

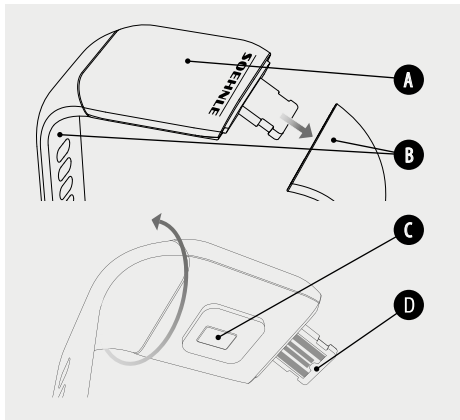
SOEHNLE

FIT CONNECT 300 HR

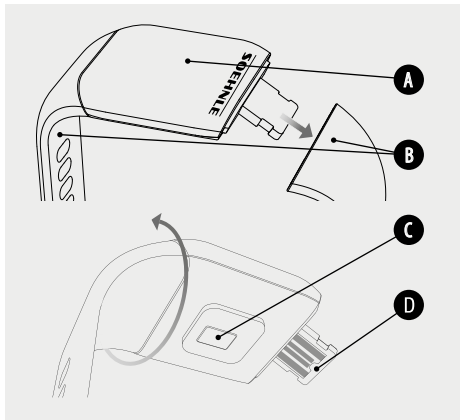
BEDIENUNGSANLEITUNG · USER MANUAL · GEBRUIKSAANWIJZING ·
ISTRUZIONI PER L'USO · MODE D'EMPLOI · INSTRUCCIONES DE
MANEJO · MANUAL DE INSTRUÇÕES · BRUGSVEJLEDNING ·
BRUKSANVISNING · BRUKSANVISNING · KÄYTTÖOHJEET · UŽIVATEL-
SKÝ MANUÁL · UŽIVATEĽSKÝ MANUÁL · УПЪТВАНЕ ЗА УПОТРЕБА ·
ИНСТРУКЦИЯ ПО ЕКСПЛУАТАЦИИ · INSTRUKCJA OBSŁUGI ·
KASUTUSJUHEND · EKSPĻUATĀCIJAS INSTRUKCIJA · NAUDOJIMO
INSTRUKCIJA · INSTRUCȚIUNI DE UTILIZARE · NAVODILA ZA
UPORABO · UPUTSTVO ZA UPOTREBU · UPUTE ZA UPORABU



D
GB
NL
I
F
E
P
DK
S
NO
FI
CZ
SK
BG
RUS
PL
EST
LV
LT
RO
SLO
SR
HR



- A** Anzeigemodul • Display module • Displaymodule • Modulo di visualizzazione • Module d'affichage • Módulo de visualización • Módulo do ecrã • Visningsmodul • Displaymodul • Visningsmodul • Näyttömoduuli
- B** Abnehmbares Armband • Removable bracelet • Afneembare armband • Braccialeto rimovibile • Bracelet amovible • Pulsera removable • Bracelete removível • Aftageligt armbånd • Avtagbart armband • Avtakbart armbånd • Irrotettava ranneke
- C** Pulsmesser • Heart rate monitor • Hartslagmeter • Cardiovolumenzimetro • Pulsomètre • Medidor del pulso • Medidor de pulsação • Pulsmåler • Pulsmätare • USB-plugg • Sykemittari
- D** USB-Stecker • USB plug • USB-stekker • Presa USB • Port USB • Conector USB • Ficha USB • USB-stik • USB-minne • Pulsmåler • USB-pistoke

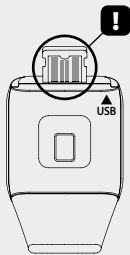


- A** Anzeigemodul • Display module • Modul displeje • Modul displeja • Модулен дисплей • Модуль индикации • Modul wyświetlacza • Ekraanimoodul • Rādijumu modulis • Indikacinis modulis • Modul de afişare • Prikazni modul • Modul za prikaz • Modul prikaza
- B** Abnehmbares Armband • Removable bracelet • Odnímatelný řemínek na zápěstí • Odnímatelný náramok • Подвижна гривна • Съемный браслет • Zdejmowana bransoletka • Eemaldatav käerihm • Noņemama aproce • Nuimama apyrankė • Brāṭarā detaṣabilā • Snemljivi zapestni pašček • Skidiva narukvica • Narukvica koja se skida
- C** Pulsmesser • Heart rate monitor • Monitor srdečného tepu • Merač tepovej frekvencie • Измерване на сърдечния ритъм • Пульсомер • Pulsometr • Pulsimõõtja • Pulsa mēritājs • Pulso matuoklis • Pulsometru • Merilnik utripa • Merač pulsa • Mjerač pulsa
- D** USB-Stecker • USB plug • USB konektor • Konektor USB • USB щенсел • USB-штекер • Wtyczka USB • USB-pistik • USB spraudnis • USB kištukas • Mufă USB • Vtič USB • USB utikač • USB-utor

4.1



4.2



5.1.1



5.1.2



5.1.3



5.1.4



5.2.1



5.2.2



5.2.3



5.2.4



5.2.5



5.3.1



5.3.2



5.3.3



5.3.4



Legal Information

Apple, iOS, Apple Health 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.

Android, Google Fit, Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google Inc.

The *Bluetooth*[®] word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc.

Inhaltsverzeichnis

1. Lieferumfang
2. Produktbeschreibung
3. Hinweise
4. Erste Inbetriebnahme
5. Gerät und Bedienung
6. Reinigung und Pflege
7. Verbraucher-Service
8. Weitere Informationen
9. Technische Daten

1. Lieferumfang

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Fitness Tracker mit abnehmbarem Armband)
- 1x Bedienungsanleitung

2. Produktbeschreibung

Ihr persönlicher Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR erfasst Ihre täglichen Aktivitäten wie Pulsfrequenz, Anzahl der Schritte, zurückgelegte Distanz, Aktivitätsdauer, Kalorienverbrauch und die Erreichung Ihres täglichen Bewegungsziels, um Sie in Sachen Fitness und Gesundheit zu unterstützen. Über *Bluetooth*® werden die Daten an Ihre Soehnle

Connect-App übertragen und können dort ausgewertet werden.

3. Hinweise

Lesen Sie sich die Bedienungsanleitung und die folgenden Hinweise sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät benutzen und bewahren Sie diese Bedienungsanleitung auf.

WARNUNG! Gefahr des Verschluckens durch Kleinkinder! Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen. Halten Sie es von Kindern fern.

WARNUNG! Gefahr von Brand/Explosion oder Verätzungen! Der Artikel enthält einen Lithium-Polymer-Akku. Dieser darf nicht ausgebaut, ausein-

andergenommen, in Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden. Laden Sie den Akku nicht bei Temperaturen unterhalb von 5 oder oberhalb von 40 Grad Celsius.

ACHTUNG! Mögliche Sachschäden! Lassen Sie das Gerät nicht fallen und schützen Sie es vor Stößen. Setzen Sie das Gerät keinen extremen Temperaturen oder starken Temperaturschwankungen aus. Schützen Sie das Gerät auch vor direkter Sonneneinstrahlung und Staub. Verwenden Sie zum Reinigen keine scharfen Chemikalien, aggressive oder scheuernden Reinigungsmittel. Schützen Sie das Display vor harten und kratzenden Gegenständen.

HINWEIS! Bestimmungsmäßiger Gebrauch: Das Produkt ist ausschließlich für den privaten, nicht-ge-

D verblichen Haushaltsgebrauch vorgesehen. Es ist kein medizinisches Gerät.

HINWEIS! Sollten Sie das Gerät über einen längeren Zeitraum nicht verwenden, laden Sie den Akku dennoch alle 3-6 Monate einmal komplett auf, um die Funktionsfähigkeit des Akkus zu gewährleisten.



**Batterie-Entsorgung EG-Richtlinie
2008/12/EC**

Batterien und Akkus gehören nicht in den Hausmüll. Sie müssen Ihre alten Batterien oder Akkus bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Gemeinde oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden.



**Entsorgung von elektrischen und
elektronischen Geräten EG-Richtlinie
2012/19/EU**



Dieses Produkt ist nicht als normaler Haushaltsabfall zu behandeln, sondern an einer Annahmestelle für das Recycling von elektrischen und elektronischen Geräten abzugeben. Weitere Informationen erhalten Sie über Ihre Gemeinde, die kommunalen Entsorgungsbetriebe oder das Geschäft, in dem Sie das Produkt gekauft haben.



Hiermit erklärt Soehnle, dass sich dieses Gerät in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen und den übrigen einschlägigen Bestimmungen der Richtlinien 2014/53/EU befindet. Die EU-Konformitätserklärung finden Sie unter **www.soehnle.de**

4. Erste Inbetriebnahme

Akku laden

Laden Sie den Tracker vor der ersten Inbetriebnahme vollständig auf. Ziehen Sie das abnehmbare Armband **(B)** vom Anzeigemodul **(A)** ab **(4.1)**. Stecken Sie nun den USB Stecker des Anzeigemoduls **(C)** in einen gängigen, aktiven USB-Anschluss. Beachten Sie, dass die Kontakte des Moduls **(4.2)** die Kontakte des USB-Anschlusses berühren, andernfalls wird das Gerät nicht geladen. Im Display **(5.1.1)** wird der Ladezustand des Akkus angezeigt ( = vollständig geladen /  = Akku erschöpft).

Soehnle Connect-App installieren

D



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Für volle Funktionalität, installieren Sie die kostenlose Soehnle Connect-App auf Ihrem Smartphone oder Tablet. Scannen Sie den abgebildeten QR-Code, um zur App im Appstore zu gelangen. Alternativ finden Sie die App für Ihr Android™-Gerät auf Google Play oder für Ihr Apple®-Gerät im Apple App Store. Bitte beachten Sie beim Suchen den genauen Namen der App: "Soehnle Connect".

Erstes Verbinden mit Soehnle Connect-App

Aktivieren Sie *Bluetooth*[®] auf Ihrem Smartphone oder Tablet und starten Sie die Soehnle Connect-App. Wenn Sie die App zum ersten Mal starten, werden Sie automatisch durch den Prozess der Verbindung eines Soehnle-Gerätes geführt.

Wenn Sie die Soehnle Connect-App bereits mit Soehnle Produkten benutzt haben, gehen Sie zum Verbinden des Fitness Trackers in der Soehnle Connect-App in das „Hauptmenü“ und tippen Sie auf „Meine Geräte“ und dann auf „Gerät hinzufügen“. Sie werden automatisch durch den Installationsprozess geführt.

Einrichtung Ihres Fitness Trackers

Alle Einstellungen Ihres Fitness Tracker werden bequem über die Benutzeroberfläche der Soehnle Connect-App durchgeführt. Uhrzeit und Datum stellen sich nach dem Verbinden automatisch gemäß der Systemzeit des Smartphones oder Tablets ein. Außerdem können Sie in dem Menü "Meine Geräte" in den entsprechenden Geräteeinstellungen Zeiten für den Vibrationsalarm (Wecker) festlegen und die Pulsfunktion des Fitness Trackers ein- oder ausschalten. Sofern Sie ein Tagesziel für Schritte in der App festgelegt haben, übernimmt der Fit Connect 300 HR dieses, um Sie beim Erreichen per Vibrationsalarm darauf hinzuweisen.

Kompatibilität

Die Soehnle Connect-App ist kompatibel mit Google Fit® und Apple Health®. Nachdem die Geräte die Daten in die Soehnle Connect-App übertragen haben, können diese auf Wunsch automatisch in die jeweils verwendete App Google Fit® / Apple Health® überspielt werden. Setzen Sie dazu im Menü „Mehr zur App“ das entsprechende Häkchen. Gegebenenfalls ist es notwendig, in Google Fit® / Apple Health® oder bei den App-Einstellungen auf Ihrem Smartphone die Verwendung der Soehnle App als Quelle zu zulassen. Schauen Sie dazu in die Anleitungen der Fremd-Apps bzw. Ihres Betriebssystems.

5. Gerät und Bedienung

Mit dem Soehnle Fitness Tracker können verschiedene Daten erfasst und teilweise direkt auf dem Display angezeigt werden. Weitere Anzeigen, Grafiken und Tipps finden Sie in der Soehnle Connect-App. Dort können Sie auch weitere Funktionen nutzen, Ihre erfassten Daten zusammenführen und verwalten. Einstellungen für Ziele, Vibrationsalarm (Wecker), usw. müssen immer in der App vorgenommen werden.

Abb.	Standardmodus
5.1.1	Uhrzeit, Datum, Akku-Ladestatus (Batteriestatus)
5.1.2	Pulsfrequenz

5.1.3	Trainingsmodus
5.1.4	Tagesaktivitäten*
Abb.	Trainingsmodus
5.2.1	Stoppuhr: Start
5.2.2	Stoppuhr: Pause
5.2.3	Stoppuhr: Stopp
5.2.4	Aktivitätsreport: Basisdaten
5.2.5	Aktivitätsreport: Intervalldaten
Abb.	Erinnerungen
5.3.1	Eingehende Nachricht
5.3.2	Eingehender Anruf
5.3.3	Vibrationsalarm (Wecker)
5.3.4	Tagesziel erreicht

* Tagesbezogene Daten werden jeweils um 24 Uhr automatisch auf Null zurückgesetzt. Die Schritte, Kalorien usw., die im Laufe des Tages zu sehen sind werden deshalb ab 0 Uhr des Tages gezählt.

Zum Wechseln der Ansichten auf dem Display Ihres Gerätes, wischen Sie über das berührungsempfindliche Display nach links oder rechts um durch die verschiedenen Ansichten (**5.1.2–5.1.4** bzw. **5.2.4–5.2.5**) zu wechseln.

Uhrzeit, Datum und Akku-Ladestatus (Batteriestatus)

Durch Berühren des Displays startet die Anzeige im Uhrzeitmodus (**5.1.1**).

Tagesaktivitäten

In dieser Übersicht (**5.1.4**) werden Ihnen die wichtigsten erfassten Daten angezeigt:

Schrittzähler* ()

Fortschritt Ihres Tagesziels* ()

Kalorienverbrauch* ()




Zurückgelegte Strecke* ()

Auf der Ansicht Tagesaktivitäten **5.1.4** finden Sie die wichtigsten Angaben wie die an diesem Tag bereits erreichte Schrittzahl, die verbrauchten Kalorien sowie die zurückgelegte Distanz. Zudem zeigt der Fortschrittsbalken auf diesem Bildschirm den Anteil des gesetzten Tageszieles an.

Pulsfrequenz

Sobald Sie den Fitness Tracker anlegen wird Ihr Puls automatisch ermittelt und im entsprechenden Display **(5.1.2)** angezeigt. Beim Aufruf dieser Anzeige benötigt der Fitness Tracker bis zu ca. 30 Sekunden, um den Puls zu finden. Tragen Sie den Tracker direkt auf der Haut, da sonst keine Messung möglich ist. Die Pulsmessfunktion ist standardmäßig 24 Stunden am Tag aktiviert. Möchten Sie diese Funktion abschalten, etwa nachts, so können Sie dies in der Soehnle Connect-App im Hauptmenü unter „Meine Geräte“ und Aufruf der entsprechenden Funktion tun.

Trainingsmodus

Den Trainingsmodus steuern Sie über die im Display angezeigten Funktionstasten. Wechseln Sie zur Ansicht „Trainingsmodus“ **(5.1.3)** und berühren Sie das Symbol . Der Trainingsmodus startet in der Stoppuhr-Anzeige **(5.2.1)**. Die Stoppuhr können Sie mit  starten und  pausieren **(5.2.2)**.

In der Stoppuhr-Ansicht (5.2.1) können Sie sich verschiedene, aktuelle Aktivitätsdaten (Schritte, Pulsfrequenz, Kalorien, Schrittfrequenz und Uhrzeit) anzeigen lassen, indem Sie in der Bildmitte nach links bzw. rechts wischen.

Ist die Stoppuhr pausiert, können Sie durch Berührung des Symbols ■ unten links im Bildschirm die aktuelle Trainingseinheit beenden und gelangen automatisch in den Aktivitätsreport (5.2.4). Wechseln Sie durch Wischen zwischen der Ansicht der Basis-Trainingsdaten und der Pulszonen (5.2.5).

Schlafanalyse

Ihr Fit Connect 300 HR Fitness Tracker verfügt über eine automatische Schlaferkennungsfunktion, das heißt, er erkennt Schlafbeginn und -ende und erfasst verschiedene Schlafphasen während des Schlafes. Alle Daten werden auf dem Gerät gespeichert und bei einer Verbindung mit der App in diese übertra-

gen. Die Daten werden dann auf der Kachel „Schlaf“ in der App dargestellt. Details zu den Schlafphasen entnehmen Sie nach Berührung der Kachel „Schlaf“ den folgenden Detailbildschirmen.

Benachrichtigungsfunktionen, Vibrationsalarm/Wecker, Schrittziel

Die Ansichten 5.3.1 – 5.3.4 werden automatisch bei eingehender Nachricht (5.3.1), eingehendem Anruf (5.3.2), Vibrationsalarm (5.3.3) oder erreichtem Tagesziel (5.3.4) angezeigt.

Ansicht 5.3.2 zeigt die Rufnummer eines eingehenden Anrufes an. Haben Sie die Nummer des Anrufers in dem Telefonbuch Ihres Smartphones

D gespeichert, wird der Name des Anrufers angezeigt. Voraussetzung dafür ist, dass Sie der Soehnle Connect-App die Zugriffsberechtigung auf Kontakte, Telefon und SMS erteilt haben. Diese werden beim Hinzufügen des Fitness Trackers mit der Soehnle Connect-App während der Inbetriebnahme (Onboarding) ausdrücklich als Genehmigung abgefragt. Sollten Sie dies nicht genehmigt haben, können Sie die Erlaubnis bei Smartphones mit Betriebssystem Android™, ab der Version 6.0, in den Einstellungen im Betriebssystem unter "Apps" nachträglich erteilen. Alternativ entfernen Sie das Gerät nochmals aus der Soehnle Connect-App und auch aus dem Bluetooth-Menü des Betriebssystems Ihres Smartphones (zu finden unter Einstellun-

gen) und fügen Sie den Fitness Tracker erneut in der App hinzu (Erstes Verbinden mit der Soehnle Connect-App).

Datenübertragung an das Smartphone / Tablet

Starten Sie die Soehnle Connect-App. Sofern sich das Gerät in der Nähe befindet, werden die Daten automatisch via *Bluetooth*® an die App übertragen. Oder Sie wischen auf dem Hauptbildschirm (Dashboard) der App nach unten (pull to refresh). Achten Sie darauf, dass *Bluetooth*® auf Ihrem Smartphone/Tablet aktiviert ist. Die Daten werden nun übertragen und sind anschließend in der App in den entsprechen-

den Bereichen zu sehen. Ihr Soehnle Fitness Tracker verfügt über einen Sieben-Tage-Speicher für die erhobenen Daten. Bitte verbinden Sie den Fitness Tracker regelmäßig innerhalb dieser Zeit, um die gespeicherten Daten an die Soehnle Connect-App zu übertragen und für längere Zeit zu nutzen.

Die jeweils aktuellsten Informationen zu Ihrem Produkt finden Sie im Internet unter www.soehnle.de/produkte/details/fit-connect-300/

6. Reinigung und Pflege

Reinigen Sie den Fitness Tracker mit einem weichen, feuchten Tuch. Lassen Sie das Gerät an der Luft vollständig trocknen, bevor Sie es wieder anlegen, aufbewahren oder den Akku aufladen.

Ein unsachgemäßer Umgang mit dem Gerät kann zu Beschädigungen führen. Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, Bürsten mit harten Borsten oder scharfe Gegenstände. Diese können die Oberflächen beschädigen. Ihr Fitness Tracker ist wasserdicht nach Schutzklasse IP67, tauchen Sie diesen nicht in andere Flüssigkeiten.

7. Verbraucher-Service

Bei Fragen und Anregungen steht Ihnen unser Verbraucher-Service gerne zur Verfügung:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gebührenfrei)

Mo – Fr, 8 – 18 Uhr

Internet: soehnle.de

8. Weitere Informationen

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite www.soehnle.de

9. Technische Daten

Artikelnummer: 68102

Bluetooth® Version: 4.0

USB Anschluss: 2.0 Typ-A

Frequenzband: 2,4 GHz

Max. Sendeleistung: 3 mW

Batterietyp: Lithium-Polymer

Displaytyp: OLED

DisplaymaÙe: 25 x 23 mm

Schutzklasse: IP67 (wasserdicht, schwimmen)

Datenspeicher: 7 Tage

Akkulaufzeit: ca. 2-5 Tage (abh. von der Nutzungsintensität und der Pulsfunktion)

Table of Contents

1. Scope of delivery
2. Product description
3. Tips
4. First use
5. Device and operation
6. Cleaning and care
7. Consumer Service
8. Further information
9. Technical data

1. Scope of delivery

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitness tracker with detachable strap)
- 1x Instruction manual

2. Product description

Your personal Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR records your daily activities such as heart rate, number of steps, distance, activity duration, calorie consumption and the achievement of your daily exercise goals in order to support your fitness and health. The data is transferred to your Soehnle Connect app via *Bluetooth*® and can be evaluated there.

3. Tips

Read this manual and the following information carefully before using the device and keep this manual in a safe place.

WARNING! Danger of swallowing by small children! Children are not allowed to play with the device. Keep away from children.

WARNING! Danger of fire/explosion or burns! The article contains a lithium polymer battery. This may not be removed, disassembled, thrown into fire or short-circuited. Do not charge the battery at temperatures below 5 or above 40 degrees Celsius.

ATTENTION! Possible damage to property! Do not drop the device and protect it from impacts. Do

not expose the device to extreme temperatures or strong temperature fluctuations. Also protect the device from direct sunlight and dust. Do not use harsh chemicals, aggressive or abrasive cleaning agents for cleaning. Protect the display from hard and scratching objects.

NOTE! Intended use: The product is intended exclusively for private, non-commercial household use. This is not a medical device.

NOTE! If you do not use the device for a long period of time, charge the battery once every 3-6 months to ensure that the battery works properly.



Battery disposal EC Directive 2008/12/EC

Batteries and rechargeable batteries should not be disposed of with household waste. You must return your old batteries or rechargeable batteries to public collection points in your community or wherever batteries of this type are sold.



Disposal of electrical and electronic equipment EC Directive 2012/19/EU

This product should not be treated as normal household waste. It should be disposed of at a collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. You can find further information about your municipality, com-



munal disposal businesses or the company from which you bought the product.



Soehnle hereby declares that this device complies with the essential requirements and other relevant provisions of Directives 2014/53/EU. The EU Declaration of Conformity can be found at **www.soehnle.com**

4. First use

Charging the battery

Fully charge the tracker before initial operation. Remove the detachable strap **(B)** from the display module **(A)** **(4.1)**. Now plug the USB plug of the display module **(C)** into a common, active USB port. Note that the contacts of the module **(4.2)** touch the contacts of the USB port, otherwise the device will not charge. The display **(5.1.1)** shows the state of charge of the battery ( = fully charged /  = battery exhausted).

Install the Soehnle Connect app

GB



For full functionality, install the free Soehnle Connect app on your smartphone or tablet. Scan the QR code shown to get to the app in the appstore.

Alternatively, you can find the app for your Android™ device on Google Play or for your Apple® device on the Apple App Store. Please note the exact name of the app when searching: "Soehnle Connect".

Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

First connection with Soehnle Connect app

Activate *Bluetooth*[®] on your smartphone or tablet and launch the Soehnle Connect app; when you launch the app for the first time, you will automatically be guided through the process of connecting a Soehnle device.

If you have already used the Soehnle Connect app with Soehnle products, go to the "Main menu" in the Soehnle Connect app to connect the fitness tracker and press "My devices" and then "Add device". You are automatically guided through the installation process.

Setting Up Your Fitness Tracker

All settings of your Fitness Tracker are conveniently made via the user interface of the Soehnle Connect app. The time and date are automatically set according to the system time of the smartphone or tablet after connecting. You can also set times for the vibration alarm (alarm clock) and switch the pulse function of the Fitness Tracker on or off in the corresponding device settings in the "My devices" menu. If you have set a daily target for steps in the app, the Fit Connect 300 HR will take it over to alert you when you reach it with a vibration alarm.

Compatibility

The Soehnle Connect app is compatible with Google Fit® and Apple Health®. After the devices have transferred the data to the Soehnle Connect app, they can be automatically transferred to the Google Fit® / Apple Health® app used in each case if desired. To do this, tick the corresponding box in the "More about the app" menu. It may be necessary to allow the Soehnle app as the source in Google Fit® / Apple Health® or in the app settings on your smartphone. Please refer to the instructions of the external apps or your operating system.

5. Device and operation

With the Soehnle Fitness Tracker, various data can be recorded and sometimes shown directly on the display. You can find more displays, graphics and tips in the Soehnle Connect app, where you can also use other functions and merge and manage your collected data. Settings for targets, vibration alarms (alarm clocks), etc. must always be made in the app.

Fig.	default mode
5.1.1	Time, date, battery charge status (battery status)
5.1.2	pulse rate
5.1.3	practice mode

5.1.4	Daily activities*
Fig.	practice mode
5.2.1	Stopwatch: launch
5.2.2	Stopwatch: Break
5.2.3	Stopwatch: Stop
5.2.4	Activity report: Basic data
5.2.5	Activity report: interval data
Fig.	Reminders
5.3.1	Incoming message
5.3.2	Incoming call
5.3.3	Vibration alarm (alarm clock)
5.3.4	Daily goal achieved

Daily data are automatically reset to zero at midnight. The steps, calories etc., which can be seen during the day are therefore counted from 0 o'clock of the day.

To change the views on the display of your device, wipe left or right via the touch-sensitive display to switch through the different views (5.1.2-.1.4 or 5.2.4-.2.5).


Time, date and battery charge status (battery status)

Touching the display starts the display in the time mode (5.1.1).

Day activities

This overview (5.1.4) shows you the most important data recorded:

Pedometer* ()

Progress of your daily goal* ()

Calorie consumption* ()



Distance travelled* ()

In the Daily Activities 5.1.4 view you will find the most important information such as the number of steps already achieved on this day, the calories consumed and the distance covered. In addition, the progress bar on this screen shows the proportion of the set daily target.


Pulse rate

As soon as you create the Fitness Tracker, your pulse is automatically determined and shown in the corresponding display **(5.1.2)**. When this screen is displayed, the Fitness Tracker takes up to approximately 30 seconds to find the pulse. Wear the tracker directly on your skin, otherwise no measurement is possible. The heart rate measurement function is activated by default 24 hours a day. If you wish to deactivate this function, for example at night, you can do so in the Soehnle Connect app in the main menu under "My devices" and call up the corresponding function.

Practice mode

You control the training mode using the function keys shown on the display. Switch to the "Training Mode" view **(5.1.3)** and touch the symbol  The training mode starts in the stopwatch display **(5.2.1)**. You can start and pause the stopwatch with  **(5.2.2)**.

In the stopwatch view (5.2.1) you can display various current activity data (steps, heart rate, calories, stride rate and time) by wiping to the left or right in the middle of the screen.

If the stopwatch is paused, you can end the current workout by touching the icon  at the bottom left of the screen and automatically access the activity report

(5.2.4). Switch between the view of the basic training data and the heart rate zones **(5.2.5)** by wiping.

Sleep analysis

Your Fit Connect 300 HR Fitness Tracker has an automatic sleep detection function, which means it detects the start and end of sleep and records different sleep phases during sleep. All data is stored on the device and transferred to it when connected to the app. The data is then displayed on the "Sleep" tile in the app. Details of the sleep phases can be found on the following detail screens after touching the "Sleep" tile.

Notification functions, vibration alarm/alarm clock, step target

GB

The views **5.3.1 - 5.3.4** are automatically displayed on incoming message **(5.3.1)**, incoming call **(5.3.2)**, vibration alarm **(5.3.3)** or reached daily destination **(5.3.4)**.

View **5.3.2** shows the phone number of an incoming call. If you have saved the caller's number in your phone book, the caller's name is displayed. The prerequisite for this is that you have granted the Soehnle Connect app access rights to contacts, telephone and SMS. When the fitness tracker is added with the Soehnle Connect app during commissioning (onboarding), these are expressly requested as ap-

proval. If you have not approved this, you can grant permission for smartphones with operating system Android™, from version 6.0, in the settings in the operating system under "Apps". Alternatively, remove the device from the Soehnle Connect app and also from the Bluetooth menu of your smartphone's operating system (found under Settings) and add the Fitness Tracker to the app again (first connection to the Soehnle Connect app).

Data transfer to the smartphone / tablet

Start the Soehnle Connect app. If the device is nearby, the data is automatically transferred to the app via *Bluetooth*®. Or wipe down on the main screen

(dashboard) of the app (pull to refresh). Make sure that *Bluetooth*® is activated on your smartphone/tablet. The data is now transferred and can then be seen in the app in the corresponding areas. Your Soehnle Fitness Tracker has a seven-day memory for the data collected. Please connect the Fitness Tracker regularly within this time to transfer the stored data to the Soehnle Connect app and use it for a longer period of time.

You can find the latest information on your product on the Internet at www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Cleaning and care

Clean the Fitness Tracker with a soft, damp cloth. Allow the unit to air dry completely before putting it back on, storing it or charging the battery.

Improper handling of the device can lead to damage. Do not use aggressive cleaning agents, brushes with hard bristles or sharp objects. These can damage the surfaces. Your Fitness Tracker is waterproof to IP67, do not immerse in other liquids.

7. Consumer Service

If you have any questions or suggestions, please do not hesitate to contact our Consumer Service:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gebührenfrei)

Mo – Fr, 8am – 6pm

Internet: soehnle.com

8. Further information

For further information please visit our website

www.soehnle.com

9. Technical data

Article number:	68102
Bluetooth® Version:	4.0
USB port:	2.0 Type A
Frequency band:	2.4 GHz
Max. transmission power:	3 mW
Battery type:	lithium polymer
Display type:	OLED
Display dimensions:	25 x 23 mm
Protection class:	IP67 (waterproof, floating)
Data memory:	7 days
Battery life:	approx. 2-5 days <i>(depending on the intensity of use and the pulse function)</i>

Inhoud

1. Inhoud verpakking
2. Productbeschrijving
3. Ter informatie
4. Eerste keer gebruik
5. Apparaat en bediening
6. Schoonmaken en onderhoud
7. Consumentenservice
8. Verdere informatie
9. Technische gegevens

1. Inhoud verpakking

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitnesstracker met afneembare armband)
- 1x Gebruikershandleiding

2. Productbeschrijving

Uw persoonlijke Soehnle fitnesstracker Fit Connect 300 HR legt bij uw dagelijkse activiteiten gegevens vast zoals hartslag, aantal stappen, afgelegde afstand, activiteitsduur, calorieverbruik en het behalen van uw dagelijkse bewegingsdoel. De handige hulp om uw conditie en gezondheid in de gaten te houden! Via *Bluetooth*[®] worden de gegevens ver-

zonden naar uw Soehnle Connect-App. Daar kunnen ze geanalyseerd worden.

3. Ter informatie

Lees de volgende gebruiksaanwijzing, instructies en informatie zorgvuldig door, voordat u het apparaat gaat gebruiken en bewaar deze gebruiksaanwijzing.

WAARSCHUWING! Er bestaat inslikkingsgevaar voor kleine kinderen! Kinderen mogen niet met het apparaat spelen. Houd het apparaat buiten bereik van kinderen.

WAARSCHUWING! Gevaar voor brand/explosie en chemische verbranding! Het artikel bevat een lithium-polymeer-accu. Deze accu niet uit het ap-

paraat halen, niet uit elkaar halen, vervormen, in vuur gooien of kortsluiten. Laad de accu niet op bij temperaturen lager dan 5 graden Celsius of boven 40 graden Celsius.

ATTENTIE! Gevaar voor materiële schade! Laat het apparaat niet vallen en bescherm het tegen stoten. Stel het apparaat niet bloot aan extreme temperaturen of sterke temperatuurverschillen. Bescherm het apparaat tegen directe zonnestrallen. Gebruik geen bijtende chemicaliën en geen agressieve of schurende schoonmaakmiddelen om het apparaat schoon te maken. Bescherm het display tegen harde en krassende voorwerpen.

LET OP! Gebruik het product uitsluitend in overeenstemming met het doel! Het product is bedoeld

voor particulier, niet-commercieel huishoudelijk gebruik. Het is geen medisch hulpmiddel.

LET OP! Als u het apparaat langere tijd niet gebruikt, laad de accu dan toch iedere 3-6 maanden een keer volledig op. Dit om te zorgen dat de accu goed blijft functioneren.



Afgedankte batterijen en accu's EG-richtlijn 2008/12/EG

Batterijen en accu's horen niet in het huisvuil. Breng afdankte batterijen en accu's naar een inleverpunt. U kunt afgedankte batterijen onder meer overal inleveren waar de betreffende soort batterijen verkocht wordt.



Afvalverwerking van afgedankte elektrische en elektronische apparatuur EG-Richtlijn 2012/19/EU



Dit product niet met het gewone huisvuil-restafval weggooien. Breng het naar een inleverpunt voor recycling van elektrische en elektronische apparaten. Meer informatie is te krijgen bij uw gemeente, de lokale afvalstoffendienst of bij de winkel waar u het apparaat gekocht heeft.



Hierbij verklaart Soehnle dat dit apparaat voldoet aan alle essentiële en andere relevante bepalingen van Richtlijn 2014/53/EU. De EU-conformiteitsverklaring vindt u op **www.soehnle.com**

4. Eerste keer gebruik

Accu opladen

Laad de fitnesstracker volledig op voordat u deze voor de eerste keer gaat gebruiken. Trek de afneembare armband **(B)** los van de displaymodule **(A)** **(4.1)**. Steek nu de USB-stekker van de displaymodule **(C)** in een gangbare actieve USB-aansluiting. Let op, dat de contacten van de module **(4.2)** de contacten van de USB-aansluiting raken, anders wordt het apparaat niet opgeladen. Op het display **(5.1.1)** wordt het accuniveau getoond ( = volledig opgeladen /  = accu leeg).

Soehnle Connect-App installeren



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Installeer voor volledige functionaliteit de gratis Soehnle Connect-App op uw smartphone of tablet. Scan de afgebeelde QR-code om naar de app in de Appstore te gaan.

Alternatief: u vindt de app voor uw Android™-apparaat op Google Play en voor uw Apple®-apparaat in de App Store. Let bij het zoeken op de exacte naam van de app: Soehnle Connect

De eerste keer verbinden met de Soehnle Connect-App

Activeer *Bluetooth*® op uw smartphone of tablet en start de Soehnle Connect-App. Als u de app voor de eerste keer start, leidt deze u automatisch door het verbindingproces met een Soehnle-apparaat.

Als u de Soehnle Connect-App al met Soehnle-producten gebruikt heeft, dan gaat u om de fitnessstracker te verbinden in de Soehnle Connect-App naar het hoofdmenu, tikt op 'Mijn Apparaten' en dan op 'Apparaat toevoegen'. U wordt automatisch door het installatieproces heen geleid.

Instellen van de fitnessstracker

Alle instellingen voor de fitnessstracker zijn gemakkelijk aan te passen via de interface van de Soehnle Connect-App. Tijd en datum worden na het verbinden automatisch ingesteld aan de hand van de systeemtijd van smartphone of tablet. Bovendien kunt u in menu 'Mijn Apparaten' bij de relevante apparaatinstellingen tijden voor het trilalarm (wekker) vastleggen en de hartslagfunctie van de fitnessstracker in- of uitschakelen. Voor zover u een dagdoel voor stappen vastgelegd heeft in de app, neemt de Fit Connect 300 HR dit over, om u bij het bereiken van uw dagdoel daarop te wijzen met het trilalarm.

Compatibiliteit

De Soehnle Connect-App is compatibel met Google Fit® en Apple Health®. Nadat de apparaten de gegevens verzonden hebben naar de Soehnle Connect-App, kunt u de gegevens desgewenst automatisch laten doorgeven aan Google Fit® / Apple Health®. Vink daarvoor in Menu 'Meer rond de App' het betreffende vakje aan. Het kan nodig zijn om in Google Fit® / Apple Health® of in de app-instellingen op uw smartphone gebruik van de Soehnle App als bron toe te staan. Raadpleeg hiervoor de handleiding van de derden-app of uw besturingssysteem.

5. Apparaat en bediening

Met de Soehnle fitnessstracker kunnen diverse gegevens vastgelegd worden en deels direct weergegeven worden op het display. Verdere weergaves, overzichten, grafieken en tips vindt u in de Soehnle Connect-App. Daar kunt u ook de overige functies gebruiken, uw vastgelegde gegevens samenvoegen en beheren. Instellingen voor doelen, trilalarm (wekker) en dergelijke moeten altijd in de app plaatsvinden.

afb.	Standaardmodus
5.1.1	Tijd, datum, accu-niveau (accustatus)
5.1.2	Hartslagfrequentie

5.1.3	Trainingsmodus
5.1.4	Dagactiviteiten*
afb.	Trainingsmodus
5.2.1	Stopwatch: Start
5.2.2	Stopwatch: Pauze
5.2.3	Stopwatch: Stop
5.2.4	Activiteitsrapportage Basisgegevens
5.2.5	Activiteitsrapportage Intervalgegevens
afb.	Reminders
5.3.1	Inkomend bericht
5.3.2	Inkomend telefoontje
5.3.3	Trilalarm (wekker)
5.3.4	Dagdoel bereikt

* Gegevens die betrekking hebben op een bepaalde dag worden steeds om 24:00 uur automatisch op nul gezet. De stappen, calorieën en dergelijke die in de loop van de dag te zien zijn, worden dus geteld vanaf 00.00 uur op deze dag.

Om te switchen tussen de weergaves op het display van uw apparaat veegt u over het touchscreen naar links of naar rechts, om door de verschillende weergaves (5.1.2–5.1.4 of 5.2.4–5.2.5) te gaan.

Tijd, datum en accu-niveau (accustatus)


Door aanraken van het display start de weergave in tijdmodus (5.1.1).

Dagactiviteiten

In dit overzicht (5.1.4) ziet u de belangrijkste vastgelegde gegevens.

Stappenteller* ()

Voortgang van uw dagdoel* ()

Calorieverbruik* ()




Afgelegde afstand* ()

Op weergave Dagactiviteiten 5.1.4 vindt u de belangrijkste gegevens, zoals het al op deze dag bereikte aantal stappen, de verbruikte calorieën en de afgelegde afstand. Bovendien geeft de voortgangsbalk op dit scherm aan in hoeverre het gestelde dagdoel behaald is.


Hartslagfrequentie

Zodra u de fitnesstracker omdoet wordt uw hartslag automatisch gemeten en weergegeven in het betreffende display **(5.1.2)**. Als u deze weergave oproept, heeft de fitnesstracker tot ca. 30 seconden nodig om de hartslag te vinden. Draag de fitnesstracker direct op de huid, want anders is geen meting mogelijk. De hartslagmeetfunctie is standaard 24 uur per dag geactiveerd. Wilt u deze functie uitschakelen, bijvoorbeeld 's nachts, dan kunt u dit doen door de betreffende functie op te roepen in de Soehnle Connect-App in het hoofdmenu onder Mijn Apparaten.

Trainingsmodus

U stuurt de trainingsmodus met de op het display getoonde functietoetsen. Ga naar weergave Trainingsmodus **(5.1.3)** en raak Symbool  aan. De trainingsmodus start in stopwatch-weergave **(5.2.1)**. De stopwatch kunt u starten met  en pauzeren met  **(5.2.2)**.

In de stopwatch-weergave (5.2.1) kunt u diverse actuele activiteitsgegevens (stappen, hartslag, stappenfrequentie en tijd) bekijken door midden op het scherm naar links of naar rechts te vegen.

Als de stopwatch gepauzeerd is, dan kunt u door symbool  linksonder op het scherm aan te raken

de actuele trainingssessie beëindigen. U komt dan automatisch in de activiteitenrapportage **(5.2.4)**. Switch door vegen tussen de weergave van de basis-traininggegevens en de hartslagzones **(5.2.5)**.

Slaapanalyse

De Fit Connect 300 HR fitnesstracker heeft een automatische slaapherkenningsfunctie, dat wil zeggen dat de tracker begin en einde van de slaap herkent en verschillende slaaphases vastlegt tijdens de slaap. Alle gegevens worden opgeslagen op het apparaat en bij verbinding met de app naar de app verzonden. De gegevens worden dan weergegeven op tegel 'Slaap' in de app. Details over de slaaphases ziet

u na aanraken van de tegel 'Slaap' op de volgende detailschermen.

Berichtenfunctie, trilalarm/wekker, stappendoel

De weergaves **5.3.1 – 5.3.4** worden automatisch getoond bij een inkomend bericht **(5.3.1)**, inkomend telefoontje **(5.3.2)**, trilalarm **(5.3.3)** of bereikt dagdoel **(5.3.4)**.

