

Fitness Tracker with Heart Rate Monitor

Fitness-Tracker

mit Pulsmesser

Operating Instructions

GB

Bedienungsanleitung

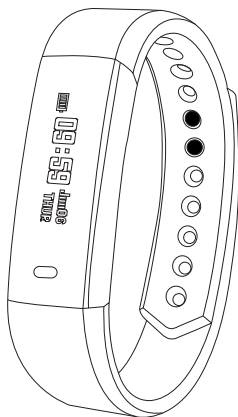
D

Mode d'emploi

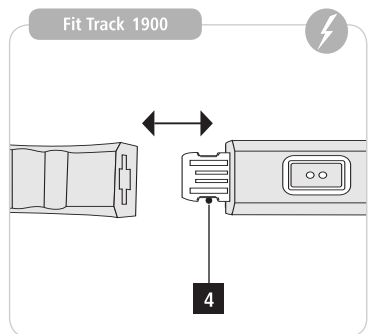
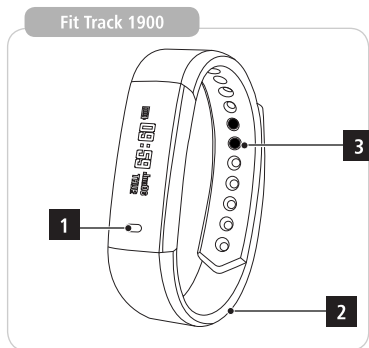
F

Instrucțiuni Utilizare

RO
















Controls and displays

1. Sensor button
2. Removable strap
3. Closure
4. Charging contact

Display symbols:

	Step counter
	Calories burned
	Distance covered
	Heart rate measurement
	Blood pressure measurement
	Notifications
	Alarm
	Movement reminder
	Battery status

Thank you for choosing a Hama product.

Take your time and read the following instructions and information completely. Please keep these instructions in a safe place for future reference.

Your new fitness tracker is the ideal companion for a healthy lifestyle and will motivate you to be active throughout the day. As well as displaying the time and date, it also collects data about the number of steps you have taken, your heart rate and the calories you have burned. Wireless connection via *Bluetooth*[®] to your smartphone enables you to document the data on the associated app and therefore constantly keep track of your success. Check here when you have reached your personal fitness goal!

1. Explanation of warning symbols and notes

Warning

This symbol is used to indicate safety instructions or to draw your attention to specific hazards and risks.

Note

This symbol is used to indicate additional information or important notes.

2. Package contents

- "Fit Track 1900" fitness tracker
- Operating Instructions

3. Safety instructions

- This product is intended for private, non-commercial use only.
- Use the product only for the intended purpose.
- Protect the product from dirt, moisture and overheating and use it in dry environments only.
- Do not use the product in the immediate vicinity of heaters, other heat sources or in direct sunlight.
- Do not operate the product outside the power limits specified in the technical data.
- Do not use the product in areas in which electronic products are not permitted.
- The battery is integrated and cannot be removed.
- Do not open the device or continue to operate it if it becomes damaged.
- Do not attempt to service or repair the product yourself. Leave any and all service work to qualified experts.
- Do not drop the product and do not expose it to any major shocks.
- Do not modify the product in any way. Doing so voids the warranty.
- Dispose of packaging material immediately in accordance with the locally applicable regulations.
- Do not incinerate the battery or the product.
- Do not tamper with or damage/heat/disassemble the batteries/rechargeable batteries.
- While driving a car or using sports equipment, do not allow yourself to be distracted by your product and keep an eye on the traffic situation and your surroundings.
- Consult your doctor before starting an exercise programme.
- Always be aware of your body's response when you exercise, and speak to your doctor in an emergency.
- Consult your doctor if you have a medical condition and wish to use the product.
- This is a consumer product, not a medical device. Hence, it is not intended for the diagnosis, therapy, cure or prevention of illnesses.
- Prolonged contact with the skin can lead to skin irritations and allergies. Consult a doctor if symptoms persist.
- This product is not a toy. It contains swallowable small parts that pose a suffocation hazard.

Warning - cardiac pacemakers

This product generates magnetic fields. Persons with a cardiac pacemaker should consult a doctor before using this product, as the pacemaker's proper function could be affected.

Information - Flying

- This product is a constant transmitter of radio signals. Please be aware that carrying and using radio transmitters during certain phases of the flight (e.g. take-off / landing) is not permitted for safety reasons.
- Check with your airline before you fly whether your fitness tracker can be taken on board. If in doubt, leave the product at home.

Warning – rechargeable battery

- Only use suitable charging devices or USB connections to charge the product.
- Do not use defective chargers or USB ports and do not attempt to repair them.
- Do not overcharge the product or allow the battery to completely discharge.
- Avoid storing, charging and using in extreme temperatures and at extremely low atmospheric pressures (such as at high altitudes).

4. First steps with the "Fit Track 1900" fitness tracker

4.1 Charging

- Charge your fitness tracker fully before using it for the first time.
- Connect the fitness tracker's charging contact [4] to a free USB port on your computer or a USB charger.
- To do this, consult the operating instructions for the USB charger you are using.

Note

- The charging time for a full battery charge is around 90 minutes. As soon as the battery shown in the display is fully charged, the charging process is complete and you can disconnect the fitness tracker.

4.2 Putting and switching on

- Place the fitness tracker around your wrist and fasten it using the closure.
- Hold the sensor button [1] down for 3 seconds to start the fitness tracker.

Note

- The position on your wrist does not matter for the fitness tracker's function.
- The fitness tracker can be worn on either wrist. It is also possible to attach it both above and below the wrist.

