitne poškodbe naprave / pribora
	Varnostni napotki
	Navodila za rokovanje
	Upoštevajte navodila za uporabo
	Enosmerni tok 5 V, 0,25 A
	Proizvajalec
	Ta izdelek izpolnjuje zahteve veljavnih evropskih in nacionalnih direktiv.
	Škoda na okolju zaradi napačnega odstranjevanja baterij!
IP67	Odporen na prah in zaščiten pred vplivi pri začasnem potopu v vodo
	Embalazo in fitnes zapestnico odstranite na okolju primeren način!

	Prenos podatkov prek brezžične low energy technology <i>Bluetooth</i> ®
	Zapisovanje korakov
	Zapisovanje prehojenih kilometrov
	Zapisovanje porabljenih kalorij
	Zapisovanje trajanja aktivnosti
	Zapisovanje časov spanja
	Prikaz pri klicih, SMS-ih in obvestilih

Fitness zapestnica SAS 88

● **Uvod**



Pred začetkom obratovanja in pred prvo uporabo se seznanite s fitness zapestnico. V ta namen pozorno preberite naslednja navodila za uporabo in pomembne varnostne napotke. Fitness zapestnico uporabljajte samo skladno z opisom in le za navedena področja uporabe. Dobro shranite to navodilo za uporabo. Če fitness zapestnico predate tretjim osebam, jim izročite tudi vse dokumente.

● **Obseg dobave**

Preverite obseg dobave glede zunanje nepoškodovanosti kartonske embalaže in popolnosti vsebine. Pred uporabo morate zagotoviti, da naprava in pribor nista vidno poškodovana in da je odstranjen ves embalažni material. V primeru dvoma naprave ne uporabljajte in se obrnite na svojega prodajalca ali navedeni servisni naslov.

1 x fitness zapestnica
1 x USB polnilni kabel

1 x navodila za uporabo
1 x kratka navodila

● Predvidena uporaba

Gibanje je pogoj za zdravo življenje. Telesna aktivnost vas ohranja v formi in zmanjšuje tveganje za bolezni srca in ožilja. Kadar se gibate, vam to pomaga pri zmanjševanju telesne teže in ugotovili boste, ali se vaše dobro počutje izboljšuje. Telesna aktivnost se nanaša na vsako gibanje, pri katerem se porablja energija. Pri tem bistveni delež odpade na dnevne aktivnosti, kot so hoja, kolesarjenje, vzpenjanje po stopnicah in gospodinjska opravila. Da boste lahko objektivno ocenili in zajeli svojo dnevno aktivnost gibanja, vam je na voljo fitness zapestnica Silvercrest »SAS 88«. Na ta način vas lahko motivira k več gibanju v vsakodnevnem življenju. Poleg tega ima fitness zapestnica optični senzor za merjenje utripa. S tem lahko v dejanskem času izmerite svoj utrip na zapestju. S pomočjo brezplačne aplikacije »HealthForYou« se vaše aktivnosti gibanja udobno prenesejo iz fitness zapestnice v vaš pametni telefon. Tako lahko kadar koli svoje zapise preprosto in pregledno vidite na svojem pametnem telefonu. Izmerjeni utrip lahko vidite tudi prek sledenja v živo v aplikacijah drugih ponudnikov. Predpogoj za to je, da so aplikacije tretjih ponudnikov skladne s prenosom vrednosti utripa prek funkcije *Bluetooth*[®].

Fitness zapestnica ponuja skupaj z aplikacijo »HealthForYou« naslednje funkcije:

- merjenje utripa
- prikaz časa in datuma

- prikaz dnevno opravljenih korakov, razdalje, porabe kalorij, aktivnega časa in napredka do dnevnega cilja (v %)
- prikaz posameznih faz spanja
- alarme z vibriranjem
- opomnik za gibanje
- sporočila o klicih in sporočilih (npr. SMS ali WhatsApp).

Sistemske zahteve za

Spletna različica

»HealthForYou«

- MS Internet Explorer
 - MS Edge
 - Mozilla Firefox
 - Google Chrome
 - Apple Safari
- (v najnovejši različici)

Sistemske zahteve za

aplikacijo »HealthForYou«

iOS od različice 10.0, Android™ od različice 5.0, *Bluetooth*® od različice 4.0.

Prenos podatkov

Bluetooth® low

energy technology:

Fitnes zapestnica uporablja nizkoenergijsko tehnologijo *Bluetooth*®, frekvenčni pas 2,402-2,480 GHz, največja moč oddajanja, izsevana v frekvenčnem pasu < 20 dBm



Seznam združljivih pametnih telefonov, informacije o aplikaciji »HealthForYou« in programski opremi ter podrobno o napravah najdete na spodnji povezavi: www.healthforyou.lidl

Zaradi posodabljanja si pridržujemo pravico do tehničnih sprememb brez predhodnega obvestila.

● Opis delov

1 Tipka »Touch«

2 USB magnetni priključek

● Tehnični podatki

Teža:	pribl. 25 g (brez polnilnega kabla USB)
Primeren za obseg zapestja:	pribl. 14,5 do pribl. 21 cm
Akumulator:	105 mAh Li-ionski, polimerni
Čas delovanja akumulatorja:	maks. 5 dni obratovanja v stanju pripravljenosti
Dovoljeni obratovalni pogoji:	10–40 °C
Kapaciteta pomnilnika:	30 dni
Najmanjši merljivi srčni utrip:	40 bpm

Največji merljivi srčni utrip: 210 bpm
Napajanje: 5V, 0,25 A
Zaščita: IP67
Bluetooth® low energy technology, frekvenčni pas 2,4 GHz



Pomembni varnostni napotki

⚠ OPOZORILO! Izogibajte se stiku s sončnimi kremami in podobnimi izdelki, saj lahko poškodujejo dele iz umetne mase.