Weergave **5.3.2** toont het telefoonnummer van een binnenkomend telefoontje. Als u het nummer van de beller in het telefoonboek van uw smartphone heeft opgeslagen, dan wordt de naam van de beller getoond. Voorwaarde daarvoor is wel, dat u de Soehnle Connect-App rechten voor

toegang tot contacten, telefoon en sms verleend heeft. Bij het toevoegen van de fitnesstracker met de Soehnle Connect-App bij de eerste keer gebruik (onboarding) wordt uitdrukkelijk toestemming gevraagd voor het verlenen van deze rechten. Als u geen toestemming gegeven heeft, kunt u dit later nog doen bij smartphones met besturingssysteem Android™, vanaf versie 6.0, in de instellingen in het besturingssysteem onder 'Apps'. Een alternatieve manier is om het apparaat te verwijderen uit de Soehnle Connect-App en uit het Bluetooth-menu van het besturingssysteem van uw smartphone (te vinden onder Instellingen). Voeg de fitnesstracker daarna opnieuw toe in de app (voor het eerst verbinden met de Soehnle Connect-App).

Verzending van gegevens naar smartphone/ tablet

Start de Soehnle Connect-App. Als het apparaat zich in de buurt bevindt, worden de gegevens automatisch via *Bluetooth*® verzonden naar de app. Of u veegt op het hoofdscherm (Dashboard) de app naar beneden (pull to refresh). Let op, dat *Bluetooth*® op uw smartphone/tablet geactiveerd is. De gegevens worden nu verzonden en u kunt ze vervolgens bekijken in de app, op de desbetreffende weergaven. De Soehnle fitnesstracker heeft een zeven-dagen-geheugen voor de verzamelde gegevens. Verbind de fitnesstracker regelmatig binnen deze tijd, om de opgeslagen gegevens naar

de Connect-App te verzenden en ze langere tijd te kunnen gebruiken.

De actueelste informatie over uw product vindt u online via www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Schoonmaken en onderhoud

Maak de fitnessstracker schoon met een zachte vochtige doek. Laat het apparaat volledig drogen aan de lucht, voordat u het weer omdoet, opbergt of de accu oplaadt.

Niet-correct gebruik van het apparaat kan leiden tot beschadigingen. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen, borstels met harde borstelharen of scherpe voorwerpen. Deze kunnen de oppervlakken beschadigen. De fitnessstracker is waterdicht conform beschermingsklasse IP67. Dompel het apparaat niet in een andere vloeistof.

7. Consumentenservice

Met vragen en suggesties kunt u terecht bij onze consumentenservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratis)
ma–vr, 8–18 uur
Internet: soehnle.com

8. Verdere informatie

Verdere informatie vindt u op onze website www.soehnle.com

9. Technische gegevens

Artikelnummer:	68102
Bluetooth®-Versie:	4.0
USB-aansluiting:	2.0 type A
Frequentieband:	2,4 GHz
Max. zendvermogen:	3 mW
Accutype:	lithium-polymeer
Displaytype:	OLED
Afmetingen display	25 x 23 mm
Beschermingsklasse:	IP67 (waterdicht, zwemmen)
Gegevensopslag:	7 dagen
Acculooptijd:	ca. 2-5 dagen (afhankelijk van de gebruikintensiteit en de hartslagfunctie)

Indice

1. Dotazione
2. Descrizione del prodotto
3. Note
4. Prima messa in funzione
5. Dispositivo ed uso
6. Pulizia e manutenzione
7. Servizio per gli utenti
8. Ulteriori informazioni
9. Specifiche tecniche

1. Dotazione

- 1x Soehnle Fit Connect 300 (Fitness Tracker con braccialetto rimovibile)
- 1x Istruzioni per l'uso

2. Descrizione del prodotto

Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 traccia le proprie attività quotidiane come la frequenza del polso, il numero di passi, la distanza percorsa, la durata dell'attività, le calorie bruciate e il raggiungimento degli obiettivi di attività fisica quotidiana per aiutare a stare in forma e salute. Tramite *Bluetooth*®, i dati vengono trasferiti all'app Soehnle Connect, dove possono essere valutati.

3. Note

Leggere attentamente le istruzioni per l'uso e le seguenti istruzioni prima di utilizzare il dispositivo e conservare le istruzioni per l'uso.

AVVERTENZA! Rischio di deglutizione da parte di bambini piccoli! Tenere il dispositivo fuori dalla portata dei bambini. Tenerlo lontano dai bambini.

AVVERTENZA! Pericolo di incendio/esposizione o corrosione! L'articolo contiene una batteria ai polimeri di litio. Questa non deve essere smontata, deformata, gettata nel fuoco o cortocircuitata. Non caricare la batteria a temperature inferiori a 5 o superiori a 40 gradi Celsius.

ATTENZIONE! Possibili danni materiali! Non far cadere il dispositivo e proteggerlo dall'impatto. Non esporre il dispositivo a temperature estreme o a forti sbalzi di temperatura. Proteggere il dispositivo dalla luce diretta del sole e dalla polvere. Non utilizzare prodotti chimici corrosivi, detergenti aggressivi o abrasivi per la pulizia. Proteggere il display da oggetti duri e che possano graffiare.

AVVISO: Uso previsto: Il prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico privato e non commerciale. Non è un dispositivo medico.

AVVISO: Se non si utilizza il dispositivo per un lungo periodo di tempo, si prega di ricaricare la batteria una volta ogni 3-6 mesi per assicurarsi che la batteria funzioni correttamente.



Smaltimento delle batterie Direttiva CE 2008/12/CE

Le batterie e le batterie ricaricabili non vanno smaltite tra i rifiuti domestici. Bi-

sogna consegnare le vecchie batterie o le batterie ricaricabili ai punti di raccolta pubblici della propria comunità o ovunque vengano vendute batterie di quel tipo.



Smaltimento di apparecchi elettrici ed elettronici Direttiva CE 2002/19/UE

Questo prodotto non deve essere smaltito come un normale rifiuto domestico, ma deve essere consegnato a un centro di raccolta per il riciclaggio di apparecchi elettrici ed elettronici. Per



ulteriori informazioni si prega di contattare il proprio comune di residenza, l'azienda comunale di smaltimento oppure il negozio in cui è stato acquistato il prodotto.



Soehnle dichiara che il presente dispositivo è conforme ai requisiti di base e alle ulteriori disposizioni in materia previsti dalla Direttiva 2014/53/UE. La dichiarazione di conformità UE è disponibile all'indirizzo www.soehnle.com

4. Prima messa in funzione

Caricare la batteria

Caricare completamente il Tracker prima di utilizzarlo per la prima volta. Estrarre il braccialetto **(B)** dal modulo di visualizzazione **(A)** **(4.1)**. A questo punto inserire la spina USB del modulo di visualizzazione **(C)** in una comune porta USB attiva. Prestare attenzione che i contatti del modulo **(4.2)** tocchino i contatti della porta USB, altrimenti il dispositivo non si carica. Il display **(5.1)** mostra lo stato di carica della batteria ricaricabile ( = completamente carica /  = batteria scarica).

Installazione dell'App Connect Soehnle



Per la completa funzionalità, installare l'app gratuita Soehnle Connect sul proprio smartphone o tablet. Scansionare il codice QR per accedere all'app nell'Appstore. In alternativa, si può trovare l'app per dispositivi Android™ su Google Play o per dispositivi Apple® nell'App Store di Apple. Prestare attenzione a cercare il nome corretto dell'App: "Soehnle Connect".

Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

Primo collegamento con l'app Connect Soehnle

Attivare *Bluetooth*® sul proprio Smartphone o Tablet e avviare l'app Soehnle Connect. Quando si avvia l'app per la prima volta, si sarà guidati automaticamente attraverso il processo di connessione di un dispositivo Soehnle.

Se si è già utilizzata l'app Soehnle Connect con i prodotti Soehnle, andare al "Menu principale" nell'app Soehnle Connect per collegare il Fitness Tracker e selezionare "I miei dispositivi" e quindi "Aggiungi dispositivo". Si viene automaticamente guidati attraverso il processo di installazione.

Impostazione del proprio Tracker Fitness

Tutte le impostazioni di Fitness Tracker vengono fatte comodamente attraverso l'interfaccia dell'app Soehnle Connect. L'ora e la data vengono impostate automaticamente dopo la connessione in base all'ora di sistema dello smartphone o del tablet. Inoltre, è possibile impostare i tempi per gli allarmi a vibrazione (svegli) nel menu "I miei dispositivi" nelle impostazioni del dispositivo corrispondente, attivare o disattivare la funzione di rilevazione della frequenza cardiaca del Fitness Tracker. Se si è impostato un obiettivo giornaliero per i passi nell'app, Fit Connect 300 HR, quando lo si raggiunge, avvisa vibrando.

Compatibilità

L'app Soehnle Connect è compatibile con Google Fit® e Apple Health®. Una volta che i dispositivi hanno trasferito i dati nell'app Soehnle Connect, questi possono essere trasferiti automaticamente alla rispettiva app Google Fit® / Apple Health®. Per fare ciò, mettere il segno di spunta nel menu "Ulteriori informazioni sull'app". Potrebbe essere necessario acconsentire all'utilizzo dell'app Soehnle come sorgente in Google Fit® / Apple Health® o nelle impostazioni dell'app sullo smartphone. Guardare le istruzioni delle app di terze parti o del proprio sistema operativo.

5. Dispositivo ed uso

Con Soehnle Fitness Tracker, i dati possono essere registrati e visualizzati parzialmente direttamente sul display. Per ulteriori annunci, grafica e suggerimenti, visitare l'app Soehnle Connect, dove è possibile anche utilizzare altre funzioni, unire e gestire i dati raccolti. Le impostazioni per obiettivi, allarme a vibrazione (sveglia), ecc. Devono sempre essere effettuate nell'app.

Fig.	Modalità standard
5.1.1	Ora, data, stato di carica della batteria ricaricabile (stato della batteria)
5.1.2	Frequenza cardiaca

5.1.3	Modalità addestramento
5.1.4	Attività quotidiane*
Fig.	Modalità addestramento
5.2.1	Cronometro: Inizio
5.2.2	Cronometro: Pausa
5.2.3	Cronometro: Arresto
5.2.4	Report attività: Dati di base
5.2.5	Report attività: Dati intervallo
Fig.	Promemoria
5.3.1	Messaggio in arrivo
5.3.2	Chiamata in arrivo
5.3.3	Allarme vibrazione (sveglia)
5.3.4	Obiettivo quotidiano raggiunto

* I dati giornalieri vengono automaticamente ripristinati a zero alle 24:00. I passi, le calorie, ecc. che si vedono durante il giorno, vengono quindi contati a partire dalla mezzanotte.

Per modificare le visualizzazioni sul display del dispositivo, scorrere sfiorando la superficie verso sinistra o destra sul display sensibile per passare attraverso le diverse visualizzazioni (5.1.2 – 5.1.4 o 5.2.4 – 5.2.5).

Ora, data e stato di carica della batteria (Stato della batteria)

Toccando il display si avvia la visualizzazione in modalità orario (5.1.1).


Attività quotidiane

Questa panoramica (5.1.4) mostra i dati più importanti inseriti:

Contapassi* ()

Progresso obiettivo quotidiano* ()

Il consumo di calorie * ()




Distanza percorsa * ()

Nella vista Attività quotidiane 5.1.4 si trovano le informazioni più importanti come il numero di passi già fatti in questo giorno, le calorie consumate e la distanza percorsa. Inoltre, la barra di avanzamento in questa schermata mostra la proporzione del target giornaliero impostato.

Frequenza cardiaca

Non appena si applica Fitness Tracker, la frequenza cardiaca verrà determinata automaticamente e visualizzata nel display corrispondente **(5.1.2)**. Quando si richiama questa visualizzazione, Fitness Tracker impiega circa 30 secondi per trovare la frequenza cardiaca. Indossare il Tracker direttamente sulla pelle, altrimenti non è possibile effettuare misurazioni. Il cardiofrequenzimetro è abilitato di default 24 ore al giorno. Se si desidera disabilitare questa funzione, ad esempio di notte, è possibile farlo nell'app Soehnle Connect nel menu principale alla voce "I miei dispositivi" e richiamare la funzione appropriata.

Modalità addestramento

La modalità di allenamento può essere controllata tramite i tasti funzione mostrati sul display. Passare alla visualizzazione "Modalità allenamento" **(5.1.3)** e toccare l'icona. . La modalità allenamento inizia nel display del cronometro **(5.2.1)**. Il cronometro può essere avviato e messo in pausa con   **(5.2.2)**.

Nella Vista cronometro (5.2.1), è possibile visualizzare vari dati relativi alle attività correnti (passi, frequenza cardiaca, calorie, ritmo e tempo) scorrendo a sinistra o a destra al centro dell'immagine.

Se il cronometro è in pausa, è possibile interrom-

per la sessione di allenamento corrente toccando l'icona ■ in basso a sinistra dello schermo e inserire automaticamente il rapporto di attività (5.2.4). Scorrere tra la visualizzazione dei dati di allenamento di base e le zone di frequenza cardiaca (5.2.5).

Analisi del sonno

Il Tracker Fitness Fit Connect 300 HR dispone di una funzione automatica di rilevamento del sonno, che riconosce l'inizio e la fine del sonno e ne registra le diverse fasi durante il sonno. Tutti i dati vengono memorizzati sul dispositivo e trasferiti ad esso quando connesso all'app. I dati vengono quindi visualizzati sul riquadro "Sonno" nell'app. I dettagli sulle fasi

del sonno possono essere trovati dopo aver toccato il riquadro "Sonno" nelle seguenti schermate dettagliate.

Le funzioni di notifica, Allarme vibrazione/sveglia, obiettivo

Le viste 5.3.1 – 5.3.4 vengono automaticamente visualizzate sul messaggio in arrivo (5.3.1), chiamata in entrata (5.3.2), avviso vibrazione (5.3.3) od obiettivo giornaliero raggiunto (5.3.4).

La vista 5.3.2 mostra il numero di telefono di una chiamata in arrivo. Se è stato salvato il numero del chiamante nella rubrica dello smartphone, viene visualizzato il nome del chiamante. Il prerequisito per

questo è che si sia concesso all'app Soehnle Connect l'accesso a contatti, telefono e SMS. Questo viene esplicitamente richiesto quando si aggiunge Fitness Tracker all'app Soehnle Connect durante la messa in servizio (onboarding). Se non si è data l'autorizzazione, si può concedere l'autorizzazione su smartphone con sistema operativo Android™, dalla versione 6.0 o successiva, nelle impostazioni del sistema operativo nell'"App". In alternativa, rimuovere nuovamente il dispositivo dall'app Soehnle Connect e anche dal menu Bluetooth del sistema operativo dello smartphone (disponibile in Impostazioni) e aggiungere nuovamente Fitness Tracker nell'app (prima connessione con l'app Soehnle Connect).

Trasferimento dati su smartphone / tablet

Avviare l'app Soehnle Connect. Se il dispositivo si trova nelle vicinanze, i dati vengono automaticamente trasferiti tramite *Bluetooth*® all'app. Oppure scorrere verso il basso la schermata principale (dashboard) dell'app (tirare per aggiornare). Assicurarsi che *Bluetooth*® sia attivato sul proprio Smartphone/Tablet. A questo punto i dati vengono trasferiti e possono quindi essere visualizzati nell'app nelle aree appropriate. Fitness Tracker Soehnle memorizza per sette giorni i dati raccolti. Collegare regolarmente Fitness Tracker entro questo periodo per trasferire i dati memorizzati nell'app Soehnle

Connect per poterli usare per un periodo di tempo più lungo.

Le informazioni più recenti sul prodotto sono disponibili su Internet all'indirizzo www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Pulizia e manutenzione

Pulire Tracker Fitness con un panno morbido e umido. Lasciare asciugare completamente il dispositivo prima di sostituire, conservare o ricaricare la batteria. L'uso improprio del dispositivo può causare danni. Non utilizzare detergenti aggressivi, spazzole con setole dure o oggetti appuntiti. Questi possono danneggiare le superfici. Fitness Tracker è impermeabile con classe di protezione IP67, non immergerlo in altri fluidi.

7. Servizio per gli utenti

In caso di domande o suggerimenti, non esitare a contattare il nostro servizio clienti:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratuito)
Lun - Ven, 8 - 18
Internet: soehnle.com

8. Ulteriori informazioni

Per maggiori informazioni visitare il nostro sito web
www.soehnle.com

9. Specifiche tecniche

Codice articolo:	68102
Versione <i>Bluetooth</i> [®] :	4.0
Porta USB:	2.0 Tipo A
Banda di frequenza:	2,4 GHz
Max. potenza di trasmissione:	3 mW
Tipo di batterie:	Polimeri di litio
Tipo di display:	OLED
Dimensioni display:	25 x 23 mm
Classe di protezione:	IP67 (<i>impermeabile, nuoto</i>)
Memorizzazione dei dati:	7 giorni
Durata carica della batteria:	circa 2-5 giorni (<i>a seconda dell'intensità di utilizzo e della funzione della frequenza cardiaca</i>)

Sommaire

1. Contenu de la livraison
2. Description produit
3. Remarques
4. Première mise en marche
5. Appareil et utilisation
6. Nettoyage et entretien
7. Service utilisateur
8. Informations supplémentaires
9. Données techniques

1. Contenu de la livraison

- 1 Soehnle Fit Connect 300 HR (tracker d'activité avec bracelet amovible)
- 1 mode d'emploi

2. Description produit

Votre tracker d'activité personnel Soehnle Fit Connect 300 HR enregistre vos activités quotidiennes comme la fréquence cardiaque, le nombre de pas, les distances parcourues, la durée des activités, la dépense calorique et la réalisation de votre objectif quotidien pour vous accompagner dans votre démarche santé et fitness. Les données sont

transmises par *Bluetooth*® à l'appli Soehnle Connect pour être ensuite évaluées.

3. Remarques

Veuillez lire attentivement le mode d'emploi et les remarques suivantes avant d'utiliser l'appareil et conservez cette notice.

ATTENTION ! Risque d'étouffement pour les jeunes enfants ! Les enfants ne doivent pas jouer avec l'appareil. Conserver hors de portée des enfants.

ATTENTION ! Danger d'incendie/d'explosion ou de brûlures ! Ce produit contient une batterie lithium-polymère. Ne pas la sortir, démonter, jeter au feu ou court-circuiter. Ne pas recharger la batterie à des

températures inférieures à 5 degrés ou supérieures à 40 degrés celsius.

ATTENTION ! Dégâts matériels possibles ! Ne faites pas tomber l'appareil et protégez-le des chocs. Ne soumettez pas l'appareil à des températures extrêmes ou à des fortes variations de températures. Protégez l'appareil des rayons directs du soleil et de la poussière. N'utilisez pas de produits chimiques décapants ou de produits de nettoyages agressifs ou abrasifs. Maintenez l'écran à l'écart des objets durs et rugueux.

REMARQUE ! Utilisation conforme : Ce produit est exclusivement réservé à l'usage privé et non commercial. Ceci n'est pas un appareil médical.

REMARQUE ! Même si vous n'utilisez pas l'appareil

pendant une période prolongée, rechargez-le tout de même complètement tous les 3 à 6 mois afin de garantir le bon fonctionnement de la batterie.



**Mise au rebut de la batterie directive
CE 2008/12/EC**

Ne jetez pas les piles et les batteries à la poubelle. Les batteries et piles usagées doivent être apportées à des points de collecte publics ou aux points de vente de batteries de ce type.



**Élimination des équipements
électriques et électroniques
Directive CE 2012/19/UE**

Ce produit ne doit pas être traité avec les déchets ménagers, mais doit être éliminé dans un point de collecte pour le recyclage des équipe-



ments électriques et électroniques. Vous pourrez obtenir des informations complémentaires auprès de votre commune, les déchetteries locales ou le magasin où vous avez acheté le produit.



Soehnle déclare par la présente que cet appareil est conforme aux exigences essentielles et aux dispositions en vigueur de la directive 2014/53/UE. Vous pouvez consulter la déclaration de conformité UE sur le site www.soehnle.com

4. Première mise en marche

Recharger la batterie

Chargez complètement votre tracker d'activité avant la première utilisation. Retirez le bracelet amovible **(B)** du module d'affichage **(A)** depuis **(4.1)**. Branchez le connecteur USB du module d'affichage **(C)** sur un port USB conventionnel et actif. Veillez à ce que les contacts du module **(4.2)** ne touchent pas les contacts du port USB, sans quoi l'appareil ne chargera pas. L'écran **(5.1.1)** affiche l'état de charge de la batterie ( = complètement chargé /  = batterie épuisée).

Installer l'application Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

Pour utiliser toutes les fonctionnalités, installez l'application gratuite Soehnle Connect sur votre smartphone ou tablette. Scannez le code QR pour accéder à l'application dans l'AppStore.

Vous trouverez également l'application pour votre appareil Android™-sur Google Play ou pour votre appareil Apple® dans App Store d'Apple. Veillez à rechercher le nom exact de l'application : « Soehnle Connect ».

Première connexion à l'appli Soehnle Connect

Activez le *Bluetooth*® sur votre smartphone ou tablette et lancez l'application Soehnle Connect. En ouvrant l'appli pour la première fois, vous passerez automatiquement par un processus de connexion avec un appareil Soehnle.

F

Si vous avez déjà utilisé l'appli Soehnle Connect avec des produits Soehnle, allez dans le « menu principal » de l'application, sélectionnez « mes appareils » puis « ajouter un appareil » pour connecter votre tracker d'activité. Vous serez automatiquement accompagné dans le processus d'installation.

Paramétrage de votre tracker d'activité

Tous les paramètres de votre tracker d'activité se règlent confortablement avec l'interface utilisateur de l'appli Soehnle Connect. L'heure et la date se synchronisent automatiquement avec ceux de votre smartphone ou tablette une fois l'appareil connecté. Dans le menu « mes appareils », vous pouvez également définir les heures de l'alarme vibrante (réveil) ainsi qu'allumer et éteindre la fonction pous du tracker d'activité. Si vous définissez un objectif quotidien de nombre de pas dans l'application, le Fit Connect 300 HR l'enregistre pour vous signaler la réalisation de l'objectif avec une alarme vibrante.

Compatibilité

L'application Soehnle Connect est compatible avec Google Fit® et Apple Health®. Une fois les données des appareils transférées à l'appli Soehnle Connect, vous pouvez les transférer automatiquement vers les appli Google Fit® / Apple Health®. Pour ce faire, cochez la case correspondante dans le menu « Plus d'informations sur l'application ». Le cas échéant, il est nécessaire d'autoriser l'utilisation de l'application Soehnle dans Google Fit® / Apple Health® ou dans les paramètres application de votre smartphone. Pour ce faire, lisez les instructions correspondantes de l'application concernée ou de votre système d'exploitation.

5. Appareil et utilisation

Le tracker d'activité Soehnle enregistre différentes données et les affiche en partie directement sur l'écran. Vous trouverez davantage d'affichages, graphiques et conseils sur l'appli Soehnle Connect. Vous pouvez utiliser d'autres fonctions ainsi que rassembler et gérer les données collectées. Les paramètres concernant les objectifs, les alarmes (réveil) etc. se règlent toujours dans l'application.

F

Image	Mode standard
5.1.1	Heure, date, état de charge de la batterie
5.1.2	Fréquence cardiaque




5.1.3	Mode entraînement
5.1.4	Activités journalières*
Image	Mode entraînement
5.2.1	Chronomètre : Start
5.2.2	Chronomètre : Pause
5.2.3	Chronomètre : Stop
5.2.4	Rapport d'activité : Informations de base
5.2.5	Rapport d'activité : Données intermédiaires
Image	Rappels
5.3.1	Message entrant
5.3.2	Appel entrant
5.3.3	Alarme vibrante (réveil)
5.3.4	Objectif quotidien atteint

* Les données journalières sont automatiquement remises à zéro au bout de 24h Les pas, calories etc. qui s'affichent au cours de la journée sont donc comptabilisés à partir de 0h.


Fréquence cardiaque

Dès que vous mettez votre tracker d'activité, le pouls est automatiquement calculé et s'affiche à l'écran **(5.1.2)** correspondant. Pour consulter cet affichage, le tracker d'activité a besoin d'env. 30 secondes max. pour trouver le pouls. Portez le tracker à même la peau, sans quoi la mesure du pouls n'est pas possible. La fonction de mesure du pouls est activée 24h/24 par défaut. Si vous souhaitez désactiver cette fonction, comme par exemple la nuit, vous pouvez le faire dans l'application Soehnle Connect, sous « mes appareils » dans le menu principal.

Mode entraînement

Le mode entraînement vous permet de diriger les touches fonction qui s'affichent à l'écran. Passez à l'affichage « mode entraînement » **(5.1.3)** et effleurez le symbole . Le mode entraînement démarre dans l'affichage horloge **(5.2.1)**. Vous pouvez lancer le chronomètre à l'aide de  et le pauser  **(5.2.2)**.

Dans l'affichage horloge (5.2.1), vous pouvez afficher différentes données actuelles (pas, pouls, calories, fréquence de pas et heure) en balayant le milieu de l'image vers la gauche ou la droite.

Si le chronomètre est arrêté, vous pouvez mettre fin à l'entraînement en effleurant le symbole  en bas

à gauche de l'écran et arriver directement au rapport d'activité **(5.2.4)**. En balayant, vous basculez entre l'affichage des données de base et des zones de pouls **(5.2.5)**.

Analyse du sommeil

Votre tracker d'activité Fit Connect 300 est dispose d'une reconnaissance automatique du sommeil, c'est-à-dire qu'il détecte le début et la fin du sommeil et enregistre les différentes phases de votre sommeil. Toutes les données sont enregistrées sur l'appareil et transférées à l'appli le cas échéant. Ces données s'affichent alors dans la mosaïque « sommeil » de l'application. Vous trouverez les détails concernant

vos phases de sommeil sur les écrans détaillés après avoir effleuré la mosaïque « sommeil »

Notifications, alarme vibrante (réveil), objectif de pas

Les affichages **5.3.1 – 5.3.4** s'enclenchent automatiquement en cas de message entrant **(5.3.1)**, appel entrant **(5.3.2)**, alarme vibrante **(5.3.3)** ou objectif journalier atteint **(5.3.4)**.

L'affichage **5.3.2** montre le numéro de téléphone de l'appel entrant. Si vous avez enregistré le numéro dans votre répertoire de votre smartphone, le nom de la personne s'affiche à l'écran. Pour ce faire, vous devez accorder à l'appli Soehnle

Connect les permissions d'accès aux contacts, téléphone et SMS. Ces autorisations seront explicitement demandées lors de l'ajout du tracker d'activité à l'appli Soehnle Connect, pendant la mise en service (phase d'intégration). Si vous n'avez pas autorisé l'accès, vous pouvez donner votre autorisation sur smartphones avec système d'exploitation Android™, à partir de la version 6.0, dans les paramètres sous « Apps ». Vous pouvez aussi retirer l'appareil de l'appli Soehnle Connect et du menu Bluetooth du système d'exploitation de votre smartphone (sous paramètres) et l'ajouter à nouveau (première connexion à l'appli Soehnle Connect).

Transmission des données à un smartphone / une tablette

Lorsque vous lancez l'appli Soehnle Connect, les données sont automatiquement transférées par *Bluetooth*® à l'application, à condition que l'appareil se trouve à proximité. Vous pouvez également effleurer l'écran principal de l'appli de haut en bas (effleurer pour rafraîchir). Veillez à ce que le *Bluetooth*® de votre smartphone/tablette soit activé. Les données seront alors transférées puis visibles dans les champs correspondants de l'appli. Votre tracker d'activité Soehnle possède une mémoire interne de sept jours pour stocker les données collectées. Veuillez connecter régulièrement votre tracker d'activité

dans ce laps de temps afin de transférer les données collectées à l'appli Soehnle Connect et de les utiliser plus longtemps.

Vous trouverez les dernières informations concernant votre produit sur www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Nettoyage et entretien

Nettoyez votre tracker d'activité à l'aide d'un chiffon doux et humide. Laissez sécher entièrement l'appareil à l'air libre avant de le brancher, de le ranger ou de le recharger.

Une utilisation non conforme peut endommager l'appareil. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs, brosses ou objets tranchants. Ils pourraient endommager la surface. Votre tracker d'activité est imperméable à l'eau selon la classe de protection IP67 ; ne le plongez pas dans d'autres liquides.

7. Service utilisateur

Nous sommes à votre disposition en cas de questions ou réclamations :

Hotline : 00 800 538 38 383 (appel gratuit)

Lun – ven, de 08 h à 18 h

Internet : soehnle.com

F

8. Informations supplémentaires

Pour davantage d'informations, consultez notre site

Internet www.soehnle.com

9. Données techniques

Réf. art. :	68102
Bluetooth® Version :	4.0
Raccord USB :	2.0 type A
Bande de fréquence :	2,4 GHz
Puissance d'émission max. :	3 mW
Batterie :	Lithium-polymère
Écran :	OLED
Dimensions écran :	25 x 23 mm
Classe de protection ;	IP67 (étanche, natation)
Mémoire :	7 jours
Autonomie batterie :	entre 2 et 5 jours <i>(en fonction de la fréquence d'utilisation et de la fonction fréquence cardiaque)</i>

Índice de contenido

1. Contenido del embalaje
2. Descripción del producto
3. Indicaciones
4. Primera puesta en marcha
5. Dispositivo y manejo
6. Limpieza y cuidado
7. Servicio de atención al consumidor
8. Más informaciones
9. Datos técnicos

1. Contenido del embalaje

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Pulsera de actividad removible)
- 1x Manual de instrucciones

2. Descripción del producto

Su pulsera de actividad Soehnle Fit Connect 300 HR personal registra sus actividades diarias, como la frecuencia cardíaca, el número de pasos, la distancia, la duración de la actividad, el consumo de calorías y el logro de sus objetivos diarios de ejercicio con el fin de apoyarlo en lo relativo a su condición física y su salud. Los datos se transfieren

a su aplicación Soehnle Connect vía *Bluetooth*[®] y pueden ser evaluados allí.

3. Indicaciones

Lea este manual de instrucciones y la siguiente información con atención antes de utilizar el dispositivo y guárdelo en un lugar seguro.

¡ADVERTENCIA! ¡Peligro de ingestión por niños pequeños! No deje que los niños jueguen con el producto. Manténgalo fuera del alcance de niños.

¡ADVERTENCIA! ¡Peligro de incendio/explosión o quemaduras! El artículo contiene una pila de polímero de litio. Esta no debe ser desmontada, desarmada, lanzada al fuego o conectarse en cortocircui-

to. No cargue la pila a temperaturas inferiores a 5 o superiores a 40 grados centígrados.

¡ATENCIÓN! ¡Posibles daños materiales! No deje caer el dispositivo y protéjalo de golpes. No exponga el dispositivo a temperaturas extremas ni a fluctuaciones fuertes de temperatura. También proteja el dispositivo de la luz solar directa y del polvo. No utilice productos químicos agresivos o abrasivos para la limpieza. Proteja la pantalla de objetos duros y rasposos.

¡SUGERENCIA! Use conforme a lo previsto: El producto está destinado al uso exclusivo doméstico privado y no comercial. No se trata de un dispositivo médico.

¡SUGERENCIA! Si no utiliza el dispositivo durante

un largo período de tiempo, cargue la pila una vez cada 3-6 meses para asegurarse de que funciona correctamente.



Eliminación de pilas según la directiva CE 2008/12/CE

Las pilas y baterías no deben desecharse con la basura doméstica. Debe entregar

las pilas o baterías usadas a los centros de recolección públicos de su comunidad o a cualquier lugar donde se vendan pilas de este tipo.



Eliminación de dispositivos eléctricos y electrónicos según la directiva CE 2012/19/UE

Este dispositivo no debe desecharse con la basura doméstica, sino en un punto de recogida

especializado en el reciclaje de dispositivos eléctricos y electrónicos. Para más información, consulte con su ayuntamiento, con la empresa de basuras o con la tienda en la que haya adquirido el producto.



Soehnle declara que este dispositivo cumple los requisitos básicos y otras disposiciones correspondientes de las directivas 2014/53/UE. Encontrará la declaración de conformidad UE en **www.soehnle.com**

4. Primera puesta en marcha

Carga de la batería

Cargue la pulsera de actividad completamente antes de la primera puesta en marcha. Retire la pulsera removible **(B)** del módulo de visualización **(A)** **(4.1)**. Conecte ahora el enchufe USB del módulo de visualización **(C)** a un puerto USB activo común. Tenga en cuenta que los contactos del módulo **(4.2)** estén en contacto con los contactos del puerto USB, de lo contrario el dispositivo no se cargará. La pantalla **(5.1.1)** muestra el estado de carga de la batería (■ = completamente cargada / □ = pila descargada).

Instalar la aplicación Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Instale la aplicación gratuita Soehnle Connect en su teléfono inteligente o tableta para contar con todas las funciones. Escanee el código QR que se muestra para encontrar la aplicación en la App Store. También puede encontrar la aplicación para su dispositivo Android™ en Google Play o para su dispositivo Apple® en la Apple App Store. Por favor, tenga en cuenta el nombre exacto de la aplicación al realizar la búsqueda: "Soehnle Connect".

Primera conexión con la Aplicación Soehnle Connect

Active el *Bluetooth*® en su teléfono inteligente o tableta e inicie la aplicación Soehnle Connect. Cuando inicie la aplicación por primera vez, será guiado automáticamente a través del proceso de conexión de un dispositivo Soehnle.

E

Si ya ha utilizado la aplicación Soehnle Connect con productos Soehnle, vaya al "Menú principal" de la aplicación Soehnle Connect para conectar la pulsera de actividad y pulse "Mis dispositivos" y, a continuación, "Agregar dispositivo". Será guiado automáticamente a través del proceso de instalación.

Configuración de la pulsera de actividad

Todos los ajustes de su pulsera de actividad se realizan cómodamente a través de la interfaz de usuario de la aplicación Soehnle Connect. La hora y la fecha se ajustan automáticamente de acuerdo con la hora del sistema del teléfono inteligente o de la tableta después de la conexión. También puede ajustar la hora de la alarma de vibración (despertador) y activar o desactivar la función de pulso de la pulsera de actividad en los ajustes del dispositivo correspondientes en el menú "Mis dispositivos". Si ha establecido un objetivo diario de pasos en la aplicación, el Fit Connect 300 HR lo tomará en cuenta para avisarle con una alarma de vibración cuando lo alcance.

Compatibilidad

La aplicación Soehnle Connect es compatible con Google Fit® y Apple Health®. Una vez que los dispositivos hayan transferido los datos a la aplicación Soehnle Connect, pueden transferirse automáticamente a la aplicación Google Fit® / Apple Health® si se desea. Para esto, marque la casilla correspondiente en el menú "Más sobre la aplicación". Es posible que tenga que dar permiso para que la aplicación Soehnle actúe como fuente en Google Fit® / Apple Health® o en la configuración de la aplicación en su teléfono inteligente. Consulte las instrucciones de las aplicaciones externas o de su sistema operativo.

5. Dispositivo y manejo

Con la pulsera de actividad de Soehnle, se pueden registrar varios datos y a veces mostrarlos directamente en la pantalla. Puede encontrar más pantallas, gráficos y consejos en la aplicación Soehnle Connect. Allí también puede utilizar otras funciones, fusionar y gestionar los datos registrados. Los ajustes de objetivos, alarmas de vibración (despertadores), etc. deben realizarse siempre en la aplicación.

Fig.	Modo estándar
5.1.1	Hora, fecha, estado de carga de la pila (estado de la pila)
5.1.2	Frecuencia cardíaca

5.1.3	Modo de entrenamiento
5.1.4	Actividades de día*
Fig.	Modo de entrenamiento
5.2.1	Cronómetro: Inicio
5.2.2	Cronómetro: Pausa
5.2.3	Cronómetro: Fin
5.2.4	Informe de actividad: Datos básicos
5.2.5	Informe de actividad: Datos de intervalo
Fig.	Recordatorios
5.3.1	Mensaje entrante
5.3.2	Llamada entrante
5.3.3	Alarma de vibración (despertador)
5.3.4	Objetivo diario alcanzado

* Los datos diarios se restablecen automáticamente a cero a las 12 a. m. Los pasos, calorías, etc. que se pueden ver durante el día se cuentan a partir de las 12 a. m. del día.

Para cambiar las vistas en la pantalla de su dispositivo, deslice a la izquierda o a la derecha a través de la pantalla táctil para cambiar entre las diferentes vistas (5.1.2 – 5.1.4 o 5.2.4 – 5.2.5).


Hora, fecha, estado de carga de la pila (estado de la pila)

Al tocar la pantalla se inicia la visualización en el modo de hora (5.1.1).

Actividades de día

Este resumen (5.1.4) muestra los datos más importantes registrados:

Contador de pasos* ()

Progreso de su objetivo diario* ()

Gasto calórico* ()




Distancia recorrida* ()

En la vista Actividades de día 5.1.4 encontrará la información más importante, como el número de pasos ya realizados ese día, las calorías gastadas y la distancia recorrida. Además, la barra de progreso en esta pantalla muestra la parte del objetivo diario establecido.

Frecuencia cardíaca

E En cuanto se coloque la pulsera de actividad, su pulso se determinará automáticamente y se mostrará en la pantalla correspondiente **(5.1.2)**. Cuando se muestra esta pantalla, la pulsera de actividad tarda aproximadamente 30 segundos en determinar el pulso. Póngase la pulsera directamente sobre la piel, de lo contrario no será posible realizar mediciones. La función de medición de la frecuencia cardíaca se activa de forma predeterminada las 24 horas del día. Si desea desactivar esta función, como por ejemplo en la noche, puede hacerlo en el menú principal de la aplicación Soehnle Connect en "Mis dispositivos" y pulsar sobre la función correspondiente.

Modo de entrenamiento

El modo de entrenamiento se controla mediante las teclas de función que se muestran en la pantalla. Cambie a la vista de "modo de entrenamiento" **(5.1.3)** y pulse el símbolo . El modo de entrenamiento se iniciará en la vista de cronómetro **(5.2.1)**. Puede iniciar el cronómetro mediante  y pausarlo mediante  **(5.2.2)**.

En la vista de cronómetro (5.2.1) puede visualizar varios datos de la actividad actual (pasos, frecuencia cardíaca, calorías, frecuencia de pasos y hora) deslizando hacia la izquierda o la derecha desde el centro de la pantalla.

Si el cronómetro está en pausa, puede finalizar el entrenamiento actual pulsando el icono ubicado ■ en la parte inferior izquierda de la pantalla y acceder automáticamente al informe de actividad **(5.2.4)**. Cambie deslizando entre la vista de los datos de entrenamiento básico y las zonas de frecuencia cardíaca **(5.2.5)**.

Análisis del sueño

Su pulsera de actividad Fit Connect 300 HR tiene una función de detección automática del sueño, lo que significa que detecta el inicio y el final del sueño y registra las diferentes fases del sueño mientras duerme. Todos los datos se almacenan en el dispositivo y

se transfieren a él cuando se conecta a la aplicación. A continuación, los datos se muestran en la ficha "Sueño" de la aplicación. Los detalles de las fases de sueño se pueden encontrar en las siguientes pantallas de detalle después de pulsar la ficha "Sueño".

Funciones de notificación, Alarma de vibración/ despertador, objetivo escalonado

Las vistas **5.3.1 – 5.3.4** se muestran automáticamente cuando hay un mensaje entrante **(5.3.1)**, llamada entrante **(5.3.2)**, alarma de vibración **(5.3.3)** u objetivo diario alcanzado **(5.3.4)**.

La vista **5.3.2** muestra el número de teléfono de una llamada entrante. Si ha guardado el número

de la persona que llama en su directorio telefónico, se muestra el nombre de la persona que llama. El requisito para esto es que haya permitido a la aplicación Soehnle Connect el acceso a contactos, teléfono y SMS. Al conectar la pulsera de actividad con la aplicación Soehnle Connect durante la puesta en marcha (onboarding), se solicita específicamente la autorización. Si no lo ha autorizado, puede dar el permiso a los teléfonos inteligentes con el sistema operativo Android™, a partir de la versión 6.0, en los ajustes del sistema operativo bajo "Apps". Alternativamente, vuelva a retirar el dispositivo de la aplicación Soehnle Connect y también del menú Bluetooth del sistema operativo de su teléfono inteligente (que se encuentra en

Ajustes) y vuelva a añadir la pulsera de actividad a la aplicación (primera conexión con la aplicación Soehnle Connect).