4.3 Operation - Menu structure

- Press the sensor button [1] to activate the start screen and to switch between the displays in the sequence shown.

Note

- This graphic is a summary of all of the menu items that can be displayed on the fitness tracker and the sequence of displays when shipped.
-



5. Setting up the fitness tracker

5.1 Downloading the Yoho Sports app

Note

The following operating systems are supported:

- iOS 8.1 or higher
- Android 5.0 or higher

- Open the iTunes AppStore or Google Play Store on your smartphone.
- You can find the app using the search function.
- Download the app as normal and install it on your smartphone. To do this, follow the instructions on your smartphone.

5.2 Pairing the fitness tracker with your smartphone

Note

In order for your fitness tracker to display calls, text messages and WhatsApp messages, activate push mode for messages in your smartphone settings.

Android / Apple mobile devices

- Ensure that the *Bluetooth®* function is switched on on your smartphone and your fitness tracker.
- Start the app on your smartphone and search in the **[Devices]** sub-menu in **[Settings]** (top left) for the "Fit Track 1900" fitness tracker.
- Now select your "Fit1900" fitness tracker to pair it with the app.
- The fitness tracker is now linked with the app and synchronisation begins.

Note

To start synchronisation of the fitness tracker with the app, either press the circular arrow in the at the top right.

Note

To share your progress in steps, the distance you have covered so far and the calories you have burned with friends on social networks, press the Share symbol at the top right.

6. Using the app

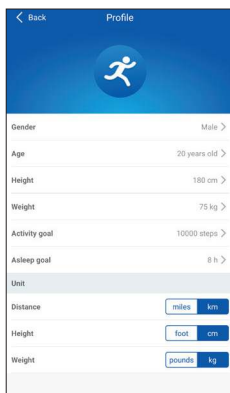
6.1 Setting personal data

- In **[Settings]**, which are called up using the button on the left, enter your personal data in the **[Profile]** sub-menu such as gender, age, height, weight and your activity and sleep goals.
- Choose the menu item you wish to edit by tapping it. A sub-menu will then open in which you can enter the relevant settings.

Note

- Please be aware that your terminal device must support some functions if they are to be used.
- For more information, please refer to the operating instructions of your terminal device.
- While setting up the app, you will be asked whether the app has permission to access the functions of your terminal device.

iOS/Android:



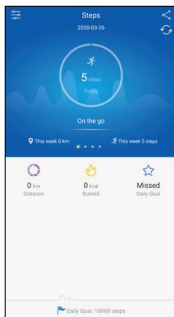
6.2 Displays in the main menu

6.2.1 Step counter

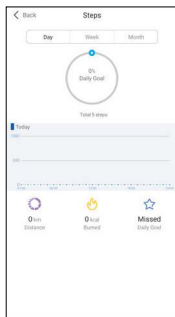
Here is where you'll find the number of steps you have taken that day and over the entire week. [🏃] You will also find information about the distance covered that day and over the entire week [📍] as well as the calories burned [🔥].

iOS/Android:

Steps taken



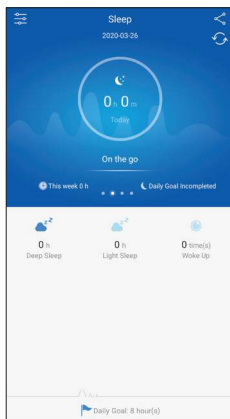
- To view a graphic of the number of steps you have taken on a particular, over an entire week or over a full month, press the circle in the middle of the screen.



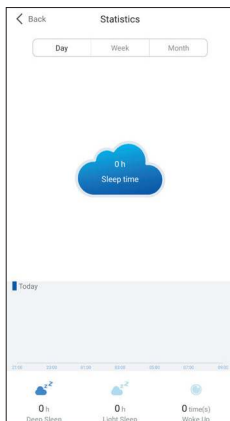
- This view also shows you the proportion achieved of your daily step target. You can define this in [Settings] under [Profile] (see Section 6.3.1).

6.2.2 Sleep mode

- Swipe left on the screen to see information about your sleep rhythm for the day in question.
iOS/Android:



- To view a graphic of your sleep quality for a particular day, an entire week or a full month, press the circle in the middle of the screen.



6.2.3 Recording a heart rate measurement

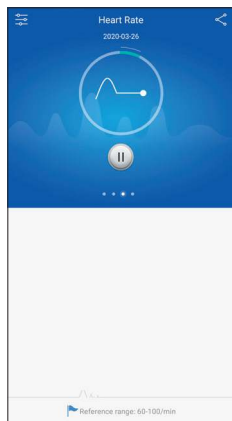
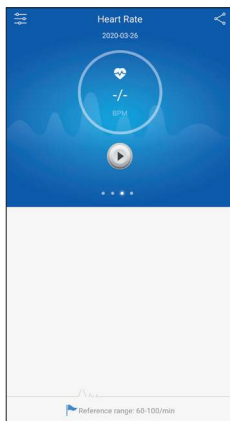
Note



Please be aware that heart rate recording in the history is only possible if an active *Bluetooth®* connection is in place between the fitness tracker and the app.

- Swipe left on the screen if you want to measure your heart rate.
- To start measuring your heart rate, tap the "Start" button.
The fitness tracker starts to record your heart rate.

iOS/Android:



- To stop the recording, tap the "Pause" button.
- Below it you will see a history of the measurements of your heart rate recorded so far.