- Otrok ne pustite v bližino embalažnega materiala. Obstaja nevarnost zadušitve!
- Fitnes zapestnica je zaščiten pred škropljenjem vode, dežjem, vodo iz prhe in pred začasnim potopom v vodo do globine 1 metra do 30 minut. Fitnes zapestnice ne uporabljajte med plavanjem!
- Fitnes zapestnica vsebuje magnete. Zato se pred uporabo fitnes zapestnice posvetujte s svojim zdravnikom, če nosite srčni spodbujevalnik, defibrilator ali podobni elektronski vsadek.
- Ta naprava ni medicinski pripomoček. Izmerjene vrednosti in merjenje utripa s fitnes zapestnico niso primerne za diagnosticiranje bolezni, za obravnavo, za zdravljenje ali za preventivo.

Napotki za ravnanje z akumulatorji

- Če pride tekočina iz akumulatorske celice v stik s kožo ali z očmi, sperite prizadeto mesto z vodo in poiščite zdravniško pomoč.
- Akumulatorje zaščitite pred čezmerno toploto.




NEVARNOST EKSPLOZIJE! Akumulatorjev ne mečite v ogenj.

- Pred prvim zagonom povsem napolnite akumulator (glejte poglavje »Polnjenje akumulatorja«).
- Akumulatorjev ne razstavljajte, odpirajte ali režite.
- Uporabljajte le polnilnike, navedene v navodilih za uporabo.
- Akumulatorje je treba pred uporabo pravilno napolniti. Vedno upoštevajte napotke proizvajalca oz. podatke v teh navodilih za uporabo za pravilno polnjenje.
- Akumulator povsem napolnite vsaj vsakih 3 mesecev.
- Baterija ni zamenljiva.

● Začetek uporabe

Za zagon fitnes zapestnice pritisčajte tipko tako dolgo, da bo stolpec na zaslonu povsem napolnjen ali pa priključite fitnes zapestnico na polnilni kabel. Če fitnes zapestnice ni mogoče vklopiti, je akumulator fitnes zapestnice izpraznjen. Akumulator napolnite, kot je opisano v poglavju »Polnjenje akumulatorja«.


- Poskrbite, da bo vaš pametni telefon povezan z internetom.
- Na svojem pametnem telefonu vklopite funkcijo *Bluetooth*[®].
- Naložite brezplačno aplikacijo »HealthForYou« iz trgovine Apple App Store (iOS) ali Google Play (Android[™]).
-  Glede na nastavitve pametnega telefona lahko pri vzpostavitvi internetne povezave ali prenosu podatkov nastanejo dodatni stroški.
- Zaženite aplikacijo »HealthForYou« in sledite navodilom. V meniju z nastavitvami aplikacije izberite »SAS 88« in povežite. Na fitnes zapestnici se prikaže naključna šestmestna koda PIN, sočasno pa se na pametnem telefonu prikaže vnosno polje, v katerega morate vnesti to šestmestno kodo PIN. Po uspešni povezavi lahko nastavite svoje osebne podatke. Po želji lahko aktivirate / nastavite opozorila, obvestila o klicih / sporočilih ali aktivirate / nastavite opomnik za gibanje.

● Polnjenje akumulatorja



Ko prikaz stanja akumulatorja fitnes zapestnice prikazuje prazen akumulator, ga morate napolniti. Za polnjenje akumulatorja postopajte tako:

- Vstavite vtič USB polnilnega kabla USB 2 v vhod USB vključenega računalnika.

- Povežite magnetni priključek polnilnega kabla USB  s fitnes zapestnico, kot je prikazano na sliki. Poskrbite, da se bo polnilni kabel USB pravilno prilegal. Le tako se bo akumulator polnil.
- Trenutno stanje napolnjenosti lahko vidite na prikazu stanja akumulatorja.

V običajnem primeru traja polnjenje akumulatorja pribl. 2 ure.



Ko je akumulator naprave povsem napolnjen, se na zaslonu prikaže naslednji prikaz.

⚠ OPOZORILO! Fitnes zapestnice NE polnite, če sta oba polnilna kontakta na hrbtni strani naprave mokra. S krpo po potrebi previdno in do suhega otrite oba polnilna kontakta. Če akumulator izteče, si nadenite zaščitne rokavice in zavržite napravo.

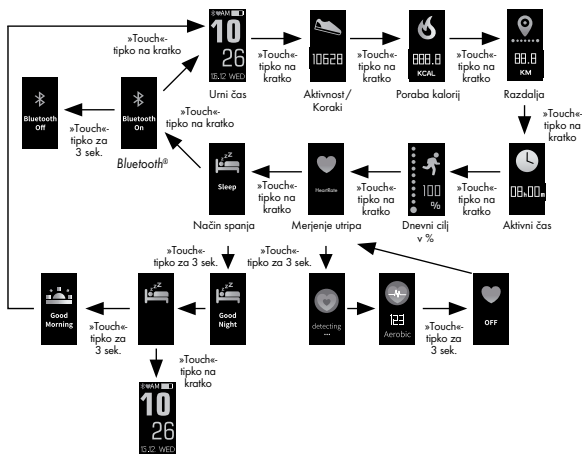
● Funkcije

● Pregled funkcij

Fitnes zapestnica ima naslednje funkcije: čas in datum ter stanje akumulatorja, merjenje utripa, števec korakov, poraba kalorij, prehojena razdalja, aktivni čas, dnevni cilj, alarm, opomnik za gibanje, način spanja in obvestila o sporočilih / klicih.

Vrednosti se dnevno ob polnoči nastavijo na 0. Merjenje se nato začne znova.

Za preklp med posameznimi funkcijami na fitnes zapestnici pritisnite tipko »Touch« **1**.