Transferencia de datos al teléfono inteligente / tableta

Inicie la aplicación Soehnle Connect. Si el dispositivo está cerca, los datos se transfieren automáticamente a la aplicación a través de *Bluetooth*®. O deslice en la pantalla principal (panel de control) de la aplicación hacia abajo (jalar para actualizarla). Asegúrese de que el *Bluetooth*® esté activado en su teléfono inteligente/tableta. Los datos se transfieren ahora y se pueden visualizar en la aplicación en las áreas co-

rrespondientes. Su pulsera de actividad de Soehnle tiene una memoria de almacenamiento de siete días para los datos registrados. En este tiempo conecte la pulsera de actividad regularmente para transferir los datos almacenados a la aplicación Soehnle Connect y utilizarla durante un período de tiempo más largo.

Puede encontrar la información más reciente sobre su producto en Internet en www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Limpieza y cuidado

Limpie la pulsera de actividad con un paño suave y húmedo. Deje que el dispositivo se seque completamente al aire libre antes de volver a colocarla, guardarla o cargar la pila.

Un manejo inadecuado del dispositivo puede causar daños. No utilice productos de limpieza agresivos, cepillos con cerdas duras u objetos afilados. Estos pueden dañar las superficies. Su pulsera de actividad es resistente al agua conforme a la clase de aislamiento IP67, no la sumerja en otros líquidos.

7. Servicio de atención al consumidor

Si tiene alguna pregunta o sugerencia, no dude en ponerse en contacto con nuestro Servicio de atención al consumidor:

Teléfono: 00 800 538 38 383 (sin costo)

Lu. – vi., 8 a. m. – 6. p. m.

Internet: soehnle.com

E

8. Más informaciones

Para más información, visite nuestro sitio web www.soehnle.com

9. Datos técnicos

N.º de artículo:	68102
Versión <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
Conexión USB:	2.0 tipo A
Banda de frecuencia:	2.4 GHz
Max. potencia de transmisión:	3 mW
Tipo de pila:	polímero de litio
Tipo de pantalla:	OLED
Dimensiones de pantalla:	25 x 23 mm
Clase de aislamiento:	IP67 (<i>impermeable, natación</i>)
Memoria de datos:	7 días
Duración de la pila:	aprox. 2-5 días (<i>dependiendo de la intensidad de uso y de la función de pulso</i>)

Índice

1. Conteúdo da embalagem
2. Descrição do produto
3. Indicações
4. Primeira colocação em funcionamento
5. Dispositivo e operação
6. Limpeza e cuidados
7. Serviço ao cliente
8. Mais informações
9. Dados técnicos

P

1. Conteúdo da embalagem

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitness tracker com bracelete removível)
- 1x Manual de instruções

2. Descrição do produto

O seu fitness tracker pessoal Fit Connect 300 HR da Soehnle regista as suas atividades diárias, como frequência cardíaca, número de passos, distância percorrida, duração da atividade, calorias queimadas e se atingiu o seu objetivo de atividade diário, para o/a ajudar nas suas atividades de fitness e de saúde. Através do *Bluetooth*[®], os dados podem ser

transferidos para a sua aplicação Soehnle Connect e podem ser analisadas aí.

3. Indicações

Leia atentamente o manual de instruções e as seguintes indicações, antes de utilizar o dispositivo, e guarde este manual de instruções.

ATENÇÃO! Perigo de ingestão por parte de crianças! Crianças não podem brincar com o dispositivo. Mantenha-o fora do alcance de crianças.

ATENÇÃO! Perigo de incêndio/explosão ou ferimentos! O artigo contém uma bateria de polímero de lítio. Esta não pode ser removida, desmontada, atirada para o fogo ou curto-circuitada. Não carre-

gue a bateria com temperaturas inferiores a 5 graus Celsius e acima dos 40 graus Celsius.

ATENÇÃO! Possíveis danos materiais! Não deixe o dispositivo cair e proteja-o contra impactos. Não exponha o dispositivo a temperaturas extremas ou a grandes oscilações de temperatura. Proteja o dispositivo da luz solar direta e da poeira. Para limpar, nunca utilize químicos abrasivos nem produtos de limpeza agressivos ou corrosivos. Proteja o ecrã contra objetos duros e afiados.

NOTA! Utilização correta: O produto destina-se exclusivamente ao uso doméstico privado e não comercial. O mesmo não é um dispositivo médico.

NOTA! Se o dispositivo não for utilizado durante um longo período de tempo, carregue, mesmo assim, a

bateria a cada 3 a 6 meses, para manter a capacidade da bateria.



Diretiva CE 2008/12/CE relativa à eliminação de pilhas

Pilhas e acumuladores não devem ser eliminados juntamente com o lixo doméstico. Pilhas e acumuladores gastos devem ser eliminados em pontos de recolha públicos na sua comunidade ou devem ser entregues em locais onde baterias do mesmo tipo sejam vendidas.

P



Diretiva CE 2012/19/UE relativa à eliminação de dispositivos elétricos e eletrónicos



Este produto não deve ser tratado como lixo doméstico normal, mas deve ser entregue num ponto de recolha para a reciclagem de dispositivos elétricos e eletrónicos. Mais informações podem ser obtidas através do seu município, empresas de gestão de resíduos municipais ou junto do local onde comprou o produto.



A Soehnle declara que este aparelho se encontra em conformidade com os requisitos essenciais e as demais disposições pertinentes das Diretivas 2014/53/UE. A declaração de conformidade UE encontra-se em www.soehnle.com

4. Primeira colocação em funcionamento

Carregar a bateria

Antes da primeira utilização, carregue completamente o tracker. Retire a bracelete removível **(B)** do módulo do ecrã **(A)** **(4.1)**. Insira depois a ficha USB do módulo do ecrã **(C)** numa porta USB normal ativa. Tenha em atenção para que os contactos do módulo **(4.2)** toquem nos contactos da ligação USB, caso contrário, o dispositivo não é carregado. No ecrã **(5.1.1)** é indicado o estado de carregamento da bateria ( = completamente carregado /  = bateria fraca).

Instalar a aplicação Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Para uma funcionalidade completa, instale a aplicação gratuita Soehnle Connect no seu smartphone ou tablet. Leia o código QR apresentado para ir diretamente para a aplicação na loja de aplicações.

Alternativamente, pode encontrar a aplicação para o seu dispositivo Android™ na Google Play ou para o seu dispositivo Apple® na App Store da Apple. Tenha em atenção o nome correto da aplicação: "Soehnle Connect".

Primeira ligação com a aplicação Soehnle Connect

Ative o *Bluetooth*® no seu smartphone ou tablet e abra a aplicação Soehnle Connect. Quando abrir a aplicação pela primeira vez, será acompanhado/a pelo processo da ligação a um dispositivo da Soehnle.

P Se já tiver utilizado a aplicação Soehnle Connect e pretender efetuar a ligação ao fitness tracker, vá ao "Menu principal" na aplicação Soehnle Connect, toque em "Meus dispositivos" e depois em "Adicionar dispositivo". Será guiado/a automaticamente pelo processo de instalação.

Configuração do seu fitness tracker

Todas as configurações do seu fitness tracker são efetuadas, de forma confortável, através do interface do utilizador da aplicação Soehnle Connect. Após a ligação, a hora e a data são configuradas automaticamente conforme a hora do sistema do smartphone ou do tablet. Para além disso, no menu "Meus dispositivos", nas respetivas configurações do dispositivo, pode definir horas para o alarme de vibração (despertador) e ligar ou desligar a função de pulsação do fitness tracker. Se tiver determinado um objetivo diário para os passos na aplicação, o Fit Connect 300 HR assume este objetivo para o/a avisar através de um alarme de vibração de que atingiu o objetivo.

Compatibilidade

A aplicação Soehnle Connect é compatível com Google Fit® e Apple Health®. Depois de os dispositivos transmitirem os dados para a aplicação Soehnle Connect, os mesmos podem ser transferidos automaticamente para a respetiva aplicação Google Fit® / Apple Health® utilizada. Para tal, coloque um visto na respetiva opção no menu “Mais acerca da App”. Poderá ser necessário autorizar no Google Fit® / Apple Health® ou nas configurações da aplicação no seu smartphone a utilização da aplicação Soehnle como fonte. Para tal, consulte as instruções das aplicações de terceiros ou do seu sistema operativo.

5. Dispositivo e operação

Com o fitness tracker da Soehnle é possível registrar vários dados e alguns podem ser apresentados diretamente no ecrã. Podem ser encontradas mais indicações, gráficos ou dicas na aplicação Soehnle Connect. Aí, poderá também utilizar mais funções, combinar e gerir os seus dados registados. Configurações para objetivos, alarme de vibração (despertador), etc. devem ser sempre efetuadas na aplicação.

P

Fig.	Modo padrão
5.1.1	Hora, data, estado de carga da bateria (estado da bateria)
5.1.2	Frequência cardíaca

5.1.3	Modo de treino
5.1.4	Atividades diárias*
Fig.	Modo de treino
5.2.1	Cronómetro: Iniciar
5.2.2	Cronómetro: Pausar
5.2.3	Cronómetro: Parar
5.2.4	Relatório de atividade: Dados básicos
5.2.5	Relatório de atividade: Dados de intervalo
Fig.	Lembretes
5.3.1	Mensagem recebida
5.3.2	Chamada recebida
5.3.3	Alarme de vibração (despertador)
5.3.4	Objetivo diário atingido

* Os dados diários são automaticamente colocados a zero à meia-noite. Os passos, calorias, etc., que são visíveis durante o dia são contados a partir da meia-noite.

Para mudar as vistas no ecrã do seu dispositivo, deslize o dedo no ecrã tátil para a esquerda ou para a direita, para alternar entre as várias vistas (**5.1.2 – 5.1.4** ou **5.2.4 – 5.2.5**).

Hora, data e estado de carga da bateria (estado da bateria)

Tocando no ecrã, começa por apresentar o modo de relógio (**5.1.1**).

Atividades diárias


Nesta visão geral (**5.1.4**), são-lhe apresentados os dados registados mais importantes:

Contador de passos* ()

Progresso no seu objetivo diário*

()

Calorias queimadas* ()




Distância percorrida* ()

Na vista das atividades diárias **5.1.4** irá encontrar os valores mais importantes, como os passos dados durante um determinado dia, as calorias queimadas e a distância percorrida. Para além disso, a barra de progresso neste ecrã mostra a percentagem do objetivo diário definido.


Frequência cardíaca

Assim que coloca fitness tracker, a sua pulsação é automaticamente medida e apresentada no respetivo ecrã **(5.1.2)**. Quando esta função é ativada, o fitness tracker necessita de até cerca de 30 segundos para encontrar o pulso. Coloque o tracker diretamente sobre a pele, caso contrário não será possível efetuar uma medição. De fábrica, a função de medição da pulsação está ativada 24 horas por dia. Se pretender desativar esta função, talvez durante a noite, pode fazê-lo no menu principal da aplicação Soehnle Connect, em “Meus dispositivos”, abrindo a respetiva função.

Modo de treino

Controla o modo de treino através das teclas de função apresentadas no ecrã. Mude para a vista “Modo de treino” **(5.1.3)** e toque no símbolo . O modo de treino abre na vista do cronómetro **(5.2.1)**. Pode iniciar o cronómetro com  e interromper com  **(5.2.2)**.

Na vista do cronómetro (5.2.1), pode ver vários dados de atividade atualizados (passos, frequência cardíaca, calorias, ritmo e hora), deslizando o dedo para a esquerda ou direita sobre o ecrã.

Se o cronómetro estiver em pausa, pode terminar a sessão de exercício atual tocando no símbolo ,

em baixo à esquerda no ecrã, e aceder automaticamente ao relatório de atividade **(5.2.4)**. Deslizando o dedo no ecrã, alterne entre os dados básicos do treino e as zonas de frequência cardíaca **(5.2.5)**.

Análise do sono

O seu fitness tracker Fit Connect 300 HR dispõe de uma função de identificação automática de sono, ou seja, ele reconhece quando adormece e quando acorda, e regista as várias fases do sono enquanto dorme. Todos os dados são gravados no dispositivo e quando houver uma ligação com a aplicação, estes são transferidos para a mesma. Os dados são apresentados no mosaico “Dormir” da aplicação. Os

detalhes sobre as fases do sono podem ser consultados nos seguintes ecrãs de detalhes, tocando no mosaico “Dormir”.

Funções de notificação, alarme de vibração/despertador, objetivo de passos

As vistas **5.3.1 – 5.3.4** são apresentadas automaticamente quando recebe uma mensagem **(5.3.1)**, recebe uma chamada **(5.3.2)**, há um alarme de vibração **(5.3.3)** ou quando atinge o objetivo diário **(5.3.4)**.

A vista **5.3.2** apresenta-lhe o número da pessoa que está a ligar. Se tiver o número gravado na lista

telefónica do seu smartphone, será apresentado o nome da pessoa que está a ligar. Para tal, a aplicação Soehnle Connect tem de possuir autorização de acesso aos contactos, ao telefone e às SMS. Esta autorização é expressamente pedida quando emparelha o fitness tracker com a aplicação Soehnle Connect durante a primeira colocação em funcionamento (onboarding). Se não tiver confirmado essa autorização, pode atribuir a autorização posteriormente através do seu smartphone com sistema operativo Android™, a partir da versão 6.0, nas definições do sistema operativo, em “Aplicações”. Em alternativa, remova o dispositivo da aplicação Soehnle Connect e do menu do Bluetooth do sistema operativo do seu smartphone (nas defi-

nições) e volte a adicionar o fitness tracker à aplicação (primeira ligação com a aplicação Soehnle Connect).

Transmissão de dados para o smartphone / tablet

Abra a aplicação Soehnle Connect. Com o dispositivo por perto, os dados serão automaticamente transferidos por *Bluetooth*® para a aplicação. Ou, na página inicial (dashboard) da aplicação, arraste o dedo para baixo (pull to refresh). Certifique-se de que o *Bluetooth*® no seu smartphone / tablet está ativo. Os dados são transferidos e estarão depois visíveis na aplicação, nas respetivas áreas. O seu fitness tracker da Soehnle dispõe de uma memória de sete

dias para os dados registados. Dentro desse período de tempo, ligue o fitness tracker regularmente à aplicação Soehnle Connect para que os dados gravados possam ser transferidos e utilizados durante um período de tempo mais longo.

Poderá encontrar as informações mais recentes sobre o seu produto na internet, em www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Limpeza e cuidados

Limpe o fitness tracker com um pano suave e úmido. Deixe o dispositivo secar completamente ao ar antes de o colocar, guardar ou carregar a bateria. Uma utilização incorreta do dispositivo pode causar danos. Não utilize produtos de limpeza agressivos, escovas duras ou objetos afiados. Estes podem danificar as superfícies. O seu fitness tracker é impermeável, conforme a classe de proteção IP67. Não o mergulhe noutros líquidos.

7. Serviço ao cliente

Em caso de questões ou sugestões, contacte o nosso serviço de apoio ao cliente:

Linha direta: 00 800 538 38 383 (gratuito)

Seg. – Sex., 08:00 – 18:00

Internet: soehnle.de

P

8. Mais informações

Para mais informações, vá à nossa página da internet www.soehnle.com

9. Dados técnicos

Número de artigo: 68102

Versão *Bluetooth*[®]: 4.0

Ligação USB: Tipo A 2.0

Faixa de frequência: 2,4 GHz

Potência de transmissão máx.: 3 mW

Tipo de bateria: Polímero de lítio

Tipo de ecrã: OLED

Dimensões do ecrã: 25 x 23 mm

Classe de proteção: IP67 (impermeável, nadar)

Armazenamento de dados: 7 dias

Duração da bateria: aprox. 2-5 dias (dependendo da intensidade da utilização e da função de pulsação)

Indholdsfortegnelse

1. Leveringsomfang
2. Produktbeskrivelse
3. Henvisninger
4. Første ibrugtagning
5. Apparat og betjening
6. Rengøring og pleje
7. Forbrugerservice
8. Yderligere oplysninger
9. Tekniske data

DK

1. Leveringsomfang

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Fitness Tracker med aftageligt armbånd)
- 1x brugsanvisning

2. Produktbeskrivelse

For at hjælpe dig med motion og helbred, registrerer din personlige Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR din daglige aktivitet som pulsfrekvens, antal skridt, tilbagelagt distance, aktivitetsvarighed, kalorieforbrug og opnåelse af dit daglige bevægelsesmål. Ved hjælp af *Bluetooth*[®] sendes dine data til din Soehnle Connect-App og kan analyseres der.

3. Henvisninger

Læs denne brugsanvisning og de efterfølgende henvisninger grundigt igennem, før du anvender apparatet, og opbevar den til senere brug.

ADVARSEL! Farlig for børn ved indtagelse! Børn må ikke lege med enheden. Børn må ikke komme i kontakt med produktet.

ADVARSEL! Fare for brand/eksplosion eller ætsninger! Dette produkt indeholder et lithium-polymer-batteri. Det må ikke afmonteres, skilles ad, kastes i ild eller kortsluttes. Oplad ikke batteriet ved en temperatur på under 5 eller over 40 celsiusgrader.

ADVARSEL! Eventuelle materielle skader! Apparatet må ikke falde ned, og det må ikke udsættes for stød.

Udsæt ikke apparatet for ekstreme temperaturer eller stærke temperaturudsving. Beskyt også apparatet mod direkte sol og støv. Brug ikke skrappe kemikalier eller aggressive eller skurende rengøringsmidler til rengøring. Beskyt displayet mod hårde og ridsende genstande.

BEMÆRK! Formålsbestemt brug: Produktet er udelukkende beregnet til privat, ikke-erhvervsmæssig husholdningsbrug. Det er ikke et lægeligt apparat.

BEMÆRK! Bruger du ikke apparatet i længere tid, bør du alligevel oplade batteriet helt hver 3.-6. måned for at sikre batteriets funktionsduelighed.



EF-direktiv 2008/12/EF om batterier og udtjente akkumulatorer

Batterier og akkumulatorer må ikke bortskaffes med husholdningsaffaldet. Brugte batterier eller akkumulatorer skal afleveres på de offentlige indsamlingssteder i din kommune eller der, hvor der sælges batterier af den pågældende type.



Bortskaffelse af elektrisk og elektronisk udstyr EF-direktiv 2012/19/EU

Dette produkt må ikke behandles som almindeligt husholdningsaffald men skal afleveres på et indsamlingssted til genanvendelse af elektrisk og elektronisk udstyr. Du kan få mere at vide om dette hos de kommunale myndigheder, de kom-



munale affalds afhentnings selskaber eller den butik, hvor du har købt produktet.



Hermed erklærer Soehnle, at dette apparat er i overensstemmelse med de grundlæggende krav og de øvrige relevante bestemmelser i direktiverne 2014/53/EU. Du finder EU-konformitetserklæringen på **www.soehnle.com**

4. Første ibrugtagning

Batteriopladning

Oplad Fitness Tracker helt, inden du tager den i brug første gang. Træk det aftagelige armbånd **(B)** af visningsmodulet **(A)** **(4.1)**. Sæt nu visningsmodulets USB-stik **(C)** i en gængs, aktiv USB-port. Vær opmærksom på, at modulets kontakter **(4.2)** rører ved USB-portens kontakter, i modsat fald oplades apparatet ikke. I displayet **(5.1.1)** vises batteriets opladningstilstand ( = fuldt opladet /  = batteri tomt).

Installation af Soehnle Connect-App



Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

For at få det fulde udbytte af dit produkt, download og installer den gratis Soehnle Connect-App på din smartphone eller tablet. Scan den viste QR-kode for at få adgang til appen i Appstore.

Som et alternativ finder du appen på din Android™-enhed på Google Play eller på din Apple®-enhed i Apple App Store. Appen hedder: "Soehnle Connect".

Første oprettelse af forbindelse til Soehnle Connect-App

Aktiver *Bluetooth*® på din smartphone eller tablet, og tænd Soehnle Connect-Appen. Når du starter appen første gang, ledes du automatisk gennem den proces, der kobler dig op til Soehnle-apparatet. Hvis du allerede tidligere har brugt Soehnle Connect-Appen sammen med produkter fra Soehnle, gå til "Hovedmenu", klik på "Mine apparater" og derefter på "Tilføj apparat" for at koble Fitness Tracker til Soehnle Connect-App. Du guides automatisk gennem installationsprocessen.

Opsætning af din Fitness Tracker

Din Fitness Tracker kan let opsættes via Soehnle Connect-Apps brugerflade. Efter opkoblingen indstilles klokkeslæt og dato automatisk i henhold til smartphonens eller tabletens systemtid. Desuden kan du i menuen "Mine apparater" under de pågældende indstillinger fastlægge tider for vibrationsalarmen (vækkeur) og tænde eller slukke Fitness Trackers pulsfunktion. Hvis du i appen har valgt et dagsmål baseret på antal skridt, overtager Fit Connect 300 HR det og gør dig pr. vibrationsalarm opmærksom på det, når du har nået dit dagsmål.

Kompatibilitet

Soehnle Connect-App er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Efter at apparaterne har overført dataene til Soehnle Connect-App, kan de hvis det ønskes automatisk kopieres til App Google Fit® / Apple Health®. Sæt et flueben det pågældende sted i menuen "Mere om appen". Eventuelt er det nødvendigt at tillade brugen af Soehnle-appen som kilde i Google Fit® / Apple Health® eller ved appindstillingerne på din smartphone. Se i de fremmede apps vejledning/i dit styresystem for flere oplysninger.

5. Apparat og betjening

Soehnle Fitness Tracker kan registrere diverse data og til dels vise dem direkte på displayet. Supplerende visninger, grafik og tips finde du i Soehnle Connect-App. Der finder du også flere funktioner og du kan samkøre og administrere dine registrerede data. Indstillinger for mål, vibrationsalarm (vækkeur) osv. skal altid foretages i appen.

DK

III.	Standardtilstand
5.1.1	Klokkeslæt, dato, batteriets opladestatus (batteristatus)
5.1.2	Pulsfrekvens
5.1.3	Træningstilstand
5.1.4	Dagsaktivitet*

III.	Træningstilstand
5.2.1	Stopur: Start
5.2.2	Stopur: Pause
5.2.3	Stopur: Stop
5.2.4	Aktivetsrapport: Basisdata
5.2.5	Aktivetsrapport: Intervalldata
III.	Påmindelser
5.3.1	Indgående besked
5.3.2	Indgående opkald
5.3.3	Vibrationsalarm (vækkeur)
5.3.4	Dagsmål er nået

* Dagsrelaterede data nulstilles automatisk kl. 24. De skridt, kalorier osv., der ses i løbet af dagen, tælles derfor fra kl. 0 den pågældende dag.

For at skifte visningen i displayet, skal du swipe til venstre eller højre (5.1.2 – 5.1.4 eller 5.2.4 – 5.2.5).


Klokkeslæt, dato og batteriets opladestatus (batteristatus)


Ved at berøre displayet starter visningen i tidstilstand (5.1.1).


Dagsaktivitet

I denne oversigt (5.1.4) vises de vigtigste registrerede data:

Skridttæller* ()

Udvikling af dit dagsmål* ()

Kalorieforbrug* ()

Tilbagelagt distance* ()




I visningen dagsaktivitet 5.1.4 finder du de vigtigste oplysninger som dagens allerede nåede antal skridt, forbrændte kalorier og den tilbagelagte distance. Desuden viser forløbsbjælken i displayet andelen af dagsmålet.

Pulsfrekvens

Så snart du har fastspændt Fitness Tracker, kortlægges din puls automatisk, og den vises i displayet **(5.1.2)**. Når du starter denne visning, skal Fitness Tracker bruge op til ca. 30 sekunder for at finde pulsen. Gå med Fitness Tracker direkte på huden, ellers vil der ikke være nogen måling. Pulsmålefunktionen er som standard aktiveret 24 timer i døgnet. Hvis du vil slukke denne funktion, f.eks. om natten, kan du gøre det i Soehnle Connect-App i hovedmenuen under "Mine apparater" ved at hente den pågældende funktion.

DK

Træningstilstand

Du styrer træningstilstanden ved hjælp af de funktionstaster, der er vist i displayet. Skift til visning „Træningstilstand“ **(5.1.3)**, og berør symbolet  . Træningstilstanden begynder med stopursvisningen **(5.2.1)**. Du kan starte  stopuret og sætte det på pause  **(5.2.2)**.

I stopursvisningen (5.2.1) kan du vælge at få vist forskellige aktuelle aktivitetsdata (skridt, pulsfrekvens, kalorier, skridtfrekvens og klokkeslæt) ved at swipe til venstre eller højre i midten af displayet.

Er stopuret sat på pause, kan du ved at berøre sym-

bolet ■ nede til venstre i displayet afslutte den aktuelle træningsenhed, og du kommer automatisk tilbage til aktivitetsrapporten **(5.2.4)**. Ved at swipe kan du skifte mellem visning af basis-træningsdataene og pulszoneerne **(5.2.5)**.

Søvnanalyse

Din Fit Connect 300 HR Fitness Tracker er udstyret med en automatisk søvngenkendelsesfunktion, dvs. den genkender søvnstart og -slut og registrerer forskellige søvnfaser, mens du sover. Alle data gemmes på apparatet, og når det tilsluttes til appen, overføres disse data til appen. Dataene vises ved at aktivere flisen "Søvn" i appen. Enkeltheder om søvnfa-

serne fremkommer, når du berører flisen "Søvn" og vælger de efterfølgende visninger.

Meddelelsesfunktioner, vibrationsalarm (vækkeur), skridtmål

Visningerne **5.3.1 – 5.3.4** vises automatisk ved en indgået besked **(5.3.1)**, et indgået opkald **(5.3.2)**, vibrationsalarm **(5.3.3)** eller nået dagsmål **(5.3.4)**.

Visningen **5.3.2** viser nummeret på det indgåede opkald. Hvis du har gemt nummeret i telefonbogen på din smartphone, vises navnet på den pågældende person. Det er en forudsætning, at du har koblet Soehnle Connect-App til kontakt, telefon og SMS. Når du tilføjer Fitness Tracker til Soehn-

le Connect-App, mens den tages i brug (onboarding), anmodes du udtrykkeligt om dit samtykke til denne opkobling. Hvis du ikke giver dit samtykke, kan du ved smartphones med styresystemet Android™, fra version 6.0, give dit samtykke på et senere tidspunkt. Du kan gøre det i indstillingerne i styresystemet under "Apps". Som et alternativ kan du fjerne appen fra Soehnle Connect-App og fra Bluetooth-menuen i styresystemet på din smartphone (kan findes under Indstillinger) og derefter igen tilføje Fitness Tracker til appen (første opkobling til Soehnle Connect-App).

DK

Dataportabilitet til smartphone / tablet

Tænd Soehnle Connect-App. Hvis apparatet er i nærheden, overføres dataene automatisk til appen via *Bluetooth*®. Eller du swiper nedad (pull to refresh) på appens display (Dashboard). Vær opmærksom på, at *Bluetooth*® er aktiveret på din smartphone / tablet. Dataene overføres nu og kan derefter ses på appen i de pågældende områder. Din Soehnle Fitness Tracker gemmer de indsamlede data i 7 døgn. Opret venligst regelmæssigt forbindelse til Fitness Tracker inden for denne periode for at overføre de gemte data til Soehnle Connect-App og for at kunne bruge dem i længere tid.

Opdaterede oplysninger om dit produkt finder du på internettet på www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Rengøring og pleje

Rens Fitness Tracker med en blød, fugtig klud. Lad apparatet lufttørre helt, inden du bruger det igen, inden det skal pakkes væk eller inden batteriet oplades. Ukorrekt håndtering af produktet kan medføre, at det ødelægges. Brug ikke aggressive rensedmidler, hårde børster eller skarpe genstande. De kan ødelægge overfladen. Din Fitness Tracker er vandtæt i henhold til beskyttelsesklasse IP67, nedsænk den ikke i andre væske.

7. Forbrugerservice

Hvis du har spørgsmål eller forslag, er du velkommen til at kontakte vores forbrugerservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratis)

Ma-fr kl 8 – 18

Internet: soehnle.com

8. Yderligere oplysninger

Hvis du ønsker flere oplysninger, besøg vores internetside www.soehnle.com

9. Tekniske data

Artikelnummer:	68102
Bluetooth®-version:	4.0
USB-tilslutning:	2.0 type-A
Frekvensbånd:	2,4 GHz
Maks. transmissionskapacitet:	3 mW
Batteritype:	lithium-polymer
Displaytype:	OLED
Displaymål:	25 x 23 mm
Beskyttelsesklasse:	IP67 (<i>vandtæt, svømme</i>)
Datahukommelse:	7 dage
Batteritid:	ca 2-5 dage
<i>(afhængigt af brugsintensitet og pulsfunktion)</i>	

Innehållsförteckning

1. Leveransomfattning
2. Produktbeskrivning
3. Hänvisning
4. Första idrifttagning
5. Apparat och betjäning
6. Rengöring och skötsel
7. Förbrukar-service
8. Ytterligare informationer
9. Tekniska data

1. Leveransomfattning

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Fitness Tracker med avtagbart armband)
- 1x Bruksanvisning

2. Produktbeskrivning

Din personliga Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR samlar dina dagliga aktiviteter som pulsfrekvens, antal steg, tillbakalagd distans, aktivitetstid, kaloriförbrukning och uppnående av ditt dagliga rörelsemål, för att stödja dig gällande fitness och hälsa. Över *Bluetooth*® kommer data att överföras till din Soehnle Connect-App och kan där utvärderas.

3. Hänvisning

Läs noga bruksanvisningen och följande hänvisningar, innan du använder apparaten och spar den på bruksanvisning.

WARNING! Fara för att småbarn kan svälja den! Barn får inte leka med enheten. Håll den undan för barnen.

WARNING! Fara för brand/explosion eller frätskador! Artikeln innehåller ett litium-polymer-batteri. Detta får inte tas ut, tas isär, kastas i elden eller kortslutas. Ladda inte batteriet vid temperaturer under 5° eller över 40° C.

OBS! Möjliga saksador! Låt inte apparaten ramla ner och skydda den från stötar. Utsätt den inte för

extrema temperaturer eller starka temperaturförändringar. Skydda apparaten även för direkt solinstrålning och damm. Använd inte skarpa kemikalier för rengöring, aggressiva eller slipande rengöringsmedel. Skydda displayen för hårda och repande föremål.

HÄNVISNING! Avsedd användning: Produkten är utesluten avsedd för privat, inte kommersiell hushållsbruk. Det är inte någon medicinsk apparat.

HÄNVISNING! Skulle du inte använda apparaten över en längre tidsperiod, ladda batteriet ändå en gång fullständigt upp var 3-6 månad, för att garantera batteriets funktionsduglighet.



Batteri-avfallshantering EG-direktiv 2008/12/EC

Batterier och laddare hör inte i hushållsavfall. Du ska lämna in dina gamla batterier eller laddare vid offentliga samlingsplatser i din kommun eller lämna in dessa på försäljningsställen för respektive batteri.



Avfallshantering av elektriska och elektroniska apparater EG-direktiv 2012/19/EC

Detta produkt ska inte hanteras som normalt hushållsavfall, utan lämnas vid en återvinningsstation för recycling av elektriska och elektroniska apparater. Ytterligare informationer får du via



din kommun, kommunala återvinningsstationer eller affären, där du har köpt produkten.



Härmed förklarar Soehnle, att denna apparat befinner sig i överensstämmelse med grundläggande krav och övriga tillämpliga bestämmelser av 2014/53/EU direktivet. EU-konformitetsförklaring hittar du under **www.soehnle.com**

4. Första idrifttagning

Ladda batteriet

Ladda Fitness Trackern fullständigt upp före första idrifttagning. Dra det avtagsbara armband **(B)** från displaymodulen **(A)** av **(4.1)**. Sätt USB-stickan av displaymodulen **(C)** i ett vanligt, aktivt USB-uttag. Observera att kontakterna av modulen **(4.2)** berör kontakterna av USB-anslutningen, då i annat fall apparaten inte laddas. I displayen **(5.1.1)** visas batteriets laddningstillstånd ( = helt laddat/ = batteri slut).

Installera Soehnle Connect-App



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

För full funktion, installera kostnadsfri Soehnle Connect-App på din smartphone eller ditt skrivbord. Scanna avbildad QR-koden för att komma till appen i Appstore.

Alternativt hittar du appen för din Android™-apparat på Google Play eller för din Apple®-apparat i App Store. Observera vid sökning en det rätta namnet för appen: "Soehnle Connect-App".

Första kontakt med Soehnle Connect-App

Aktivera *Bluetooth*® på din smartphone eller ditt skrivbord och starta Soehnle Connect-App. När du startar appen för första gången, kommer du automatiskt att föras genom förbindelse-processen av en Soehnle-apparat.

När du redan har använt Soehnle Connect-Appen med Soehnle-produkter, fortsätt till förbindelsen av Fitness Trackern i Soehnle Connect-Appen till „Huvudmenyn“ och klicka på „Mina apparater“ och sedan på „Lägg till apparat“. Du kommer automatiskt att föras genom installationsprocessen.

S

Installering av din Fitness Tracker

Alla installeringar av din Fitness Tracker kommer bekvämt att genomföras via användarytan av Soehnle Connect-Appen. Tid och datum ställs automatiskt in efter förbindelsen enligt systemtid av smartphonen eller skrivbordet. Dessutom kan du i menyn „Mina apparater“ i motsvarande apparatinstallation bestämma tider för vibrationslarmet (väckerklocka) och pulsfunktionen av Fitness Tracker slå på eller av. Såvida du har bestämt ett dagsmål, tar Fit-Connect 300 HR över detta, för att göra dig uppmärksam per uppnådd vibrationslarm.

Kompatibilitet

Soehnle Connect-Appen är kompatibel med Google Fit® och Apple Health®. När apparaterna har överförd data till Soehnle Connect-App, kan dessa på begäran automatiskt i respektive använd App Google Fit® / Apple Health® spelas över. Sätt härtill i menyn "Mer om appen" motsvarande bock. Eventuellt är det nödvändigt, i Google Fit® / Apple Health® eller vid App-inställningar på din smartphone att tillåta användningen av Soehnle App som källa. Se härför i bruksanvisningen av främmande-appar resp. ditt driftsystem.

5. Apparat och betjäning

Med Soehnle Fitness Tracker kan olika data samlas in och delvis visas direkt på displayen. Ytterligare displays, grafiker och tips hittar du i Soehnle Connect-App. Där kan du även nyttja andra funktioner, sammanföra och förvalta dina insamlade data. Inställningar för mål, vibrationslarm (väckerklocka), osv. ska alltid göras i appen.

Avbild	Standardmodus
5.1.1	Tid, datum, batteriets-laddningsstatus (Batteristatus)
5.1.2	Pulsfrekvens
5.1.3	Träningsmodus

5.1.4	Dagaktiviteter*
Avbild	Träningsmodus
5.2.1	Stoppur: Start
5.2.2	Stoppur: Paus
5.2.3	Stoppur: Stopp
5.2.4	Aktivitetsrapport: Basdata
5.2.5	Aktivitetsrapport: Intervalldata
Avbild	Minnen
5.3.1	Inkommande nyhet
5.3.2	Inkommande samtal
5.3.3	Vibrationslarm (väckerklocka)
5.3.4	Dagens mål uppnådd

* Dagens data kommer alltid klockan 24.00 automatiskt att ställas på noll. Stegen, kalorierna osv., som under dagen kan ses, kommer därför från klockan 0.00 samma dag att räknas.

För att växla vyer snudda på displayen av din apparet, glid över den beröringskänsliga displayen åt vänster eller höger för att växla mellan olika vyer (5.1.2 – 5.1.4 resp. 5.2.4 – 5.2.5).


Tid, datum, batteri-laddningsstatus (Batteristatus)

Genom beröring av displayn startar vyn i tidmodus (5.1.1).


Dagaktiviteter

I denna översikt (5.1.4) visas dig de viktigaste samlade data:

Stegräknare* ()

Framsteg av ditt dagens mål* ()

Kalorieförbrukning* ()




Tillbakalagd sträcka* ()

På vyn dagaktiviteter 5.1.4 hittar du de viktigaste uppgifter, som idag uppnådda stegantal, förbrukade kalorier liksom tillbakalagd distans. Dessutom visar framstegstaplar på denna bildskärm andelen av satt dagmål.


Pulsfrekvens

Så snart du sätter på Fitness Tracker utforskas automatiskt din puls och kommer i motsvarande display **(5.1.2)** att visas. Vid hämtning av denna vy behöver Fitness Tracker upp till ca 30 sekunder, för att hitta pulsen. Bär sökaren direkt på huden, eftersom det annars inte är någon mätning möjligt. Pulsfunktionen är standardmässigt 24 timmar per dag aktiverad. Skulle du vilja stänga av denna funktion, t.ex. på natten, kan du göra det i Soehnle Connect-App i huvudmenyn under "Mina apparater" och hämtning av motsvarande funktion.

Träningsmodus

Träningsmodus styr du över de i displayen visade funktionsknapparna. Byt till visning „Träningsmodus“ **(5.1.3)** och berör symbolen . Träningsmodus startar i Stoppur-visning **(5.2.1)**. Stoppuret kan du med  starta och  pausa **(5.2.2)**.

I Stoppur-vyn (5.2.1) kan du begära visning av olika, aktuella aktivitetsdata (steg, pulsfrekvens, kalorier, stegfrekvens och tid), genom att dra från bildens mitt till vänster resp. till höger.

Gör stoppuret en paus, kan du genom beröring av symbolen  nere till vänster på bildskärmen avsluta den aktuella Träningsenheten och automatiskt

komma till aktivitetsrapporten **(5.2.4)**. Växla genom att dra mellan vyn på bas-träningsdata och puls-zonen **(5.2.5)**.

Sömnanalys

Din Fit Connect 300 HR Fitness Tracker förfogar över en automatisk sömnigenkänningsfunktion, det vill säga, den känner igen sömnens början och slut och samlar in olika sömnfaser under sömnen. All data kommer att sparas på apparaten och vid en förbindelse med appen blir överförd till den. Data visas sedan i en ruta "Sömn" i appen. Detaljer till sömnfaser hämtar du efter beröring av rutan "Sömn" följande detaljbildskärmar.

Meddelandefunktioner, vibrationslarm/väckerklocka, stegmål

Vyerna **5.3.1 – 5.3.4** kommer automatiskt vid ingående meddelande **(5.3.1)**, inkommande samtal **(5.3.2)**, vibrationslarm **(5.3.3)** eller uppnådd dagmål **(5.3.4)** att visas.

Vyn **5.3.2** visar telefonnumret från inkommande samtal. Har du lagrat numret från personen som ringer i telefonboken i din smartphone, kommer personens namn att visas. Förutsättning härför är, att Soehnle Connect-App har fått åtkomsträttigheter för kontakter, telefon och SMS. Dessa kommer att uttryckligen sökas som tillstånd när man tillägger Fitniss Tracker med Soehnle Connect-App

under idrifttagning (Onboarding). Skulle du inte ha beviljat detta, kan du hos smartphones med driftsystemet Android™, från version 6.0, i inställningarna i driftsystemet under "Apps" utfärda det i efterhand. Alternativt, avlägsna apparaten ytterligare en gång från Soehnle Connect-App och även från Bluetooth-menyn av driftsystemet i din smartphone (att hitta under inställningar) och lägg till Fitness Tracker på nytt i appen (första sammankoppling med Soehnle Connect-App).

S

Dataöverföring till smartphone/skrivbordet

Starta Soehnle Connect-App. Såvida apparaten finns i närhet, överförs data automatiskt via *Bluetooth*®

till appen. Eller du drar på appens huvudbildskärm (Dashboard) neråt (pull to refresh). Observera, att *Bluetooth*® är aktiverad på din smartphone/ditt skrivbord. Data kommer nu att överföras och kan sedan ses i appen i respektive område. Din Soehnle Fitness Tracker förfogar över ett sju-dagars-minne för de insamlade data. Koppla Fitness Tracker regelbundet inom denna tid, för att överföra sparad data till Soehnle Connect-App och utnyttja under längre tid.

De respektive senaste informationer till dina produkter hittar du på Internet under www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Rengöring och skötsel

Rengör Fitness Tracker med en mjuk, fuktig duk. Låt apparaten torka helt i luften, innan du åter sätter den tillbaka, förvarar eller ladda batteriet.

Vid olämplig hantering med apparaten kan den få en skada. Använd inga aggressiva rengöringsmedel, borstar med hård borste eller vassa föremål. Dessa kan skada ytan. Din Fitness Tracker är vattentät enligt skyddsklass IP67, doppa den inte i andra vätskor.

7. Förbrukar-Service

Vid frågor och förslag står vår Förbrukar-Service gärna till ditt förfogande.