6.2.4 Recording a blood pressure measurement

Note

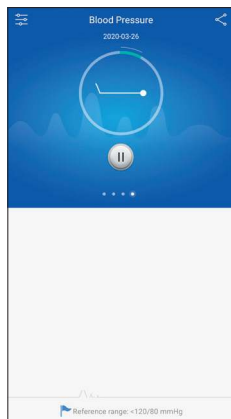
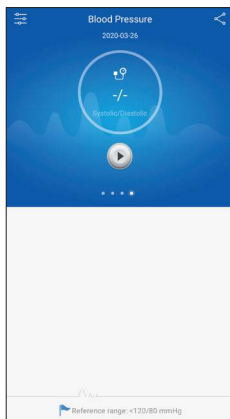
Please be aware that blood pressure recording in the history is only possible if an active *Bluetooth®* connection is in place between the fitness tracker and the app.

Note

- This is a consumer product, not a medical device. Hence, it is not intended for the diagnosis, therapy, cure or prevention of illnesses.
- The values displayed therefore represent only approximate, guideline values and are not generally valid. Please consult a doctor if you have any questions about your blood pressure.

- Swipe left on the screen if you want to measure your blood pressure.
- To start recording your blood pressure, tap the "Start" button. The fitness tracker starts to record your blood pressure.

iOS/Android:

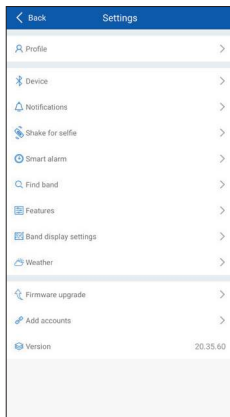


- To stop the recording, tap the "Pause" button.
- Below it you will see a history of the measurements of your blood pressure recorded so far.

6.3 Settings

In [Settings], which you can call up by pressing the button at the top left, you can customise the fitness tracker to your individual needs.

iOS/Android:



6.3.1 Profile

Select the item [Profile] to adapt your personal data and your goals.

6.3.2 Devices

Select the item [Devices] to establish a new pairing with the fitness tracker.

6.3.3 Messages (Android) / Notifications (iOS)

Select the item [Notifications] (Android) / [Alert Settings] (iOS) to activate the notification function for various apps and services.

6.3.4 Remote camera trigger

- Select the item **[Shake for Selfie]** (Android) / **[Shake to Photo]** (iOS) to activate the remote camera trigger function.
- Shaking your fitness tracker allows you to take a photo with your smartphone.

6.3.5 Alarm clock

- Select the item **[Alarm]** to set various alarm times.
- You can add an alarm by tapping **[+]**.
- To do this, select the required alarm time in the sub-menu and the day of the week.
- Confirm your selection by pressing **Save**.

6.3.6 Find fitness tracker

- Select the item **[Find band]** (Android) / **[Find band]** (iOS) to find your fitness tracker. The fitness tracker vibrates for around 3 seconds.

6.3.7 Properties

- Select the item **[Features]** to activate various fitness tracker functions.

6.3.7.1 Inactivity (Android) / Movement reminder (iOS)

- Activate the sub-item **Inactivity (Android) / Movement reminder (iOS)** to set a time interval for the reminder. When you are inactive, the fitness tracker will vibrate after the set time interval.

6.3.7.2 Switch on display with raise

- Activate this function to enable the fitness tracker's display to be activated when you rotate your wrist.

6.3.8 Weather

- Select the item **[Weather]** to view the weather at your current location.

6.3.9 Firmware

- Select the item **[Firmware]** to search for a newer version of the app and to update it if necessary.

7. Care and Maintenance

- Only clean this product with a slightly damp, lint-free cloth and do not use aggressive cleaning agents.
- Ensure that no water is able to enter the product.

8. Warranty Disclaimer

Hama GmbH & Co KG assumes no liability and provides no warranty for damage resulting from improper installation/mounting, improper use of the product or from failure to observe the operating instructions and/or safety notes.

9. Technical data

Bluetooth® version	4.0
Display	0,86" OLED
Dimensions	240 x 15 x 11
Weight	19g
Protection class	IP65
Battery type	Lithium polymer
Battery capacity	55mAh / 3.7V

10. Recycling Information

Note on environmental protection:



Following the implementation of European Directive 2012/19/EU and 2006/66/EU into the national legal systems, the following applies: electrical and electronic devices as well as batteries must not be disposed of with household waste. Consumers are obliged by law to return electrical and electronic devices as well as batteries to the designated public collection points or to the point of sale at the end of their service lives. Detailed information on this topic is defined in the national laws of the respective country. This presence of the above symbol on the product, operating instructions or package indicates that the product is subject to these regulations. By recycling, reusing the materials or other forms of utilising old devices/ batteries, you are making an important contribution to protecting our environment.

11. Declaration of Conformity



Hama GmbH & Co KG hereby declares that this device is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 2014/53/EU. The declaration of conformity in accordance with the relevant directive can be found at www.hama.com.

Frequency band(s)	2402 – 2480 MHz
Maximum radio-frequency power transmitted	3.28 dBm

Bedienungselemente und Anzeigen

1. Sensortaste
2. Abnehmbares Armband
3. Verschluss
4. Ladekontakt

Displaysymbole:

	Schrittzähler
	Verbrauchte Kalorien
	Zurückgelegte Distanz
	Herzfrequenzmessung
	Blutdruckmessung
	Benachrichtigungen
	Wecker
	Bewegungserinnerung
	Akkustand

Vielen Dank, dass Sie sich für ein Hama Produkt entschieden haben!

Nehmen Sie sich Zeit und lesen Sie die folgenden Anweisungen und Hinweise zunächst ganz durch. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung anschließend an einem sicheren Ort auf, um bei Bedarf darin nachschlagen zu können.