● Čas / datum / stanje akumulatorja



Fitnes zapestnica prikazuje trenutni čas, datum in stanje akumulatorja. Ko fitnes zapestnico sinhronizirate s pametnim telefonom, se trenutni čas in datum pametnega telefona preneseta v fitnes

zapestnico. Če ste na fitnes zapestnici aktivirali *Bluetooth*[®], se na zaslonu prikaže logotip *Bluetooth*[®]. Logotip *Bluetooth*[®] utripa na zaslonu, ko išče povezavo s pametnim telefonom. Logotip *Bluetooth*[®] je prikazan trajno, ko je povezava s pametnim telefonom vzpostavljena.

● Koraki / gibi



Fitnes zapestnica prikazuje gibanje po korakih. Koraki se zajemajo s pomočjo 3D senzorja v notranjosti ohišja fitnes zapestnice.

● Poraba kalorij



Fitnes zapestnica izračuna vašo porabo kalorij na osnovi podatkov, navedenih v aplikaciji (telesna višina, starost, spol, teža), in opravljenih korakov. Ko se zjutraj zbudite, kaže fitnes zapestnica že porabljene kalorije, saj telo med mirovanjem tudi porablja kalorije. Naprava samodejno prišteje porabo kalorij med mirovanjem.

● Prehojena razdalja



Fitnes zapestnica s pomočjo telesne višine, ki ste jo vnesli prek aplikacije, določi dolžino vašega koraka. Dolžino koraka lahko tudi sami spremenite. Na podlagi dolžine koraka in števila korakov izračuna fitnes zapestnica prehojeno razdaljo. Prikazana razdalja je samo okvirna referenčna vrednost in ni nujno, da se ujema z dejansko razdaljo.

● Aktivni čas



Aktivni čas prikazuje, kako dolgo se že aktivno gibate. Aktivni čas meri izključno čas, ko se gibate.

● Napredek do dnevnega cilja



V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko določite dnevni cilj (npr. 10.000 korakov). Trenutni napredek nastavljenega dnevnega cilja (v %) lahko odčitate z zaslona fitnes zapestnice.

● Merjenje utripa



Fitnes zapestnica ima optični senzor, s pomočjo katerega je mogoče izmeriti utrip v dejanskem času. Za zagon merjenja utripa preklopite prikaz na merjenje utripa.



Za vklop pritisnite in zadržite tipko »Touch« 1 za 3 sekunde, nato pa spustite tipko, ko se na zaslonu prikaže »Zaznavam«.



Fitnes zapestnica nato začne z merjenjem utripa. Ko fitnes zapestnica zajame utrip, se izmerjena vrednost prikaže na zaslonu.

Če fitnes zapestnica ne zazna utripa, se na zaslonu prikaže »Ni signala«.








V tem primeru preverite, ali ima optični senzor na hrbtni strani zadosten stik s kožo in ali na njem ni delcev kože ali prahu.

Vpadna svetloba in preveč premikanja lahko popačijo meritev utripa. Zato se prepričajte, ali se naprava dovolj tesno prilega, ne da bi se pri tem zajedala v kožo. Nato znova začnite z merjenjem utripa.

● Vadbena območja srečnega utripa

Ko je prikazan trenutni srčni utrip na zaslonu fitnes zapestnice, prikazuje fitnes zapestnica dodatno izmenično vaše trenutno vadbeno območje. Največji srčni utrip se samodejno sestavi po naslednji formuli: $220 - \text{starost} = \text{največji srčni utrip}$. Na podlagi največjega srčnega utripa se izračunajo posamezna vadbena območja. Srčni utrip je predhodno nastavljen v naslednjih vadbenih območjih, vendar ga lahko spremenite v aplikaciji:

	Na zaslonu se prikaže »Fat Burning«, ko je vaš trenutni srčni utrip od 50 % do 60 % vašega največjega srčnega utripa.
	Na zaslonu se prikaže »Aerobic«, ko je vaš trenutni srčni utrip od 60 % do 70 % vašega največjega srčnega utripa.
	Na zaslonu se prikaže »Steady«, ko je vaš trenutni srčni utrip od 70 % do 80 % vašega največjega srčnega utripa.
	Na zaslonu se prikaže »Anaerobic«, ko je vaš trenutni srčni utrip od 80 % do 90 % vašega največjega srčnega utripa.
	Na zaslonu se prikaže »Maximal«, ko vaš trenutni srčni utrip preseže 90 % vašega največjega srčnega utripa.

● Opozorilo



Prek aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite različne čase za opozorila. Ko je dosežen čas opozorila, začne fitnes zapestnica vibrirati.

● Obvestila

Če so v vaš pametni telefon prispela obvestila (npr. SMS ali WhatsApp) prek funkcije Push, lahko o tem prejmete obvestilo prek zaslona fitnes zapestnice. Pogoj za to je, da je fitnes zapestnica povezana s pametnim telefonom prek funkcije *Bluetooth*[®] in da je nameščena aplikacija »HealthForYou«.

Obveščanje za sporočila WhatsApp v pametnem telefonu:



Na zaslonu se prikaže prikaz »WhatsApp«.

Obveščanje za sporočila FacebookMessenger v pametnem telefonu:



Na zaslonu se prikaže prikaz »Facebook«.

Obvestila se prikažejo na zaslonu senzorja aktivnosti samo takrat, če ste aktivirali funkcijo »Push« na svojem pametnem telefonu.

● Klici



V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite, da boste o klicih obveščeni prek fitnes zapestnice. Pogoji za to je, da je fitnes zapestnica povezana s pametnim telefonom prek funkcije *Bluetooth®* in da je nameščena aplikacija »HealthForYou«.

Obvestila za klice v pametnem telefonu: na zaslonu se prikaže ime klicatelja. Če za klicno številko ni shranjeno nobeno ime, se na zaslonu prikaže telefonska številka klicatelja.

● Način spanja

Za merjenje gibov med spanjem morate pred spanjem napravo preklopiti v način spanja. Za to v prikazu načinu spanja za 3 sekunde pritisnite tipko »Touch« 1.