Hotline: 00 800 538 38 383 (avgiftsfri)

Måndag–fredag, 08.00–18.00

Internet: soehnle.com

8. Ytterligare informationer

För ytterligare informationer besök vår Internetsida www.soehnle.com

9. Tekniska data

Artikelnummer: 68102

Bluetooth® Version: 4.0

USB-anlutning: 2.0 Typ-A

Frekvensband: 2,4 GHz

Max. sändningseffekt: 3 mW

Batterityp: Litium-polymer

Displaytyp: OLED

Displaymått: 25 x 23 mm

Skyddsklass: IP67 (vattentät, simmar)

Dataminne: 7 dagar

Batterityp: ca. 2-5 dagar

(avhängigt från användarintensitet och pulsfunktion)

Innhold

1. Leveringens omfang
2. Produktbeskrivelse
3. Tips
4. Første bruk
5. Enhet og betjening
6. Rengjøring og vedlikehold
7. Forbrukerservice
8. Ytterligere informasjon
9. Tekniske data

NO

1. Leveringens omfang

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (aktivitetsarmbånd med avtakbar stropp)
- 1x Bruksanvisning

2. Produktbeskrivelse

Din personlige Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR lagrer dine daglige aktiviteter slik som puls, antall skritt, distanse, aktivitetsvarighet, kaloriforbruk og oppnåelser av daglige treningsmål for å støtte din form og helse. Dataene overføres til din Soehnle Connect-app via *Bluetooth*[®], og kan evalueres der.

3. Tips

Les denne manualen og følgende informasjon nøye før enheten brukes, og oppbevar manualen på et trygt sted.

ADVARSEL! Fare for svelging av små barn! Barn må ikke leke med enheten. Holdes unna barn.

ADVARSEL! Fare for brann/eksplosjon eller forbrenning! Denne artikkelen inneholder et lithium polymer-batteri. Dette kan ikke fjernes, demonteres, kastes i flammer eller kortsluttes. Ikke lade batteriet ved temperaturer under 5 eller over 50 grader celsius.

PASS OPP! Mulig skade på eiendeler! Ikke mist enheten og beskytt den fra støt. Ikke eksponere enheten for ekstreme temperaturer eller store tempera-

turforandringer. Beskytt også enheten fra direkte sollys og støv. Ikke benytt tunge kjemikalier, sterke eller slipende rengjøringsmidler for rengjøring. Beskytt skjermen fra harde og skrapende objekter.

MERK! Tiltenkt bruk: Produktet er eksklusivt tiltenkt brukt av private, ikke-kommersielle husholdninger. Dette er ikke en medisinsk enhet.

MERK! Dersom du ikke bruker enheten for en lang periode, lades batteriet en gang hver 3 til 6 måned for å sikre at batteriet fungerer ordentlig.



Batteriavhending EU-direktiv 2008/12/EU

Batterier og oppladbare batterier må ikke avhendes i husholdningsavfallet.

Du må returnere dine gamle batterier eller oppladbare batterier til en lokalt gjenvinningsstasjon, eller til et sted hvor denne type batterier selges.



Avhending av elektriske apparater EU-direktiv 2012/19/EU

Dette produktet må ikke behandles som vanlig husholdningsavfall. Den må avhendes på en gjenvinningsstasjon for resirkulering av elektrisk og elektronisk utstyr. Du finner ytterligere informasjon hos din lokale gjenvinningsstasjon, eller fra firmaet du kjøpte produktet fra.



NO



Soehnle erklærer herved at denne enheten samsvarer med grunnleggende krav og andre relevante bestemmelser ifølge direktiv 2014/53/EU. EUs samsvarserklæring finnes på **www.soehnle.com**

4. Første bruk

Lade batteriet

Lad aktivitetsarmbåndet fullt opp før første bruk. Fjern den avtakbare stroppen **(B)** fra visningsmodulen **(A)** **(4,1)**. Plugg USB-pluggen til skjermmodulen **(D)** inn i en standard aktiv USB-port. Merk at kontaktene på modulen **(4,2)** må berøre kontaktene på USB-porten. ellers vil ikke enheten lade. Skjermen **(5,1,1)** viser status på batteriet ( = fullt ladet /  = tomt batteri).

Installer Soehnle Connect-appen



For full funksjonalitet installeres den gratis Soehnle Connect-appen på din smarttelefon eller nettbrett. Skanne QR-koden for å finne appen i appstore.

Alternativt finner du appen for din Android™-enhet på Google Play eller for din Apple®-enhet på Apple App Store. Merk appens nøyaktige navn ved søk: "Soehnle Connect".

Android™: ≥ 6,0,

iOS®: ≥ 9,0,

Bluetooth®: ≥ 4,0

Første tilkobling med Soehnle Connect-appen

Aktiver *Bluetooth*® på smarttelefonen eller nettbrettet, og start Soehnle Connect-appen. Når du starter appen første gang vil du automatisk veiledes gjennom prosessen med tilkobling til en Soehnle-enhet. Dersom du allerede har brukt Soehnle Connect-appen med produkter fra Soehnle, går du til "Hovedmenyen" i Soehnle Connect-appen for å koble til aktivitetsarmbåndet og trykk på "Mine enheter" og deretter "Legg til enhet". Du veiledes automatisk gjennom installasjonsprosessen.

Oppsett av din Fitness Tracker

Alle innstillingene for din Fitness Tracker gjøres praktisk gjennom brukergrensesnittet i Soehnle Connect-appen. Tidspunkt og dato settes automatisk ut fra systemtidspunktet til smarttelefonen eller nettbrettet etter tilkobling. Du kan også velge tidspunkt for vibrasjonsalarmen (alarmklokke) og slå av eller på pulsmåleren i Fitness Tracker i innstillinger til den korresponderende enheten gjennom menyen "Mine enheter". Dersom du har valgt daglige mål for skritt i appen, sørger Fit Connect 300 HR for å varsle deg når du når målet med en vibrasjonsalarm.

Kompatibilitet

Soehnle Connect-appen er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Etter at enheten har overført data til Soehnle Connect-appen, kan de overføres automatisk til Google Fit® / Apple Health® etter ønske. For å gjøre dette markeres boksen i menyen "Mer om appen". Det kan være nødvendig å tillate Soehnle-appen som kilde i Google Fit® / Apple Health® eller i appinnstillingene på smarttelefonen din. Se instruksjonene til eksterne apper eller operativsystemet ditt.

5. Enhet og betjening

Med Soehnle Fitness Tracker lagres forskjellige data som tidvis vises direkte på skjermen. Du kan finne flere skjermvisninger, grafikk og tips i Soehnle Connect-appen, hvor du også kan benytte andre funksjoner og slå sammen og styre dine innhentede data. Innstillinger for mål, vibrasjonsalarmer (alarmklokker) osv. må alltid gjøres fra appen.

Fig.	standard modus
5,1,1	Tid, dato, batteriets ladestatus (batteristatus)
5,1,2	puls
5,1,3	treningsmodus

5,1,4	Daglige aktiviteter*
Fig.	treningsmodus
5,2,1	Stoppeklokke: start
5,2,2	Stoppeklokke: Pause
5,2,3	Stoppeklokke: Stopp
5,2,4	Aktivitetsrapport: Grunnleggende data
5,2,5	Aktivitetsrapport: intervalldata
Fig.	Påminnelser
5,3,1	Innkommende melding
5,3,2	Innkommende samtale
5,3,3	Vibrasjonsalarm (alarmklokke)
5,3,4	Daglig mål oppnådd

Daglig data tilbakestilles automatisk til null ved midnatt. Skritt, kalorier osv. oppnådd gjennom dagen går derfor tilbake til 0 fra midnatt.

For å endre enhetens visning, sveip til venstre eller høyre på den berøringssensitive skjermen for å bytte mellom forskjellige visninger (**5,1,2 til 1,4** eller **5,2,4 til 2,5**).

Tid, dato og batteriets ladestatus (batteristatus)

Trykk på skjermen for å starte visningen i tidsmodus (**5,1**).

daglige aktiviteter

Denne oversikten (**5,1,4**) viser dine viktigste lagrede data:

Skritteller* ()

Fremdrift mot ditt daglige mål* ()

Kaloriforbruk* ()

Distanse* ()



I visningen for daglige aktiviteter (**5,1,4**) finner du de viktigste funksjonene slik som antall skritt oppnådd hittil samme dag, kaloriforbruk og distanse. I tillegg viser fremdriftslinjen på skjermen oppnåelsen mot det valgte daglige målet.

puls


Når du lager Fitness Tracker bestemmes pulsen automatisk, og vises i den korresponderende visningen **(5.1.2)**. Når denne skjermen vises, brukes Fitness Tracker omtrent 30 sekunder på å finne pulsen. Ha aktivitetsarmbåndet direkte på huden din, ellers blir det ikke mulig å måle. Pulsmålingsfunksjonen er som standard aktiv 24 timer i døgnet. Ønsker du å deaktivere denne funksjonen, for eksempel om natten, kan dette gjøres fra hovedmenyen og fra den aktuelle funksjonen i Soehnle Connect-appen under "Mine enheter".

NO

treningsmodus

Du kontrollerer treningsmodus ved å benytte funksjonstastene som vises på skjermen. Bytt til visningen med "Treningsmodus" **(5,1,3)** og berør symbolet  Treningsmodus starter i visningen for stoppeklokken **(5,2,1)**. Du kan starte og pause stoppeklokken med  **(5,2,2)**.

I stoppeklokkevisningen (5,2,1) ser du forskjellige aktivitetsdata (skritt, puls, kalorier, skritt og fremgang og tid) ved å sveipe til venstre eller høyre på midten av skjermen.

Dersom stoppeklokken pauses, kan du avslutte den nåværende treningen ved å berøre et ikon  på

nede venstre del av skjermen. Da får du automatisk tilgang til aktivitetsrapporten **(5,2,4)**. Bytt mellom visning av grunnleggende treningsdata og pulsso-
ner **(5,2,5)** ved å sveipe.

søvnanalyse

Din Fit Connect 300 HR Fitness Tracker har en au-
tomatisk søvndeteksjonsfunksjon. Det betyr at den
detekterer starten og slutten av søvn, og lagrer for-
skjellige søvnfaser under søvn. Alle data lagres på
enheten og overføres til den ved tilkobling til appen.
Dataene blir så vist i appens del med "Søvn". Infor-
masjon om søvnfasene finnes på den følgende de-
taljskjermen etter å ha trykket på delen med "Søvn".

Varslingsfunksjoner, vibrasjonsalarm/alarmklok- ke, skrittmål

Visningene **5,3,1** til **5,3,4** vises automatisk ved inn-
kommende meldinger **(5,3,1)**, innkommende sam-
taler **(5,3,2)**, vibrasjonsalarm **(5,3,3)** eller oppnådd
daglig mål **(5,3,4)**.

Visningen **5,3,2** viser telefonnummeret til en inn-
kommende samtale. Dersom du har lagret anro-
perens nummer i telefonboken din, vises navnet
til anroperen. Forutsetningen for dette er at du har
gitt Soehnle Connect-appen tilgangsrettigheter til
kontakter, telefon og SMS. Når aktivitetsarmbåndet
legges til Soehnle Connect-appen under igangkjø-

ring (påtroppende), bes det eksplisitt om godkjenning for dette. Dersom du ikke har godkjent dette, kan du gi godkjenning til smarttelefoner med operativsystemet Android™, fra versjon 6.0, i innstillingene for operativsystemet under "Apper". Alternativt kan enheten fjernes fra Soehnle Connect-appen og også fra Bluetooth-menyen på smarttelefonens operativsystem (under innstillinger), før Fitness Tracker så legges til appen igjen (ved første tilkobling til Soehnle Connect-appen).

Dataoverføring til smarttelefon / nettbrett

NO

Start Soehnle Connect-appen. Dersom enheten er i nærheten, overføres dataene automatisk til appen

via *Bluetooth*®. Eller sveip ned på hovedskjermen (kontrollpanelet) på appen (dra for å oppdatere). Sørg for at *Bluetooth*® er aktivert på din smarttelefon/nettbrett. Dataene blir nå overført og kan vises i de aktuelle områdene i appen. Din Soehnle Fitness Tracker har et syvdagers minne for innhentede data. Tilkoble Fitness Tracker jevnlig innenfor denne perioden for å overføre lagrede data til Soehnle Connect-appen, og for å benytte den for en lengre tidsperiode.

Du finner siste informasjon om produktet ditt på internettdressen www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Rengjøring og vedlikehold

Rengjør Fitness Tracker med en myk, fuktig klut. La enheten lufttørke fullstendig før den settes på igjen, lagres eller lades.

Feil håndtering av enheten kan føre til skade. Ikke benytt sterke rengjøringsmidler, harde børster eller skarpe objekter. Disse kan skade overflatene. Din Fitness Tracker er vanntett til IP67, senkes ikke ned i væsker.

7. Forbrukerservice

Dersom du har spørsmål eller forslag kan du kontakte vår kundeservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratisnummer)

Mandag til fredag, kl. 08:00 til 16:00

Internett: soehnle.com

8. Ytterligere informasjon

For ytterligere informasjon besøkes vårt nettsted

www.soehnle.com

9. Tekniske data

Artikkelnummer: 68102

Bluetooth®-versjon: 4,0

USB port: 2,0 type A

Frekvensbånd: 2,4 GHz

Maks sende-effekt: 3 mW

Batteritype: lithium polymer

Skjermtype: OLED

Skjermdimensjoner: 25 x 23 mm

Beskyttelsesklasse: IP67 (vanntett, flyter)

Dataminne: 7 dager

Batteritid: omtrent 2 til 5 dager

(avhengig av bruksintensiteten og pulsfunksjonen)

Sisällysluettelo

1. Toimitussisältö
2. Tuotekuvaus
3. Huomautukset
4. Ensimmäinen käyttöönotto
5. Laite ja sen käyttö
6. Puhdistus ja hoito
7. Kuluttajapalvelu
8. Lisätietoja
9. Tekniset tiedot

1. Toimitussisältö

- 1 x Soehnle Fit Connect 300 HR (kuntomittari, jossa on irrotettava ranneke)
- 1 x käyttöohje

2. Tuotekuvaus

Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR auttaa sinua kuntosi ja terveytesi edistämiseksi mittaamalla päivittäistä aktiivisuuttasi, kuten sykettä, askelmäärää, kuljetun matkan pituutta, aktiivisuuden kestoa, kalorien kulutusta ja oman päiväkohtaisen liikkumistavoitteen saavuttamista. Tietosi lähete-

tään Soehnle Connect -sovellukseen *Bluetooth*[®]-yhteyden kautta niiden arviointia varten.

3. Huomautukset

Lue tämä käyttöohje ja seuraavat huomautukset huolellisesti ennen laitteen käyttöä ja säilytä käyttöohje.

VAROITUS! Nielaisemisen vaara (pienet lapset)! Lapset eivät saa leikkiä laitteella. Pidä laite poissa lasten ulottuvilta.

VAROITUS! Tulipalon, räjähdyksen tai syöpymisen vaara! Tuotteessa on litiumpolymeeriakku. Sitä ei saa irrottaa, purkaa, heittää tuleen tai oikosulkea. Älä lataa akkua alle 5 celsiusasteen tai yli 40 celsiusasteen lämpötiloissa.

HUOMIO! Esinevahinkojen vaara! Älä päästä laitetta putoamaan ja suojaa se iskuiltä. Älä altista laitetta äärimmäisille lämpötiloille tai suurille lämpötilavaihteluille. Suojaa laite myös suoralta auringonvalolta ja pölyltä. Älä puhdistä laitetta vahvoilla kemikaaleilla, syövyttävillä tai hankaavilla puhdistusaineilla. Suojaa näyttö kovilta ja naarmuttavilta esineiltä.

HUOMIOITAVAA! Käyttötarkoitus: Tuote on tarkoitettu pelkästään yksityiseen, ei-kaupalliseen kotitalouskäyttöön. Se ei ole lääketieteellinen laite.

HUOMIOITAVAA! Jos et käytä laitetta pitkään aikaan, lataa akku siitä huolimatta täyteen aina 3–6 kuukauden välein, jotta akku pysyisi toimintakuntoisena.



**Paristojen hävittämistä koskeva
EY-direktiivi 2008/12/EY**

Paristoja ja akkuja ei saa hävittää kotitalousjätteenä. Vanhat paristot ja akut on vietävä paikalliseen yleiseen keräyspisteeseen tai paikkaan, mistä samantyyppisiä paristoja on ostettu.



**Sähkö- ja elektroniikkalaiteromua
koskeva EY-direktiivi 2012/19/EU**



Tätä tuotetta ei saa hävittää tavallisena kotitalousjätteenä, vaan se on vietävä kierrätyspisteeseen, joka vastaa sähkö- ja elektroniikkalaiteromun käsittelystä. Lisätietoja saat omalta kunnaltasi, kunnallisesta jätteenkäsittelystä tai liikkeestä, josta tuote on ostettu.



Soehnle vakuuttaa, että tämä laite vastaa direktiivien 2014/53/EU perusvaatimuksia ja muita asiaankuuluvia määräyksiä. EU-vaatimustenmukaisuusvakuutus on osoitteessa **www.soehnle.com**

4. Ensimmäinen käyttöönotto

Lataa akku

Lataa akku ennen ensimmäistä käyttökertaa täyteen. Vedä irrotettava ranneke **(B)** irti näyttömoduulista **(A)** **(4.1)**. Kytke näyttömoduulin USB-pistoke **(C)** toimivaan, käytössä olevaan USB-liitäntään. Varmista, että moduulin koskettimet **(4.2)** koskettavat USB-liitännän koskettimia, sillä muuten laite ei lataudu. Akun varaustaso näytetään näytössä **(5.1.1)** ( = ladattu täyteen /  = virta on lopussa).

Asenna Soehnle Connect -sovellus



Asenna maksuton Soehnle Connect-sovellus älypuhelimellesi tai tablet-laitteeseesi, jotta voit käyttää kaikkia toimintoja. Skanna QR-koodi, niin siirryt sovellukseen Appstoressa.

Voit myös ladata sovelluksen Android™-laitteeseesi Google Play -kaupasta tai Apple®-laitteeseesi App Store -kaupasta. Kun haet sovellusta, käytä sen oikeaa nimeä: "Soehnle Connect".

Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

Yhdistäminen Soehnle Connect -sovellukseen ensi kertaa

Ota *Bluetooth*® käyttöön älypuhelimessasi tai tablet-laitteessasi ja käynnistä Soehnle Connect. Kun käynnistät sovelluksen ensimmäistä kertaa, yhteyden muodostus Soehnle-laitteeseen opastetaan sinulle automaattisesti.

Jos olet jo käyttänyt Soehnle Connect -sovellusta Soehnle-tuotteiden kanssa, muodosta yhteys kuntomittariin siirtymällä sovelluksen päävalikkoon. Valitse kohta *Meine Geräte (Omat laitteet)* ja sitten *Geräte hinzufügen (Lisää laitteita)*. Sinut johdetaan automaattisesti asennuksen läpi.

Kuntomittarin asetusten määrittäminen

Kaikki kuntomittarin asetukset tehdään kätevästi Soehnle Connect -sovelluksen käyttöliittymässä. Kellonaika ja päivämäärä asetetaan automaattisesti älypuhelimien tai tablet-laitteen tietojen perusteella, kun yhteys muodostetaan. *Meine Geräte (Omat laitteet)* -valikossa voit myös asettaa myös ajankohdat värinäähälytykselle (herätyskello) sekä ottaa kuntomittarin syketoiminnon käyttöön ja pois käytöstä näiden toimintojen omissa asetuksissa. Kun olet asettanut päivittäisen askelmäärän sovelluksessa, *Fit Connect 300 HR* ottaa sen käyttöön, ja ilmoittaa sinulle tavoitteen saavuttamisesta värinäähälytyksellä.

Yhteensopivuus

Soehnle Connect-sovellus on yhteensopiva Google Fit®- ja Apple Health® -alustojen kanssa. Kun laitteiden tiedot on lähetetty Soehnle Connect -sovellukseen, ne voi automaattisesti lähettää myös käyttämäsi Google Fit®- tai Apple Health® -sovellukseen. Merkitse tällöin kyseiset valintaruudut Mehr zur App (Sovelluksen lisätiedot) -valikossa. Sinun on joka tapauksessa hyväksyttävä Soehnle Connect lähteeksi Google Fit®- tai Apple Health® -sovelluksessa tai älypuhelimien sovellusasetuksissa. Katso lisätietoja muiden sovellusten tai käyttöjärjestelmäsi käyttöohjeista.

5. Laite ja sen käyttö

Soehnle-kuntomittarin avulla voit kerätä erilaisia tietoja, joista osaa voi katsoa suoraan näytöltä. Voit tutkia muita näytettäviä tietoja, grafiikoita ja neuvoja Soehnle Connect -sovelluksessa. Sovelluksessa on myös toimintoja, joiden avulla voit yhdistää kerättyjä tietoja ja hallinnoida niitä. Tavoitteiden, värinäähälytyksen (herätyskellon) ja vastaavien toimintojen asetukset tehdään aina sovelluksessa.

Kuva	Normaalitila
5.1.1	Kellonaika, päivämäärä, akun varaustila
5.2.1	Syke

5.3.1	Treenitila
5.4.1	Päivän aktiviteetit*
Kuva	Treenitila
5.2.1	Sekuntikello Käynnistys
5.2.2	Sekuntikello Tauko
5.2.3	Sekuntikello Pysäytys
5.2.4	Aktiivisuusraportti: Perustiedot
5.2.5	Aktiivisuusraportti: Intervallitiedot
Kuva	Muistutukset
5.3.1	Saapuva viesti
5.3.2	Saapuva puhelu
5.3.3	Värinäähälytys (herätyskello)
5.3.4	Päiväkohtainen tavoite saavutettu

* Päiväkohtaiset tiedot nollataan automaattisesti klo 24.00. Askelia, kaloreita ja muita tietoja päivittäisiä tietoja aletaan siis mitata aina klo 00.00 alkaen.

Voit vaihtaa laitteen eri näkymien (5.1.2 – 5.1.4 ja 5.2.4 – 5.2.5) välillä sipaisemalla kosketusnäyttöä vasemmalle tai oikealle.

Kellonaika, päivämäärä, akun varaustila

Kun näyttöä kosketetaan, kellonaikatila näytetään (5.1.1).

Päivän aktiviteetit

Tässä yleisnäkyvässä (5.1.4) näytetään tärkeimmät kerätyt tiedot.

Askelmittari* ()

Edistyminen kohti päiväkohtaista tavoitetta*

()

Kalorien kulutus* ()




Kuljettu matka* ()

Päivittäisten aktiviteettien näkyvässä 5.1.4 on tärkeimmät tiedot, kuten kyseisenä päivänä saavutettu askelmäärä, kulutetut kalorit ja kuljettu matka. Tässä näkyvässä on myös palkki, joka osoittaa edistymisen kohti päiväkohtaista tavoitetta.

Syke

Heti kun kiinnität kuntomittarin ranteeseen, se alkaa mitata sykettä automaattisesti, ja syke näytetään sen näkymässä **(5.1.2)**. Kun tämä näkymä avataan, voi kestää jopa noin 30 sekuntia, että kuntomittari löytää sykkeen. Pidä mittaria suoraan ihon päällä, sillä muuten se ei voi mitata sykettä. Sykkeen mittaaminen on vakiona käytössä ympärivuorokautisesti. Jos haluat poistaa toiminnon käytöstä esimerkiksi yön ajaksi, voit tehdä sen Soehnle Connect -sovelluksessa päävalikon Meine Geräte (Omat laitteet) -kohdassa kyseisen toiminnon asetuksissa.

Treenitila

Voit hallita treenitilaa näytön toimintopainikkeilla. Vaihda treenitilaan **(5.1.3)** ja kosketa symbolia . Treenitila käynnistyy sekuntikellotilassa **(5.2.1)**. Voit käynnistää sekuntikellon painikkeella  ja keskeyttää sen painikkeella  **(5.2.2)**.

Sekuntikellonäkymässä (5.2.1) voi katsoa erilaisia ajantasaisia aktiivisuustietoja (askelia, sykettä, kaloreita, askeltaajuutta ja kellonaikaa). Selaa tietoja sipaisemalla näyttöä keskeltä vasemmalle tai oikealle.

Kun sekuntikello on pysäytetty, voit lopettaa nykyisen treeniyksikön koskettamalla näytön vasem-

massa alakulmassa olevaa symbolia ■, jolloin siirryt automaattisesti aktiivisuusraporttiin (5.2.4). Voit vaihtaa treenin perustietojen ja sykevyöhykenäkymien (5.2.5) välillä sipaisemalla näyttöä.

Unianalyysi

Fit Connect 300 HR -kuntomittarissa on automaattinen nukkumisen tunnistustoiminto. Se pystyy tunnistamaan nukkumisen alkamisen ja päättymisen sekä erilaiset univaiheet. Kaikki tiedot tallennetaan laitteeseen ja lähetetään yhdistettyyn sovellukseen. Nämä tiedot esitetään sovelluksen uniosiossa. Näet univaiheiden tiedot seuraavista näkymistä, kun kosketat sovelluksen Schlaf (Uni) -osiota.

Ilmoitustoiminnot, Värinhälytys/herätyskello, askeltavoite

Näkymät 5.3.1 – 5.3.4 näytetään automaattisesti, kun laitteeseen tulee viesti (5.3.1), saapuu puhelu (5.3.2), värinhälytys käynnistyy (5.3.3) tai päiväkohtainen tavoite saavutetaan (5.3.4).

Näkymässä 5.3.2 on puhelinnumero, josta puhelu tulee. Jos soittajan puhelinnumero on tallennettu älypuhelimien yhteystietoihin, soittajan nimi näytetään. Tämä edellyttää, että olet antanut Soehnle Connect -sovellukselle oikeuden käyttää yhteystietoja, puheluja ja tekstiviestejä. Tätä oikeutta pyydetään sinulta erikseen, kun otat kuntomittarin käyttöön Soehnle Connect -sovelluksen kanssa. Jos

et ole antanut näitä käyttöoikeuksia, voit sallia käytön jälkikäteen vähintään version 6.0 Android™-älypuhelimien käyttöjärjestelmän sovellusasetuksissa. Vaihtoehtoisesti voit poistaa laitteen Soehnle Connect -sovelluksesta sekä älypuhelimien käyttöjärjestelmän Bluetooth-valikosta (Asetukset-valikossa). Lisää tämän jälkeen kuntomittarin uudelleen sovellukseen (katso kohta Yhdistäminen Soehnle Connect -sovellukseen ensi kertaa).

Tietojen siirto älypuhelimeen tai tablet-laitteeseen

Käynnistä Soehnle Connect -sovellus. Jos laite on lähellä, tiedot siirretään automaattisesti Bluetooth®-yh-

teiden kautta sovellukseen. Vaihtoehtoisesti voit päivittää sovelluksen näkymän sipaisemalla sovelluksen päänäyttöä (Dashboard) alaspäin. Varmista, että Bluetooth®-yhteys on käytössä älypuhelimessa tai tablet-laitteessa. Tällöin tiedot siirretään, ja niitä voi katsoa asiaankuuluvissa sovelluksen näkymissä. Soehnle-kuntomittari säilyttää mitatut tiedot seitsemän päivän ajan. Yhdistä kuntomittari Soehnle Connect -sovellukseen säännöllisesti tämän ajan kuluessa, jotta tallennetut tiedot voidaan siirtää sovellukseen, jotta niitä voidaan käyttää pidempään.

Uusimmat tiedot tuotteestasi ovat verkossa osoitteessa
www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Puhdistus ja hoito

Puhdista kuntomittari pehmeällä, kostealla liinalla. Anna laitteen kuivua kokonaan ilmastavasti, ennen kuin kiinnität sen käteesi, laitat sen säilytykseen tai lataat sen akun.

Vääränlainen käyttö voi vaurioittaa laitetta. Älä käytä puhdistuksessa syövyttäviä puhdistusaineita, karkeita harjoja tai teräviä esineitä. Ne voivat vahingoittaa pintoja. Kuntomittari on vesitiivis suojaluokan IP67 mukaisesti. Älä upota sitä muihin nesteisiin.

7. Kuluttajapalvelu

Jos sinulla on kysyttävää tai kommentoitavaa, kuluttajapalvelumme auttaa sinua mielellään:

Päivystävä puhelin: 00 800 538 38 383 (maksuton)
ma – pe klo 8–18

Verkkosivut: [soehnle.com](https://www.soehnle.com)

8. Lisätietoja

Lisätietoja saat verkkosivuiltamme
www.soehnle.com

9. Tekniset tiedot

Tuotenumero:	68102
Bluetooth®-versio:	4.0
USB-liitäntä:	2.0, tyyppi A
Taajuusalue:	2,4 GHz
Lähetysteho enintään:	3 mW
Akun tyyppi:	Litiumpolymeeri
Näytön tyyppi:	OLED
Näytön mitat:	25 x 23 mm
Suojaluokka:	IP67 (vesitiivis, uinti)
Tietojen säilytysaika:	7 päivää
Akun kesto:	N. 2–5 päivää

(vaihtelee käyttömäärän ja syketoiminnon mukaan)

Obsah

1. Obsah dodávky
2. Popis výrobku
3. Upozornění
4. První spuštění
5. Přístroj a obsluha
6. Čištění a péče
7. Zákaznický servis
8. Další informace
9. Technické údaje

1. Obsah dodávky

- 1x Soehnle Fit Connect 300 (fitness náramek s odnímatelným řemínkem na zápěstí)
- 1x návod k použití

2. Popis výrobku

Váš osobní fitness náramek Fit Connect 300 zachycuje vaše každodenní aktivity, jako je tepová frekvence, počet kroků, ušlá vzdálenost, trvání aktivity, spotřebu kalorií a dosažení vašeho každodenního stanoveného cíle pohybu na podporu vašeho zdraví a fitness. Data jsou do vaší aplikace Soehnle Connect přenášena přes *Bluetooth*[®], kde mohou být vyhodnocena.

3. Upozornění

Předtím, než začnete přístroj používat, si pečlivě prostudujte návod k použití a dále uvedená upozornění a tento návod k použití uschovejte.

VAROVÁNÍ! Nebezpečí spolknutí pro malé děti! Děti si nesmějí s přístrojem hrát. Uchovávejte jej z dosahu dětí.

VAROVÁNÍ! Nebezpečí požáru/výbuchu nebo po-leptání! Výrobek obsahuje lithium-polymerovou baterii. Ta se nesmí vyjímat, rozebírat, vha-zovat do ohně nebo zkratovat. Baterii nenabíjejte při te-plo-tách pod 5 nebo nad 40 stupňů Celsia.

POZOR! Nebezpečí poškození majetku! Nedovolte, aby přístroj spadl na zem, a chraňte jej před nárazy.

Přístroj nevystavujte žádným extrémním teplotám nebo silnému kolísání teplot. Přístroj chraňte před přímým slunečním světlem a prachem. K čištění ne-používejte agresivní chemikálie, ani agresivní nebo abrazivní čisticí prostředky. Displej chraňte před tvr-dými a drsnými předměty.

UPOZORNĚNÍ! Použití k určenému účelu: Výrobek je určen výhradně pro soukromé, nekomerční po-užití v domácnosti. Nejedná se o zdravotnický pro-středek.

UPOZORNĚNÍ! I když přístroj nebudete delší dobu používat, zcela každých 3-6 měsíců baterii dobíjejte, aby byla zaručena její funkčnost.



Směrnice ES 2008/12/EC o likvidaci baterií

Baterie a akumulátory nepatří do komunálního odpadu. Staré baterie nebo akumulátory se musí odevzdávat na sběrná místa v obci nebo všude tam, kde se baterie daného typu prodávají.



Směrnice ES 2012/19/EU o likvidaci elektrických a elektronických přístrojů



Tento výrobek nelze považovat za běžný komunální odpad, ale musí se předat odběrnému místu pro recyklaci elektrických a elektronických přístrojů. Další informace získáte u své obce, komunálních institucí pro likvidaci nebo v obchodě, v němž jste přístroj koupili.



Společnost Soehnle tímto prohlašuje, že tento přístroj je v souladu se základními požadavky a ostatními příslušnými ustanoveními směrnice 2014/53/EU. Prohlášení o shodě EU naleznete na www.soehnle.com

4. První spuštění

Nabíjení baterie

Náramek před prvním použitím zcela nabijte. Odnímatelný řemínek na zápěstí **(B)** stáhněte z modulu displeje **(A) (4.1)**. Nyní zasuňte USB konektor modulu displeje **(C)** do běžné, aktivní zdířky USB. Věnujte pozornost tomu, aby se kontakty modulu **(4.2)** dotýkaly kontaktů USB zdířky, jinak se přístroj nebude nabíjet. Na displeji **(5.1.1)** se zobrazí stav nabití baterie ( = zcela nabito /  = baterie vybitá).

Instalace aplikace Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

Pro využití plné funkčnosti si na svém chytrém telefonu nebo tabletu nainstalujte bezplatnou aplikaci Soehnle Connect. Po naskenování uvedeného QR kódu přejdete k aplikaci v AppStore.

Alternativně aplikaci pro váš přístroj se systémem Android™ naleznete v Google Play nebo v Apple® z Apple App Store pro přístroj Apple®. Při hledání dejte pozor na přesný název aplikace: „Soehnle Connect“

První připojení k aplikaci Soehnle Connect

Na vašem chytrém telefonu nebo tabletu aktivujte *Bluetooth*® a spusťte aplikaci Soehnle Connect. Pokud aplikaci spouštíte poprvé, budete procesem připojování přístroje Soehnle provedeni automaticky. Pokud jste již aplikaci Soehnle Connect s výrobky Soehnle použili, pro připojení fitness náramku přejděte v aplikaci Soehnle Connect do „Hlavní nabídky“ a klepněte na „Moje přístroje“ a poté na „Přidat přístroj“. Automaticky budete provedeni procesem instalace.

Nastavení vašeho fitness náramku

Všechna nastavení vašeho fitness náramku se provádějí pohodlně přes uživatelské rozhraní aplikace Soehnle Connect. Čas a datum se nastaví automaticky po připojení podle systémového času chytrého telefonu nebo tabletu. Dále můžete v nabídce „Moje přístroje“ v příslušných nastaveních zařízení nastavit časy vibrační alarm (budík) a zapnout nebo vypnout tepovou funkci fitness náramku. Pokud jste si v aplikaci stanovili denní cíl pro kroky, Fit Connect 300 HR jej přebere a po jeho dosažení vás upozornění prostřednictvím vibračního alarmu.

Kompatibilita

Aplikace Soehnle Connect je kompatibilní s Google Fit® a Apple Health®. Po přenesení dat z přístrojů do aplikace Soehnle Connect je můžete na vyžádání automaticky přehrávat v používané aplikaci Google Fit® / Apple Health®. K tomu účelu zaškrtněte příslušné políčko v nabídce „Více o aplikaci“. Pokud je to nezbytné, povolte použití aplikace Soehnle jako zdroje v aplikaci Google Fit® / Apple Health® nebo v nastavení aplikace na vašem chytrém telefonu. Podívejte se na návody k aplikaci třetí strany, resp. k vašemu operačnímu systému.

5. Přístroj a obsluha

Pomocí fitness náramku Soehnle je možné zaznamenávat různá data a částečně je také zobrazovat přímo na displeji. Další zobrazení, grafy a tipy naleznete v aplikaci Soehnle Connect. Tam můžete také využívat další funkce, slučovat a spravovat získané údaje. Nastavení pro cíle, vibrační alarm (budík) atd. se vždy musí provádět v aplikaci.

Obr.	Výchozí režim
5.1.1	Čas, datum, stav nabití baterie (stav akumulátoru)
5.2.1	Tepová frekvence
5.3.1	Tréninkový režim
5.4.1	Denní aktivity*

Obr.	Tréninkový režim
5.2.1	Stopky: Start
5.2.2	Stopky: Přestávka
5.2.3	Stopky: Stop
5.2.4	Zpráva o aktivitě: Základní data
5.2.5	Zpráva o aktivitě: Intervalové údaje
Obr.	Upomínky
5.3.1	Příchozí zpráva
5.3.2	Příchozí hovor
5.3.3	Vibrační alarm (budík)
5.3.4	Denní cíl dosažen

Pro přepínání náhledů na displeji vašeho přístroje přejeďte prstem přes dotykový displej směrem doleva nebo doprava (**5.1.2 – 5.1.4** resp. **5.2.4 – 5.2.5**).

Čas, datum, stav nabití baterie (stav akumulátoru)

Po klepnutí na displej se aktivuje zobrazení v režimu času (**5.1.1**).


* Denní údaje jsou každý den ve 24 hodin automaticky vynulovány. Kroky, kalorie atd., které jsou vidět během dne, se proto počítají od hodiny 0 daného dne.

Denní aktivity

V tomto přehledu **(5.1.4)** se zobrazují nejdůležitější získávané údaje:

Krokoměr* ()

Průběh vašeho denního cíle* ()

Spotřeba kalorií* ()




Ušlá vzdálenost* ()

V zobrazení denních aktivit **5.1.4** naleznete nejdůležitější údaje, jako počet kroků, který jste dnes dosáhl/a, spotřebované kalorie nebo ušlou vzdálenost. Ukazatel průběhu na této obrazovce navíc zobrazuje dosaženou část stanoveného denního cíle.


Tepová frekvence

Jakmile si fitness náramek nasadíte, spustí se automaticky měření vaší tepové frekvence a tato se zobrazí v příslušném zobrazení **(5.1.2)**. Při vyvolání tohoto zobrazení fitness náramek potřebuje asi 30 vteřin na nalezení pulzu. Pás noste přímo na kůži, protože jinak není možné provádět měření. Funkce měření tepové frekvence je standardně aktivní 24 hodin denně. Pokud chcete tuto funkci vypnout, například v noci, můžete to provést v aplikaci Soehnle Connect v hlavní nabídce pod položkou „Moje přístroje“ a otevřením odpovídající funkce.

Tréninkový režim

Tréninkový režim ovládáte pomocí funkčních tlačítek zobrazených na displeji. Přejděte do zobrazení „Tréninkový režim“ (5.1.3) a klepněte na symbol . Tréninkový režim se spustí v zobrazení stopek (5.2.1). Stopky můžete spustit pomocí  a pozastavit pomocí  (5.2.2).

V zobrazení stopek (5.2.1) si můžete nechat zobrazit různé, aktuální údaje o aktivitě (kroky, tepová frekvence, tempo a čas), tak, že ve středu obrazovky přejedete směrem doleva nebo doprava.

Pokud jsou stopky pozastaveny, můžete klepnutím na symbol  pod odkazy na obrazovce ukončit ak-

tuální tréninkovou jednotku a automaticky přejít do zprávy o aktivitě (5.2.4). Mezi zobrazení základních tréninkových údajů a zónami srdečního tepu přecházejte přejetím prstem přes displej (5.2.5).

Analýza spánku

Váš fitness náramek Fit Connect 300 HR je vybaven funkcí automatické detekce spánku. To znamená, že zjistí začátek a konec spánku a během spánku zaznamenává různé spánkové fáze. Všechny údaje jsou ukládány v přístroji a při spojení s aplikací jsou do ní přenášeny. Údaje se pak zobrazí na dlaždici „Spánek“ v aplikaci. Podrobnosti o spánkových fázích naleznete v obrazovce s podrobnostmi po klepnutí na dlaždici „Spánek“.

Funkce upozornění, vibrační alarm/budík, cíl v krocích

Náhledy **5.3.1 – 5.3.4** se zobrazují automaticky při příchozí zprávě (**5.3.1**), příchozím hovoru (**5.3.2**), vibračním alarmu (**5.3.3**) nebo při dosažení denního cíle (**5.3.4**).

Náhled **5.3.2** zobrazí telefonní číslo příchozího hovoru. Pokud máte telefonní číslo volajícího uložené v telefonním seznamu vašeho chytrého telefonu, zobrazí se jméno volajícího. Předpokladem je, že jste aplikaci Soehnle Connect udělili práva přístupu ke kontaktům, telefonu a SMS. Jejich schválení je při přidání fitness náramku do aplikace Soehnle Connect výslovně požadováno během

spuštění (onboarding). Pokud jste tento přístup nepovolili, můžete u chytrých telefonů s operačním systémem Android™ od verze 6.0 přístup dodatečně povolit v nastaveních operačního systému v části „Aplikace“ (Apps). Případně můžete přístroj odebrat z aplikace Soehnle Connect a také z nabídky Bluetooth operačního systému vašeho chytrého telefonu (naleznete pod Nastavením) a poté fitness náramek znovu v aplikaci přidáte (první připojení k aplikaci Soehnle Connect).

Přenos dat do chytrého telefonu/tabletu

Spustíte aplikaci Soehnle Connect. Pokud se přístroj nachází v blízkosti chytrého telefonu, budou data

do aplikace přenesena automaticky přes *Bluetooth*®. Nebo přejeďte po hlavní obrazovce (nástěnce) aplikace směrem dolů (pull to refresh). Ujistěte se, že je na vašem chytrém telefonu/tabletu aktivován *Bluetooth*®. Nyní dojde k přenosu dat a tato můžete následně vidět v aplikaci v příslušných částech. Váš fitness náramek Soehnle je vybaven pamětí na ukládání získaných dat po dobu 7 dnů. Během této doby proto fitness náramek pravidelně připojujte, aby docházelo k přenosu uložených dat do aplikace Soehnle Connect a vy jste data mohli využívat delší dobu.