Ihr neuer Fitness-Tracker ist der ideale Begleiter eines gesunden Lebensstils und motiviert Sie, den ganzen Tag aktiv zu sein. Neben der Anzeige der Uhrzeit und des Datums, sammelt er Daten über die Anzahl Ihrer Schritte, Ihre Herzfrequenz und Ihre verbrannten Kalorien. Die drahtlose Verbindung über *Bluetooth*® zu Ihrem Smartphone ermöglicht es Ihnen, die Daten auf der dazugehörigen App zu dokumentieren und so Ihren Erfolg stets mitzuverfolgen. Überprüfen Sie hier, wann Sie Ihr persönliches Fitnessziel erreicht haben!

1. Erklärung von Warnsymbolen und Hinweisen

Warnung



Wird verwendet, um Sicherheitshinweise zu kennzeichnen oder um Aufmerksamkeit auf besondere Gefahren und Risiken zu lenken.

Hinweis



Wird verwendet, um zusätzlich Informationen oder wichtige Hinweise zu kennzeichnen.

2. Packungsinhalt

- Fitness-Tracker "Fit Track 1900"
- Bedienungsanleitung

3. Sicherheitshinweise

- Das Produkt ist für den privaten, nicht gewerblichen Gebrauch vorgesehen.
- Verwenden Sie das Produkt ausschließlich für den dazu vorgesehenen Zweck.
- Schützen Sie das Produkt vor Schmutz, Feuchtigkeit und Überhitzung und verwenden Sie es nur in trockenen Umgebungen.
- Betreiben Sie das Produkt nicht in unmittelbarer Nähe der Heizung, anderer Hitzequellen oder in direkter Sonneneinstrahlung.
- Betreiben Sie das Produkt nicht außerhalb seiner in den technischen Daten angegebenen Leistungsgrenzen.
- Benutzen Sie das Produkt nicht in Bereichen, in denen elektronische Produkte nicht erlaubt sind.
- Der Akku ist fest eingebaut und kann nicht entfernt werden.
- Öffnen Sie das Produkt nicht und betreiben Sie es bei Beschädigungen nicht weiter.
- Versuchen Sie nicht, das Produkt selbst zu warten oder zu reparieren. Überlassen Sie jegliche Wartungsarbeit dem zuständigen Fachpersonal.
- Lassen Sie das Produkt nicht fallen und setzen Sie es keinen heftigen Erschütterungen aus.
- Nehmen Sie keine Veränderungen am Produkt vor. Dadurch verlieren Sie jegliche Gewährleistungsansprüche.
- Entsorgen Sie das Verpackungsmaterial sofort gemäß den örtlich gültigen Entsorgungsvorschriften.
- Werfen Sie den Akku bzw. das Produkt nicht ins Feuer.
- Verändern und/oder deformieren/erhitzen/zerlegen Sie Akkus/Batterien nicht.
- Lassen Sie sich auf der Fahrt mit einem Kraftfahrzeug oder Sportgerät nicht durch Ihr Produkt ablenken und achten Sie auf die Verkehrslage und Ihre Umgebung.
- Konsultieren Sie einen Arzt, bevor Sie ein Trainingsprogramm starten.
- Achten Sie während des Trainings stets auf die Reaktionen Ihres Körpers und verständigen Sie in Notfällen einen Arzt.
- Ziehen Sie einen Arzt zu Rate, wenn Sie an bestehenden Erkrankungen leiden und das Produkt dennoch nutzen wollen.
- Dies ist ein Verbraucherprodukt und kein medizinisches Gerät. Es ist somit nicht für die Diagnose, Therapie, Heilung oder Prävention von Krankheiten gedacht.
- Längerer Hautkontakt kann zu Hautreizungen und Allergien führen. Suchen Sie einen Arzt auf, falls die Symptome andauern.
- Dieses Produkt ist kein Spielzeug. Es enthält verschluckbare Kleinteile, die eine Erstickungsgefahr darstellen.

Warnung – Herzschrittmacher



Das Produkt erzeugt magnetische Felder. Personen mit Herzschrittmacher sollten vor der Benutzung dieses Produktes einen Arzt zu Rate ziehen, ob die Funktion des Herzschrittmachers dadurch beeinträchtigt werden kann.

Hinweis – Flugverkehr



- Dieses Produkt ist ein Dauerfunksender. Beachten Sie, dass im Flugverkehr das Mitführen und Betreiben von Funksendern in bestimmten Flugphasen (z.B. Start/Landung) aus Sicherheitsgründen nicht gestattet ist.
- Erkundigen Sie sich vor einem Flug bei der Fluglinie, ob Ihr Fitness-Tracker mitgeführt werden darf. Im Zweifelsfall lassen Sie das Produkt zuhause.

Warnung – Akku



- Verwenden Sie nur geeignete Ladegeräte oder USB-Anschlüsse zum Aufladen.
- Verwenden Sie defekte Ladegeräte oder USB-Anschlüsse generell nicht mehr und versuchen Sie nicht, diese zu reparieren.
- Überladen oder tiefentladen Sie das Produkt nicht.
- Vermeiden Sie Lagerung, Laden und Benutzung bei extremen Temperaturen und extrem niedrigem Luftdruck (wie z.B. in großen Höhen).

4. Erste Schritte mit dem Fitness-Tracker "Fit Track 1900"

4.1 Aufladen

- Laden Sie Ihren Fitness-Tracker vor der ersten Benutzung vollständig auf.
- Verbinden Sie den Ladekontakt [4] des Fitness-Trackers mit einem freien USB-Anschluss Ihres Computers oder einem USB-Ladegerät.
- Beachten Sie hierzu die Bedienungsanleitung des verwendeten USB-Ladegeräts.