Na zaslonu se prikaže »Good Night«.

Po eni sekundi fitnes zapestnica samodejno preklopi v način spanja. Ko se zjutraj zbudite, pritisnite tipko »Touch« [1] za pribl. 3 sekunde, da prebudite fitnes zapestnico iz načina spanja.



Na zaslonu se prikaže »Good Morning«.

● **Vklop / izklop funkcije *Bluetooth*[®]**

Bluetooth[®] je standardno vklopljen na napravi. To prepoznate po logotipu *Bluetooth*[®] na zaslonu.

Za izklop funkcije *Bluetooth*[®] na napravi pritisnite tipko »Touch« tolikokrat, da bo na zaslonu prikazano »Bluetooth On«. Zdaj zadržite tipko »Touch« za 3 sekunde. Na zaslonu se prikaže »Bluetooth Off«. *Bluetooth*[®] je zdaj na napravi izklopljen. Za ponovni vklop funkcije *Bluetooth*[®] znova pritisnite in zadržite tipko »Touch« za 3 sekunde. Prikaže se »Bluetooth On«. Če funkcijo *Bluetooth*[®] na napravi izklopite, ne morete prenašati zapisanih podatkov iz fitnes zapestnice v pametni telefon



● Opomnik za gibanje

V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite opomnik za gibanje. Nastavite lahko začetni in končni čas, medtem ko je opomnik za gibanje aktiven, npr. od 09.00–18.00 ure. Dodatno lahko nastavite trajanje neaktivnosti. Če se zdaj med nastavljenim obdobjem neaktivnosti ne premikate, začne fitnes zapestnica vibrirati.



Na zaslonu se prikaže prikaz »Move«.

● Prenos podatkov v pametni telefon

Za prenos zapisanih podatkov fitnes zapestnice v aplikacijo »HealthForYou«, izvedite naslednje korake:

- Na svojem pametnem telefonu vklopite funkcijo *Bluetooth*[®].
- Odprite aplikacijo »HealthForYou«.
- Vaša fitnes zapestnica »SAS 88« se samodejno poveže z aplikacijo. Vaši podatki se bodo samodejno prenesli v pametni telefon. Za zagotovitev povezave prek funkcije *Bluetooth*[®] ostanite s pametnim telefonom na doseg funkcije *Bluetooth*[®] izdelka.

● **Ponastavitev naprave na tovarniške nastavitve**

Vse podatke, shranjene v napravi, npr. nastavitve ali shranjene izmerjene vrednosti, lahko izbrišete, tako da napravo ponastavite na tovarniške nastavitve.

V ta namen ravnajte kot sledi:

- V meniju z nastavitvami »SAS 88« v aplikaciji »HealthForYou« lahko ponastavite napravo na tovarniške nastavitve.
- Po potrditvi v aplikaciji »HealthForYou« bodo vsi v napravi shranjeni podatki izbrisani in naprava bo ponastavljena na tovarniške nastavitve.

● **Nadomestni in obrabni deli**

Dele pribora lahko naročite prek spletne trgovine na naslovu:
www.shop.sanitas-online.de

Oznaka	Številka izdelka oz. za naročanje
Polnilni kabel USB	163.164
Zapestnica, črna	163.231
Zapestnica, modra	164.276
Zapestnica, jagodna	164.277

● Pogosta vprašanja

Kako pravilno nosim fitness zapestnico?

Fitness zapestnico nosite na levem zapestju, če ste desničar, ali na desnem zapestju, če ste levičar. Pri tem povlecite konec zapestnice skozi odprtino na drugem koncu. Zdaj pritisnite zaponko v odprtinah zapestnice in potisnite konec zapestnice skozi zanko, da se občutno zaskoči.

Kako mi fitness zapestnica koristi?

Gibanje je pogoj za zdravo življenje. Telesna aktivnost vas ohranja v formi in zmanjšuje tveganje za bolezni srca in ožilja. Kadar se gibate, vam to pomaga pri zmanjševanju telesne teže in ugotovili boste, ali se vaše dobro počutje izboljšuje. Telesna aktivnost se nanaša na vsako gibanje, pri katerem se porablja energija. Pri tem bistveni delež odpade na dnevne aktivnosti, kot so hoja, kolesarjenje, vzpenjanje po stopnicah in gospodinjska opravila. Da boste lahko objektivno ocenili in zajeli svojo dnevno aktivnost gibanja, vam je na voljo fitness zapestnica. Na ta način vas lahko motivira k več gibanju v vsakodnevem življenju. Dnevni penzum najmanj 7.000–10.000 korakov ali 30 minut aktivnosti je optimalen. (Vir: skladno z WHO, dr. Catrine Tudor-Locke, dr. David R. Bassett jr.)

Kako fitness zapestnica zajema moje korake?

Fitness zapestnica s pomočjo vgrajenega 3D senzorja neprekinjeno zapisuje vašo telesno aktivnost. Pri tem se vsi vaši fizični gibi prevedejo v korake. Podatek o opravljeni poti lahko zaradi tega odstopa od dejanske poti.

Kako lahko ovrednotim svoje podatke o aktivnosti / spanju?

Prek vmesnika *Bluetooth*[®] fitnes zapestnice lahko shranjene podatke prenesete v pametni telefon (Android[™] in iOS) in jih tam ovrednotite. Za to potrebujete le brezplačno aplikacijo »HealthForYou« na svojem pametnem telefonu.

Kako sinhroniziram svoje podatke z aplikacijo?

Za prenos zapisanih podatkov fitnes zapestnice v aplikacijo »HealthForYou«, sledite navodilom v poglavju »Prenos podatkov na pametni telefon«.

Prenos podatkov v pametni telefon ne deluje.