Nejnovější informace k vašemu produktu naleznete na internetu na stránce www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Čištění a péče

Fitness náramek čistěte měkkým, navlhčeným hadříkem. Před opětovným nasazením, uložením nebo nabíjením nechte přístroj zcela uschnout na vzduchu.

Při nesprávném zacházení může dojít k poškození přístroje. Nepoužívejte žádné agresivní čisticí prostředky, kartáčky s tvrdými štětinami nebo ostré předměty. Tyto mohou poškodit povrchy. Váš fitness náramek je vodotěsný podle třídy ochrany IP67, neponořujte jej do jiných kapalin.

7. Zákaznický servis

Pro otázky nebo podněty je vám k dispozici náš zákaznický servis.

Hotline: 00 800 538 38 383 (bezplatná linka)
Po – Pá, 8 – 18 hod.

Internet: soehnle.com

8. Další informace

Pro další informace prosím navštivte naše webové stránky www.soehnle.com

9. Technické údaje

Číslo výrobku:	68119
Verze <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
Připojení USB:	2.0 typ A
Frekvenční pásmo:	2,4 GHz
Max. vysílací výkon:	3 mW
Typ baterie:	Lithium polymerová
Typ displeje:	OLED
Velikost displeje:	25 x 23 mm
Třída ochrany:	IP67 (<i>vodotěsné, plavání</i>)
Datová paměť:	7 dnů
Doba chodu na baterie:	cca. 2-5 dnů (<i>v závislosti na intenzitě využívání a funkci měření teploty</i>)

Obsah

1. Rozsah dodávky
2. Opis výrobku
3. Upozornenia
4. Prvé uvedenie do prevádzky
5. Zariadenie a obsluha
6. Čistenie a ošetrovanie
7. Servis pre spotrebiteľov
8. Ďalšie informácie
9. Technické údaje

1. Rozsah dodávky

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Fitness Tracker s odnímateľným náramkom)
- 1x návod na obsluhu

2. Opis výrobku

Váš osobný Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR zaznamenáva vaše denné aktivity, ako napríklad tepová frekvencia, počet krokov, prejdená vzdialenosť, doba aktivity, spotreba kalórií a dosiahnutie vášho denného cieľa pohybu, s cieľom podporiť vás, pokiaľ ide o fitness a zdravie. Cez *Bluetooth*[®] sa údaje prenášajú do aplikácie Soehnle Connect, kde si ich môžete vyhodnotiť.

3. Upozornenia

Pred použitím zariadenia si pozorne prečítajte návod na obsluhu a nasledujúce upozornenia, a návod na obsluhu si uschovajte.

VAROVANIE! Nebezpečenstvo prehltnutia malými deťmi! Deti sa so zariadením nesmú hrať. Uchovávajúajte mimo dosahu detí.

,POZOR! Možné vecné škody! Nenechajte zariadenie spadnúť a chráňte ho pred nárazmi. Nevystavujte zariadenie extrémnym teplotám ani silným teplotným výkyvom. Chráňte zariadenie aj pred priamym slnečným žiarením a prachom. Na čistenie nepoužívajte ostré chemikálie, agresívne ani abrazívne čistiace prostriedky. Chráňte displej pred tvr-

dými predmetmi, ktoré ho môžu poškriabať.

UPOZORNENIE! Použitie v súlade s určením: Výrobok je určený výhradne na súkromné, nekomerčné používanie v domácnosti. Nie je to zdravotnícka pomôcka.

UPOZORNENIE! Ak by ste zariadenie dlhší čas nepoužívali, aj tak ho každých 3 – 6 mesiacov raz úplne nabite, aby bola zaručená funkčnosť akumulátora.



Likvidácia batérií podľa smernice ES 2008/12/ES

Batérie a akumulátory nepatria do odpadu z domácnosti. Svoje staré batérie a akumulátory musíte odovzdať na verejných zberných miestach svojej obce alebo tam, kde sa batérie daného typu predávajú.



Likvidácia elektrických a elektronických prístrojov smernica ES 2012/19/EÚ



S týmto výrobkom sa nemá zaobchádzať ako s bežným odpadom z domácnosti, ale má sa odovzdať na mieste pre príjem na recykláciu elektrických a elektronických prístrojov. Ďalšie informácie vám poskytne vaša obec, komunálne firmy zaoberajúce sa likvidáciou odpadu alebo obchod, v ktorom ste si výrobok kúpili.



Spoločnosť Soehnle týmto vyhlasuje, že toto zariadenie je v súlade so základnými požiadavkami a ostatnými súvisiacimi ustanoveniami smernice 2014/53/EÚ. Vyhlásenie o zhode EÚ nájdete na adrese www.leifheit.com.

4. Prvé uvedenie do prevádzky

Nabíjanie akumulátora

Pred prvým uvedením do prevádzky nabite Tracker na plnú kapacitu. Stiahnite odnímateľný náramok **(B)** z modulu displeja **(A)** **(4.1)**. Teraz zasunite konektor USB modulu displeja **(C)** do bežného, aktívneho portu USB. Dbajte na to, aby sa kontakty modulu **(4.2)** dotýkali kontaktov portu USB. V opačnom prípade sa zariadenie nenabije. Na displeji **(5.1.1)** sa zobrazí stav nabitia akumulátora ( = úplne nabitý /  = vyčerpaný akumulátor).

Inštalácia aplikácie Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Pre plnú funkčnosť si do svojho smartfónu alebo tabletu nainštalujte bezplatnú aplikáciu Soehnle Connect. Aby ste sa v App Store dostali k aplikácii, naskenujte zobrazený QR kód.

Alternatívne aplikáciu pre zariadenie Android™ nájdete v obchode Google Play, resp. pre zariadenie Apple® v Apple App Store. Pri hľadaní dodržte presný názov aplikácie: "Soehnle Connect".

Prvé prepojenie s aplikáciou Soehnle Connect

Na svojho smartfóne alebo tablete si aktivujte *Bluetooth*® a spustíte aplikáciu Soehnle Connect. Pri prvom spustení aplikácie budete automaticky prevedení procesom pripojenia zariadenia Soehnle. Ak ste aplikáciu Soehnle Connect používali už predtým s výrobkami Soehnle, pre pripojenie zariadenia Fitness Tracker prejdite v aplikácii do „hlavnej ponuky“ a ťuknite na „Moje zariadenia“ a potom na „Pridať zariadenie“. Automaticky budete prevedení procesom inštalácie.

Nastavenie zariadenia Fitness Tracker

Všetky nastavenia vášho zariadenia Fitness Tracker sa pohodlne vykonávajú cez používateľské rozhranie aplikácie Soehnle Connect. Po prepojení sa automaticky nastaví čas a dátum podľa systémového času smartfónu alebo tabletu. V ponuke „Moje zariadenia“ si v príslušných nastaveniach zariadenia okrem toho môžete určiť časy pre vibračný alarm (budík) a zapnúť alebo vypnúť funkciu tepovej frekvencie zariadenia Fitness Tracker. Ak ste si v aplikácii určili denný cieľ pre kroky, prevezme to Fit Connect 300 HR, aby vás na to pri dosiahnutí cieľa upozornil vibračným alarmom.

Kompatibilita

Aplikácia Soehnle Connect je kompatibilná s Google Fit® a Apple Health®. Keď zariadenia prenesú údaje do aplikácie Soehnle Connect, na pranie sa môžu automaticky prehrať do aktuálne použitej aplikácie Google Fit®/Apple Health®. Za týmto účelom začiarňte v ponuke „Viac o aplikácii“ príslušnú možnosť. V aplikácii Google Fit®/Apple Health® alebo pri nastaveniach aplikácie na vašom smartfóne alebo tablete je prípadne nutné, aby ste povolili použitie aplikácie Soehnle ako zdroja. K tomu si pozrite návody aplikácií od iných výrobcov, resp. vášho operačného systému.

5. Zariadenie a obsluha

Pomocou zariadenia Soehnle Fitness Tracker je možné zaznamenávať rôzne údaje a čiastočne ich zobraziť priamo na displeji. Ďalšie indikácie, grafiky a tipy nájdete v aplikácii Soehnle Connect, kde môžete využívať aj ďalšie funkcie, zlúčiť a spravovať vaše zaznamenané údaje. Nastavenia pre ciele, vibračný alarm (budík) atď. sa musia vždy vykonávať v aplikácii.

Obr.	Štandardný režim
5.1.1	Čas, dátum, stav nabitia akumulátora (stav batérie)
5.2.1	Tepová frekvencia
5.3.1	Tréningový režim
5.4.1	Denné aktivity*

Obr.	Tréningový režim
5.2.1	Stopky: Štart
5.2.2	Stopky: Pozastaviť
5.2.3	Stopky: Stop
5.2.4	Výkaz aktivít Základné údaje
5.2.5	Výkaz aktivít Údaje intervalu
Obr.	Pripomenutia
5.3.1	Prichádzajúca správa
5.3.2	Prichádzajúci hovor
5.3.3	Vibračný alarm (budík)
5.3.4	Denný cieľ dosiahnutý

* Denné údaje sa vždy o 24 hodín automaticky vynulujú. Kroky, kalórie atď., ktoré vidno v priebehu dňa, sa preto vynulujú v čase 00:00.

Na prepnutie zobrazení na displeji vášho zariadenia potiahnite prstom po dotykovom displeji doľava alebo doprava, aby ste prechádzali rôznymi zobrazeniami (5.1.2 – 5.1.4, resp. 5.2.4 – 5.2.5).

Čas, dátum, stav nabitia akumulátora (stav batérie)


Stlačením displeja sa spustí indikácia v režime času (5.1.1).

Denné aktivity

V tomto prehľade (5.1.4) sa vám zobrazia najdôležitejšie zaznamenané údaje:

Počítadlo krokov* ()

Pokrok vášho denného cieľa* ()

Spotreba kalórií* ()




Prejdená vzdialenosť* ()

V zobrazení Denné aktivity 5.1.4 nájdete najdôležitejšie údaje, ako napríklad koľko krokov ste už v tento deň urobili, koľko ste spálili kalórií a akú ste prešli vzdialenosť. Okrem toho indikátor priebehu na tejto obrazovke zobrazuje podiel stanoveného denného cieľa.


Tepová frekvencia

Hneď ako si Fitness Tracker nasadíte, automaticky sa zaznamená vaša tepová frekvencia a zobrazí sa na príslušnom displeji **(5.1.2)**. Pri vyvolaní tejto indikácie Fitness Tracker potrebuje na nájdenie tepovej frekvencie cca 30 sekúnd. Tracker noste priamo na koži, pretože inak nie je možné meranie. Funkcia merania tepovej frekvencie je štandardne aktivovaná 24 hodín denne. Ak chcete túto funkciu vypnúť, napríklad v noci, môžete tak urobiť v hlavnej ponuke aplikácie Soehnle Connect v časti „Moje zariadenia“ a vyvolať príslušnej funkcie.

Tréningový režim

Tréningový režim sa ovláda pomocou funkčných tlačidiel zobrazených na displeji. Prepnite na zobrazenie „Tréningový režim“ **(5.1.3)** a stlačte symbol . Tréningový režim sa spúšťa v zobrazení Stopky **(5.2.1)**. Stopky môžete spustiť tlačidlom  a pozastaviť tlačidlom  **(5.2.2)**.

V zobrazení Stopky (5.2.1) si môžete nechať zobrazit' rôzne aktuálne údaje o aktivitách (kroky, tepová frekvencia, kalórie, frekvencia krokov a čas) potiahnutím prstom v strede obrazovky doľava, resp. doprava.

Ak sú stopky pozastavené, stlačením symbolu  vľavo dole na obrazovke môžete ukončiť aktuálnu

tréningovú jednotku a automaticky sa dostanete do výkazu aktivít **(5.2.4)**. Potiahnutím prstom prepínajte medzi zobrazením základných údajov o tréningu a pásmami tepovej frekvencie **(5.2.5)**.

Analýza spánku

Fit Connect 300 HR Fitness Tracker disponuje automatickou funkciou detekcie spánku, t.j. rozpoznáva začiatok a koniec spánku, a počas spánku zaznamenáva jeho rôzne fázy. Všetky údaje sa ukladajú na zariadení a po pripojení k aplikácii sa do nej prenesú. Údaje sa v aplikácii zobrazia na dlaždici „Spánok“. Podrobnosti o fázach spánku získate po stlačení dlaždice „Spánok“ z nasledujúcich detailných obrazoviek.

Oznamovacie funkcie, vibračný alarm/budík, cieľ krokov

Zobrazenia **5.3.1 – 5.3.4** sa automaticky zobrazia pri prichádzajúcej správe **(5.3.1)**, prichádzajúcom hovore **(5.3.2)**, vibračnom alarme **(5.3.3)** alebo dosiahnutom dennom celi **(5.3.4)**.

Zobrazenie **5.3.2** ukazuje telefónne číslo prichádzajúceho hovoru. Ak máte v telefónnom zozname smartfónu uložené číslo volajúceho, tak sa zobrazí jeho/jej meno. Predpokladom pre to je, aby ste aplikácii Soehnle Connect udelili povolenie na prístup ku kontaktom, telefónu a SMS. Pri pridávaní zariadenia Fitness Tracker do aplikácie Soehnle Connect počas uvedenia do prevádzky (Onboar-

ding) si pre ne výslovne vyžiada povolenie. Ak to nepovolíte, v prípade smartfónov s operačným systémom Android™, od verzie 6.0 môžete povolenie dodatočne udeliť v nastaveniach operačného systému v časti „Aplikácie“. Alternatívne odstráňte zariadenie ešte raz z aplikácie Soehnle Connect a tiež z ponuky Bluetooth operačného systému smartfónu (nájdete ho v nastaveniach) a znova pridajte Fitness Tracker do aplikácie (Prvé prepojenie s aplikáciou Soehnle Connect).

Prenos údajov do smartfónu/tabletu

Spustíte aplikáciu Soehnle Connect. Pokiaľ sa zariadenie nachádza v blízkosti, údaje sa automaticky

prenesú do aplikácie cez *Bluetooth*®. Prípadne na hlavnej obrazovke (Dashboard) aplikácie potiahnite prstom nadol (pull to refresh). Dbajte na to, aby ste na smartfóne/tablete mali aktivovaný *Bluetooth*®. Údaje sa teraz prenesú a následne ich uvidíte v príslušných sekciách aplikácie. Soehnle Fitness Tracker disponuje sedemdnovou pamäťou pre získané údaje. Fitness Tracker pravidelne pripojte počas tejto doby, aby ste uložené údaje mohli preniesť do aplikácie Soehnle Connect a využívať ich dlhší čas.

Najaktuálnejšie informácie o vašom výrobku nájdete na internete na adrese www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Čistenie a ošetrovanie

Fitness Tracker čistite mäkkou, vlhkou handričkou. Pred opätovným nasadením, uschovaním alebo nabitím akumulátora nechajte zariadenie úplne vyschnúť na vzduchu.

Neodborné zaobchádzanie so zariadením môže viesť k poškodeniam. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky, kefy s tvrdými štetinami ani ostré predmety. Môžu poškodiť povrchy. Fitness Tracker je vodotesný podľa triedy krytia IP67, neponárajte ho do iných kvapalín.

7. Servis pre spotrebiteľov

V prípade otázok a podnetov vám je rád k dispozícii náš servis pre spotrebiteľov:

Horúca linka: 00 800 538 38 383 (bezplatná)

Po – Pi, 8:00 – 18:00

Internet: soehnle.com

8. Ďalšie informácie

Pre ďalšie informácie navštívte našu internetovú stránku **www.soehnle.com**

9. Technické údaje

Číslo výrobku:	68119
Bluetooth® Verzia:	4.0
Port USB	2.0 Typ-A
Frekvenčné pásmo:	2,4 GHz
Max. vysielací výkon:	3 mW
Typ batérie:	lítium-polymérová
Typ displeja:	OLED
Rozmery displeja:	25 x 23 mm
Trieda krytia:	IP67 (<i>vodotesný, plávanie</i>)
Dátová pamäť:	7 dní
Výdrž akumulátora:	cca 2 – 5 dní
<i>(v závislosti od intenzity využívania a funkcie tepovej frekvencie)</i>	

Съдържание

1. Доставка
2. Описание на продукта
3. Указания
4. Първо пускане в експлоатация
5. Уред и управление
6. Почистване и поддържане
7. Клиентско обслужване
8. Допълнителна информация
9. Технически данни

1. Доставка

- 1 бр. Soehnle Fit Connect 300 HR (Проследяващо устройство за фитнес с подвижен модулен дисплей)
- 1 бр. Ръководство за употреба

2. Описание на продукта

Вашето лично проследяващо устройство за фитнес Soehnle Fit Connect 300 HR регистрира вашите ежедневни дейности като честотата на сърдечния ритъм, брой крачки, изминато разстояние, продължителност на дейностите, изразходени калории и достигането на вашата ежедневна дви-

гателна цел, за да ви подпомага в поддържането на добро състояние и здраве. Чрез *Bluetooth*[®]-данните се прехвърлят към вашето приложение Soehnle Connect-App, където могат да бъдат оценявани.

3. Указания

Преди употреба прочетете внимателно ръководството за експлоатация и следните указания и запазете това ръководство за експлоатация.

ВНИМАНИЕ! Опасност от поглъщане от малки деца! Не е разрешено деца да играят с уреда. Съхранявайте далеч от обсега на деца.

ВНИМАНИЕ! Опасност от пожар/експлозия

или корозивно действие! Артикулет съдържа литиево-полимерна батерия. Тя не трябва да се разглобява, изважда, да се хвърля в огъня или свързва на късо. Не зареждайте батерията при температури под 5 или над 40 градуса по Целзий.

ВНИМАНИЕ! Възможни материални щети! Не изпускайте уреда и го пазете от удари. Не излагайте уреда на екстремни температури или силни температурни колебания. Пазете уреда също и от пряка слънчева светлина и прах. Не използвайте силни химикали, агресивни или абразивни средства за почистване. Пазете дисплея от твърди или драскащи предмети.

УКАЗАНИЕ! Употреба съгласно предназначението: Продуктът е предназначен за лична, не-

търговска, домашна употреба. Това не е медицински уред.

УКАЗАНИЕ! В случай, че не използвате уреда за по-продължителен период от време, въпреки това зареждайте батерията напълно на всеки 3-6 месеца, за да осигурите функционирането на батерията.



Директива 2008/12/ЕО относно изхвърлянето на батерии

Батериите и акумулаторите не трябва да се изхвърлят при битовите отпадъци. Трябва да предадете вашите стари батерии или акумулатори в обществените приемни пунктове във вашата община или там, където се продава съответният вид батерии.



Директива 2012/19/ЕС относно отпадъци от електрическо и електронно оборудване



Този продукт не може да бъде третиран като обикновен битов отпадък и трябва да бъде предаден на приемен пункт за рециклиране на електрически и електронни апарати. Повеќе информация ще получите от вашата община, обществените пречиствателни съоръжения или магазина, в който сте закупили продукта.



С настоящето Soehnle декларира, че този апарат е в съответствие със съществените изисквания и останалите съответни разпоредби на Директива 2014/53/ЕИО. Можете да намерите Декларацията на ЕС за съответствие на www.soehnle.com

4. Първо пускане в експлоатация

Зареждане на батерията

Заредете напълно проследяващото устройство за фитнес преди първото му пускане в експлоатация. Издърпайте подвижната гривна **(B)** от модулният дисплей **(A)** от **(4.1)**. Пъхнете USB щепсела на модулният дисплей **(C)** в обичаен, активен USB порт. Уверете се, че контактите на модулният дисплей **(4.2)** докосват контактите на USB порта, в противен случай уредът няма да се зареди. Върху дисплея **(5.1.1)** ще се покаже зарядът на батерията ( = напълно заредена /  = изтощена батерия).

Инсталиране на приложението Soehnle Connect-App



Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

За осигуряване на пълна функционалност инсталирайте безплатното приложение Soehnle Connect-App на вашия смартфон или таблет. Сканирайте отпечатания QR код, за да получите достъп до приложението в магазина за приложения (Appstore).

Като алтернативна възможност можете да намерите приложението за вашия Android™ уред в Google Play или приложението

за вашия Apple® уред в магазина за приложения на Apple App Store. Моля, съблюдавайте точното наименование на приложението при търсенето: "Soehnle Connect".

BG

Първо свързване с приложението Soehnle Connect-App

Активирайте *Bluetooth*® на вашия смартфон или таблет и стартирайте приложението Soehnle Connect-App. Когато стартирате приложението за първи път, ще преминете автоматично през процеса на свързване на уреди на Soehnle. След като вече сте използвали Soehnle Connect-App с продукти на Soehnle, за да осъществите

връзката с проследяващото устройство за фитнес, посетете „Главното меню“ на приложението, кликнете върху “Моите уреди” и след това върху „Добавяне на уред“. Ще бъдете автоматично преведени през процеса на инсталиране.

Оборудване на вашето проследяващо устройство за фитнес

Всички настройки на вашето проследяващо устройство за фитнес се управляват удобно чрез потребителския интерфейс на приложението Soehnle Connect-App. Часът и датата се настройват автоматично след свързването в зависимост от системното време на смартфона или таблета.

Освен това в съответните настройки в менюто "Моите уреди" можете да зададете време за известяване с вибрация (будилник) и да включите или изключите функцията за сърдечния ритъм на проследяващото устройство за фитнес. Ако сте си поставили дневна цел с определен брой стъпки в приложението, уредът Fit Connect 300 HR я възприема, за да ви покаже достигането на целта с известяване с вибрация.

Съвместимост

Приложението Soehnle Connect-App е съвместимо с Google Fit® и Apple Health®. След като уредите са прехвърлили данните в приложението Soehnle

Connect-App, при желание те могат автоматично да се презапишат в приложенията App Google Fit® / Apple Health®. За тази цел поставете съответната отметка в менюто „Повече за приложението“. Ако е необходимо да разрешите употребата на приложението Soehnle App като източник в Google Fit®/ Apple Health® или в настройките на приложението на вашия смартфон, разгледайте в тази връзка ръководствата на чуждите приложения, съответно ръководството на вашата операционна система.

5. Уред и управление

С проследяващото устройство за фитнес на Soehnle могат да се регистрират различни данни и частично да се покажат на дисплея. Допълнителни показания, графики и съвети ще намерите в приложението Soehnle Connect-App. Там можете да използвате също и допълнителни функции, да слеее регистрираните данни и да ги управлявате. Настройките за целите, известяването с вибрация (будилник) и т. н. трябва винаги да бъдат инициирани от приложението.

Фиг.	Стандартен режим
5.1.1	Час, дата, заряд на батерията (статус на батерията)
5.1.2	Честота на сърдечния ритъм

5.1.3	Режим за тренировки
5.1.4	Дневни дейности*
Фиг.	Режим за тренировки
5.2.1	Хронометър: Старт
5.2.2	Хронометър: Пауза
5.2.3	Хронометър: Стоп:
5.2.4	Отчет на дейностите: Основни данни
5.2.5	Отчет на дейностите: Данни с интервали
Фиг.	Напомняния
5.3.1	Входяща новина
5.3.2	Входящо обаждане
5.3.3	Известяване с вибрация (будилник)
5.4.3	Достигната дневна цел

*Свързаните с дните данни автоматично се нулират в 24 часа. Затова броенето на крачките, калориите и др. данни, които се виждат през деня, започва от 0 часа на съответния ден.


За смяна на изгледите на дисплея на вашия уред плъзнете наляво или надясно върху чувствителния на допир дисплей, за да смените различните изгледи (5.1.2 – 5.1.4 респ. 5.2.4 – 5.2.5).


Час, дата и заряд на батерията (статус на батерията)


С докосване на сензорния бутон стартира показването на режим “Часовник” на дисплея (5.1.1).


Дневни дейности

В този изглед (5.1.4) ще видите най-важните регистрирани данни:

Брояч на крачки* ()

Напредък в достигането на вашата дневна цел* ()

Изразходени калории* ()

Изминато разстояние* ()




В изгледа с дневните дейности 5.1.4 ще откриете най-важните данни като например достигнатия брой крачки, изразходените калории, както и изминатото разстояние в съответния ден. При това лентата на напредъка на този екран показва частта на поставените дневни цели.

Честота на сърдечния ритъм

С поставянето на проследяващото устройство за фитнес вашият сърдечен ритъм автоматично се регистрира и показва в съответния дисплей **(5.1.2)**. При извикване на тези показания проследяващото устройство за фитнес се нуждае от около 30 секунди, за да открие сърдечния ритъм. Носете проследяващото устройство директно върху кожата, тъй като в противен случай не е възможно провеждането на измерването. По стандарт функцията за измерване на сърдечния ритъм е активирана за 24 часа в денонощието. Ако желаете да изключите тази функция, например за нощта, можете да го направите в главното

меню, „Моите уреди“ и извикване на съответната функция в приложението Soehnle Connect-App

Режим за тренировки

Можете да управлявате режима за тренировки с функционалните бутони върху дисплея. Преминете към изглед „Режим за тренировки“ **(5.1.3)** и докоснете символа . Режимът за тренировки стартира в изгледа с хронометър **(5.2.1)**. Можете да стартирате хронометъра с  и да направите пауза с  **(5.2.2)**.

В изгледа с хронометъра (5.2.1) можете да откриете различни актуални данни за дейностите (крачки, честота на сърдечния ритъм, калории, честота на крачките и час), като плъзгате от средата на екрана наляво и съотв. надясно.

При зададена пауза на хронометъра с докосване на символа ■ долу вляво на екрана можете да прекратите тренировката и автоматично да попаднете на отчета за дейностите **(5.2.4)**. С плъзгане преминавайте през изгледите на основните данни за тренировките и зоните за сърдечния ритъм **(5.2.5)**.

Анализ на съня

Вашето проследяващо устройство за фитнес Fit Connect 300 HR разполага с автоматична функция за разпознаване на съня, което означава, че то разпознава началото и края на съня и регистрира различните фази на съня по време на сън. Всички данни се съхраняват върху уреда и при наличие на връзка с приложението се прехвърлят върху него. Данните се изобразяват в приложението върху плочката „Сън“. Ще получите детайли относно фазите на съня след докосване на плочката „Сън“ от следните екрани с данни.

Функции за известяване, известяване с вибрация/будилник, брой крачки като цел

Изгледите **5.3.1 – 5.3.4** се показват автоматично при входяща новина (**5.3.1**), входящо обаждане (**5.3.2**), известяване с вибрация (**5.3.3**) или постигната дневна цел (**5.3.4**).

Изглед **5.3.2** показва телефонния номер на входящото обаждане. Ако сте запазали номера на входящото обаждане в телефонния указател на вашия смартфон, ще се покаже името на обаждачото се лице. За да се случи това, е необходимо да сте предоставили право на достъп до контактите, телефона и текстовите съобщения (SMS) на приложението Soehnle Connect-App . С добавянето на проследя-

ващото устройство за фитнес към приложението Soehnle Connect-App те могат с разрешение да бъдат изрично извикани по време на експлоатация. Ако не сте предоставили това разрешение, за смартфони с операционна система Android™, версия 6.0 и по-висока допълнително можете да предоставите разрешение в настройките на операционната система на "Приложения" ("Apps"). Като алтернатива можете отново да разедините уреда от приложението Soehnle Connect-App и също от Bluetooth менюто на операционната система на вашия смартфон (намира се в настройките) и отново да добавите проследяващото устройство за фитнес в приложението (първо свързване с приложението Soehnle Connect-App).

Прехвърляне на данни към смартфона/таблета

Стартирайте приложението Soehnle Connect-App. В случай, че уредът се намира в близост, данните се прехвърлят автоматично чрез *Bluetooth*[®] върху приложението. Можете също да плъзнете надолу по главния екран (издърпайте, за да освежите). Проверете дали приложението *Bluetooth*[®] е активирано на вашия смартфон/таблет. Сега данните ще се прехвърлят и след това могат да бъдат намерени в приложението в съответните раздели. Проследяващото устройство за фитнес на Soehnle разполага с памет за съхраняване на събраните данни за период от седем дни. Моля, редовно свързвайте проследяващото устройство

за фитнес в рамките на този период от време, за да прехвърлите запаметените данни върху приложението Soehnle Connect-App и да ги използвате за по-дълъг период от време.

Най-актуална информация за вашия продукт ще намерите в интернет на www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Почистване и поддържане

Почиствайте проследяващото устройство за фитнес с мека, влажна кърпа. Оставете уреда да изсъхне напълно на въздух преди последваща употреба, съхраняване или зареждане на батерията. Неправилното боравене с уреда може да доведе до повреди. Не използвайте агресивни почистващи средства, четки с твърди косми или остри предмети. Те могат да повредят повърхностите. Вашето проследяващо устройство за фитнес е водоустойчиво съгласно клас за защита IP67, не го потапяйте в други течности.

7. Клиентско обслужване

За въпроси и предложения за нас е удоволствие да ви предложим нашето клиентско обслужване:

Гореща линия: 00 800 538 38 383 (безплатно)

Понеделник – петък

8.00 – 18.00 часа

Интернет: soehnle.com

8. Допълнителна информация

За допълнителна информация посетете нашата интернет страница www.soehnle.com

9. Технически данни

Номер на артикула:	68119
Bluetooth® версия:	4.0
USB порт:	2.0 Вид А
Радиочестотна лента:	2,4 GHz
Макс. предавателна мощност:	3 mW
Вид батерия:	литиево-полимерна
Вид на дисплея:	OLED
Размери на дисплея:	25 x 23 mm
Клас на защита:	IP67 (водоустойчив, плуване)
Запаметяване на данни:	7 дни
Време за работа на батерията:	Около 2-5 дни (в зависимост от интензивността на употребата и функцията за пулса)

Содержание

1. Комплект поставки
2. Описание изделия
3. Указания
4. Первый ввод в эксплуатацию
5. Устройство и управление
6. Чистка и уход
7. Сервисная служба для покупателей
8. Дополнительная информация
9. Технические характеристики

1. Комплект поставки

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (фитнес-браслет со съемным браслетом)
- 1x руководство по эксплуатации

2. Описание изделия

Ваш персональный фитнес-браслет Soehnle Fit Connect 300 HR отслеживает Вашу повседневную активность, такую как частота пульса, количество шагов, пройденное расстояние, продолжительность активности, расход калорий и достижение Ваших ежедневных целей движения, для оказания Вам поддержки по вопросам фитнеса и

здоровья. Через *Bluetooth*[®] данные передаются Вашему приложению Soehnle Connect и может производиться их анализ.

3. Указания

Перед использованием устройства внимательно прочтите настоящее руководство по эксплуатации и следующие указания и сохраните настоящее руководство.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Опасность проглатывания маленькими детьми! Не позволяйте детям играть с устройством. Храните устройство в недоступном для детей месте.

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ! Опасность пожара/взрыва или химических ожогов! В комплект артикула входит литий-полимерный аккумулятор. Его запрещается демонтировать, разбирать, бросать в огонь или замыкать накоротко. Не заряжайте аккумулятор при температурах менее 5 и более 40 °C.

ВНИМАНИЕ! Возможен материальный ущерб! Не роняйте устройство и защищайте его от ударов. Не подвергайте устройство воздействию экстремальных температур или сильных колебаний температур. Избегайте воздействия на устройство прямых солнечных лучей и пыли. Не используйте для очистки устройства едкие химикаты, агрессивные или абразивные чистящие средства. За-

щищайте дисплей от воздействия твердых и царапающих предметов.

УКАЗАНИЕ! Использование по назначению: Изделие предназначено исключительно для индивидуального непромышленного использования. Оно не является медицинским прибором.

УКАЗАНИЕ! Даже если Вы не планируете использовать устройство в течение продолжительного времени, полностью заряжайте аккумулятор раз в 3-6 месяцев для поддержания его работоспособности.



Утилизация батареек согласно директиве ЕС 2008/12/ЕС

Батарейки и аккумуляторы не относятся к бытовым отходам. Использован-

ные батарейки и аккумуляторы необходимо сдавать в локальных пунктах сбора на территории Вашей административной единицы или в точках продажи батареек соответствующего типа.



Утилизация электрических и электронных приборов, директива ЕС 2012/19/ЕС

Данный продукт не может утилизироваться как обычный бытовой мусор, он подлежит сдаче в места приема отработанных электрических и электронных приборов. Более подробную информацию Вы можете получить через свою общину, предприятия по удалению отходов или через магазин, в котором был куплен продукт.





Настоящим компания Soehnle заявляет, что данное устройство отвечает основным требованиям и прочим соответствующим положениям директив 2014/53/ЕС. Декларацию соответствия ЕС Вы найдете на сайте www.soehnle.com

4. Первый ввод в эксплуатацию

Зарядка аккумулятора

Перед первым вводом в эксплуатацию полностью зарядите браслет. Снимите съемный браслет **(B)** с модуля индикации **(A)** **(4.1)**. Теперь

подсоедините USB-штекер модуля индикации **(C)** к стандартному активному USB-соединению. Следите за тем, чтобы контакты модуля **(4.2)** и контакты USB-соединения соприкасались друг с другом, в противном случае устройство не будет заряжаться. На дисплее **(5.1.1)** отображается состояние зарядки аккумулятора ( = полностью заряжен /  = аккумулятор разряжен).

Установка приложения Soehnle Connect

Для полноценного функционирования установите бесплатное приложение Soehnle Connect на Вашем смартфоне или планшете. Отсканируйте



приведенный QR-код, чтобы перейти к приложению в Appstore. В качестве альтернативного варианта Вы можете найти приложение для своего устройства на базе Android™ в Google Play, а для устройства Apple® – в Apple App Store. Во время поиска учитывайте, пожалуйста, точное название приложения: «Soehnle Connect».



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Первое соединение с приложением Soehnle Connect

Активируйте *Bluetooth*® на своем смартфоне или планшете и запустите приложение Soehnle Connect. Если Вы запускаете приложение впервые, Вы автоматически пройдете процесс соединения с устройством Soehnle.

Если Вы уже использовали приложение Soehnle Connect для работы с изделиями Soehnle, для соединения фитнес-браслета с приложением Soehnle Connect перейдите в «Главное меню» и нажмите на «Мои устройства», а затем на «Добавить устройство». Вы пройдете процесс установки в автоматическом режиме.

Настройка Вашего фитнес-браслета

Все настройки Вашего фитнес-браслета удобно выполняются при помощи пользовательского интерфейса приложения Soehnle Connect. Время и дата настраиваются автоматически после соединения в соответствии с системным временем смартфона или планшета. Кроме того, в меню «Мои устройства» Вы можете выполнить соответствующие настройки времени, задав до пяти вибровзвонков (будильник), а также включить или отключить функцию пульса фитнес-браслета. Если Вы установили в приложении дневную цель для шагов, Fit Connect 300 HR контролирует ее, и сигнализирует о достижении поставленной цели посредством вибросигнала.

Совместимость

Приложение Soehnle Connect совместимо с Google Fit® и Apple Health®. После того, как устройства передали приложению Soehnle Connect данные, последние по желанию могут автоматически перезаписываться в соответствующем используемом приложении Google Fit® / Apple Health®. Для этого в меню «Подробнее о приложении» поставьте соответствующую галочку. В некоторых случаях в приложении Google Fit® / Apple Health® или в настройках приложения на Вашем смартфоне может потребоваться разрешить использование приложения Soehnle в качестве источника данных. Для этого просмо-

трите руководства сторонних приложений или Вашей операционной системы.

5. Устройство и управление

Фитнес-браслет Soehnle позволяет собирать различные данные и частично отображать их прямо на дисплее. Другие индикации, графики и советы Вы найдете в приложении Soehnle Connect. Там Вы можете также использовать дополнительные функции, а также заниматься объединением и управлением Вашими собранными данными. Настройки целей, вибровзвонков (будильник) и т. д. всегда должны выполняться в приложении.

Рис.	Стандартный режим
5.1.1	Время, дата, уровень зарядки аккумулятора (состояние батареи)
5.1.2	Частота пульса
5.1.3	Режим тренировки
5.1.4	Дневная активность*
Рис.	Режим тренировки
5.2.1	Таймер: Пуск
5.2.2	Таймер: Пауза
5.2.3	Таймер: Стоп
5.2.4	Отчет об активности: Базовые данные
5.2.5	Отчет об активности: Интервальные данные
Рис.	Напоминания

* Дневные данные спустя 24 часа автоматически обнуляются. Поэтому расчет шагов, калорий и т. д., который можно просматривать в течение дня, начинается с 0:00 часов.

5.3.1	Входящее сообщение
5.3.2	Входящий вызов
5.3.3	Виброзвонок (будильник)
5.3.4	Дневная цель достигнута

Для перехода между видами на дисплее Вашего устройства смахните чувствительную к прикосновениям индикацию влево или вправо, чтобы просмотреть другие виды (**5.1.2 – 5.1.4** или **5.2.4 – 5.2.5**).


Время, дата и уровень зарядки аккумулятора (состояние батареи)

Путем нажатия на дисплей запустите индикацию в режиме времени (**5.1.1**).

Дневная активность

В данном обзоре (**5.1.4**) отображаются важнейшие собранные данные:

Шагомер* ()

Прогресс в достижении Вашей дневной цели*
()

Расход калорий* ()




Пройденное расстояние* ()

В виде «Дневная активность» **5.1.4** Вы найдете важнейшие сведения, такие как сделанные за сегодня шаги, потраченные калории, а также пройденное расстояние. Кроме того, на данном экране индикатор прогресса показывает процент выполнения дневной цели.

Частота пульса

Как только фитнес-браслет надевается, начинается автоматическое измерение Вашего пульса, результат отображается на соответствующем дисплее **(5.1.2)**. При вызове данной индикации фитнес-браслету требуется до ок. 30 секунд, чтобы найти пульс. Надевайте браслет прямо на кожу, в противном случае проведение измерения невозможно. По умолчанию функция измерения пульса активна 24 часа в сутки. Если Вы хотите отключить данную функцию, напр., ночью, Вы можете сделать это в приложении Soehnle Connect в главном меню «Мои устройства», вызвав соответствующую функцию.

Режим тренировки

Управлять режимом тренировки Вы можете посредством отображаемых на дисплее функциональных клавиш. Перейдите в вид «Режим тренировки» **(5.1.3)** и нажмите символ . Режим тренировки запускается в индикации таймера **(5.2.1)**. Таймер Вы можете запустить при помощи  и поставить на паузу посредством  **(5.2.2)**.

В виде таймера (5.2.1) Вы можете отобразить различные актуальные данные активности (шаги, частота пульса, калории, частота шагов и время), смахивая центральную часть изображения влево или вправо.

Если таймер поставлен на паузу, нажатием на символ ■ внизу слева на экране Вы можете завершить текущее тренировочное занятие и автоматически перейти к отчету об активности **(5.2.4)**. Посредством смахивания перейдите от вида «Основные данные о тренировке» к виду «Зоны пульса» **(5.2.5)**.

Анализ сна

Ваш фитнес-браслет Fit Connect 300 HR обладает автоматической функцией распознавания сна, это значит, что он распознает начало и конец сна и фиксирует различные фазы в процессе сна. Все данные сохраняются в устройстве и при соеди-

нении с приложением передаются туда. Данные отображаются в приложении в виджете «Сон». Подробную информацию о фазах сна Вы получите после нажатия на виджет «Сон» на следующих подробных экранах.

Функции оповещения, вибровзвонок (будильник), цель по шагам

Виды **5.3.1 – 5.3.4** отображаются автоматически при входящем сообщении **(5.3.1)**, входящем вызове **(5.3.2)**, вибросигнале **(5.3.3)** или достижении дневной цели **(5.3.4)**.

Вид **5.3.2** показывает номер звонящего при входящем вызове. Если номер вызова сохранен в

телефонной книге Вашего смартфона, отображается имя абонента. Условием для этого является предоставление приложению Soehnle Connect прав доступа к контактам, телефону и СМС. С этой целью при добавлении фитнес-браслета с приложением Soehnle Connect во время ввода в эксплуатацию (регистрация) запрашивается Ваше согласие. Если Вы не предоставили свое согласие, Вы можете выдать разрешение в смартфонах с операционной системой Android™, начиная с версии 6.0, позже в настройках операционной системы «Приложения». В качестве альтернативного варианта еще раз удалите устройство из приложения Soehnle Connect и меню Bluetooth операционной системы Вашего

смартфона (находится в настройках) и повторно добавьте фитнес-браслет в приложение (первое соединение с приложением Soehnle Connect).