Hinweis



- Die Ladezeit für eine vollständige Ladung des Akkus beträgt ca. 90 Minuten. Sobald der angezeigte Akku im Display voll geladen ist, ist der Ladevorgang beendet und Sie können den Fitness-Tracker trennen.

4.2 Anlegen und Einschalten

- Legen Sie den Fitness-Tracker an Ihrem Handgelenk an und verschließen Sie ihn mithilfe des Verschlusses.
- Halten Sie die Sensortaste [1] für 3 Sekunden gedrückt, um den Fitness-Tracker zu starten.

Hinweis



- Für die Funktionen des Fitness-Trackers ist die Position an Ihrem Handgelenk unwichtig.
- Der Fitness-Tracker kann an beiden Handgelenken getragen werden. Ebenso ist es möglich, ihn sowohl auf als auch unter dem Handgelenk zu befestigen.

4.3 Bedienung – Menüstruktur

- Drücken Sie die Sensortaste [1], um den Startbildschirm zu aktivieren und um zwischen den Anzeigen in der dargestellten Reihenfolge zu wechseln.

Hinweis



- Diese Grafik ist eine Übersicht über alle auf dem Fitness-Tracker anzeigbaren Menüpunkte und die Reihenfolge der Anzeige bei Auslieferung.



5. Einrichten des Fitness-Trackers

5.1 Herunterladen der App Yoho Sports

Hinweis

Es werden folgende Betriebssysteme unterstützt:

- iOS 8.1 oder höher
 - Android 5.0 oder höher
- Öffnen Sie den iTunes AppStore oder Google Play Store auf Ihrem Smartphone.
 - Mithilfe der Suchfunktion können Sie die App finden.
 - Laden Sie die App wie gewohnt herunter und installieren Sie diese auf Ihrem Smartphone. Folgen Sie hierfür den Anweisungen Ihres Smartphones.

5.2 Kopplung des Fitness-Trackers mit Ihrem Smartphone

Hinweis

Damit Ihr Fitness-Tracker Anrufe, SMS und Whatsapp-Nachrichten anzeigt, aktivieren Sie hierfür den Push-Modus für Mitteilungen in den Einstellungen Ihres Smartphones.

Android-/Apple-Mobilgeräte

- Stellen Sie sicher, dass die *Bluetooth*®-Funktion Ihres Smartphones und Ihr Fitness-Tracker eingeschaltet sind.
- Starten Sie die App auf Ihrem Smartphone und suchen Sie in den **[Einstellungen]** (oben links) im Untermenü **[Geräte]** nach dem Fitness-Tracker "Fit Track 1900".
- Wählen Sie nun Ihren Fitness-Tracker "Fit1900" aus, um diesen mit der App zu verbinden.
- Der Fitness-Tracker ist nun mit der App verbunden und die Synchronisierung wird gestartet.

Hinweis

Um eine Synchronisierung des Fitness-Trackers mit der App zu starten, drücken Sie oben rechts auf den kreisförmigen Pfeil.

Hinweis

Um Ihren Fortschritt an Schritten, die bisher zurückgelegte Distanz sowie die bisher verbrannten Kalorien mit Ihren Freunden in sozialen Netzwerken zu teilen, drücken Sie oben rechts auf das Teilen-Symbol.

6. Nutzung der App

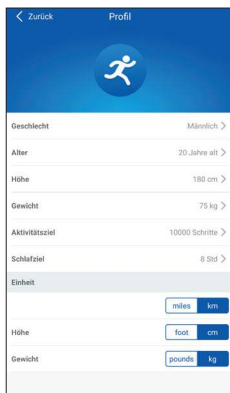
6.1 Persönliche Daten einstellen

- Geben Sie in den **[Einstellungen]**, die Sie durch den Button links oben aufrufen, im Untermenü **[Profil]** Ihre individuellen Daten, wie Geschlecht, Alter, Größe, Gewicht sowie Ihr Aktivitäts- und Schlafziel ein.
- Wählen Sie durch Berühren denjenigen Menüpunkt aus, den Sie bearbeiten möchten. Es öffnet sich im Anschluss ein Untermenü, in dem Sie die Einstellungen vornehmen können.

Hinweis

- Beachten Sie, dass die Unterstützung einiger Funktionen von Ihrem Endgerät abhängig ist.
- Beachten Sie hierzu die Bedienungsanleitung Ihres Endgerätes.
- Während der Einrichtung der App erfolgen Abfragen, ob die App auf Funktionen Ihres Endgerätes zugreifen darf.

iOS/Android:



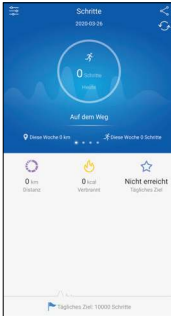
6.2 Anzeigen im Hauptmenü

6.2.1 Schrittzähler

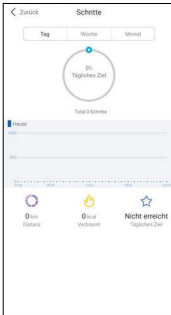
Hier sehen Sie die Anzahl Ihrer Schritte für den jeweiligen Tag und für die gesamte Woche. [🏃] Zusätzlich erhalten Sie Informationen zu der zurückgelegten Distanz für den jeweiligen Tag und die gesamte Woche [📍] sowie zu den verbrannten Kalorien [🔥].

iOS/Android:

zurückgelegte Schritte



- Um eine graphische Darstellung Ihrer Schrittzahl für den jeweiligen Tag, einer gesamten Woche oder eines gesamten Monats zu sehen, drücken Sie auf den Kreis in der Mitte des Bildschirms.