Za to je lahko več vzrokov:

- preverite, ali je vaš pametni telefon / tablični računalnik združljiv z aplikacijo »HealthForYou«.
- fitnes zapestnica je v »načinu spanja«. Za izhod iz »načina spanja« za 3 sekunde pritisnite tipko »Touch«. Na zaslonu fitnes zapestnice se prikaže »Good Morning«.
- *Bluetooth*[®] na vašem pametnem telefonu ali fitnes zapestnici ni aktiviran. Aktivirajte *Bluetooth*[®] v nastavitvah svojega pametnega telefona in na fitnes zapestnici, kot je opisano v poglavju »Vklop / izklop funkcije *Bluetooth*[®]«.
- akumulator fitnes zapestnice je prazen. Če fitnes zapestnice ni mogoče vklopiti, jo napolnite s pomočjo priloženega polnilnega kabla USB.

- preverite, ali uporabljate pravo aplikacijo. Prenos podatkov je mogoč izključno prek aplikacije »HealthForYou«.
- fitnes zapestnica je povezana z drugim pametnim telefonom. Najprej prekinite povezavo in šele nato povežite fitnes zapestnico z drugim pametnim telefonom.
- **iPhone:**
Če uporabljate iPhone in povezava *Bluetooth*[®] ni več vzpostavljena, najprej prekinite povezavo *Bluetooth*[®] v aplikaciji »HealthForYou«. Nato odprite nastavitve svojega iPhonea za funkcijo *Bluetooth*[®] in izbršite »SAS 88« s seznama povezanih naprav prek funkcije *Bluetooth*[®].
Zdaj znova povežite »SAS 88« v aplikaciji »HealthForYou« prek funkcije *Bluetooth*[®].
- **Android™:**
Če uporabljate pametni telefon Android™ in povezava *Bluetooth*[®] ni več vzpostavljena, najprej prekinite povezavo *Bluetooth*[®] v aplikaciji »HealthForYou«. Nato odprite nastavitve svojega Android™ za funkcijo *Bluetooth*[®] in izbršite »SAS 88« s seznama povezanih naprav prek funkcije *Bluetooth*[®]. Zdaj znova povežite »SAS 88« v aplikaciji »HealthForYou« prek funkcije *Bluetooth*[®].

Zakaj merjenje utripa ne deluje?

V tem primeru preverite, ali ima optični senzor na hrbtni strani zadosten stik s kožo in ali na njem ni delcev kože ali prahu. Vpadna svetloba in preveč premikanja lahko popačijo meritev utripa. Zato se prepričajte, ali

se naprava dovolj tesno prilega, ne da bi se pri tem zajedala v kožo. Nato znova začnite z merjenjem utripa. Močna poraščenost rok in / ali tetovaža lahko negativno vplivata na merjenje utripa.

Kdaj moram napolniti akumulator fitnes zapestnice?

Akumulator fitnes zapestnice napolnite, ko se ob pritisku na tipko na zaslonu prikaže »Battery low«.

Akumulatorja nikoli povsem ne izpraznite, saj je le tako lahko mogoče neprekinjeno zajemanje podatkov.

Kako pravilno polnim napolniti akumulator fitnes zapestnice?

Za pravilno polnjenje fitnes zapestnice sledite navodilom, opisanim v poglavju »Polnjenje akumulatorja«.

Ali lahko fitnes zapestnico nosim tudi med vožnjo s kolesom?

Fitnes zapestnico lahko nosite tudi med vožnjo s kolesom. Pogoji za to je, da fitnes zapestnico nosite na ustreznem mestu. Nameščanje fitnes zapestnice na nogo ali v ozek oz. stranski hlačni žep je primerno, ni pa primerna nošnja na pasu. Vseeno pa se podatek o opravljeni poti razlikuje od dejanske poti, saj fitnes zapestnica prevede vse vaše fizične gibe v korake.

Koliko dni / noči lahko fitness zapestnica zapiše?

Fitness zapestnica lahko zapiše do 30 dni in 30 noči. Če so vsa pomnilniška mesta polna, se najstarejši zapisi samodejno preprišejo. Zato priporočamo, da prenos podatkov izvedete vsaj enkrat tedensko.

Kako aktiviram način spanja?

Za to upoštevajte navodila v poglavju »Način spanja«.

Kako lahko aktiviram alarm z vibriranjem?

Želeni čas alarma vnesite v aplikacijo »HealthForYou«. Po vnosu / spremembi sinhronizirajte čas alarma fitness zapestnice z aplikacijo.

Ali lahko fitness zapestnico nosim tudi med prhanjem ali plavanjem?

Fitness zapestnica je zaščitena pred začasnim potopom v vodo do globine 1 metra do 30 minut (IP67). V posameznih primerih med prhanjem ali potapljanjem fitness zapestnice se lahko zgodi, da je prevladujoči tlak vode previsok in se fitness zapestnica zaradi tega poškoduje. Odsvetujemo pa uporabo med plavanjem.

Kako pravilno zavržem fitness zapestnico?

Za to upoštevajte napotke v poglavju »Odstranjevanje«.

Kako lahko očistim fitness zapestnico?

Fitness zapestnico občasno skrbno očistite z vlažno krpo.

Kje lahko naknadno naročim polnilni kabel USB?

Glejte poglavje »Nadomestni in obrabni deli«.

Kje lahko naročim nadomestno zapestnico?

Glejte poglavje »Nadomestni in obrabni deli«. Naročite lahko tudi barvo, ki je drugačna od barve vaše trenutne zapestnice.

Kaj vse spada v obseg dobave?

V obseg dobave spadata fitnes zapestnica in polnilni kabel USB.

Kaj pomenijo znaki na fitnes zapestnici in embalaži?

Za to upoštevajte poglavje »Legenda uporabljenih piktogramov«.

● Odstranjevanje

Embalaža je narejena iz okolju primernih materialov, ki jih lahko oddate za recikliranje na lokalnih zbirališčih odpadkov.