Передача данных на смартфон/планшет

Запустите приложение Soehnle Connect. Как только устройство окажется поблизости, данные автоматически через *Bluetooth*® будут переданы приложению. Либо Вы можете смахнуть на главном экране (Dashboard) приложение вниз (pull to refresh). Следите за тем, чтобы *Bluetooth*® был активирован на Вашем смартфоне/планшете. Теперь происходит передача данных и затем они будут доступны для просмотра в приложении в соответ-

ствующих областях. Ваш фитнес-браслет Soehnle накапливает собранные данные в течение семи дней. В течение этого времени выполняйте, пожалуйста, регулярное соединение фитнес-браслета для передачи сохраненных данных приложению Soehnle Connect, что позволит использовать их в течение продолжительного времени.

*Самые актуальные сведения, касающиеся Вашего изделия,
Вы можете найти в Интернете
www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/*

6. Чистка и уход

Очищайте фитнес-браслет мягкой влажной салфеткой. Дайте устройству полностью высохнуть на воздухе, прежде чем снова надеть его, положить на хранение или выполнить зарядку аккумулятора.

Ненадлежащее обращение с устройством может привести к повреждениям. Не используйте агрессивные чистящие средства, щетки с жесткой щетиной или острые предметы. Они могут повредить поверхность. Ваш фитнес-браслет является водонепроницаемым в соответствии с классом защиты IP67, не погружайте его в другие жидкости.

7. Сервисная служба для покупателей

В случае возникновения вопросов или предложений Вы можете обратиться в сервисную службу для покупателей.

Горячая линия: 00 800 538 38 383 (бесплатно)

Пн – Пт, 08:00 – 18:00

Интернет: soehnle.com

8. Дополнительная информация

Для получения дополнительной информации посетите наш сайт в Интернете www.soehnle.com

9. Технические характеристики

№ артикула:	68119
Версия <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
USB-соединение:	2.0, тип A
Частотный диапазон:	2,4 ГГц
Макс. мощность передачи:	3 мВт
Тип батареи:	литий-полимерная
Тип дисплея:	OLED
Размеры дисплея:	25 x 23 мм
Класс защиты:	IP67 (<i>водонепроницаемый, плавание</i>)
Память:	7 дней
Время работы от аккумулятора:	ок. 2-5 дней (<i>в зав. от интенсивности использования и функции пульса</i>)

Spis treści

1. Zawartość opakowania
2. Opis produktu
3. Uwagi
4. Pierwsze uruchomienie
5. Sprzęt i obsługa
6. Czyszczenie i pielęgnacja
7. Serwis dla użytkowników
8. Więcej informacji
9. Dane techniczne

1. Zawartość opakowania

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (Opaska sportowa ze zdejmowaną bransoletką)
- 1x instrukcja obsługi

2. Opis produktu

Osobisty Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 HR rejestruje codzienne czynności takie jak tętno, liczba kroków, pokonana odległość, czas trwania aktywności, spalone kalorie oraz osiągnięcie codziennych celów dotyczących ruchu, aby pomóc użytkownikowi w utrzymaniu dobrej kondycji i w dbaniu o zdrowie. Za pomocą *Bluetooth*[®] dane są

przekazywane do aplikacji Soehnle Connect, w której można ocenić dane.

3. Uwagi

Przed użyciem urządzenia należy uważnie przeczytać instrukcję obsługi i poniższe uwagi i zachować instrukcję do ponownego zastosowania.

OSTRZEŻENIE! Niebezpieczeństwo połknięcia przez małe dzieci! Dzieci nie mogą bawić się tym urządzeniem. Trzymać urządzenie z dala od dzieci.

OSTRZEŻENIE! Niebezpieczeństwo pożaru/wybuchu lub oparzeń! Artykuł zawiera baterię litowo-polimerową. Nie można jej wyjmować, demontować, wrzucać do ognia ani zwierać. Nie ładować baterii w

temperaturze poniżej 5 i powyżej 40 stopni Celsjusza.

UWAGA! Możliwość powstania szkód materialnych! Nie dopuścić do upadku urządzenia i chronić je przed wstrząsami. Nie narażać urządzenia na działanie wysokich temperatur lub silnych wahań temperatury. Chronić urządzenie także przed bezpośrednim promieniowaniem słonecznym i kurzem. Do czyszczenia urządzenia nie stosować silnych środków chemicznych, agresywnych lub ściernych środków czyszczących. Chronić wyświetlacz przed twardymi i drapiącymi obiektami.

WSKAZÓWKA! Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem: Produkt jest przeznaczony wyłącznie do prywatnego, niekomercyjnego zastosowania domowego. Nie jest to urządzenie medyczne.

WSKAZÓWKA! Jeśli urządzenie nie będzie stosowane przez dłuższy czas, należy mimo to całkowicie ładować baterię co 3-6 miesięcy, aby zapewnić funkcjonalność baterii.



Dyrektywa UE w sprawie baterii 2008/12/WE

Baterii oraz akumulatorów nie należy wyrzucać do odpadów z gospodarstwa domowego. Stare baterie albo akumulatory należy oddać w publicznym punkcie zbiórki w gminie, albo wszędzie tam, gdzie są sprzedawane baterie danego typu.



Utylizacja urządzeń elektrycznych i elektronicznych zgodnie z dyrektywą WE 2012/19/UE



Niniejszego produktu nie należy traktować jako normalnego odpadu domowego. Zużyte urządzenie należy oddać w punkcie zbiórki elektroodpadów. Więcej informacji można uzyskać w gminie, komunalnym zakładzie gospodarowania odpadami lub sklepie, w którym zakupiono dany produkt.



Firma Soehnle niniejszym deklaruje, że urządzenie to jest zgodne z podstawowymi wymaganiami i spełnia pozostałe, właściwe postanowienia dyrektywy 2014/53/WE. Deklaracja zgodności UE znajduje się na stronie **www.soehnle.com**

4. Pierwsze uruchomienie

Ładowanie baterii

Przed pierwszym zastosowaniem należy całkowicie naładować opaskę. Zdjąć zdejmowaną bransoletkę **(B)** z modułu wyświetlacza **(A)** **(4.1)**. Następnie włożyć wtyczkę USB modułu wyświetlacza **(C)** w standardowe, aktywne złącze USB. Zwrócić uwagę na to, aby styki modułu **(4.2)** dotykały styków złącza USB, w przeciwnym razie urządzenie nie ładuje się. Na wyświetlaczu **(5.1.1)** zostanie przedstawiony stan ładowania baterii ( = całkowicie naładowana /  = bateria rozładowana).

Instalacja aplikacji Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Aby osiągnąć pełną funkcjonalność, należy zainstalować bezpłatną aplikację Soehnle Connect na smartfonie lub tablecie. Zeskanować przedstawiony kod QR, aby przejść do aplikacji w sklepie aplikacji.

Alternatywnie można znaleźć aplikację dla urządzenia Android™ na Google Play lub dla urządzenia Apple® w Apple App Store. Podczas wyszukiwania zwrócić uwagę na dokładną nazwę aplikacji: „Soehnle Connect”

Pierwsze połączenie z aplikacją Soehnle Connect

Włączyć *Bluetooth*® na smartfonie lub tablecie i uruchomić aplikację Soehnle Connect. W przypadku uruchamiania aplikacji po raz pierwszy użytkownik zostanie automatycznie poprowadzony przez proces połączenia z urządzeniem końcowym Soehnle.

PL

W przypadku ponownego stosowania aplikacji Soehnle Connect z produktami Soehnle należy w celu połączenia opaski sportowej przejść w aplikacji Soehnle Connect do menu głównego i dotknąć opcji „Moje urządzenia”, a następnie „Dodaj urządzenie”. Użytkownik zostanie automatycznie poprowadzony przez proces instalacji.

Ustawianie opaski sportowej

Wszystkie ustawienia opaski sportowej można wprowadzić wygodnie za pomocą interfejsu użytkownika w aplikacji Soehnle Connect. Data i godzina ustawią się automatycznie po połączeniu zgodnie z danym na smartfonie lub tablecie. Poza tym w menu „Moje urządzenia” w odpowiednich ustawieniach urządzenia można ustalić czas alarmu wibracyjnego (budzik) oraz włączyć i wyłączyć funkcję pomiaru pulsu opaski sportowej. W przypadku ustawienia dziennego celu dotyczącego kroków w aplikacji urządzenie Fit Connect 300 HR przejmie tę wartość docelową, aby poinformować o osiągnięciu celu za pomocą alarmu wibracyjnego.

Kompatybilność

Aplikacja Soehnle Connect jest kompatybilna z Google Fit® i Apple Health®. Gdy urządzenia przeniosą dane do aplikacji Soehnle Connect można automatycznie przegrać dane na stosowaną aplikację App Google Fit® / Apple Health®. W tym celu w menu „Więcej o aplikacji” należy zaznaczyć odpowiednie pole. Możliwe, że konieczne będzie zezwolenie na stosowanie aplikacji Soehnle jako źródła w Google Fit® / Apple Health® lub w ustawieniach aplikacji na smartfonie. Więcej informacji na ten temat znajduje się w instrukcjach aplikacji trzeciej lub systemu operacyjnego.

5. Sprzęt i obsługa

Za pomocą opaski sportowej Soehnle można rejestrować różne dane i wyświetlać niektóre z nich bezpośrednio na ekranie. Inne wskaźniki, grafiki i wskaźniki znajdują się w aplikacji Soehnle Connect. Tam można skorzystać także z innych funkcji, podsumować zarejestrowane dane i zarządzać nimi. Ustawienia dotyczące celów, alarmu wibrującego (budzik), itp. należy zawsze wprowadzać w aplikacji.

Rys.	Tryb standardowy
5.1.1	Godzina, data, stan naładowania baterii (stan baterii)
5.1.2	Tętno

5.1.3	Tryb treningowy
5.1.4	Codziennie czynności*
Rys.	Tryb treningowy
5.2.1	Stoper: Start
5.2.2	Stoper: Wstrzymanie
5.2.3	Stoper: Stop
5.2.4	Raport o aktywności: Podstawowe dane
5.2.5	Raport o aktywności: Dane interwałowe
Rys.	Wspomnienia
5.3.1	Wiadomość przychodząca
5.3.2	Połączenie przychodzące
5.3.3	Alarm wibracyjny (budzik)
5.3.4	Osiągnięto dzienny cel

* Dane dotyczące danego dnia są resetowane automatycznie po 24 godzinach. Kroki, kalorie itd., które można wyświetlać w trakcie dnia, są dlatego liczone od godziny 0.00 danego dnia.

W celu zmiany widoku na wyświetlaczu urządzenia należy przesunąć na wyświetlaczu dotykowym w lewo lub w prawo, aby zmieniać między różnymi widokami (5.1.2 – 5.1.4 lub 5.2.4 – 5.2.5).


Godzina, data i stan naładowania baterii (stan baterii)

Po dotknięciu wyświetlacza rozpocznie się wyświetlanie w trybie godziny (5.1.1).

Codzienne czynności

W tym widoku (5.1.4) wyświetlane są najważniejsze zarejestrowane dane:

Licznik kroków* ()

Postęp dziennego celu* ()

Spalone kalorie* ()




Pokonana trasa* ()

Na widoku codziennych czynności 5.1.4 można znaleźć najważniejsze zadania, np. wykonana danego dnia liczba kroków, spalone kalorie oraz pokonana odległość. Poza tym pasek postępu na tym ekranie wskazuje część ustawionego dziennego celu.


Tętno

Po założeniu opaski sportowej tętno zostanie automatycznie ustalone i wyświetlone na odpowiednim wyświetlaczu **(5.1.2)**. W przypadku otwierania tego wskaźnika opaska sportowa potrzebuje ok. 30 sekund, aby znaleźć puls. Nosić opaskę bezpośrednio na skórze, w przeciwnym razie pomiar nie będzie możliwy. Funkcja pomiaru tętna jest standardowo uruchomiona przez 24 godziny dziennie. Aby wyłączyć tę funkcję, np. w nocy, należy przejść do menu głównego w aplikacji Soehnle Connect do „Moje urządzenia” i otworzyć odpowiednią funkcję.

Tryb treningowy

Trybem treningowym można sterować za pomocą przycisków wyświetlonych na ekranie. Przełączyć na widok „Tryb treningowy” **(5.1.3)** i dotknąć symbolu . Tryb treningowy rozpocznie się we wskaźniku licznika **(5.2.1)**. Licznik można rozpocząć za pomocą  i wstrzymać za pomocą  **(5.2.2)**.

W widoku licznika (5.2.1) można wyświetlić różne aktualne dane aktywności (kroki, tętno, kalorie, częstotliwość kroków i godzinę), przesuwając ekran na środku w lewo lub prawo.

Jeśli licznik jest wstrzymany, można zakończyć aktualną jednostkę treningową, dotykając symbolu  na

dole po lewej stronie ekranu i przejść automatycznie do raportu aktywności **(5.2.4)**. Przesuwając ekran, można zmieniać pomiędzy widokiem podstawowych danych treningowych i strefami pulsu **(5.2.5)**.

Analiza snu

Opaska sportowa Fit Connect 300 HR oferuje funkcje automatycznego rozpoznawania snu. Oznacza to, że rozpoznaje początek i koniec snu oraz rejestruje różne fazy snu w trakcie snu. Wszystkie dane są zapisywane na urządzeniu i po połączeniu z aplikacją są przenoszone do aplikacji. Dane są wówczas przedstawiane na ikonie „Sen” w aplikacji. Szczegóły dotyczące faz snu można wyświetlić po dotknięciu

ikony „Sen” z następujących szczegółowych okien.

Funkcje powiadomień, alarm wibracyjny/budzik, docelowa liczba kroków

Widoki **5.3.1 – 5.3.4** są wyświetlane automatycznie w przypadku wiadomości przychodzącej **(5.3.1)**, połączenia przychodzącego **(5.3.2)**, alarmu wibracyjnego **(5.3.3)** lub osiągniętego celu dziennego **(5.3.4)**.

Widok **5.3.2** wskazuje numer połączenia przychodzącego. Jeśli numer zapisany jest w książce telefonicznej smartfona, zostanie wyświetlone imię osoby dzwoniącej. W tym celu aplikacja Soehnle Connect musi mieć prawo dostępu do kontaktów,

telefonu i SMS-ów. Pytanie o to pozwolenie zostanie wyświetlone wyraźnie podczas dodawania opaski sportowej z aplikacją Soehnle Connect w trakcie uruchamiania. Jeśli to pozwolenie nie zostanie udzielone, można udzielić je później w smartfonie z systemem operacyjnym Android™, od wersji 6.0 w ustawieniach systemu operacyjnego pod zakładką „Aplikacje”. Alternatywnie można ponownie usunąć urządzenie z aplikacji Soehnle Connect i z menu Bluetooth systemu operacyjnego smartfona (znajduje się pod ustawieniami) i dodać ponownie opaskę sportową do aplikacji (pierwsze uruchamianie z aplikacją Soehnle Connect).

Przekazywanie danych do smartfona/tableta

Uruchomić aplikację Soehnle Connect. Jeśli urządzenie będzie znajdować się w pobliżu, dane zostaną automatycznie przeniesione przez *Bluetooth*® do aplikacji. Można też przesunąć ekran w dół na ekranie głównym (pulpit) aplikacji (pull to refresh). Zwrócić uwagę na to, aby *Bluetooth*® był włączony na smartfonie/tablecie. Dane zostaną przekazane i będzie można je zobaczyć w aplikacji w odpowiednich miejscach. Opaska sportowa Soehnle wyposażona jest w siedmiodniową pamięć dla rejestrowanych danych. Należy w tym czasie regularnie podłączać opaskę sportową, aby przenieść zapisane dane do aplikacji Soehnle Connect i stosować ją przez dłuższy czas.

Aktualne informacje o produkcji można znaleźć w Internecie na stronie www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Czyszczenie i pielęgnacja

Czyścić opaskę sportową za pomocą miękkiej, wilgotnej ściereki. Przed założeniem lub odłożeniem urządzenia do przechowywania lub naładowaniem baterii należy poczekać, aż urządzenie wyschnie całkowicie na powietrzu.

Nieprawidłowe postępowanie z urządzeniem może doprowadzić do uszkodzeń. Nie stosować żadnych agresywnych środków czyszczących, szczotek z twardym włosiem ani ostrych obiektów. Mogą one

uszkodzić powierzchnie. Opaska sportowa jest wodoszczelna zgodnie ze stopniem ochrony IP67, nie należy zanurzać jej w innych cieczach.

7. Serwis dla użytkowników

W przypadku pytań lub propozycji nasz serwis dla użytkowników chętnie służy pomocą:

Infolinia: 00 800 538 38 383 (bezpłatna)
pon. – pt., godz. 08.00 – 18.00

Internet: soehnle.com

PL

8. Więcej informacji

Więcej informacji znajduje się na naszej stronie internetowej: www.soehnle.com

9. Dane techniczne

Numer artykułu:	68119
Wersja <i>Bluetooth</i> [®] :	4.0
Złącze USB:	2.0 typ A
Pasma częstotliwości:	2.4 GHz
Maks. moc nadajnika:	3 mW
Typ baterii:	litowo-polimerowe
Rodzaj wyświetlacza:	OLED
Wymiary wyświetlacza:	25 x 23 mm
Stopień ochrony:	IP67 (<i>wodoodporny, pływanie</i>)
Pamięć danych:	7 dni
Czas pracy baterii:	ok. 2-5 dni

(w zależności od intensywności stosowania i funkcji pulsu)

Sisukord

1. Komplekti sisu
2. Toote kirjeldus
3. Märkused
4. Esmane kasutusele võtmine
5. Seade ja selle kasutamine
6. Puhastamine ja hooldamine
7. Klienditeenindus
8. Lisateave
9. Tehnilised andmed

EST

1. Komplekti sisu

- 1 x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitnessikell koos eemaldatava käerihmaga)
- 1 x Kasutusjuhend

2. Toote kirjeldus

Teie isiklik Soehnle fitnessikell Fit Connect 300 HR registreerib teie igapäevaseid tegevusi, nagu pulsisagedust, sammude arvu, läbitud vahemaad, tegevuse kestust, kulutatud kaloreid ja teie päevase liikumise eesmärgi saavutamise, toetamaks teie vormisolekut ja tervist. *Bluetooth*[®]-i kaudu kantakse teie andmed üle teie Soehnle Connect-Appi ning seal on neid võimalik analüüsida.

3. Märkused

Lugege kasutusjuhend ja järgnevad juhised hoolikalt läbi, enne kui hakkate seadet kasutama. Hoidke see kasutusjuhend alles.

HOIATUS! Väikelastel allaneelamise oht! Lapsed ei tohi seadmega mängida. Hoidke seade lastele kättesaamatus kohas.

HOIATUS! Tulekahju/plahvatuse või söövituse oht! toode sisaldab liitium-polümeer akut. Seda ei tohi maha võtta, koost lahti võtta, lõkkesse visata ega lühistada. Ärge laadige akut temperatuuril, mis on madalam kui 5 või kõrgem kui 40 kraadi Celsiuse järgi.

TÄHELEPANU! Võimalikud varakahjustused! Ärge laske seadmehel kukkuda ja kaitske seda löökide eest.

Ärge jätke seadet äärmuslike temperatuuride või suurte temperatuurikõikumiste kätte. Kaitske seadet ka otsese päikesevalguse ja tolmu eest. Ärge kasutage selle puhastamiseks tugevatoimelisi kemikaale, tugevaid või abrasiivseid puhastusvahendeid. Kaitske ekraani tugevate ja kriipivate esemete eest.

MÄRKUS! Otstarbekohane kasutamine Toode on mõeldud eranditult vaid erakasutuseks ja ei ole mõeldud tööstuslikuks kasutamiseks. See ei ole meditsiiniseade.

MÄRKUS! Kui te seadet pikema aja vältel ei kasuta, laadige selle aku siiski iga 3-6 kuu järel täielikult täis, see tagab aku töövoime.



Patareide kõrvaldamise EÜ direktiiv 2008/12/EÜ

Patareid ja akud ei kuulu olmeprügisse. Oma vanad patareid ja akud peate te ära andma kohaliku omavalitsuse kogumispunktidesse, või sarnaseid patareisid müüvasse kohta.



Elektriliste ja elektroonikaseadmete kõrvaldamise EÜ direktiiv 2012/19/EL

Seda toodet ei tohi käidelda kui tavalist olmeprügi, vaid tuleb taastootmiseks viia elektriliste ja elektrooniliste seadmete kogumiskohta. Täpsemat infot saate kohalikust omavalitsusest, olmejäätmete kõrvaldamise firmast või kauplusest, kust te toote ostsite.





Käesolevaga kinnitab Soehnle, et see seade vastab direktiivi 2014/53/ EÜ oluliste nõuetele ja teistele asjakohastele sätetele. EL vastavusdeklaratsiooni leiate

www.soehnle.com

EST

4. Esmane kasutusele võtmine

Aku laadimine

Laadige kell enne esmast kasutuselevõtmist täielikult täis. Tõmmake eemaldatav käerihm **(B)** ekraanimoodulilt **(A)** maha **(4.1)**. Pistke ekraanimooduli USB-pistik **(C)** tavalisse töötavasse USB-pesasse. Jälgige, et mooduli kontaktid **(4.2)** puudutaks USB-ühenduse kontakte, vastasel korral seade ei laadi. Ekraanil **(5.1.1)** kuvatakse aku laadimiseolek ( = täielikult laaditud/  = aku tühi).

Soehnle Connect-App rakenduse paigaldamine



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Täieliku funktsionaalsuse saavutamiseks paigaldage oma nutitelefoni või tahvelarvutisse tasuta Soehnle Connect-App. Rakenduste poest rakenduse leidmiseks skanneerige antud QR-kood.

Alternatiivina leiate rakenduse oma Android™-seadme jaoks Google Play'ist või Apple®-seadme jaoks Apple App Store'ist. Otsingu kasutamisel kasutage rakenduse õiget nime: "Soehnle Connect".

Esmane Soehnle Connect-App rakendusega ühendamine

Aktiveerige oma nutitefonis või tahvelarvutis *Bluetooth*[®] ja käivitage Soehnle Connect-App. Kui käivitate rakendust esimest korda, suunatakse teid Soehnle-seadme ühendamise protsessis automaatselt edasi.

EST

Kui te olete Soehnle Connect-Appi juba enne Soehnle toodetega kasutanud, liikuge fitnessikella Soehnle Connect-Appi rakendusega ühendamiseks „põhimenüüsse“ ja toksake väljale „Minu seadmed“, seejärel väljale „Seadme lisamine“. Teid juhatakse paigaldamisprotsessis automaatselt edasi.

Fitnessikella seadistamine

Kõik teie fitnessikella seadistused saab mugavalt teha Soehnle Connect-Appi kasutajaliidese kaudu. Kellaaeg ja kuupäev seadistub automaatselt vastavalt süsteemiajale pärast nutitelefoni või tahvelarvutiga ühendamist. Lisaks sellele saate te menüüs „Minu seadmed“ vastavate seadmete seadete all määrata vibroalarmi aegsid (äratuskella) ning pulsfunktsiooni sisse või välja lülitada. Niipea kui olete rakenduses määranud eesmärgi oma päevas tehtavate sammude kohta, võtab Fit Connect 300 HR selle teabe üle ning annab teile eesmärgi saavutamise viisest vibroalarmi abil teada.

Ühilduvus

Soehnle Connect-App ühildub Google Fit®-i ja Apple Health®-iga. Pärast seda, kui seadmed on andmed Soehnle Connect-App rakendusse üle kandnud, saate neid soovi korral kasutatavasse Google Fit®/Apple Health® rakendusse üle kanda. Selleks pange menüüs „Rohkem rakenduse kohta“ vastav linnuke. Võib olla vajalik, et peate Google Fit®-is/Apple Health®-is või teie nutitelefonil rakenduse seadete all eraldi lubama Soehnle rakenduse kui allika kasutamist. Vt sellekohaseid juhiseid teiste rakenduste või oma operatsioonisüsteemi kohta.

5. Seade ja selle kasutamine

Soehnle fitnessikellaga on võimalik registreerida erinevaid andmeid ja neid saab osaliselt otse ekraanile kuvada. Lisavõimalusi näitude ja graafikate kohta ning nõuandeid leiate Soehnle Connect-App rakendusest. Sealt leiate kasutamiseks ka teisi funktsioone, saate oma kogutud andmeid kokku viia ja hallata. Seaded eesmärkide, vibroalarmi (äratuskella) jne kohta tuleb alati teha rakenduses.

Joon.	Standardrežiim
5.1.1	Kellaaeg, kuupäev, aku (patarei) laadimisolek
5.1.2	Pulsisagedus

5.1.3	Treeningurežiim
5.1.4	Päeva tegevused*
Joon.	Treeningurežiim
5.2.1	Stopper: start
5.2.2	Stopper: paus
5.2.3	Stopper: stopp
5.2.4	Tegevuste raport: põhiandmed
5.2.5	Tegevuste raport: intervallide andmed
Joon.	Meeldetuletused
5.3.1	Sissetulev sõnum
5.3.2	Sissetulev kõne
5.3.3	vibroalarm (äratuskell)
5.3.4	Päeva eesmärk saavutatud

*Päeva kohta olevad andmed lähtestatakse alati kell 24 automaatselt nullile. Päeva jooksul vaadatavaid samme, kaloreid jne on seega hakatud lugema alates kella 00-st.


Oma seadme ekraanikuvade vahetamiseks libistage üle puudetundliku ekraani vasakule või paremale. Nii saate liikuda ühelt kuvalt (5.1.2–5.1.4 teisele 5.2.4–5.2.5).

Kellaeg, kuupäev ja aku (patarei) laadimisolek

Ekraani puudutamisega käivitub kellaaja näit kellaaja režiimis (5.1.1).

Päeva tegevused

Selles ülevaates (5.1.4) kuvatakse kõige olulisemad registreeritud andmed:

sammulugeja* ()

päevaeesmärginijõudmine* ()

kulutatud kalorit* ()

läbitud vahemaa* ()




Päeva tegevuste vaatest 5.1.4 leiate kõige olulisemad andmed, nagu sellel päeval juba tehtud sammude arv, kulutatud kalorit ning läbitud vahemaa. Lisaks näitab sellel ekraanil olev edenemisriba, kui palju on jäänud seatud päeva eesmärgi täitmiseni.

Pulsisagedus


Niipea kui olete oma fitnessikella käe peale pannud, mõõdab see automaatselt teie pulssi ja kuvab selle vastaval näidikul **(5.1.2)**. Pulsi leidmiseks ja selle näidu kuvamiseks kulub fitnessikellal umbes 30 sekundit. Pange kell otse naha peale, kuna teisiti ei ole mõõtmine võimalik. Pulsi mõõtmise funktsioon on standardselt aktiivne 24 tundi ööpäevas. Kui te soovite seda funktsiooni välja lülitada, nt ööseks, saate seda teha Soehnle Connect-App rakenduse peamenüüst „Minu seadmed“ alt, kui valite sealt vastava funktsiooni.

EST

Treeningurežiim

Treeningurežiimi saab juhtida näidikul olevate toimingunuppude abil. Liikuge vaatesse „Treeningurežiim“ **(5.1.3)** ja puudutage sümbolit . Treeningurežiim käivitub stopperi vaates **(5.2.1)**. Stopperit saate käivitada  abil ja pausile panna  abil **(5.2.2)**.

Kui te stopperi vaates (5.2.1) pildi keskosa vasakule või paremale libistate, saate vaadata erinevaid hetkel olemasolevaid andmeid (samme, pulsisagedust, kaloreid, sammude sagedust ja kellaaega).

Kui stopper on pausile pandud, saate te ekraani allosas vasakul oleva sümboli  abil käimasoleva

treeningu lõpetada ja teid suunatakse automaatselt tegevuste aruande juurde **(5.2.4)**. Treeningu põhiaandmete ja pulsitsoonide **(5.2.5)** näitusid saab vahetada neid libistades.

Une analüüs

Teie Fit Connect 300 HR fitnessikellal on automaatne une tuvastamise funktsioon, s.t ta tunneb ära une alguse ja lõpu ning registreerib une ajal selle erinevaid faase. Kõik andmed salvestatakse seadmesse ja neid saab rakendusega ühenduse olemasolul sinna üle kanda. Andmed kuvatakse siis rakenduse paneelil „Uni“. Üksikasju une kohta saate vaadata, kui puudutate paneelile „Uni“ järgnevat detaisemaid kuvasid.

Teavitusfunktsioonid, vibroalarm/äratuskell, sammude eesmärk

Vaated **5.3.1 – 5.3.4** kuvatakse automaatselt sissetuleva sõnumi **(5.3.1)**, sissetuleva kõne **(5.3.2)**, vibroalarmi **(5.3.3)** või päeva eesmärgi **(5.3.4)** saavutamise korral.

Vaade **5.3.2** näitab sissetuleva kõne telefoninumbrit. Kui te olete helistaja telefoninumbri salvestanud oma nutitelefoni kontaktide alla, kuvatakse helistaja nimi. Eelduseks on seejuures, et olete Soehnle Connect-App rakendusele võimaldanud ligipääsu oma kontaktidele, telefonile ja SMS-idele. Sellekohast luba küsitakse fitnessikella sidumisel Soehnle Connect-App rakendusega ja selle kasutusele võt-

EST

misel (*onboarding*). Kui te ei ole seda luba andnud, saate te seda teha tagantjärele nutitelefoni operatsioonisüsteemiga Android™, alates versioonist 6.0, tehes seadistused operatsioonisüsteemis „Rakendused“ all. Alternatiivina eemaldage seade Soehnle Connect-App rakendusest ja ka oma nutitelefoni operatsioonisüsteemi Bluetoothi menüüst (leiate selle seadete alt) ja siduge fitnessikell uuesti rakendusega (Esmane Soehnle Connect-App rakendusega ühendamine).

Andmeedastus nutitelefoni/tahvelarvutisse

Käivitage Soehnle Connect-App. Kui seade on läheduses, edastatakse andmed *Bluetooth*®-i abil raken-

dusse automaatselt. Või libistage põhiekraanil (esi-paneelil) rakendus alla (värskendamiseks tõmmake). Jälgige, et teie nutitelefoni/tahvelarvuti *Bluetooth*® oleks aktiveeritud. Andmed kantakse nüüd üle ja vaadatavad rakenduse vastavates kohtades. Teie Soehnle fitnessikellal on kogutud andmete säilitamiseks seitsme päeva mälu. Palun ühendage fitnessikella selle aja jooksul regulaarselt, see võimaldab salvestatud andmete edastamist Soehnle Connect-App rakendusele ja nii saab neid kauem kasutada.

Kõige uuemat teavet oma toote kohta leiate internetist aadressil www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Puhastamine ja hooldamine

Puhastage fitnessikella pehme, niiske lapiga. Laske seadmel õhu käes täielikult ära kuivada, enne kui selle uuesti käe peale või hoiukohta panete, või enne kui hakkate akut laadima.

Seadme ebaotstarbekohane kasutamine võib kaasa tuua kahjustusi. Ärge kasutage tugevatoimelisi puhastusaineid, kõvade harjastega harjasid ega teravaid esemeid. Need võivad pealispindasid kahjustada. Teie fitnessikell on veekindel ja vastab kaitseklassile IP67, ärge kastke seda teistesse vedelikesse.

7. Klienditeenindus

Meie klienditeenindus vastab hea meelega teie küsimustele ja ettepanekutele:

Kuum liin: 00 800 538 38 383 (tasuta)

E – R, kl 8 – 18

Internet: soehnle.com

8. Lisateave

Lisateavet leiate meie veebilehelt www.soehnle.com

9. Tehnilised andmed

Toote number:	68119
Bluetooth®-i versioon:	4.0
USB-ühendus:	2.0 tüüp-A
Sagedusala:	2,4 GHz
Max saatjavõimsus:	3 mW
Aku tüüp:	liitium-polümeer
Ekraani tüüp:	OLED
Ekraani mõõdud:	25 x 23 mm
Kaitseklass:	IP67 (veekindel, ujumisel)
Mälu:	7 päeva
Aku tööaeg:	u 2-5 päeva (olenevalt pulsifunktsiooni kasutamise intensiivsusest)

EST

Satura rādītājs

1. Piegādes komplekts
2. Izstrādājuma apraksts
3. Norādījumi
4. Pirmā nodošana ekspluatācijā
5. Ierīce un vadība
6. Tīrīšana un kopšana
7. Patērētāju serviss
8. Papildu informācija
9. Tehniskie dati

LV

1. Piegādes komplekts

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitnesa aproce ar noņemamu siksnīņu)
- 1 x lietošanas instrukcija

2. Izstrādājuma apraksts

Jūsu personīgā Soehnle fitnesa aproce Fit Connect 300 HR uztver jūsu ikdienas aktivitātes, piemēram, pulsa frekvenci, soļu skaitu, veikto attālumu, aktivitātes ilgumu, kaloriju patēriņu un jūsu ikdienas kustību mērķa sasniegšanu, lai sniegtu jums atbalstu fitnesa un veselības jomās. Izmantojot *Bluetooth*[®], dati tiek nosūtīti jūsu lietotnei "Soehnle Connect", lai

tajā varētu veikt šo datu analīzi.

3. Norādījumi

Pirms ierīces lietošanas rūpīgi izlasiet lietošanas instrukciju un turpmākos norādījumus un saglabāiet šo lietošanas instrukciju.

BRĪDINĀJUMS! Zīdaiņi var norīt mazas detaļas! Bērniem aizliegts rotaļāties ar šo ierīci. Glabāiet bērniem nepieejamā vietā.

BRĪDINĀJUMS! Ugunsgrēka/eksplozijas vai ķīmisku apdegumu risks! Šajā izstrādājumā ir litija-polimēra akumulators. To aizliegts demontēt, izjaukt, mest ūdenī vai veidot īsslēgumu. Neatstājiet akumulatoru temperatūrā zem 5 vai virs 40 grādiem pēc Celsija.

UZMANĪBU! Iespējami mantiskie bojājumi! Nodrošīniet, lai ierīce nenokristu un aizsargāji to pret triecieniem. Nepakļaujiet ierīci ekstrēmas temperatūras iedarbībai vai izteiktām temperatūru svārstībām. Aizsargāji ierīci pret tiešiem saules stariem un putekļiem. Tīrīšanai neizmantoji asus ķīmiskas vielas, agresīvus vai abrazīvus tīrīšanas līdzekļus. Aizsargāji displeju pret cietiem un skrāpējošiem priekšmetiem.

NORĀDĪJUMS! Lietošana atbilstoši noteikumiem: Izstrādājums ir paredzēts tikai privātai, nekomerciālai lietošanai māsaimniecības. Tā nav medicīniska ierīce.

NORĀDĪJUMS! Ja plānojat akumulatoru nelietot ilgāku laiku, tomēr veiciet pilnīgu akumulatora izlādi ik pēc 3-6 mēnešiem, lai nodrošinātu akumulatora darbību.



Bateriju utilizācija, EK Direktīva 2008/12/EK

Baterijas un akumulatorus nedrīkst izmest sadzīves atkritumos. Nododiet baterijas vai akumulatorus savas kopienas publiskās savākšanas vietās vai arī vietās, kur tiek pārdotas attiecīga veida baterijas.



Elektrisku un elektronisku ierīču utilizācija saskaņā ar EK Direktīvu 2012/19/ES

Šis izstrādājums nav parasti sadzīves atkritumi, bet tas ir jānodod utilizācijai paredzētu elektrisku un elektronisku ierīču pieņemšanas punktā. Papildu informāciju jautājiēt savas apdzīvotās vietas pārvaldē, komunālajā atkritumu apsaimniekošanas



uzņēmumā vai veikalā, kurā iegādājāties šo izstrādājumu.



Ar šo uzņēmums Soehnle paziņo, ka šī ierīce atbilst direktīvas 2014/53/ES pamatprasībām un pārējiem spēkā esošajiem noteikumiem. ES atbilstības deklarāciju meklējiet vietnē **www.soehnle.com**

4. Pirmā nodošana ekspluatācijā

Akumulatora uzlāde

Pirms pirmās lietošanas reizes pilnībā uzlādējiet akumulatoru. Noņemiet noņemamo siksnīšu **(B)** no rādījumu moduļa **(A)**(4.1). Tagad ievietojiet rādījumu moduļa **(C)** USB spraudni parastā, aktīvā USB pieslēgumā. Pārliecinieties, vai moduļa **(4.2)** kontakti saskaras ar USB pieslēguma kontaktiem, jo pretējā gadījumā ierīce netiek lādēta. Displejā **(5.1.1)** tiek rādīts akumulatora uzlādes līmenis ( = pilnībā uzlādēts /  = akumulators ir izlādējies).

Lietotnes "Soehnle Connect" instalēšana



Android™: ≥ 6.0,

iOS®: ≥ 9.0,

Bluetooth®: ≥ 4.0

Lai nodrošinātu pilnīgu darbību, uzstādiet bezmaksas lietotni "Soehnle Connect" savā viedtālrunī vai planšetdatorā. Ieskenējiet attēloto QR kodu, lai atvērtu lietotni lietotņu veikalā.

Alternatīvi meklējiet lietotni savai Android™ ierīcei Google Play vai savai Apple® ierīcei - Apple App Store. Meklēšanas laikā ievērojiet precīzu lietotnes nosaukumu: "Soehnle Connect".

Pirmā savienošana ar lietotni "Soehnle Connect"

Aktivizējiet savā viedtālrunī vai planšetdatorā *Bluetooth*® un ieslēdziet lietotni "Soehnle Connect". Ieslēdzot lietotni pirmo reizi, jūs automātiski tiksiet vadīts savienošanas procesa laikā ar Soehnle gala ierīci.

Ja esat jau lietojis lietotni "Soehnle Connect" ar Soehnle izstrādājumiem, lai savienotu fitnesa aproci, ieejiet lietotnes Soehnle Connect „Galvenā izvēlne”, nospiediet „Manas ierīces” un pēc tam „Pievienot ierīci”. Jūs automātiski tiksiet vadīts instalācijas procesa laikā.

Jūsu fitnesa aproces iestatīšana

Visus savas fitnesa aproces iestatījumus varat ērti veikt, izmantojot lietotnes "Soehnle Connect" darbvirsmu. Pulksteņa laiks un datums tiek iestatīts automātiski atbilstoši viedtālruna vai planšetdatora sistēmas laikam. Papildus tam izvēlnes "Manas ierīces" atbilstošajos ierīces iestatījumos varat iestatīt vibrācijas signāla laikus (modinātāju) un ieslēgt vai izslēgt fitnesa aproces pulsa funkciju. Iestatot lietotnē soļu dienas mērķi, Fit Connect 300 HR pārņem to, lai sasniegšanas brīdī jūs ar vibrācijas signālu par to informētu.

Savietojamība

Lietotne "Soehnle Connect" ir savietojama ar Google Fit® un Apple Health®. Pēc ierīču datu nosūtīšanas lietotnē "Soehnle Connect", ja vēlaties, tos iespējams automātiski pārnest atbilstoši izmantotajā lietotnē Google Fit® / Apple Health®. Lai to izdarītu, izvēlnē „Vairāk par lietotni” ievietojiet atbilstošu ķeksīti. Nepieciešamības gadījumā Google Fit® / Apple Health® vai jūsu viedtālruņa lietotņu iestatījumos var būt nepieciešams Soehnle lietotni iestatīt kā avotu. Ņemiet vērā citu piedāvātāju lietotnes vai jūsu operētājsistēmas instrukcijas.

5. Ierīce un vadība

Ar Soehnle fitnesa aproci iespējams apkopot dažādus datus un daļēji to attēlot displejā. Papildu rādījumus, zīmējumus un padomus meklējiet lietotnē "Soehnle Connect". Tur varat arī izmantot papildu funkcijas, lai apvienotu un pārvaldītu savus iegūtos datus. Iestatījumus, piemēram, mērķus, vibrācijas signālu (modinātāju) u.t.t. vienmēr veiciet lietotnē.

LV

Att.	Standarta režīms
5.1.1	Pulksteņa laiks, datums, akumulatora uzlādes statuss (akumulatora statuss)
5.1.2	Pulsa frekvence

5.1.3	Treņiņa režīms
5.1.4	Dienas aktivitātes*
Att.	Treņiņa režīms
5.2.1	Hronometrs: Starts
5.2.2	Hronometrs: Pauze
5.2.3	Hronometrs: Stop
5.2.4	Aktivitātes ziņojums: Pamata dati
5.2.5	Aktivitātes ziņojums: Intervālu dati
Att.	Atgādinājumi
5.3.1	Saņemts ziņojums
5.3.2	Saņemts zvans
5.3.3	Vibrācijas signāls (modinātājs)
5.3.4	Sasniegts dienas mērķis

* Dienas datiem automātiski pēc 24 stundām tiek atiestatītas nulles vērtības. Solji, kalorijas u.t.t., kas ir redzami dienas laikā, tādēļ tiek skaitīti, sākot no pusnakts (plkst. 00.00).