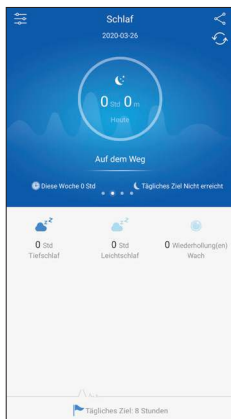


- Zusätzlich sehen Sie in dieser Ansicht anteilig Ihr erreichtes Tagesziel an Schritten. Dieses können Sie in den [Einstellungen] unter [Profil] festlegen (siehe Kapitel 6.3.1).

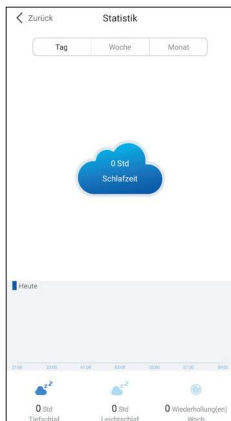
6.2.2 Schlafmodus

- Wischen Sie auf dem Bildschirm nach links, um Informationen zu Ihrem Schlafrhythmus für den jeweiligen Tag zu sehen.

iOS/Android:



- Um eine graphische Darstellung Ihrer Schlafqualität für den jeweiligen Tag, einer gesamten Woche oder eines gesamten Monats zu sehen, drücken Sie auf den Kreis in der Mitte des Bildschirms.



6.2.3 Aufzeichnung einer Herzfrequenz-Messung

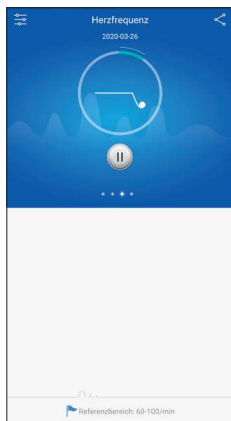
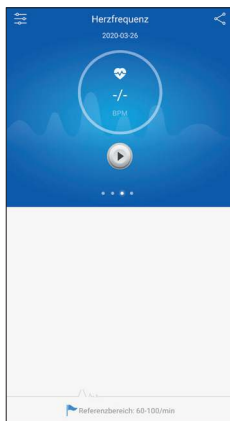
Hinweis



Beachten Sie, dass die Herzfrequenz-Aufzeichnung in der Historie nur möglich ist, wenn eine aktive Bluetooth®-Verbindung zwischen Fitness-Tracker und der App besteht.

- Wischen Sie auf dem Bildschirm nach links, wenn Sie eine Messung Ihrer Herzfrequenz durchführen wollen.
- Um eine Messung der Herzfrequenz zu starten, berühren Sie den "Start-Button".
Der Fitness-Tracker beginnt Ihre Herzfrequenz aufzuzeichnen.

iOS/Android:



- Um die Aufzeichnung der Messung zu stoppen, berühren Sie den "Pause-Button".
- Unten sehen Sie eine Historie zu den bisher aufgezeichneten Messungen Ihrer Herzfrequenz.

6.2.4 Aufzeichnung einer Blutdruck-Messung

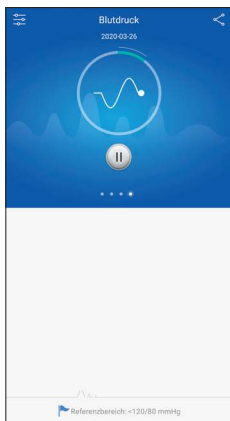
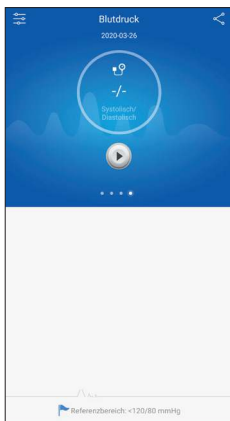
Hinweis

Beachten Sie, dass die Blutdruck-Aufzeichnung in der Historie nur möglich ist, wenn eine aktive Bluetooth®-Verbindung zwischen Fitness-Tracker und der App besteht.

Hinweis

- Dies ist ein Verbraucherprodukt und kein medizinisches Gerät. Es ist somit nicht für die Diagnose, Therapie, Heilung oder Prävention von Krankheiten gedacht.
 - Die angezeigten Werte entsprechen daher nur groben Richtwerten und haben keine allgemeine Gültigkeit. Bitte konsultieren Sie bei Fragen zu Ihrem Blutdruck einen Arzt.
-
- Wischen Sie auf dem Bildschirm nach links, wenn Sie eine Messung Ihres Blutdrucks durchführen wollen.
 - Um eine Messung des Blutdrucks zu starten, berühren Sie den "Start-Button".
Der Fitness-Tracker beginnt Ihren Blutdruck aufzuzeichnen.

iOS/Android:

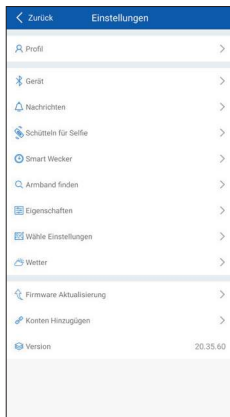


- Um die Aufzeichnung der Messung zu stoppen, berühren Sie den "Pause-Button".
- Unten sehen Sie eine Historie zu den bisher aufgezeichneten Messungen Ihres Blutdrucks.

6.3 Einstellungen

In den **[Einstellungen]**, die Sie durch den Button links oben aufrufen, können Sie den Fitness-Tracker auf Ihre individuellen Bedürfnisse anpassen.

iOS/Android:



6.3.1 Profil

Wählen Sie den Punkt **[Profil]** aus, um Ihre persönlichen Daten sowie Ihre Ziele anzupassen.