Upoštevajte oznake embalažnih materialov za ločevanje odpadkov, ki so označene s kraticami (a) in številkami (b) z naslednjim pomenom: 1-7: umetne mase/20-22: papir in karton/80-98: vezni materiali.



V skladu z evropsko direktivo o starih električnih napravah in njenem izvajanjem v nacionalnem pravu je treba električne naprave zbirati ločeno in jih oddati za okolju primerno ponovno predelavo.



○ možnostih odstranjanja odsluženega izdelka se lahko pozanimате pri svoji občinski ali mestni upravi.

Pokvarjene ali iztrošene baterije je treba reciklirati v skladu z Direktivo 2006/66/EC in njenimi spremembami. Baterije in / ali izdelek vrnite na ponujenih zbirnih mestih.



Škoda na okolju zaradi napačnega odstranjanja baterij!

Baterij ne smete odstraniti skupaj z gospodinjskimi odpadki. Vsebujejo lahko strupene težke kovine in so podvržene določbam za ravnanje z nevarnimi odpadki. Kemični simboli težkih kovin so naslednji: Cd = kadmij, Hg = živo srebro, Pb = svinec. Zato iztrošene baterije oddajte na komunalnem zbirnem mestu.

● Garancija / Servis

Za tovarniške napake in napake v materialu fitnes zapeljnice dajemo 3 letno garancijo od datuma nakupa.

Garancija ne velja:

- v primeru škode, ki je posledica neprimerne uporabe.
- za dele, ki se hitro obrabijo.
- v primeru lastne krivde stranke.
- če je napravo odprla nepooblaščen delavnik.

Ta garancija ne omejuje zakonskih pravic stranke iz naslova jamstva. Kupec mora v primeru uveljavljanja garancije v garancijskem času predložiti dokazilo o nakupu. Garancija se lahko uveljavlja v obdobju 3 let od datuma nakupa pri podjetju Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NEMČIJA.

Prosimo, da se v primeru reklamacij glede naših storitev obrnete na naš servis na naslednjem naslovu:

Servisna telefonska linija (brezplačna):

SI

☎ **0800 81496 (pon. – pet.: 8–18 ure)**

✉ **service-slo@sanitas-online.de**

Če od vas želimo pošiljanje okvarjene fitnes zapestnice, jo pošljite na naslednji naslov:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
89231 Neu-Ulm
NEMČIJA

IAN 338568_2001

S tem potrjujemo, da izdelek ustreza Evropski RED direktivi 2014/53/EU.
Izjavo o skladnosti CE za ta izdelek najdete na naslovu:
www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php



Pooblašчени serviser:

NU Service GmbH
Lessingstraße 10b
89231 Neu-Ulm
NEMČIJA

Servisna telefonska številka: 0800 81496
service-slo@sanitas-online.de

Garancijski list

1. S tem garancijskim listom Hans Dinslage, Nemčija jamčimo, da bo izdelek v garancijskem roku ob normalni in pravilni uporabi brezhibno deloval in se zavezujemo, da bomo ob izpolnjenih spodaj navedenih pogojih odpravili morebitne pomanjkljivosti in okvare zaradi napak v materialu ali izdelavi oziroma po svoji presoji izdelek zamenjali ali vrnili kupnino.
2. Garancija je veljavna na ozemlju Republike Slovenije.
3. Garancijski rok za proizvod je 3 leta od datuma izročitve blaga. Datum izročitve blaga je razviden iz računa.
4. Kupec je dolžan okvaro javiti pooblaščenemu servisu oziroma se informirati o nadaljnjih postopkih na zgoraj navedeni telefonski številki. Svetujemo vam, da pred tem natančno preberete navodila o sestavi in uporabi izdelka.



5. Kupec je dolžan pooblaščenemu servisu predložiti garancijski list in račun, kot potrdilo in dokazilo o nakupu ter dnevu izročitve blaga.
6. V primeru, da proizvod popravlja nepooblaščen servis ali oseba, kupec ne more uveljavljati zahtevkov iz te garancije.
7. Vzroki za okvaro oziroma nedelovanje izdelka morajo biti lastnosti stvari same in ne vzroki, ki so zunaj proizvajalčeve oziroma prodajalčeve sfere. Kupec ne more uveljavljati zahtevkov iz te garancije, če se ni držal priloženih navodil za sestavo in uporabo izdelka ali če je izdelek kakorkoli spremenjen ali nepravilno vzdrževan.
8. Jamčimo servis in rezervne dele še 3 leta po preteku garancijskega roka.
9. Obrabni deli oz. potrošni material so izvzeti iz garancije.
10. Vsi potrebni podatki za uveljavljanje garancije se nahajajo na dveh ločenih dokumentih (garancijski list, račun).
11. Ta garancija proizvajalca ne izključuje pravic potrošnika, ki izhajajo iz odgovornosti prodajalca za napake na blagu.

Prodajalec:

Lidl Slovenija d.o.o. k.d., Pod lipami 1, SI-1218 Komenda

Legenda použitých piktogramů	Strana 72
Úvod	Strana 74
Obsah dodávky.....	Strana 74
Použití ke stanovenému účelu.....	Strana 75
Popis dílů.....	Strana 77
Technická data.....	Strana 77
Důležitá bezpečnostní upozornění	Strana 78
Uvedení do provozu	Strana 80
Nabíjení akumulátoru.....	Strana 81
Funkce	Strana 82
Přehled funkcí.....	Strana 82
Čas / Datum / Stav akumulátoru.....	Strana 83
Kroky / Pohyb.....	Strana 84
Spotřeba kalorií.....	Strana 84
Překonaná vzdálenost.....	Strana 84
Doba aktivity.....	Strana 85
Vývoj plnění denního cíle.....	Strana 85
Měření tepové frekvence.....	Strana 85
Tréninkový rozsah tepové frekvence.....	Strana 86
Alarm.....	Strana 88
Zprávy.....	Strana 88
Volání.....	Strana 89
Režim spánku.....	Strana 89
Zapnutí a vypnutí <i>Bluetooth</i> [®]	Strana 90
Upomínka k pohybu.....	Strana 91
Přenos dat do chytrého telefonu	Strana 91
Reset přístroje do továrního nastavení	Strana 92
Náhradní a opotřebitelné díly	Strana 92
Často kladené otázky	Strana 93
Odstranění do odpadu	Strana 98
Záruka a servis	Strana 99

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



Obal a náramek Fitness ekologicky zlikvidujte!