Lai nomainītu jūsu ierīces displeja rādījumu, virziet pirkstu virs skārienjutīgā displeja pa kreisi vai pa labi, lai pārslēgtu dažādos rādījumus (**5.1.2–5.1.4** vai **5.2.4–5.2.5**).


Pulksteņa laiks, datums un akumulatora uzlādes statuss (akumulatora statuss)

Pieskaroties displejam, rādījums sākas pulksteņa režīmā (**5.1.1**).

Dienas aktivitātes

Šajā pārskatā (**5.1.4**) jums tiek parādīti svarīgākie iegūtie dati:

Soļu skaitītājs* ()

Jūsu dienas mērķa progress* ()

Kaloriju patēriņš* ()




Veiktais attālums* ()

Skatā “Dienas aktivitātes” **5.1.4** varat aplūkot svarīgākos datus, piemēram, šajā dienā jau sasniegto soļu skaitu, patērētās kalorijas, kā arī veikto attālumu. Papildus tam progresa joslā šajā ekrānā ir redzama iestatītā dienas mērķa daļa.


Pulsa frekvence

Uzliekot fitnesa aproci, automātiski tiek sākta jūsu pulsa fiksācija, un tas tiek attēlots atbilstošajā displejā **(5.1.2)**. Atverot šo rādījumu, fitnesa aprocei ir nepieciešams laiks līdz apm. 30 sekundēm, lai atrastu pulsu. Valkājiet raidītāju tieši uz ādas, jo pretējā gadījumā mērījums nav iespējams. Standartizēti pulsa mērīšanas funkcija ir aktivizēta 24 dienā. Ja vēlaties izslēgt šo funkciju, piemēram, naktī, varat to izdarīt lietotnes "Soehnle Connect" galvenās izvēlnes sadaļā "Manas ierīces", atverot atbilstošo funkciju.

Treniņa režīms

Treniņa režīmu varat vadīt, izmantojot displejā redzamos funkcijtaustiņus. Atveriet skatu „Treniņa režīms” **(5.1.3)** un pieskarieties simbolam . Treniņa režīms ieslēdzas hronometra rādījumā **(5.2.1)**. Hronometru varat ieslēgt ar  un apturēt ar **(5.2.2)**.

Hronometra rādījumā (5.2.1) varat attēlot dažādus, aktuālus aktivitāšu datus (soļus, pulsa frekvenci, kalorijas, soļu frekvenci un pulksteņa laiku), ekrāna vidū virzot pa kreisi vai pa labi.

Ja hronometrs ir apturēts, pieskaroties simbolam  ekrāna apakšējā kreisajā pusē, varat pabeigt šibrīža treniņa posmu un automātiski atvērt aktivitātes zi-

ņojumu **(5.2.4)**. Pavirzot, pārslēdziet no pamata treniņu datu skata uz pulsa zonām **(5.2.5)**.

Miega analīze

Jūsu Fit Connect 300 HR fitnesa aprocei ir automātiska miega atpazīšanas funkcija, t. i., tā atpazīst miega sākumu un beigas un miega laikā nosaka dažādas miega fāzes. Visi dati tiek saglabāti ierīcē un, savienojot ar lietotni, tos iespējams nosūtīt. Dati pēc tam tiek attēloti lietotnes cilnī „Miegs”. Papildu informāciju par miega fāzēm meklējiet, pieskaroties cilnes „Miegs” nākošajiem papildu informācijas ekrāniem.

Ziņojumu funkcijas, vibrācijas signāls/modinātājs, soļu mērķis

Rādījumi **5.3.1 – 5.3.4** tiek automātiski atvērti, saņemot ziņu **(5.3.1)**, saņemot zvanu **(5.3.2)**, ieslēdzoties vibrācijas signālam **(5.3.3)** vai sasniedzot mērķi **(5.3.4)**.

Rādījumā **5.3.2** redzams saņemta zvana tālruņa numurs. Ja zvanītāja numurs ir saglabāts jūsu viēdtālruņa atmiņā, ir redzams zvanītāja vārds. Priekšnoteikums tam ir, lai lietotnei “Soehnle Connect” būtu piešķirtas piekļuves tiesības kontaktiem, tālrunim un īsziņām. Par piekļuves tiesību piešķiršanu tiek uzdots vaicājums, savienojot fitnesa aproci ar lietotni “Soehnle Connect” ekspluatācijas uzsāk-

šanas laikā (Onboarding). Nesniedzot šo atļauju, viedtālrunim ar operētājsistēmu Android™, (sākot no versijas 6.0) varat to piešķirt vēlāk, veiciet iestatījumus operētājsistēmas sadaļā "Lietotnes". Alternatīvi izņemiet ierīci no lietotnes "Soehnle Connect" un sava viedtālruna Bluetooth izvēlnes (meklējiet sadaļā "Iestatījumi") un pievienojiet fitnesa aproci lietotnei atkārtoti (Pirmā savienošana ar lietotni "Soehnle Connect").

LV

Datu pārraide uz viedtālruni / planšetdatoru

Ieslēdziet lietotni "Soehnle Connect". Ja ierīce atrodas tuvumā, dati automātiski tiek pārraidīti lietotnei, izmantojot Bluetooth®. Vai arī virziet lietotnes galveno

ekrānu (infopaneli) uz leju (***pull to refresh***, velciet, lai atjaunotu). Pārliecinieties, ka jūsu viedtālrunī / planšetdatorā ir aktivizēts Bluetooth®. Tagad dati tiek pārsūtīti un noslēgumā lietotnē ir redzami atbilstošajās sadaļās. Jūsu Soehnle fitnesa aproci ir septiņu dienu atmiņa iegūtajiem datiem. Lūdzu, šajā laikā regulāri savienojiet fitnesa aproci, lai saglabātos datus varētu pārraidīt lietotnei "Soehnle Connect" un izmantot tos ilgāku laiku.

Jaunāko informāciju par savu izstrādājumu meklējiet vietnē www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Tīrīšana un kopšana

Tīriet fitnesa aproci ar mīkstu, mitru lupatiņu. Ļaujiet ierīcei pilnībā izžūt pirms tās atkārtotas uzlikšanas, uzglabāšanas vai akumulatora uzlādes.

Neatbilstoši rīkojoties ar ierīci iespējami bojājumi. Neizmantojiet agresīvus tīrīšanas līdzekļus, suku ar cietiem zariem vai smailus priekšmetus. Tie var sabojāt virsmas. Jūsu fitnesa aproce ir ūdensdroša atbilstoši aizsardzības klasei IP67, neievietojiet to citos šķidrumos.

7. Patērētāju serviss

Jautājumu gadījumā sazinieties ar mūsu patērētāju servisu:

Klientu apkalpošanas līnija:

00 800 538 38 383 (bezmaksas)

Pi. – Pk., plkst. 8 - 18

Internetā: soehnle.com

8. Papildu informācija

Lai iegūtu papildu informāciju, apmeklējiet mūsu vietni **www.soehnle.com**

9. Tehniskie dati

Preces numurs:	68119
Bluetooth® versija:	4.0
USB pieslēgums:	2.0 tips A
Frekvences josla:	2,4 GHz
Maks. Raidīšanas jauda:	3 mW
Akumulatora tips:	Litija-polimēra
Displeja tips:	OLED
Displeja izmēri:	25 x 23 mm
Aizsardzības klase:	IP67 (<i>ūdensdrošs, peldošs</i>)
Datu atmiņa:	7 dienas
Akumulatora darbības ilgums:	Apm. 2-5 dienas (<i>atkarībā no lietošanas intensitātes un pulsa funkcijas</i>)

Turinys

1. Komplektas
2. Gaminio aprašymas
3. Pastabos
4. Naudojimas pirmą kartą
5. Prietaisas ir valdymas
6. Valymas ir priežiūra
7. Vartotojų aptarnavimo centras
8. Daugiau informacijos
9. Techniniai duomenys

LT

1. Komplektas

- 1 „Soehnle Fit Connect 300 HR“ (sveikatingumo matuoklis su nuimama apyranke)
- 1 naudojimo instrukcija

2. Gaminio aprašymas

Jūsų asmeninis „Soehnle“ sveikatingumo matuoklis „Fit Connect 300 HR“ registruoja kasdienę Jūsų veiklą, pvz., pulso dažnį, žingsnių skaičių, nukeliautą atstumą, veiklos trukmę, suvartotas kalorijas ir, ar pasiekėte savo paros judėjimo tikslą, ir taip padeda Jums išsaugoti fizinę parengtį ir sveikatą. Ryšiu *Bluetooth*® duomenys perduodami į Jūsų programė-

lę „Soehnle Connect“. Ten jie gali būti analizuojami.

3. Pastabos

Prieš pradėdami naudoti prietaisą, atidžiai perskaitykite naudojimo instrukciją ir toliau pateiktas pastabas. Šią naudojimo instrukciją išsaugokite.

ĮSPĖJIMAS! Nurijimo pavojus vaikams iki trejų metų! Vaikams su prietaisu žaisti draudžiama. Laikykite atokiau nuo vaikų.

ĮSPĖJIMAS! Gaisro / sprogimo arba nudeginimo pavojus! Prekėje sumontuotas ličio polimerų akumuliatorius. Jo negalima išmontuoti, ardyti, mesti į ugnį arba trumpai sujungti. Neįkraukite akumuliatoriaus žemesnėje nei 5 °C arba aukštesnėje kaip 40 °C temperatūroje.

DĖMESIO! Galima materialinė žala! Neleiskite prietaisui nukristi ir saugokite jį nuo smūgių. Saugokite prietaisą nuo itin aukštos arba žemos temperatūros arba didelių temperatūros svyravimų. Taip pat saugokite prietaisą nuo tiesioginių saulės spindulių ir dulkių. Nevalykite jo stipriomis cheminėmis medžiagomis, ėsdinančiomis arba abrazyvinėmis valymo priemonėmis. Saugokite ekraną nuo kietų ir braižių daiktų.

PASTABA! Naudojimas pagal paskirtį: šis gaminys skirtas tik privačiam, nekomerciniam buitiniam naudojimui. Jis nėra medicinos prietaisas.

PASTABA! Jei prietaiso ilgesnį laiką nenaudotumėte, akumuliatorių vis tiek kas 3–6 mėnesius visiškai įkraukite, kad užtikrintumėte akumuliatoriaus funkcionalumą.



Baterijų šalinimas, EB direktyva 2008/12/EB

Baterijų ir akumuliatorių negalima išmesti kartu su buitineis atliekomis. Panaudotas baterijas arba akumulatorius turite atiduoti viešosiose savo savivaldybės surinkimo vietose arba atitinkamos rūšies baterijų pardavimo vietose.



Elektros ir elektroninių prietaisų šalinimas, EB direktyva 2012/19/ES

Šio gaminio negalima tvarkyti kaip įprastinių buitinių atliekų – jį reikia atiduoti elektros ir elektroninės įrangos atliekų priėmimo perdirbti pakartotinai vietoje. Daugiau informacijos gausite iš savo savivaldybės, komunalinių atliekų šalinimo įmonių arba parduotuvės, kurioje įsigijote gaminį.



„Soehnle“ pareiškia, kad šis prietaisas atitinka esminius Direktyvos 2014/53/ES reikalavimus ir kitas atitinkamas šios direktyvos nuostatas. ES atitikties deklaraciją rasite adresu www.soehnle.com

4. Naudojimas pirmą kartą

Akumulatoriaus įkrovimas

Prieš naudodami pirmą kartą, matuoklį visiškai įkraukite. Nuimamą apyrankę **(B)** nutraukite nuo indikacinio modulio **(A)** **(4.1)**. Dabar įkiškite indikacinio modulio **(C)** USB kištuką į aktyvią įprastinę USB jungtį. Atkreipkite dėmesį į tai, kad modulio kontaktai **(4.2)** turi liesti USB jungties kontaktus – kitaip prietaisas nebus įkraunamas. Ekrane **(5.1.1)** rodoma akumulatoriaus įkrovimo būseną (■ – visiškai įkrauta / □ – akumulatorius išsekęs).

Programėlės „Soehnle Connect“ diegimas



Android™ ≥ 6.0,
iOS® ≥ 9.0,
Bluetooth® ≥ 4.0

Kad galėtumėte naudotis visomis funkcijomis, savo išmaniajame telefone arba planšetiniame kompiuteryje įdiekite nemokamą programėlę „Soehnle Connect“. Norėdami rasti šią programėlę parduotuvėje „Appstore“, nuskečiuokite pateiktą QR kodą.

Savo „Android™“ prietaisui skirtą programėlę taip pat galite rasti parduotuvėje „Google Play“, o „Apple®“ prietaisui skirtą programėlę – parduotuvėje

„Apple App Store“. Ieškodami atkreipkite dėmesį į tai, kad programėlė vadintųsi tiksliai „Soehnle Connect“.

Pirmasis jungimasis prie programėlės „Soehnle Connect“

Savo išmaniajame telefone arba planšetiniame kompiuteryje suaktyvinkite ryšį *Bluetooth*[®] ir įjunkite programėlę „Soehnle Connect“. Įjungę programėlę pirmą kartą, automatiškai gausite „Soehnle“ prietaiso prijungimo nurodymus.

Jei programėlę „Soehnle Connect“ jau esate naudoję su „Soehnle“ gaminiais, norėdami prijungti sveikatingumo matuoklį, nueikite į programėlės „Soehnle Connect“ pagrindinį meniu, spustelėkite „Mano

prietaisai“, tada – „Pridėti prietaisą“. Automatiškai gausite diegimo nurodymus.

Sveikatingumo matuoklio nustatymas

Visus sveikatingumo matuoklio nustatymus galima patogiai atlikti naudojantis programėlės „Soehnle Connect“ naudotojo sąsaja. Laikas ir data prijungus nustatomi automatiškai pagal išmaniojo telefono arba planšetinio kompiuterio sistemos laiką. Be to, meniu „Mano prietaisai“ pasirinkdami atitinkamas prietaiso nuostatas, galite nustatyti vibracinio signalo (žadintuvo) laikus ir įjungti arba išjungti sveikatingumo matuoklio pulso funkciją. Jei programėlėje esate nustatę tikslinį paros žingsnių skaičių, jį

„Fit Connect 300 HR“ perima, kad vibraciniu signalu Jums nurodytų, kai šį tikslą pasiekiate.

Suderinamumas

Programėlė „Soehnle Connect“ yra suderinama su „Google Fit®“ ir „Apple Health®“. Kai prietaisai perduoda duomenis į programėlę „Soehnle Connect“, pageidaujant šie duomenys gali būti automatiškai perduodami į atitinkamas naudojamą programėles „Google Fit®“ ir (arba) „Apple Health®“. Jei to pageidaujate, meniu „Daugiau apie programėlę“ uždėkite atitinkamą varnelę. Tam tikromis aplinkybėmis programėlėse „Google Fit®“ ir (arba) „Apple Health®“ arba išmaniojo telefono programėlių nuostatose gali pri-

reikti leisti naudoti programėlę „Soehnle“ kaip šaltinį. Šiuo atžvilgiu skaitykite kitų gamintojų programėlių ir (arba) savo operacinės sistemos instrukcijas.

5. Prietaisas ir valdymas

„Soehnle“ sveikatingumo matuokliu gali būti registruojami ir iš dalies tiesiogiai ekrane rodomi įvairūs duomenys. Daugiau rodinių, grafinių vaizdų ir patarimų rasite programėlėje „Soehnle Connect“. Joje taip pat galite naudotis kitomis funkcijomis, susieti užregistruotus savo duomenis vienus su kitais ir juos tvarkyti. Tikslų, vibracinio signalo (žadintuvo) ir kitus nustatymus visada reikia atlikti programėlėje.

LT

Pav.	Standartinis režimas
5.1.1	Laikas, data, akumulatoriaus įkrovimo būseną (baterijos būseną)
5.1.2	Pulso dažnis
5.1.3	Treniruotės režimas
5.1.4	Paros veikla*
Pav.	Treniruotės režimas
5.2.1	Laikmatis – paleidimas
5.2.2	Laikmatis – pristabdymas
5.2.3	Laikmatis – sustabdymas
5.2.4	Veiklos ataskaita – pagrindiniai duomenys
5.2.5	Veiklos ataskaita – intervalo duomenys

*Paros duomenys kasdien 24.00 val. automatiškai anuliuojami. Todėl žingsniai, kalorijos ir pan. duomenys, kuriuos galima matyti per parą, pradedami skaičiuoti nuo 0.00 val.

Pav.	Priminimai
5.3.1	Gautas pranešimas
5.3.2	Gautas skambutis
5.3.3	Vibracinis signalas (žadintuvas)
5.3.4	Pasiektas paros tikslas

Norėdami keisti prietaiso ekrano rodimus, jutikliniu ekranu braukite į kairę arba dešinę, ir perjunkite iš vieno rodinio į kitą (5.1.2–5.1.4 arba 5.2.4–5.2.5).

Laikas, data ir akumulatoriaus įkrovimo būseną (baterijos būseną)

Palietus ekraną, įsijungia laikrodžio režimo rodinys (5.1.1).

Paros veikla

Šioje apžvalgoje (5.1.4) Jums rodomi svarbiausi užregistruoti duomenys:

žingsnių skaitiklis* (👣);

Jūsų paros tikslo siekimo pažanga*

(██████████/██████████);

suvartotos kalorijos* (🔥);




nukeliamas atstumas* (📍).

Paros veiklos rodyje 5.1.4 rasite svarbiausius duomenis, pvz., šiandien jau pasiektą žingsnių skaičių, suvartotas kalorijas ir nukeliamą atstumą. Be to, šiame ekrane pateiktas pažangos stulpelis rodo nusistatyto paros tikslo dalį.


Pulso dažnis

Užsisėgus sveikatingumo matuoklį, iškart automatiškai nustatomas ir atitinkame ekrane **(5.1.2)** rodomas Jūsų pulsas. Įjungus šį rodinį, sveikatingumo matuokliui prireikia maždaug iki 30 sekundžių, kad surastų pulsą. Nešiokite matuoklį tiesiai ant odos, nes kitaip negalima atlikti matavimo. Pagal standartines nuostatas pulso matavimo funkcija yra aktyvi 24 valandas per parą. Jei šią funkciją norite išjungti, pvz., naktimis, tai galite padaryti programėlės „Soehnle Connect“ pagrindinio meniu srityje „Mano prietaisai“ ir pasirinkdami atitinkamą funkciją.

Treniruotės režimas

Treniruotės režimą galite valdyti ekrane rodomais funkciniais mygtukais. Pereikite į rodinį „Treniruotės režimas“ **(5.1.3)** ir palieskite simbolį . Pirmiausia įsijungia treniruotės režimo laikmačio rodinys **(5.2.1)**. Paleisti laikmatį galite naudodami , o pristabdyti – naudodami  **(5.2.2)**.

Laikmačio rodinio (5.2.1) vaizdo viduryje braukdami į kairę arba dešinę, galite įjungti rodyti įvairius aktualius veiklos duomenis (žingsnius, pulso dažnį, kalorijas, žingsnių dažnį ir laiką).

Jei laikmatis pristabdytas, palietę ekrano apačioje kairėje esantį simbolį , galite užbaigti aktualų

treniruotės vieneta ir automatiškai patekti į veiklos ataskaitą (5.2.4). Perjungti iš pagrindinių treniruotės duomenų rodinio į pulso zonų rodinį, ir atvirkščiai, galite braukdami (5.2.5).

Miego analizė

„Fit Connect 300 HR“ sveikatingumo matuoklyje įdiegta automatinė miego atpažinimo funkcija, t. y. matuoklis atpažįsta miego pradžią bei pabaigą ir miegant registruoja įvairias miego fazes. Visi duomenys įrašomi prietaise, o prijungus jį prie programėlės – perduodami jai. Tada duomenys rodomi programėlės langelyje „Miegas“. Informaciją apie miego fazes rasite tolesniuose informacijos ekranuose, palietę langelį „Miegas“.

Pranešimo funkcijos, vibracinis signalas / žadintuvas, žingsnių tikslas

Rodiniai 5.3.1–5.3.4 rodomi automatiškai gavus pranešimą (5.3.1), skambutį (5.3.2), įsijungus vibraciam signalui (5.3.3) arba pasiekus paros tikslą (5.3.4). Rodinys 5.3.2, kai Jums skambina, rodo skambinančiojo numerį. Jei skambinančiojo numerį esate įrašę į savo išmaniojo telefono telefonų knygelę, rodomas skambinančiojo vardas. Kad jį būtų galima rodyti, programėlei „Soehnle Connect“ turite būti suteikę teisę naudoti adresatus, telefoną ir SMS. Šios teisės aiškiai reikalaujama kaip leidimo, kai sveikatingumo matuoklis, jį pradėdant naudoti, įtraukiamas į programėlę „Soehnle Connect“. Jei to nesate leidę, iš-

maniuosiuose telefonuose, kuriuose įdiegta 6.0 arba vėlesnės versijos operacinė sistema „Android“™, leidimą galite suteikti operacinės sistemos nuostatų skyriuje „Programėlės“. Arba galite rinktis kitą būdą, t. y. dar kartą pašalinti prietaisą iš programėlės „Soehnle Connect“ ir iš savo išmaniojo telefono „Bluetooth“ meniu (jį rasite nuostatose) ir vėl įtraukti sveikatingumo matuoklį į programėlę („Pirmasis jungimasis prie programėlės „Soehnle Connect“).

LT

Duomenų perdavimas į išmanųjį telefoną ir (arba) planšetinį kompiuterį

Įjunkite programėlę „Soehnle Connect“. Jei prietaisas yra netoliese, duomenys ryšiu *Bluetooth*® į pro-

gramėlę perduodami automatiškai. Taip pat galite programėlės pagrindiniame ekrane (reikmenų skydelyje) braukti į apačią (traukti, kad atnaujintumėte). Atkreipkite dėmesį į tai, kad Jūsų išmaniajame telefone ir (arba) planšetiniame kompiuteryje būtų suaktyvintas ryšys *Bluetooth*®. Dabar duomenys perduodami ir paskui juos galima matyti atitinkamose programėlės srityse. Jūsų „Soehnle“ sveikatingumo matuoklyje įdiegta atmintinė, kurioje surinkti duomenys saugomi septynias paras. Per šį laikotarpį reguliariai prijunkite sveikatingumo matuoklį prie programėlės „Soehnle Connect“, kad įrašyti duomenys būti į ją perduoti ir sveikatingumo matuokliu galėtumėte naudotis ilgiau.

Atitinkamą naujausią informaciją apie savo gaminį rasite internete adresu www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Valymas ir priežiūra

Sveikatingumo matuoklį valykite minkštu, drėgnu skudurėliu. Prieš vėl užsisegdami prietaisą, prieš padėdami jį laikyti arba prieš įkraudami akumuliatorių, palikite prietaisą visiškai išdžiūti ore.

Netinkamai elgiantis su prietaisu, jį galima pažeisti. Nenaudokite ėsdinančių valymo priemonių, šepėčių su kietais šeriais arba aštrių daiktų. Jie gali pažeisti paviršius. Jūsų sveikatingumo matuoklis yra

nelaidus vandeniui pagal apsaugos klasę IP67; nenaudinkite jo į kitus skysčius.

7. Vartotojų aptarnavimo centras

Jei turite klausimų ir pastabų, mielai galite kreiptis į mūsų vartotojų aptarnavimo centrą naudodamiesi toliau pateikta informacija.

Karštoji linija 00 800 538 38 383 (nemokamai)
Pr–Pn 8.00–18.00 val.

Internetas soehnle.com

8. Daugiau informacijos

Daugiau informacijos rasite apsilankę mūsų interneto svetainėje **www.soehnle.com**

9. Techniniai duomenys

Prekės numeris –	68119
Bluetooth® versija –	4.0
USB jungtis –	2.0, A tipo
Dažnių juosta –	2,4 GHz
Didžiausioji siuntimo galia –	3 mW
Baterijos tipas –	ličio polimerų
Ekrano tipas –	OLED
Ekrano matmenys –	25 x 23 mm
Apsaugos klasė –	IP67 (<i>nelaidus vandeniui, plaukimas</i>)
Duomenų atmintinė –	7 paros
Akumuliatoriaus naudojimo trukmė	apie 2–5 paras (<i>atsižvelgiant į naudojimo intensyvumą ir pulso funkciją</i>)

Cuprins

1. Pachetul de livrare
2. Descrierea produsului
3. Indicații
4. Prima punere în funcțiune
5. Dispozitiv și operare
6. Curățare și îngrijire
7. Service pentru consumatori
8. Alte informații
9. Specificații tehnice

1. Pachetul de livrare

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitness tracker cu brățară detașabilă)
- 1x Instrucțiuni de utilizare

2. Descrierea produsului

Fitness tracker-ul dumneavoastră personal Fit Connect 300 HR înregistrează activitățile dumneavoastră zilnice, cum ar fi frecvența pulsului, numărul de pași, distanța parcursă, durata activităților, consumul de calorii și atingerea obiectivelor zilnice de mișcare, pentru a vă sprijini în aspecte ce țin de fitness și sănătate. Datele dumneavoastră sunt transferate prin

Bluetooth® către aplicația Soehnle Connect și pot fi analizate în aplicație.

3. Indicații

Citiți instrucțiunile de utilizare și indicațiile de mai jos cu atenție, înainte de a utiliza dispozitivul și păstrați aceste instrucțiuni de utilizare.

AVERTISMENT! Pericol de înghițire de către copiii mici! Copiii nu trebuie să se joace cu dispozitivul. Păstrați dispozitivul la distanță de copii.

AVERTISMENT! Pericol de incendiu/explozie sau arsuri! Produsul include un acumulator Li-polimer. Acumulatorul nu trebuie scos, desfăcut, aruncat în foc sau scurtcircuitat. Nu încărcați acumulatorul la

temperaturi sub 5 sau peste 40 grade Celsius.

ATENȚIE! Se pot produce pagube materiale! Nu lăsați dispozitivul să cadă și protejați-l de lovituri. Nu expuneți dispozitivul la temperaturi extreme sau la oscilații puternice de temperatură. Protejați dispozitivul de lumină solară directă și de praf. Nu folosiți la curățare substanțe chimice puternice sau detergenți agresivi ori abrazivi. Protejați ecranul de obiecte dure și abrazive.

INDICAȚIE! Utilizare conformă cu destinația: Produsul este de uz casnic, destinat exclusiv utilizării personale, necomerciale. Acesta nu este un dispozitiv medical.

INDICAȚIE! Dacă dispozitivul rămâne neutilizat pentru o perioadă mai îndelungată, încărcați totuși

acumulatorul complet o dată la 3-6 luni pentru ca acesta să își păstreze funcționalitatea.



Eliminarea la deșeurilor a bateriilor
Directiva UE 2008/12/CE

Bateriile și acumulatorii nu se aruncă în gunoiul menajer. Bateriile sau acumulatorii vechi se predau la punctele publice de colectare din comunitatea dumneavoastră sau în locurile unde se comercializează baterii de tipul respectiv.



Eliminarea la deșeurilor a dispozitivelor electrice și electronice
Directiva CE 2012/19/UE

Acest produs nu se va trata ca deșeu menajer obișnuit, ci se va preda la un punct de colectare pentru reciclarea aparatelor electrice și



electronice. Pentru mai multe informații, luați legătura cu autoritățile locale, cu serviciul municipal de salubritate sau cu magazinul de unde ați cumpărat produsul.



Prin prezenta Soehnle declară că acest dispozitiv este conform cu cerințele principale și restul prevederilor aplicabile ale Directivei 2014/53/UE. Declarația de conformitate UE se regăsește la adresa **www.soehnle.com**

4. Prima punere în funcțiune

Încărcarea acumulatorului

Înainte de prima utilizare, încărcați complet tracker-ul. Scoateți brățara detașabilă **(B)** de la modulul de afișare **(A)** **(4.1)**. Introduceți acum mufa USB a modulului de afișare **(C)** într-un port USB obișnuit, activ. Contactele modulului **(4.2)** trebuie să atingă contactele portului USB, în caz contrar dispozitivul nu se va încărca. Pe ecran **(5.1.1)** se afișează nivelul de încărcare al acumulatorului ( = complet încărcat/  = acumulator descărcat).

Instalarea aplicației Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Pentru o funcționalitate completă, instalați aplicația gratuită Soehnle Connect pe smartphone-ul sau tableta dumneavoastră. Scanați codul QR din imagine pentru a accesa aplicația din Appstore.

Aveți și posibilitatea de a găsi aplicația pentru dispozitivul dumneavoastră Android™ în Google Play sau pentru dispozitivul dumneavoastră Apple® în Apple App Store. Când căutați

aplicația, atenție la denumirea exactă a acesteia: „Soehnle Connect”.

Prima conectare cu aplicația Soehnle Connect

Activați *Bluetooth*[®] pe smartphone-ul sau tableta dumneavoastră și porniți aplicația Soehnle Connect. Când porniți aplicația pentru prima dată, veți fi ghidat automat prin procesul de conectare a unui dispozitiv Soehnle.

Dacă ați utilizat deja aplicația Soehnle Connect cu produse Soehnle, pentru a conecta fitness tracker-ul mergeți în aplicația Soehnle Connect în „Hauptmenü” („Meniul principal”), și apăsați pe „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”) și apoi pe „Gerät hinzu-

fügen” („Adăugare dispozitiv”). Veți fi ghidat automat prin procesul de instalare.

Configurarea fitness tracker-ului dumneavoastră

Toate setările fitness tracker-ului dumneavoastră se realizează confortabil din interfața pentru utilizator a aplicației Soehnle Connect. Ora și data se setează automat după conectare, în funcție de ora de sistem a smartphone-ului sau a tabletei. În plus, din meniul „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”) puteți defini din setările aferente ale dispozitivului orele pentru alarma cu vibrații (alarmă) și puteți activa sau dezactiva funcția de puls a fitness tracker-ului. Dacă ați setat în aplicație un obiectiv zilnic pentru numărul

de pași, atunci Fit Connect 300 HR îl va prelua pentru a vă notifica de realizarea acestuia prin alarma cu vibrații.

Compatibilitate

Aplicația Soehnle Connect este compatibilă cu Google Fit® și Apple Health®. După ce dispozitivele au transferat datele în aplicația Soehnle Connect, acestea se pot copia automat, dacă se dorește, în aplicația folosită, respectiv Google Fit®/Apple Health®. Bifați rubrica aferentă în meniul „Mehr zur App” („Mai multe despre aplicație”). S-ar putea să fie necesar să permiteți utilizarea aplicației Soehnle ca sursă în Google Fit® / Apple Health® sau în setările de aplicație de pe

smartphone-ul dumneavoastră. Consultați în acest scop instrucțiunile de utilizare ale aplicației respective sau ale sistemului dumneavoastră de operare.

5. Dispozitiv și operare

Cu fitness tracker-ul Soehnle se pot înregistra diferite tipuri de date și acestea se pot afișa parțial direct pe ecran. În aplicația Soehnle Connect veți regăsi și alte afișaje, grafice și sfaturi. Tot în aplicație puteți utiliza și alte funcții și puteți combina și administra datele dumneavoastră înregistrate. Setările pentru obiective, alarma cu vibrații (alarmă) și altele trebuie să fie efectuate întotdeauna în aplicație.

Fig.	Modul standard
5.1.1	Oră, dată, nivel de încărcare acumulator (starea bateriei)
5.1.2	Frecvență puls

5.1.3	Modul pentru antrenament
5.1.4	Activități zilnice*
Fig.	Modul pentru antrenament
5.2.1	Cronometru: Start
5.2.2	Cronometru: Pauză
5.2.3	Cronometru: Stop
5.2.4	Raport activitate: Date de bază
5.2.5	Raport activitate: Date interval
Fig.	Mementouri
5.3.1	Mesaj primit
5.3.2	Apel primit
5.3.3	Alarmă cu vibrații (alarmă)
5.3.4	Obiectiv zilnic atins

* Datele aferente zilei se vor reseta automat la zero la ora 24. Din acest motiv pașii, calorile etc. ce se pot vedea în cursul zilei se numără începând cu ora 0 a zilei.

Pentru schimbarea vizualizărilor pe ecranul dispozitivului dumneavoastră trebuie să glisați către stânga sau dreapta pe ecranul tactil pentru a comuta între diferitele vizualizări (5.1.2 – 5.1.4 resp. 5.2.4 – 5.2.5).


Oră, dată, nivel de încărcare acumulator (starea bateriei)

Prin atingerea ecranului, afișajul se deschide în modul ceas (5.1.1).


Activități zilnice

Această privire de ansamblu (5.1.4) vă prezintă cele mai importante date înregistrate:

Contor de pași* ()

Progresul pentru obiectivul dumneavoastră zilnic* ()

Consumul de calorii* ()




Distanța parcursă* ()

În vizualizarea activității zilnice 5.1.4, regăsiți cele mai importante informații, cum ar fi numărul de pași din această zi, calorii consumate precum și distanța parcursă. Bara de progres de pe acest ecran vă indică în plus cât s-a realizat din obiectivul zilnic setat.

Frecvență puls

Imediat ce v-ați pus fitness tracker-ul, plusul dumneavoastră se calculează automat și se afișează pe ecranul aferent **(5.1.2)**. Dacă se apelează acest afișaj, fitness tracker-ul are nevoie de până la cca 30 de secunde pentru a identifica pulsul. Purtați tracker-ul direct pe piele, deoarece altfel nu este posibilă măsurarea. Funcția de măsurare a pulsului este activată în mod standard 24 de ore pe zi. Dacă doriți să dezactivați această funcție, poate în timpul nopții, puteți realiza acest lucru în aplicația Soehnle Connect în meniul principal în „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”), apelând funcția corespunzătoare.

Modul pentru antrenament

Puteți controla modul pentru antrenament de la tastele funcționale afișate pe ecran. Comutați în vizualizarea „Mod pentru antrenament” **(5.1.3)** și atingeți simbolul  . Modul pentru antrenament pornește în afișajul cronometru **(5.2.1)**. Puteți porni cronometrul cu  și îl puteți pune pe pauză cu  **(5.2.2)**.

În afișajul cronometru (5.2.1) puteți afișa diferite date de actualitate pentru activități (pași, frecvența pulsului, calorii, frecvența pașilor și ora), glisând spre stânga sau spre dreapta din centru ecranului.

Dacă cronometrul este pus pe pauză, prin atingerea simbolului ■ din stânga jos a ecranului puteți încheia unitatea de antrenament curentă și sunteți direcționat automat în raportul activității (5.2.4). Prin glisare, puteți comuta între vizualizarea datelor de bază pentru antrenament și zonele de puls (5.2.5).

Analiza somnului

Fitness tracker-ul dumneavoastră Fit Connect 300 HR dispune de o funcție automată de detectare a somnului, adică el detectează când somnul începe și se termină și înregistrează diferitele cicluri de somn. Toate datele sunt memorate pe dispozitiv și la conectarea cu aplicația sunt transferate către

aceasta. Datele sunt reprezentate în aplicație în rubrica „Schlaf” („Somn”). Detaliile referitoare la ciclurile de somn le regăsiți în următoarele ecrane detaliate după atingerea rubricii „Schlaf” („Somn”).

Funcții de notificare, Alarmă cu vibrații/alarmă, obiectiv număr pași

Vizualizările 5.3.1 – 5.3.4 se afișează automat la primirea unui mesaj (5.3.1), primirea unui apel (5.3.2), o alarmă cu vibrații (5.3.3) sau la realizarea unui obiectiv zilnic (5.3.4).

Vizualizarea 5.3.2 arată numărul de telefon de la un apel primit. Dacă numărul apelantului este salvat în agenda telefonică a smartphone-ului dumnea-

voastră, atunci se va afișa numele apelantului. Pentru ca acest lucru să fie posibil, trebuie să permiteți aplicației Soehnle Connect să acceseze contactele, telefonul și SMS-urile dumneavoastră. Această permisiune este solicitată explicit la adăugarea fitness tracker-ului în aplicația Soehnle Connect, în timpul procesului de punere în funcțiune (onboarding). Dacă nu ați permis acest lucru, în cazul smartphone-urilor cu sistem de operare Android™, de la versiunea 6.0 încolo, puteți acorda permisiunea ulterior din setările sistemului de operare, la „Apps”. Puteți de asemenea și să eliminați dispozitivul din nou din aplicația Soehnle Connect și din meniul de Bluetooth al sistemului de operare de pe smartphone-ul dumneavoastră (se regăsește în setări) și

apoi să readăugați fitness tracker-ul în aplicație (prima conexiune cu Soehnle Connect).

Transferul de date la smartphone/tabletă

Porniți aplicația Soehnle Connect. Dacă dispozitivul se regăsește în apropiere, datele se transferă automat prin *Bluetooth*® către aplicație. Sau puteți trage în jos de pe ecranul principal (dashboard) al aplicației (pull to refresh). Asigurați-vă că *Bluetooth*® este activat pe smartphone-ul/tableta dumneavoastră. Acum datele se vor transfera și apoi se vor putea consulta în aplicație, în rubricile aferente. Fitness tracker-ul dumneavoastră Soehnle are o memorie de șapte zile pentru datele colectate. Conectați în acest

interval fitness tracker-ul la intervale regulate, pentru transmiterea datelor la aplicația Soehnle Connect și pentru a le utiliza pentru un timp mai îndelungat.

Cele mai noi informații despre produsul dumneavoastră le găsiți pe internet la www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Curățare și îngrijire

Curățați fitness tracker-ul cu lavetă moale și umedă. Permiteți dispozitivului să se usuce complet la aer înainte de a-l purta din nou, de a-l depozita sau de a încărca acumulatorul.

O manipulare necorespunzătoare a dispozitivului îl poate deteriora. Nu utilizați detergenți agresivi, perii cu peri aspri sau obiecte ascuțite. Acestea îi pot deteriora suprafața. Fitness tracker-ul dumneavoastră este etanș la apă conform clasei de protecție IP67, nu îl imersați în alte lichide.

7. Service pentru consumatori

Dacă aveți întrebări sau sugestii, service-ul nostru pentru consumatori vă stă cu plăcere la dispoziție:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratuit)

Lu – Vi, între orele 8 – 18

Pagină de internet: soehnle.com

8. Alte informații

Pentru mai multe informații vizitați pagina noastră de internet www.soehnle.com

9. Specificații tehnice

Număr articol:	68119
Versiune <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
Conexiune USB:	2.0 tip A
Domeniu de frecvență:	2,4 GHz
Putere maximă de emisie:	3 mW
Tip baterie:	Li-polimer
Tip ecran:	OLED
Dimensiuni ecran:	25 x 23 mm
Clasa de protecție:	IP67 (<i>etanș la apă, înot</i>)
Memorie de date:	7 zile
Durată de utilizare acumulator:	cca 2-5 zile (<i>în funcție de intensitatea de utilizare și funcția pentru puls</i>)

Kazalo vsebine

1. Vsebina pošiljke
2. Opis izdelka
3. Napotki
4. Prva uporaba
5. Naprava in upravljanje
6. Čiščenje in nega
7. Služba za pomoč strankam
8. Dodatne informacije
9. Tehnični podatki

1. Vsebina pošiljke

- 1 x Soehnle Fit Connect 300 (sledilnik aktivnosti s snemljivim zapestnim paščkom)
- 1 x navodila za uporabo

2. Opis izdelka

Vaš osebni sledilnik aktivnosti Soehnle Fit Connect 300 HR beleži vaše dnevne aktivnosti, kot so srčni utrip, število korakov, razdalja, trajanje aktivnosti, porabljene kalorije in doseganje vašega dnevnega cilja gibanja, s čimer vam pomaga pri ohranjanju dobre kondicije in zdravja. S funkcijo *Bluetooth*[®] se

podatki prenesejo v aplikacijo Soehnle Connect, kjer jih lahko ovrednotite.

3. Napotki

Preden uporabite napravo, skrbno preberite navodila za uporabo in naslednje napotke ter jih shranite.

OPOZORILO! Majhni otroci lahko pogoltnejo majhne dele izdelka! Otroci se ne smejo igrati z napravo. Izdelek shranjujte nedostopno otrokom.

OPOZORILO! Nevarnost požara/eksplozije ali kislin-skih opeklin! Izdelek vsebuje litij-polimerno baterijo. Te baterije ni dovoljeno odstraniti, razstaviti, vreči v ogenj ali kratko zvezati. Baterije ne polnite pri temperaturah pod 5 ali nad 40 stopinjami Celzija.

POZOR! Možnost materialne škode! Pazite, da naprava ne pade in zaščitite jo pred udarci. Naprave ne izpostavljajte izjemnim temperaturam ali močnim temperaturnim nihanjem. Napravo prav tako zaščitite pred neposredno sončno svetlobo in prahom. Za čiščenje ne uporabljajte ostrih kemikalij, agresivnih ali abrazivnih čistil. Zaslona zaščitite pred trdimi in ostrimi predmeti.

NAPOTEK! Predvidena uporaba: Izdelek je namenjen izključno za zasebno, nekomercialno domačo uporabo. Izdelek ni medicinski pripomoček.