6.3.2 Geräte

Wählen Sie den Punkt **[Geräte]** aus, um eine erneute Kopplung mit dem Fitness-Tracker herzustellen.

6.3.3 Nachrichten (Android) / Benachrichtigungen (iOS)

Wählen Sie den Punkt **[Nachrichten]** (Android) / **[Benachrichtigungen]** (iOS) aus, um die Benachrichtigungsfunktion für verschiedene Apps und Dienste zu aktivieren.

6.3.4 Kamera Fernauslöser

- Wählen Sie den Punkt **[Schütteln für Selfie]** (Android) / **[Schütteln und fotografieren]** (iOS) aus, um die Funktion Kamera Fernauslöser zu aktivieren.
- Durch Schütteln Ihres Fitness-Trackers nehmen Sie ein Foto mit Ihrem Smartphone auf.

6.3.5 Wecker

- Wählen Sie den Punkt **[Wecker]** aus, um verschiedene Weckzeiten einzustellen.
- Durch Berühren von **[+]** können Sie einen Alarm hinzufügen.
- Stellen Sie dafür im Untermenü die gewünschte Alarmzeit sowie den gewünschten Wochentag ein.
- Bestätigen Sie Ihre Auswahl, indem Sie auf **Speichern** drücken.

6.3.6 Suche Fitness-Tracker

- Wählen Sie den Punkt **[Armband finden]** (Android) / **[Geräte finden]** (iOS) aus, um nach Ihrem Fitness-Tracker zu suchen. Der Fitness-Tracker vibriert für ca. 3 Sekunden.

6.3.7 Eigenschaften

- Wählen Sie den Punkt **[Eigenschaften]** aus, um verschiedene Funktionen des Fitness-Trackers zu aktivieren.

6.3.7.1 Inaktivität (Android) / Bewegungserinnerung (iOS)

- Aktivieren Sie den Unterpunkt **Inaktivität** (Android) / **Bewegungserinnerung** (iOS), um ein Zeitintervall für die Erinnerung einzustellen. Bei Inaktivität beginnt der Fitness-Tracker nach dem eingestellten Zeitintervall zu vibrieren.

6.3.7.2 Display beim Anheben einschalten

- Aktivieren Sie diese Funktion, damit das Display des Fitness-Trackers durch Drehen des Handgelenks aktiviert werden kann.

6.3.8 Wetter

- Wählen Sie den Punkt **[Wetter]** aus, um das Wetter an Ihrem aktuellen Standort zu sehen.

6.3.9 Firmware

- Wählen Sie den Punkt **[Firmware]** aus, um nach einer neuen Version der App zu suchen und die App bei Bedarf zu aktualisieren.

7. Wartung und Pflege

- Reinigen Sie dieses Produkt nur mit einem fusselfreien, leicht feuchten Tuch und verwenden Sie keine aggressiven Reiniger.
- Achten Sie darauf, dass kein Wasser in das Produkt eindringt.

8. Haftungsausschluss

Die Hama GmbH & Co KG übernimmt keinerlei Haftung oder Gewährleistung für Schäden, die aus unsachgemäßer Installation, Montage und unsachgemäßem Gebrauch des Produktes oder einer Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung und/oder der Sicherheitshinweise resultieren.

9. Technische Daten

Bluetooth® Version	4.0
Display	0.86" OLED
Maße	240 x 15 x 11
Gewicht	19g
Schutzklasse	IP65
Batterietyp	Lithium-Polymer
Akkukapazität	55mAh / 3,7V

10. Entsorgungshinweise

Hinweis zum Umweltschutz:



Ab dem Zeitpunkt der Umsetzung der europäischen Richtlinien 2012/19/EU und 2006/66/EG in nationales Recht gilt folgendes: Elektrische und elektronische Geräte sowie Batterien dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Der Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, elektrische und elektronische Geräte sowie Batterien am Ende ihrer Lebensdauer an den dafür eingerichteten, öffentlichen Sammelstellen oder an die Verkaufsstelle zurückzugeben. Einzelheiten dazu regelt das jeweilige Landesrecht. Das Symbol auf dem Produkt, der Gebrauchsanleitung oder der Verpackung weist auf diese Bestimmungen hin. Mit der Wiederverwertung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten/Batterien leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.

11. Konformitätserklärung



Hiermit erklärt Hama GmbH & Co KG, dass sich dieses Gerät in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen und den anderen relevanten Vorschriften der Richtlinie 2014/53/EU befindet. Die Konformitätserklärung gemäß der entsprechenden Richtlinie finden Sie unter www.hama.com.

Frequenzband/Frequenzbänder	2402 – 2480 MHz
Abgestrahlte maximale Sendeleistung	3,28 dBm

Éléments de commande et d'affichage

1. Touche tactile
2. Bracelet amovible
3. Fermeture
4. Contact de recharge

Icônes d'affichage :

	Podomètre
	Calories brûlées
	Distance parcourue
	Mesure de la fréquence cardiaque
	Mesure de la tension artérielle
	Notifications
	Réveil
	Alarme vous invitant à bouger
	Durée de vie de la batterie

Nous vous remercions d'avoir choisi un produit Hama !

Veuillez prendre le temps de lire l'ensemble des remarques et consignes suivantes. Veuillez conserver ce mode d'emploi à portée de main afin de pouvoir le consulter en cas de besoin.

Votre nouveau fitness tracker est le compagnon idéal pour un mode de vie sain et il vous motivera à rester actif toute la journée. En plus d'afficher la date et l'heure, il recueille des données sur le nombre de pas que vous réalisez, votre rythme cardiaque et les calories que vous brûlez. La connexion sans fil à votre smartphone via *Bluetooth*® vous permet de tenir à jour les données sur l'application correspondante et de suivre ainsi vos résultats en permanence. Vérifiez ici si vous avez atteint votre objectif fitness personnel !