	Přenos dat pomocí bezdrátové <i>Bluetooth</i> [®] low energy technology
	Záznam kroků
	Záznam vzdálenosti v kilometrech
	Záznam spálených kalorií
	Záznam doby aktivity
	Záznam doby spánku
	Indikace hovorů, SMS a notifikací

Fitness náramek SAS 88

● 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 USB nabíjecí kabel

1 x návod k použití

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 88“. 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).

Požadavky na systém pro

Webová verze „HealthForYou“ - MS Internet Explorer
 - MS Edge
 - Mozilla Firefox
 - Google Chrome
 - Apple Safari
 (vždy v aktuální verzi)

Systémové požadavky pro aplikaci „HealthForYou“

iOS od verze 10.0, Android™ od verze 5.0, Bluetooth® od verze 4.0.

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 vyzařovaný
vysílací výkon < 20 dBm



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

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)

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. 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 nárůstku poplatků za spojení s internetem nebo za přenos dat.
- Nastartujte aplikaci „HealthForYou“ a řiďte se pokyny. V menu nastavení aplikace zvolit „SAS 88“ 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 aktivity.

● 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.

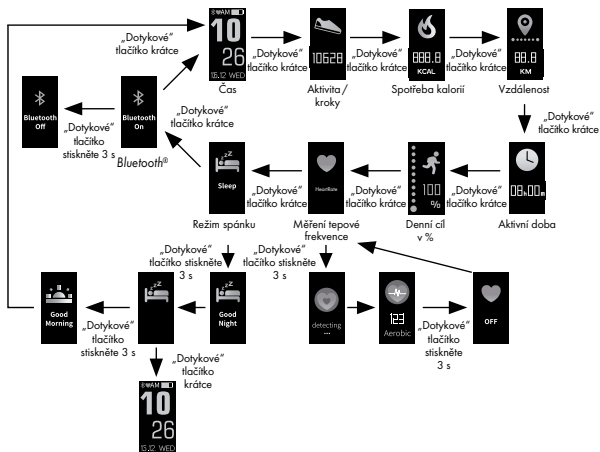
● Funkce

● 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 .



● Čas / Datum / Stav akumulátoru



Náramek Fitness zobrazuje aktuální čas, datum a stav akumulátoru. Po synchronizaci náramku Fitness s chytrým telefonem se přenáší aktuální čas a datum z chytrého telefonu do náramku Fitness. 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 / Pohyb



Náramek Fitness indikuje pohyb v počtu kroků. Kroky jsou zaznamenávány pomocí senzoru 3D uvnitř náramku Fitness.

● Spotřeba kalorií



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

● Překonaná vzdálenost



Pomocí tělesné výšky zaznamenané v aplikaci určí náramek Fitness délku vašeho kroku. Délku kroku můžete individuálně měnit. Na základě délky kroku a počtu kroků vypočítává náramek Fitness

vzdálenost, kterou jste ušli. Zobrazená vzdálenost je jen hrubá hodnota a nesouhlasí absolutně se skutečnou vzdáleností.

● Doba aktivity



Doba aktivity vás informuje, jak dlouho jste již aktivně v pohybu. Doba aktivity je doba, po kterou jste v pohybu.

● Vývoj plnění denního cíle




V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete zadat svůj denní cíl (např. 10 000 kroků). Aktuální vývoj k dosažení nastaveného denního cíle (v %) můžete sledovat na displeji náramku Fitness.

● Měření tepové frekvence



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






-  K aktivaci funkce stiskněte a podržte dotykový tlačítko **1** na 3 sekundy a tlačítko opět uvolněte, jakmile se na displeji zobrazí hlášení „detecting...“. Náramek Fitness následně potom měření tepové frekvence. Jakmile náramek Fitness detekuje tep, zobrazí se na displeji naměřená hodnota. Pokud náramek Fitness žádný tep nedetekuje, na displeji se zobrazí hlášení „No Signal“.
- 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.

● **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–věk = 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

○ 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“.

Notifikace pro zprávy WhatsApp, doručené na váš chytrý telefon:



Na displeji se zobrazí hlášení „WhatsApp“.

Notifikace pro zprávy FacebookMessenger, doručené na váš chytrý telefon:



Na displeji se zobrazí hlášení „Facebook“.

Notifikace se zobrazí na displeji senzoru aktivity pouze za předpokladu, že jste na svém chytrém telefonu aktivovali funkci „Push“.

● Volání



V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete určit, zda chcete být informováni na náramku Fitness o přichozích hovorech. Předpokladem je, že je náramek Fitness připojený pomocí rozhraní *Bluetooth*[®] k chytrému telefonu a máte nastavenou aplikaci „HealthForYou“.

Notifikace přichozích 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 **1**.



Na displeji se zobrazí hlášení „Good Night“.

Za sekundu se náramek Fitness automaticky přepne do režimu spánku. Ráno, po probuzení, stiskněte na cca 3 sekundy dotykové tlačítko **1** k probuzení náramku Fitness ze spánkového režimu.



Na displeji se zobrazí hlášení „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 88“ 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 88“ 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.