NAPOTEK! Če naprave dlje časa ne boste uporabljali, vsakih 3–6 mesecev v celoti napolnite baterijo, da zagotovite njeno pravilno delovanje.



Odstranjevanje baterij v skladu z Direktivo ES 2008/12/ES

Baterije in akumulatorji ne sodijo med gospodinjske odpadke. Stare baterije ali akumulatorje morate oddati na javnih občinskih zbirališčih ali na vseh mestih, kjer prodajajo tovrstne baterije.



Odstranjevanje električnih in elektronskih naprav v skladu z Direktivo ES 2012/19/EU

Tega izdelka ne obravnavajte kot običajnega gospodinjskega odpadka, temveč ga oddajte na zbirališču za recikliranje električnih in elektronskih naprav. Več informacij je na voljo pri vaši lokalni

skupnosti, pri komunalnem podjetju za ravnanje z odpadki ali v trgovini, kjer ste kupili izdelek.



Podjetje Soehnle izjavlja, da je naprava v skladu z osnovnimi zahtevami in drugimi ustreznimi določbami Direktive 2014/53/EU. Izjavo EU o skladnosti najdete na www.soehnle.com

4. Prva uporaba

Polnjenje baterije

Sledilnik pred prvo uporabo v celoti napolnite. Povlecite snemljivi zapestni pašček **(B)** s prikaznega modula **(A)** **(4.1)**. Nato vstavite vtič USB prikaznega modula **(C)** v običajen, aktiven priključek USB. Pazite, da se kontakti modula **(4.2)** dotikajo kontaktov priključka USB, sicer se naprava ne bo polnila. Na zaslonu **(5.1.1)** se prikaže stanje napolnjenosti baterije (■ = popolnoma napolnjena/□ = baterija je izpraznjena).

Namestitev aplikacije Soehnle Connect



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Na svoj pametni telefon ali tablični računalnik namestite brezplačno aplikacijo Soehnle Connect, da si zagotovite polno funkcionalnost. Poskenirajte prikazano kodo QR, da pridete do aplikacije v trgovini za aplikacije. Aplikacijo za svojo napravo s sistemom Android™ lahko poiščete tudi v trgovini Google Play, za naprave Apple® pa v trgovini Apple App Store. Pri iskanju upoštevajte natančno ime aplikacije: »Soehnle Connect«.

Prva povezava z aplikacijo Soehnle Connect

Aktivirajte *Bluetooth*[®] na pametnem telefonu ali tabličnem računalniku in zaženite aplikacijo Soehnle Connect. Pri prvem zagonu aplikacije boste samodejno vodeni skozi postopek povezave z napravo podjetja Soehnle.

Če ste aplikacijo Soehnle Connect že uporabljali z izdelki Soehnle in jo želite povezati s sledilnikom aktivnosti, v aplikaciji Soehnle Connect odprite »Glavni meni« in možnost »Moje naprave«, nato pa »Dodaj napravo«. Samodejno boste vodeni skozi postopek namestitve.

Nastavitev sledilnika aktivnosti

Vse nastavitve vašega sledilnika aktivnosti lahko udobno izvedete z uporabniškim vmesnikom aplikacije Soehnle Connect. Čas in datum se samodejno nastavita po povezavi, glede na sistemski čas pametnega telefona ali tabličnega računalnika. Poleg tega lahko v meniju »Moje naprave« v ustreznih nastavitvah naprave nastavite čas za vibracijski alarm (budilko) ter vklopite in izklopite funkcijo merjenja utripa na sledilniku aktivnosti. Če v aplikaciji določite dnevni cilj korakov, ga naprava Fit Connect 300 HR prevzame, da vas z vibracijskim alarmom opozori, ko dosežete cilj.

Združljivost

Aplikacija Soehnle Connect je združljiva z Google Fit® in Apple Health®. Ko naprave prenesejo podatke v aplikacijo Soehnle Connect, jih lahko po želji samodejno prenesete v uporabljeno aplikacijo Google Fit®/Apple Health®. V ta namen v meniju »Več o aplikaciji« označite ustrezno polje. Morda boste morali v aplikaciji Google Fit®/Apple Health® ali pri nastavitvah aplikacije na svojem pametnem telefonu omogočiti uporabo aplikacije Soehnle kot vir. Oglejte si navodila posamezne aplikacije ali svojega operacijskega sistema.

5. Naprava in upravljanje

S sledilnikom aktivnosti Soehnle lahko zbirate različne podatke in jih deloma prikažete neposredno na zaslonu. Več prikazov, grafik in nasvetov najdete v aplikaciji Soehnle Connect. Tam lahko koristite tudi druge funkcije ter združite in upravljate svoje zbrane podatke. Nastavitve za cilje, vibracijski alarm (budilko) itd. morate vedno izvesti v aplikaciji.

Slika	Standardni način
5.1.1	Čas, datum, stanje napolnjenosti baterije (stanje baterije)
5.1.2	Srčni utrip
5.1.3	Vadbeni način

5.1.4	Dnevne aktivnosti*
Slika	Vadbeni način
5.2.1	Štoparica: Začetek
5.2.2	Štoparica: Premor
5.2.3	Štoparica: Konec
5.2.4	Poročilo o aktivnosti: Osnovni podatki
5.2.5	Poročilo o aktivnosti: Podatki o intervalih
Slika	Opomniki
5.3.1	Dohodno sporočilo
5.3.2	Dohodni klic
5.3.3	Vibracijski alarm (budilka)
5.3.4	Dnevni cilj je dosežen

* Podatki prejšnjega dne se samodejno ponastavijo na nič ob 24.00. Zato se koraki, kalorije itd., ki jih lahko vidite ves dan, štejejo od 24.00 naprej.

Za zamenjavo prikazov na zaslonu naprave podrsajte v levo ali desno po zaslonu, občutljivem na dotik, da preklapljate med različnimi prikazi (5.1.2–5.1.4 oz. 5.2.4–5.2.5).

Čas, datum, stanje napolnjenosti baterije (stanje baterije)

Ko se dotaknete zaslona, se odpre način prikaza časa (5.1.1).

Dnevne aktivnosti

V tem pregledu (5.1.4) boste videli najpomembnejše zabeležene podatke:

Števec korakov* ()

Napredek dnevnega cilja* ()

Poraba kalorij* ()




Razdalja* ()

V prikazu dnevni aktivnosti 5.1.4 najdete najpomembnejše podatke, kot so število doseženih korakov na ta dan, porabljene kalorije in razdalja. Poleg tega vrstica napredka na tem zaslonu kaže delež nastavljenega dnevnega cilja.


Srčni utrip

Takoj ko namestite sledilnik aktivnosti, se vaš utrip samodejno začne beležiti in se prikaže na ustreznem zaslonu **(5.1.2)**. Ob priklicu tega prikaza potrebuje sledilnik aktivnosti do pribl. 30 sekund, da poišče srčni utrip. Sledilnik nosite neposredno na koži, sicer merjenje ni mogoče. Funkcija merjenja utripa je privzeto aktivirana 24 ur na dan. Če želite to funkcijo izključiti, na primer ponoči, lahko to storite tako, da v aplikaciji Soehnle Connect odprete glavni meni in v razdelku »Moje naprave« prekličete ustrezno funkcijo.

Vadbena način

Vadbena način upravljate s pomočjo funkcijskih tipk, prikazanih na zaslonu. Preklopite na prikaz »Vadbena način« **(5.1.3)** in se dotaknite simbola . Vadbena način se zažene s prikazom štoparice **(5.2.1)**. Štoparico lahko zaženete s pritiskom na  in začasno ustavite s pritiskom na  **(5.2.2)**.

V prikazu štoparice (5.2.1) lahko prikažete različne aktualne podatke o aktivnosti (koraki, srčni utrip, kalorije, frekvenca korakov in čas), tako da od sredine zaslona podrsate v levo ali desno.

Če ste štoparico začasno ustavili, lahko z dotikom simbola  spodaj levo na zaslonu zaključite trenu-

tno vadbeno enoto in samodejno odprete poročilo o aktivnosti **(5.2.4)**. S podrsanjem po zaslonu preklopite med prikazom osnovnih vadbenih podatkov in območij srčnega utripa **(5.2.5)**.

Analiza spanja

Vaš sledilnik aktivnosti Fit Connect 300 HR ima funkcijo samodejnega zaznavanja spanja, kar pomeni, da zazna začetek in konec spanja in med spanjem meri različne faze spanja. Vsi podatki se shranijo na napravi in se ob povezavi z aplikacijo prenesejo nanjo. Podatki so nato prikazani pod ikono »Spanje« v aplikaciji. Za podrobnosti o fazah spanja se dotaknite ikone »Spanje«, da se vam prikažejo naslednji zasloni s podrobnostmi.

Funkcije obveščanja, vibracijski alarm/budilka, cilj korakov

Prikazi **5.3.1–5.3.4** se samodejno prikažejo v primeru dohodnega sporočila **(5.3.1)**, dohodnega klica**(5.3.2)**, vibracijskega alarma **(5.3.3)** ali doseženega dnevnega cilja **(5.3.4)**.

Prikaz **5.3.2** prikazuje številko dohodnega klica. Če imate številko klicatelja shranjeno v telefonskem imeniku svojega pametnega telefona, se prikaže ime klicatelja. Pogoje je, da ste aplikaciji Soehnle Connect omogočili dostop do stikov, telefona in SMS-ov. To morate izrecno dovoliti pri dodajanju sledilnika aktivnosti v aplikaciji Soehnle Connect med zagonom (Onboarding). Če tega niste do-

volili, lahko na pametnih telefonih z operacijskim sistemom Android™ od različice 6.0 naprej to omogočite naknadno v nastavitvah v operacijskem sistemu, pod možnostjo »Aplikacije«. Lahko pa tudi še enkrat odstranite napravo iz aplikacije Soehnle Connect in iz menija Bluetooth v operacijskem sistemu svojega pametnega telefona (najdete ga v nastavitvah) in znova dodate sledilnik aktivnosti v aplikacijo (prva povezava z aplikacijo Soehnle Connect).

Prenos podatkov na pametni telefon/tablični računalnik

Zaženite aplikacijo Soehnle Connect. Če je naprava v

bližini, se podatki samodejno prenesejo v aplikacijo prek funkcije *Bluetooth*®. Ali pa podrsajte navzdol na glavnem zaslону (nadzorni plošči) aplikacije (povlecite za osvežitev). Prepričajte se, da je na vašem pametnem telefonu/tabličnem računalniku vključena funkcija *Bluetooth*®. Podatki se zdaj prenašajo in so nato prikazani v aplikaciji na ustreznih področjih. Vaš sledilnik aktivnosti Soehnle ima pomnilnik za shranjevanje 7-dnevnih podatkov. Sledilnik aktivnosti v tem času redno povežite, če želite shranjene podatke prenesti v aplikacijo Soehnle Connect in jih uporabljati dlje časa.

Najnovejše informacije o vašem izdelku najdete na internetni strani www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Čiščenje in nega

Sledilnik aktivnosti čistite z mehko, vlažno krpo. Napravo pustite, da se posuši na zraku, preden jo znova namestite, pospravite ali napolnite baterijo.

Nepravilno ravnanje z napravo lahko povzroči škodo. Ne uporabljajte agresivnih čistil, ščetk s trdimi ščetinami ali ostrih predmetov. Z njimi lahko poškodujete površine. Vaš sledilnik aktivnosti je vodotesen za razred zaščite IP67, ne potaplajte ga v druge tekočine.

7. Služba za pomoč strankam

Če imate vprašanja ali predloge, se obrnite na našo službo za pomoč strankam:

Telefon: 00 800 538 38 383 (brezplačno)

Pon.–pet., 08:00–18:00 h

Internet: soehnle.com

8. Dodatne informacije

Za več informacij obiščite našo spletno stran:

www.soehnle.com

9. Tehnični podatki

Št. izdelka:	68119
Različica <i>Bluetooth</i> [®] :	4.0
Priključek USB:	2.0, tip A
Frekvenčni pas:	2,4 GHz
Maks. oddajna moč:	3 mW
Tip baterije:	litij-polimerna
Tip zaslona:	OLED
Dimenzije zaslona:	25 x 23 mm
Zaščitni razred:	IP67 (<i>vodotesnost, plavanje</i>)
Pomnilnik podatkov:	7 dni
Življenjska doba baterije:	približno 2–5 dni (<i>odvisno od intenzivnosti uporabe in funkcije merjenja utripa</i>)

Popis sadržaja

1. Obim isporuke
2. Opis proizvoda
3. Napomene
4. Prvo puštanje u režim rada
5. Uređaj i rukovanje
6. Čišćenje i nega
7. Potrošački servis
8. Ostale informacije
9. Tehnički podaci

1. Obim isporuke

- 1x Soehnle Fit Connect 300 HR (fitness tracker sa skidivom narukvicom)
- 1x uputstvo za rukovanje

2. Opis proizvoda

Vaš lični Soehnle fitness tracker Fit Connect 300 HR beleži Vaše dnevne aktivnosti kao što je frekvencija pulsa, broj koraka, prevaljena distanca, trajanje aktivnosti, potrošnja kalorija i dostizanje Vašeg dnevnog cilja kretanja, kako bi Vam pružio podršku u oblasti fitnesa i zdravlja. Preko *Bluetooth*[®] podaci se prenose na Vašu Soehnle Connect aplikaciju i tamo mogu da se evaluiraju.

3. Napomene

Pažljivo pročitajte uputstvo za rukovanje i sledeće napomene, pre nego što koristite uređaj, pa sačuvajte ovo uputstvo za rukovanje.

UPOZORENJE! Postoji opasnost da mala deca progutaju! Deca ne smeju da se igraju s uređajem. Držite daleko od domašaja dece.

UPOZORENJE! Opasnost od požara/eksplozije ili povrede kiselinom! Artikel sadrži litijum- polimersku bateriju. Ne sme da se demontira, vadi, baca u vatru ili kratko spaja. Bateriju nemojte da puniti na temperaturama ispod 5 ili iznad 40 stepeni Celzijusa.

PAŽNJA! Moguće materijalne štete! Nemojte da dozvolite da uređaj padne i zaštitite ga od udara. Uređaj

nemojte da izlažete ekstremnim temperaturama ili jakim kolebanjima temperature. Uređaj takođe zaštitite od direktnog sunčevog zračenja i prašine. Za čišćenje nemojte da upotrebljavate jake hemikalije, agresivna ili abrazivna sredstva za čišćenje. Displej zaštitite od tvrdih i predmeta koji grebu.

NAPOMENA! Upotreba u skladu s odredbama: proizvod je namenjen isključivo za privatnu, nekomercijalnu upotrebu u domaćinstvu. Ne radi se medicinskom uređaju.

NAPOMENA! Ukoliko uređaj ne upotrebljavate duži vremenski period, na svakih 3-6 meseci ipak u potpunosti napunite bateriju, kako biste obezbedili funkcionalnost baterije.



Odlaganje akumulatora na otpad EZ direktiva 2008/12/EC

Akumulatori i baterije ne spadaju u kućni otpad. Svoje stare akumulatore ili baterije morate da predate u javne sabirne centre u Vašoj opštini ili svuda gde se prodaju akumulatori takve vrste.



Odlaganje električnih i elektronskih uređaja na otpad EZ direktiva 2012/19/EU

Ovaj proizvod ne može da se tretira kao normalan otpad iz domaćinstva, nego mora da se preda u prijemni centar za reciklažu električnih i elektronskih uređaja. Ostale informacije dobićete preko svoje opštine, komunalnih preduzeća za



odlaganje na otpad ili prodavnice, u kojoj ste kupili proizvod.



Soehnle izjavljuje da je ovaj uređaj proizveden u saglasnosti sa osnovnim zahtevima i ostalim dotičnim odredbama Direktive 2014/53/EU. EU izjavu o usklađenosti nalazite na **www.soehnle.com**

4. Prvo puštanje u režim rada

Punjene baterije

Pre prvog puštanja u režim rada u potpunosti napunite tracker. Skinite skidivu narukvicu **(B)** s modula za prikaz **(A)** **(4.1)**. Sada USB utikač modula za prikaz **(C)** utaknite u konvencionalni, aktivni USB priključak. Obratite pažnju na to da kontakti modula **(4.2)** dodiruju kontakte USB priključka, u suprotnom se uređaj ne puni. Na displeju **(5.1.1)** se prikazuje status napunjenosti baterije ( = napunjena u potpunosti /  = baterija prazna).

Instaliranje Soehnle Connect aplikacije



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Za potpunu funkcionalnost na svom pametnom telefonu ili tabletu instalirajte besplatnu Soehnle Connect aplikaciju. Skenirajte naslikani QR kod kako biste dospeli do aplikacije u prodavnici za aplikacije.

Aplikaciju za Vaš Android™ uređaj ćete naći na Google Play ili za Vaš Apple® uređaj u Apple prodavnici za aplikacije. Molimo da prilikom pretrage obratite pažnju na tačan naziv aplikacije: "Soehnle Connect".

Prvo povezivanje s Soehnle Connect aplikacijom

Aktivirajte *Bluetooth*[®] na svom pametnom telefonu ili tabletu i startujte Soehnle Connect aplikaciju. Kada aplikaciju sratujete po prvi put, automatski bivate vođeni kroz proces povezivanja Soehnle uređaja.

Ako ste Soehnle Connect aplikaciju već koristili sa Soehnle proizvodima, za povezivanje fitness tracker-a u Soehnle Connect aplikaciji idite u „Glavni meni“ i dodirnite „Moji uređaji“ pa onda „Dodavanje uređaja“. Automatski bivate vođeni kroz proces inatalacije.

Setovanje Vašeg fitness tracker-a

Sva podešavanja Vašeg fitness tracker-a vrše se ugodno preko korisničke površine Soehnle Connect aplikacije. Tačno vreme i datum automatski se podešavaju u skladu s vremenom u sistemu pametnog telefona ili tableta. Osim toga u meniju "Moji uređaji" u odgovarajućim podešavanjima uređaja možete da utvrdite vremena za vibrirajuće alarme (budilnik) i da uključite ili isključite funkciju pulsa fitness tracker-a. Ukoliko ste u aplikaciji utvrdili dnevni cilj za korake, Fit Connect 300 HR ga preuzima, kako bi Vam prilikom dostizanja istih na to ukazala pomoću vibrirajućeg alarma.

Kompatibilnost

Soehnle Connect aplikacija kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Pošto su uređaji preneli podatke u Soehnle Connect aplikaciju, po želji automatski mogu da se presnime u dotično upotrebljeni App Google Fit® / Apple Health®. Radi toga u meniju „Više o aplikaciji“ postavite odgovarajuću kvačicu. Eventualno je neophodno da u Google Fit® / Apple Health® ili prilikom podešavanja aplikacije na svom pametnom telefonu kao izvor odobrite upotrebu Soehnle aplikacije. Radi toga pogledajte u uputstva eksternih aplikacija odnosno svog operativnog sistema.

5. Uređaj i rukovanje

Pomoću Soehnle fitness tracker-a mogu da se beleže različiti podaci i da se delimično prikazuju direktno na displeju. Ostale prikaze, grafikone i savete nalazite u Soehnle Connect aplikaciji. Tamo takođe možete da koristite ostale funkcije, da vodite i administrirate svoje zabeležene podatke. Podešavanja za ciljeve, vibrirajući alarm (budilnik), itd. uvek moraju da se izvrše u aplikaciji.

Sl.	Standardni režim
5.1.1	Tačno vreme, datum, status napunjenosti baterije (status akumulatora)

5.1.2	Frekvencija pulsa
5.1.3	Režim treninga
5.1.4	Dnevne aktivnosti*
Sl.	Režim treninga
5.2.1	Štoperica: pokretanje
5.2.2	Štoperica: pauza
5.2.3	Štoperica: zaustavljanje
5.2.4	Izveštaj o aktivnosti: osnovni podaci
5.2.5	Izveštaj o aktivnosti: podaci o intervalu
Sl.	Podsetnici
5.3.1	Dolazna poruka
5.3.2	Dolazni poziv
5.3.3	Vibrirajući alarm (budilnik)

Radi promene prikaza na displeju Vašeg uređaja, prevucite preko displeja osetljivog na dodir u levo ili u desno, kako biste prešli u različite prikaze (5.1.2 – 5.1.4 odnosno 5.2.4 – 5.2.5).

Tačno vreme, datum i status napunjenosti baterije (status akumulatora)

Dodirivanjem displeja prikaz se pokreće u režimu tačnog vremena (5.1.1).

Dnevne aktivnosti

U ovom pregledu (5.1.4) Vam se prikazuju najvažniji zabeleženi podaci:

brojač koraka* ()

napredak Vašeg dnevnog cilja* ()

potrošnja kalorija* ()




prevaljena deonica* ()

Na prikazu dnevnih aktivnosti 5.1.4 nalazite najvažnije podatke kao što su tog dana već dostignuti broj koraka, potrošene kalorije kao i prevaljena distanca. Uz to lestvica napretka na ovom ekranu prikazuje udeo u postavljenom dnevnom cilju.


Frekvencija pulsa

Ukoliko postavite fitness tracker, automatski se utvrđuje puls i prikazuje se na odgovarajućem displeju **(5.1.2)**. Ako se prikaz prozove, fitness tracker-u je potrebno do otprilike 30 sekundi, kako bi pronašao puls. Tracker nanosite direktno na kožu, pošto merenje inače nije moguće. Funkcija pulsa je standardno aktivirana 24 časa dnevno. Ukoliko biste želeli da isključite ovu funkciju, pretpostavimo noću, to možete da učinite u Soehnle Connect aplikaciji u glavnom meniju pod „Moji uređaji“ i prozivanjem odgovarajuće funkcije.

Režim treninga

Režimom treninga upravljate preko funkcijskih tastera prikazanih na displeju. Pređite u prikaz „Režim treninga“ **(5.1.3)** i dodirnite simbol . Režim treniga se pokreće u prikazu štoperice **(5.2.1)**. Štopericu možete da pokrenete pomoću  i  pauzirate **(5.2.2)**.

U prikazu štoperice (5.2.1) mogu da se prikažu različiti, aktuelni podaci o aktivnostima (koraci, frekvencija pulsa, kalorije, frekvencija koraka i tačno vreme), tako što u centru slike prevučete u levo odnosno u desno.

Ukoliko je štoperica pauzirana, dodiranjem simbola  dole levo na ekranu možete da završite aktuelni

jedinični trening i automatski dospevate u izveštaj o aktivnostima **(5.2.4)**. Prevlačenjem pređite s prikaza osnovnih podataka o treningu na zone pulsa i obratno **(5.2.5)**.

Analiza sna

Vaš Fit Connect 300 HR fitness tracker raspolaže automatskom funkcijom identifikacije sna, to jest, identifikuje početak i kraj sna i beleži različite faze sna tokom spavanja. Svi podaci se memorišu na uređaju, i ako je povezan s aplikacijom, prenose se u nju. Podaci se onda u aplikaciji prikazuju na ekranu „San“. Detalje o fazama posle dodira ekrana „San“ uzmite sa sledećih ekrana s detaljima.

Funkcije obaveštavanja, virbirajući alarm/ buditnik, cilj koraka

Prikazi **5.3.1 – 5.3.4** se automatski prikazuju u slučaju dolazne poruke **(5.3.1)**, dolaznog poziva **(5.3.2)**, vibrirajućeg alarma **(5.3.3)** ili dostignutog dnevnog cilja **(5.3.4)**.

Prikaz **5.3.2** prikazuje telefonski broj dolaznog poziva. Ukoliko ste broj onoga koji poziva memorisali u telefonski imenik svog pametnog telefona, prikazuje se ime onoga koji poziva. Preduslov za to je da ste Soehnle Connect aplikaciji dodelili pravo na pristup kontaktima, telefonu i SMS-u. Odobrenje za njih se isključivo traži prilikom dodavanja fitness tracker-a pomoću

Soehnle Connect aplikacije tokom puštanja u režim rada (onboarding). Ukoliko to niste odobrili, kod pametnih telefona s Android™, operativnim sistemom od verzije 6.0, odobrenje možete naknadno da dodelite u podešavanjima u operativnom sistemu pod "Aplikacije". Alternativno još jednom uklonite uređaj iz Soehnle Connect aplikacije i takođe iz Bluetooth menija operativnog sistema Vašeg pametnog telefona (može da se pronađe pod podešavanjima) i iznova dodajte fitness tracker u aplikaciju (prvo povezivanje s Soehnle Connect aplikacijom).

Prenos podataka na pametni telefon / tablet

Pokrenite Soehnle Connect aplikaciju. Ukoliko se uređaj nalazi u blizini, podaci se automatski prenose na aplikaciju preko *Bluetooth*®. Ili na glavnom ekranu (dashboard) aplikacije prevucite na dole (pull to refresh). Pazite na to da *Bluetooth*® na Vašem pametnom telefonu / tabletu bude aktiviran. Podaci se sada prenose, pa zatim mogu da se vide u aplikaciji u odgovarajućim zonama. Vaš Soehnle fitness tracker raspolaže sedmodnevnom memorijom za sakupljene podatke. Molimo da fitness tracker

tokom tog vremena redovno povezujete, kako biste memorisane podatke prenosili na Soehnle Connect aplikaciju i koristili ih na duže vreme.

Najaktuelnije informacije o Vašem proizvodu nalazite na internetu na www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Čišćenje i nega

Fitness tracker očistite mekom, vlažnom krpom. Uređaj ostavite na vazduhu da se u potpunosti osuši, pre nego što ga ponovo stavite u upotrebu, odložite na čuvanje ili napunite bateriju.

Nestručno postupanje s uređajem može da dovede do oštećenja. Nemojte da upotrebljavate agresivna sredstva za čišćenje, četke s tvrdim čekinjama ili oštre predmete. Mogu da oštete površine. Vaš fitness tracker je vodootporan prema klasi zaštite IP67, nemojte da ga uranjate u druge tečnosti.

7. Potrošački servis

U slučaju pitanja i sugestija na raspolaganju Vam rado stoji naš potrošački servis:

vruća linija: 00 800 538 38 383 (besplatna)
po – pet, 8 – 18 časova

Internet: soehnle.com

8. Ostale informacije

Za ostale informacije posetite našu internet stranicu www.soehnle.com

9. Tehnički podaci

Broj artikla:	68119
Bluetooth® verzija:	4.0
USB priključak:	2.0 tip A
Frekvencija:	2,4 GHz
Maks. snaga odašiljanja:	3 mW
Tip akumulatora:	litijum polimer
Tip displeja:	OLED
Dimenzije displeja:	25 x 23 mm
Schutzklasse:	IP67 (<i>vodootpornost, plivanje</i>)
Memorija za podatke:	7 dana
Vreme rada baterije:	otprilike 2-5 dana (<i>u zavisnosti od intenziteta korišćenja i funkcije pulsa</i>)

Sadržaj

1. Opseg isporuke
2. Opis proizvoda
3. Upute
4. Puštanje u rad
5. Uređaj i rukovanje
6. Čišćenje i njega
7. Servis
8. Ostale informacije
9. Tehnički podaci

1. Opseg isporuke

- 1x Soehnle Fit Connect 300 (Fitness Tracker s odvojivom narukvicom)
- 1x Uputa za uporabu

2. Opis proizvoda

Vaš osobni Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 300 prati vaše svakodnevne aktivnosti kao što su broj koraka, pređena udaljenost, trajanje aktivnosti, potrošene kalorije i postizanje vaših svakodnevnih ciljeva tjelesne aktivnosti kako biste pomogli svome fizičkom stanju i zdravlju. Putem *Bluetooth*® podaci se prenose na vašu aplikaciju Soehnle Connect i mogu se tamo procijeniti.

3. Upute

Pročitajte upute za uporabu i sljedeće napomene prije korištenja uređaja te ih pažljivo spremite.

UPOZORENJE! Rizik od gutanja od strane male djece! Djeca se ne smiju igrati s uređajem. Držite ga dalje od djece.

UPOZORENJE! Opasnost od požara / eksplozije ili kemijskih opeklina! Proizvod sadrži litij-polimersku bateriju. Nju se ne smijete ukloniti, razdvojiti, baciti u vatru ili kratko spojiti. Nemojte puniti bateriju na temperaturama ispod 5 ili iznad 40 stupnjeva Celzija.

OPREZ! Moguća oštećenja imovine! Nemojte ispuštiti uređaj te ga zaštititi od udarca. Nemojte izlagati uređaj ekstremnim temperaturama ili ekstremnim

oscilacijama temperature. Zaštitite uređaj od izravnog sunčevog svjetla i prašine. Za čišćenje nemojte koristiti oštećene kemikalije, agresivne ili abrazivne sredstva za čišćenje. Zaštitite zaslon od čvrstih i grebanja.

NAPOMENA! Namjena: Proizvod je namijenjen samo za privatnu, nekomercijalnu uporabu kućanstva. To nije medicinski uređaj.

NAPOMENA! Ako nećete koristiti uređaj dulje vrijeme, napunite bateriju jednom svakih 3-6 mjeseci kako biste bili sigurni da baterija radi ispravno.



Zbrinjavanje baterija EZ-Direktiva 2008/12/EC

Baterije i punjive baterije ne pripadaju kućanskom otpadu. Stare akumulatorne ili punjive baterije morate predati na javne sabirne točke u vašoj zajednici ili gdje god se baterije te vrste prodaju.



Zbrinjavanje električnih i elektroničkih uređaja EZ-Direktiva 2012/19/EU



Ovaj proizvod ne bi trebao biti tretiran kao uobičajeni kućanski otpad, već isporučan u centar za recikliranje električne i elektroničke opreme. Dodatne informacije potražite u lokalnoj zajednici, upravljanju komunalnim otpadom ili trgovini u kojoj ste kupili proizvod.



Ovime Soehnle izjavljuje da je ova oprema u skladu s bitnim zahtjevima i drugim relevantnim odredbama Direktiva 2014/53 / EU. Izjavu o sukladnosti EU možete pronaći na **www.soehnle.com**

4. Puštanje u rad

Punjenje baterije

Potpuno napunite Fitness Tracker prije korištenja po prvi put. Povucite odvojivu narukvicu **(B)** vom s modula prikaza **(A)** ab **(4.1)**. Umetnite USB utikač modula za prikaz **(C)** u pristupni, aktivni USB priključak. Provjerite dodiruju li kontakti modula **(4.2)** kontakte USB-priključka, u suprotnom se uređaj neće puniti. Na zaslonu **(5.1.1)** je prikazano stanje punjenja baterije ( = potpuno napunjeno /  = baterija prazna).

Soehnle Connect-instalacija aplikacije



Android™: ≥ 6.0,
iOS®: ≥ 9.0,
Bluetooth®: ≥ 4.0

Za punu funkcionalnost instalirajte besplatnu aplikaciju Soehnle Connect na pametnom telefonu ili tabletu. Skenirajte QR kôd u nastavku da biste pristupili aplikaciji u Appstoreu.

Alternativno, pronađite aplikaciju za svoj Android™ uređaj na Google Play ili vašem Apple® uređaju u trgovini Apple App Store. Imajte na umu točno ime aplikacije prilikom pretraživanja: "Soehnle Connect".

Prvo se povežite s aplikacijom Soehnle Connect

Uključite *Bluetooth*® na pametnom telefonu ili tabletu i pokrenite aplikaciju Soehnle Connect. Kada prvi put pokrenete aplikaciju, automatski će Vas voditi kroz postupak povezivanja Soehnle uređaja.

Ako ste već koristili ovu SOEHNLE Connect aplikaciju sa SOEHNLE proizvodima, idite na spajanje fitness trackera u SOEHNLE Connect aplikaciju u „glavnom izborniku“ i pritisnite „Moji uređaji“, a zatim „Dodaj uređaj“. Bit ćete automatski vođeni kroz postupak instalacije.

Postavite svoj fitness tracker

Sve postavke Fitness Trackera jednostavno se vrše putem sučelja Soehnle Connect aplikacije. Vrijeme i datum automatski se postave nakon povezivanja prema vremenu sustava pametnog telefona ili tableta. Osim toga, možete postaviti vrijeme za vibracijski alarm (budilica) u odgovarajućim postavkama uređaja u izborniku "Moji uređaji" i uključiti ili isključiti funkciju praćenja pulsa. Ako ste postavili dnevni cilj za korake u aplikaciji, Fit Connect 300 će se pobrinuti za to da vas upozori kada zavibrira.

Kompatibilnost

Aplikacija Soehnle Connect kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Nakon što su uređaji prenijeli podatke u aplikaciju Soehnle Connect, oni se mogu automatski prenijeti na odgovarajuću aplikaciju Google Fit / Apple Health®. Da biste to učinili, postavite kvačicu u izborniku "Više o aplikaciji". Može biti potrebno dopustiti upotrebu Soehnle aplikacije kao izvora u Google Fit® / Apple Health® ili u postavkama aplikacije na vašem pametnom telefonu. Pogledajte upute aplikacija trećih strana ili operacijskog sustava.

5. Uređaj i rukovanje

Pomoću Soehnle Fitness Tracker-a mogu se snimati razni podaci i djelomično prikazati na zaslonu. Za više načina prikaza, grafike i savjeta posjetite aplikaciju Soehnle Connect. Tamo možete koristiti i druge funkcije, spajanje i upravljanje prikupljenim podacima. U aplikaciji uvijek mora biti postavljena postavka ciljeva, alarma za vibracije (budilica) itd.

Sl.	Standardni modus
5.1.1	Sat, datum, status baterije
5.1.2	Frekvencija pulsa
5.1.3	Modus za trening

5.1.4	Dnevne aktivnosti*
Sl.	Modus za trening
5.2.1	Štoperica Start
5.2.2	Štoperica Pauza
5.2.3	Štoperica Stop
5.2.4	Izvešće o aktivnostima Osnovni podaci
5.2.5	Izvešće o aktivnostima Intervalni podaci
Sl.	Podsjetnik
5.3.1	Dolazna poruka
5.3.2	Dolazni poziv
5.3.3	Vibracijski alarm (budilica)
5.3.4	Postignut je dnevni cilj

* Dnevni podaci automatski se vraćaju na nulu u 24 sata. Koraci, kalorije, itd., koji se vide tijekom dana, stoga se broje od 0 sati dnevno.

Za promjenu prikaza na zaslonu uređaja prijedite prstom ulijevo ili udesno preko zaslona osjetljivog na dodir (5.1.2 – 5.1.4 odn. 5.2.4 – 5.2.5).

Sat, datum i status baterije

Dodirivanje gumba senzora započinje prikaz u vremenskom načinu rada (5.1.1).

Dnevne aktivnosti

U ovom pregledniku (5.1.4) se prikazuju najvažniji podaci

Brojač koraka* ()

Napredak vašeg dnevnog cilja* ()

Potrošnja kalorija* ()




Pređena udaljenost* ()

Na pregledniku dnevnih aktivnosti 5.1.4 naći ćete najvažnije informacije kao što su broj koraka koji su već postignuti na ovaj dan, potrošene kalorije i pređena udaljenost. Osim toga, traka napretka na ovom zaslonu prikazuje udio postavljenog dnevnog cilja.


Frekvencija pulsa

Čim stavite Fitness Tracker prikazati će se otkucaji vašeg srca **(5.1.2)** na zaslonu. Prilikom pozivanja ovog prikaza, Fitness Tracker treba oko 30 sekundi da pronađe puls. Nosite tracker izravno na koži, jer inače nije moguće mjerenje. Monitor otkucaja srca omogućen je prema zadanim postavkama 24 sata na dan. Ako želite onemogućiti ovu značajku, kao što je noću, to možete učiniti u aplikaciji Soehnle Connect u glavnom izborniku pod stavkom "Moje uređaje" i opozvati odgovarajuću funkciju.

Modus za trening

Način vježbanja se može upravljati pomoću funkcijskih tipki prikazanih na zaslonu. Prijeđite na preglednik „Modus treniranja“ **(5.1.3)** i dodirnite simbol  . Trening modus započinje u prikazu štoperice **(5.2.1)**. Štopericu možete uz pomoć  pokrenuti i  pauzirati **(5.2.2)**.

U prikazu Stopwatch (5.2.1) možete pregledati različite trenutne podatke o aktivnostima (koraci, broj otkucaja srca, kalorije, ritam i vrijeme) tako dšto ćete u sredini slike preći lijevo ili desno.

Ako je štoperica pauzirana, dodirivanjem ikone  u donjem lijevom kutu zaslona omogućit ćete zatva-

ranje trenutačnog treninga i automatskio unošenje izvješća o aktivnostima **(5.2.4)**. Prijedite prstom između prikaza osnovnih podataka o treningu i impulsnih zona **(5.2.5)**.

Testiranje spavanja

Vaš Fitness Fit 300 HR Fitness Tracker ima automatsku značajku detekcije spavanja, što znači da prepoznaje spavanje i bilježi različite faze sna tijekom spavanja. Svi su podaci pohranjeni na uređaju i preneseni na njega kada su povezani s aplikacijom. Podaci se zatim prikazuju na ploči "spavanje" u aplikaciji. Pojediniosti o fazi mirovanja mogu se pronaći nakon što dodirnete pločicu "Sleep" na sljedećim detaljnim zaslonima.

Funkcije obavijesti, Vibracijski alarm / alarm, cilj u koraku

Pregledi se **5.3.1 – 5.3.4** automatski prikazuju kod dolazne poruke **(5.3.1)**, dolaznog poziva **(5.3.2)**, vibracijskog alarma **(5.3.3)** ili postignutom dnevnog cilja **(5.3.4)**.

Pregled **5.3.2** prikazuje pozivni broj unesenog broja. Ako ste spremili broj pozivatelja u imenik svog pametnog telefona, prikazat će se ime pozivate-lja. Pretpostavka za to je da ste dodijelili aplikaciji Soehnle Connect pristup kontaktima, telefonima i SMS-ovima. To je izričito zatraženo kao odobrenje pri dodavanju Fitness Trackera s Soehnle Connect aplikacijom tijekom puštanja u rad (onboarding).

Ako to niste odobrili, na pametnim telefonima možete odobriti Android™, operativni sustav, inačica 6.0 ili noviji, u postavkama operacijskog sustava pod "Aplikacije". Alternativno, ponovno uklonite uređaj iz aplikacije Soehnle Connect i također iz Bluetooth izbornika operacijskog sustava vašeg pametnog telefona (pronađen pod Postavke) i ponovno dodajte Fitness Tracker u aplikaciji (prva veza s aplikacijom Soehnle Connect).

Prijenos podataka na smartphone / tablet

Pokrenite aplikaciju Soehnle Connect. Ako se uređaj nalazi u blizini, podaci se automatski prenose putem *Bluetooth*® aplikacije ili prijedite prstom prema

glavnoj nadzornoj ploči aplikacije (povuci za osvježavanje). Pripazite da je *Bluetooth*® uključen na pametnom telefonu ili tabletu. Podaci se sada prenose i mogu se vidjeti u aplikaciji u odgovarajućim područjima. Vaš Soehnle Fitness Tracker ima mogućnost sedam dana pohrane za prikupljene podatke. U tom vremenu redovito povežite Fitness Tracker kako biste pohranjene podatke prebacili na aplikaciju Soehnle Connect na duže vrijeme.

Najnovije informacije o vašem proizvodu možete naći na Internetu na adresi www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-300/

6. Čišćenje i njega

Očistite Fitness Tracker mekom, vlažnom krpom. Prije zamjene, pohrane ili punjenja baterije ostavite uređaj da se osuši na suhome.

Nepravilno rukovanje uređajem može uzrokovati oštećenja. Nemojte koristiti agresivna sredstva za čišćenje, četke s tvrdom čekinjama ili oštrim predmetima. To može oštetiti površine. Vaš Fitness Tracker je vodootporan na IP67, nemojte ga uroniti u druge tekućine.

7. Servis

Ako imate bilo kakvih pitanja ili prijedloga, ne ustručavajte se kontaktirati našu službu za korisnike:

Hotline: 00 800 538 38 383 (besplatno)

pon – pet, 8 – 18 sati

Internet: soehnle.com

8. Ostale informacije

Za ostale informacije posjetite našu stranicu

www.soehnle.com

9. Tehnički podaci

Broj artikla:	68119
Bluetooth® Verzija:	4.0
USP priključak	2.0 Tip-A
Frekvencijski remen:	2,4 GHz
Maks. Snaga odašiljanja:	3 mW
Vrsta baterije:	Litijsko-polimerska
Vrsta zaslona:	OLED
Mjere zaslona:	25 x 23 mm
Zaštitni razred:	IP67 (<i>otporno na vodu, pliva</i>)
Memorija:	7 dana
Trajanje baterije:	do -5 dana
<i>(sl. intenziteta korištenja i funkcije pulsa)</i>	

SOEHNLE



CONNECT

measure, collect, analyse, advise

Quality & Design by
LEIFHEIT AG
Leifheitstraße 1
56377 Nassau/Germany

www.soehnle.com

