

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



D

GB

NL

I

F

E

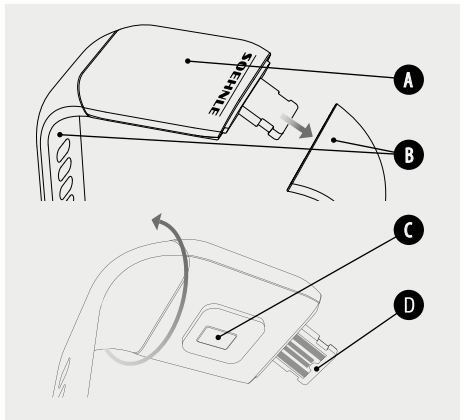
P

DK

S

NO

FI

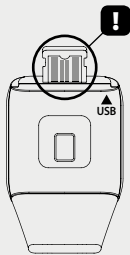


- A** Anzeigemodul • Display module • Displaymodule • Modulo di visualizzazione • Module d'affichage • Módulo de visualización • Módulo do ecrã • Visningsmodul • Displaymodul • Visningsmodul • Näyttömoduuli
- B** Abnehmbares Armband • Removable bracelet • Afneembare armband • Braccialeto rimovibile • 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

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

Displaymaße: 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 fitnesstracker 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 (a seconda dell'intensità di utilizzo e della funzione della frequenza cardiaca)

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 pouls 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.

Pour basculer entre les différents affichages à l'écran, effleurez l'écran tactile vers la gauche ou la droite pour faire défiler les affichages (5.1.2 – 5.1.4 / 5.2.4 – 5.2.5).

Heure, date et état de charge de la batterie

Un effleurement de l'écran lance l'affichage en mode horloge (5.1.1).

Activités journalières

Cet aperçu (5.1.4) vous montre les données les plus importantes :

Podomètre* (👤)

Progression de votre objectif quotidien*

(██████████/////////////////)

Dépense calorique* (🔥)




Distance parcourue* (📍)

L'affichage activités journalières 5.1.4 vous donne les informations principales ainsi que le nombre de pas déjà réalisés, les calories dépensées et la distance parcourue. De plus, la barre de progression vous indique l'avancée de votre objectif fixé.


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 rensesubstanter, 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 internet-side 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, räjähdysten 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, kellonaikaila näytetään (5.1.1).

Päivän aktiviteetit

Tässä yleisnäkyssä (5.1.4) näytetään tärkeimmät kerätyt tiedot.

Askelmittari* ()

Edistyminen kohti päiväkohtaista tavoitetta*

()

Kalorien kulutus* ()




Kuljettu matka* ()

Päivittäisten aktiviteettien näkyssä 5.1.4 on tärkeimmät tiedot, kuten kyseisenä päivänä saavutettu askelmäärä, kulutetut kalorit ja kuljettu matka. Tässä näkyssä 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 suoja-alueen 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)

SOEHNLE



CONNECT

measure, collect, analyse, advise

Quality & Design by
LEIFHEIT AG
Leifheitstraße 1
56377 Nassau/Germany

www.soehnle.com



015086/B 09/2018