● Náhradní a opotřebitelné díly

Díly příslušenství můžete dodatečně objednat z internetového obchodu na stránce: www.shop.sanitas-online.de

Název	Číslo výrobku nebo objednáací číslo
USB nabíjecí kabel	163.164
Černý náramek	163.231
Modrý náramek	164.276
Tmavě fialový náramek	164.277

● 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*[®] můžete data uložená do paměti náramku Fitness přenést do chytrého telefonu (Android[™] a iOS) a tam 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. 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 88“ ze seznamu připojených zařízení *Bluetooth*[®].

Nyní znovu připojte zařízení „SAS 88“ 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 88“ ze seznamu připojených zařízení *Bluetooth*[®]. Nyní znovu připojte zařízení „SAS 88“ 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 všechno je součástí dodaného výrobku?

Součástí dodaného výrobku je náramek Fitness a USB nabíjecí kabel.

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 338568_2001








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

CE prohlášení o konformitě k tomuto výrobku najdete pod:
www.beurer.com/web/we-landingpages/de/cedeclarationofconformity.php

Legende der verwendeten Piktogramme	Seite 104
Einleitung	Seite 106
Lieferumfang.....	Seite 106
Bestimmungsgemäßer Gebrauch.....	Seite 107
Teilebeschreibung.....	Seite 109
Technische Daten.....	Seite 110
Wichtige Sicherheitshinweise	Seite 110
Inbetriebnahme	Seite 112
Akku aufladen.....	Seite 113
Funktionen	Seite 114
Funktionsübersicht.....	Seite 114
Uhrzeit / Datum / Akkustand.....	Seite 115
Schritte / Bewegungen.....	Seite 116
Kalorienverbrauch.....	Seite 116
Zurückgelegte Distanz.....	Seite 117
Aktive Zeit.....	Seite 117
Tagesziel Fortschritt.....	Seite 117
Pulsmessung.....	Seite 118
Trainingsbereiche der Herzfrequenz.....	Seite 119
Alarm.....	Seite 120
Nachrichten.....	Seite 120
Anrufe.....	Seite 121
Schlafmodus.....	Seite 121
Bluetooth® einschalten / ausschalten.....	Seite 122
Bewegungserinnerung.....	Seite 123
Datenübertragung auf Smartphone	Seite 123
Gerät auf Werkseinstellungen zurücksetzen	Seite 124
Ersatz- und Verschleißteile	Seite 124
Häufig gestellte Fragen	Seite 125
Entsorgung	Seite 131
Garantie / Service	Seite 132

Legende der verwendeten Piktogramme

 WARNING!	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
	Verpackung und Fitness Armband umweltgerecht entsorgen!

	Datenübertragung per <i>Bluetooth</i> [®] low energy technology
	Aufzeichnung der Schritte
	Aufzeichnung der zurückgelegten Kilometer
	Aufzeichnung der verbrauchten Kalorien
	Aufzeichnung der Aktivitätsdauer
	Aufzeichnung der Schlafzeiten
	Anzeige bei Anrufen, SMS und Benachrichtigungen

Fitness Armband SAS 88

● **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 88“. 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“-Web-Version
- MS Internet Explorer
 - MS Edge
 - Mozilla Firefox
 - Google Chrome
 - Apple Safari
- (in jeweils aktueller Version)

Systemvoraussetzungen für die „HealthForYou“-App

iOS ab Version 10.0, Android™ ab Version 5.0, Bluetooth® ab Version 4.0.

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.lidl

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)
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. 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 88“ 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 Alarme aktivieren / einstellen, sich über Anrufe / Nachrichten benachrichtigen lassen oder eine Bewegungserinnerung aktivieren / einstellen.

● Akku aufladen



Sobald die Akkustandanzeige des Fitness-Armbands 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-/ Anrufternennung.

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.

wenn eine Verbindung zu einem Smartphone gesucht wird. Das Bluetooth®-Logo erscheint dauerhaft, wenn eine Verbindung zu einem Smartphone besteht.

● Schritte / Bewegungen



Das Fitness-Armband zeigt die Bewegungen in Schritte an. Die Schritte werden mittels eines 3D-Sensors im Gehäuseinneren des Fitness-Arbands erfasst.

● Kalorienverbrauch



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.

● Zurückgelegte Distanz



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.

● Aktive Zeit



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



In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie ein Tagesziel festlegen (z. B. 10.000 Schritte). Den aktuellen Fortschritt des eingestellten Tagesziels (in %) 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 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.

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

● 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
WhatsApp-Nachrichten:



Auf dem Display erscheint die Anzeige „WhatsApp“.

Benachrichtigung für am Smartphone eingegangene
FacebookMessenger-Nachrichten:



Auf dem Display erscheint die Anzeige „Facebook“.

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 1.



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 **1** für ca. 3 Sekunden, um das Fitness-Armband wieder aus dem Schlafmodus zu wecken.



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 88“ 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 88“ 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.

● Ersatz- und Verschleißteile

Zubehörteile können über den Webshop nachbestellt werden unter:
www.shop.sanitas-online.de

Bezeichnung	Artikel- bzw. Bestellnummer
USB-Ladekabel	163.164
Armband Schwarz	163.231
Armband Blau	164.276
Armband Beere	164.277

● 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 (Android™ und iOS) 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. 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-Arbands 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 88“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth*®-Geräte.

Verbinden Sie nun den „SAS 88“ 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 88“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth*®-Geräte. Verbinden Sie nun den „SAS 88“ 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 in 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 und ein USB-Ladekabel 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 338568_2001

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

Die CE-Konformitätserklärung zu diesem Produkt finden Sie unter:

www.beurer.com/web/we-landingpages/de/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 · Stanje informacij · Stav informací

Stand der Informationen: 05 / 2020 · Ident.-No.:

749.789_SAS88_2020-03-19_01_IM_Lidl_LB4_HU-SI-CZ



IAN 338568_2001