1. Explication des symboles d'avertissement et des remarques

Avertissement



Ce symbole est utilisé pour indiquer des consignes de sécurité ou pour attirer votre attention sur des dangers et risques particuliers.

Remarque



Ce symbole est utilisé pour indiquer des informations supplémentaires ou des remarques importantes.

2. Contenu de l'emballage

- Fitness tracker "Fit Track 1900"
- Mode d'emploi

3. Consignes de sécurité

- Ce produit est destiné à un usage domestique non commercial.
- L'emploi du produit est exclusivement réservé à sa fonction prévue.
- Protégez le produit de toute saleté, humidité, surchauffe et utilisez-le uniquement dans des environnements secs.
- N'utilisez pas l'appareil à proximité immédiate d'un chauffage, d'autres sources de chaleur ou à la lumière directe du soleil.
- N'utilisez pas le produit en dehors des limites de puissance indiquées dans les caractéristiques techniques.
- N'utilisez pas le produit dans des zones où les produits électroniques ne sont pas autorisés.
- La batterie est installée de façon permanente et ne peut pas être retirée.
- Ne tentez pas d'ouvrir le produit en cas de détérioration et cessez de l'utiliser.
- Ne tentez pas de réparer l'appareil vous-même ni d'effectuer des travaux d'entretien. Déléguez tous travaux d'entretien à des techniciens qualifiés.
- Protégez le produit des secousses violentes et évitez tout choc ou toute chute.
- N'apportez aucune modification au produit. Des modifications vous feraient perdre vos droits de garantie.
- Recyclez les matériaux d'emballage conformément aux prescriptions locales en vigueur.
- Ne jetez pas la batterie ou le produit au feu.
- Ne modifiez pas et/ou ne déformez/chauffez/démontez pas les batteries/piles.
- Ne vous laissez pas distraire par votre produit sur la route en voiture ou avec votre équipement sportif et soyez attentifs aux conditions de circulation et à votre environnement.
- Veuillez consulter un médecin avant de démarrer un programme d'entraînement.
- Contrôlez vos réactions corporelles pendant votre entraînement et informez votre médecin en cas d'urgence.
- Consultez votre médecin dans le cas où vous souffrez d'une pathologie et désirez quand même utiliser le produit.
- Ce produit est un produit grand public et non un appareil médical. Il n'a donc pas été conçu pour diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.
- Un contact prolongé avec la peau est susceptible de provoquer une irritation cutanée ou une réaction allergique. Veuillez consulter un médecin en cas de symptômes persistants.
- Ce produit n'est pas un jouet. Il contient des petites pièces pouvant être avalées et qui pourraient engendrer un risque d'étouffement.

Avertissement – Stimulateurs cardiaques



Ce produit génère des champs magnétiques. Avant d'utiliser ce produit, toute personne portant un stimulateur cardiaque doit se faire conseiller par un médecin car le fonctionnement du stimulateur cardiaque peut en être affecté.

Remarque – Transport aérien



- Ce produit émet en permanence des ondes radio. Veuillez noter que, pour des raisons de sécurité, le transport et l'utilisation d'émetteurs radio ne sont pas autorisés dans les transports aériens pendant certaines phases de vol (par exemple, au décollage/à l'atterrissage).
- Renseignez-vous auprès de la compagnie aérienne avant d'embarquer sur votre vol pour savoir si vous pouvez emmener votre fitness tracker. En cas de doute, laissez le produit chez vous.

Avertissement - Batterie



- Utilisez exclusivement un chargeur approprié ou une connexion USB pour la recharge.
- N'utilisez plus des chargeurs ou des ports USB défectueux et n'essayez pas de les réparer.
- Ne surchargez ou ne déchargez pas totalement le produit.
- Évitez le stockage, le chargement et l'utilisation du produit à des températures extrêmes et à des pressions atmosphériques extrêmement basses (comme en haute altitude par exemple).

4. Premiers pas avec le fitness tracker "Fit Track 1900"

4.1 Recharge

- Rechargez entièrement votre fitness tracker avant la première utilisation.
- Reliez le contact de recharge [4] du fitness tracker avec un port USB libre de votre ordinateur ou un chargeur USB.
- Reportez-vous au mode d'emploi du chargeur USB que vous utilisez.

Remarque



- Le temps de charge pour une charge complète de la batterie dure environ 90 minutes. Dès que la batterie qui s'affiche à l'écran est entièrement chargée, le processus de charge se termine et vous pouvez retirer le fitness tracker.

4.2 Mise en marche et allumage

- Placez le fitness tracker sur votre poignet et attachez-le à l'aide de la fermeture.
- Maintenez la touche [1] appuyée pendant 3 secondes pour activer le fitness tracker.

Remarque



- La position du fitness tracker sur votre poignet n'influe pas sur ses fonctions.
- Le fitness tracker peut être porté sur chaque poignet. Il est également possible de le fixer à la fois sur ou sous le poignet.

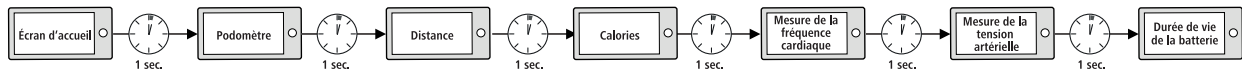
4.3 Utilisation - Structure des menus

- Appuyez ensuite sur la touche [1] afin d'activer l'écran de démarrage et de passer d'un affichage à un autre dans l'ordre indiqué.

Remarque



- Ce graphique est un aperçu de tous les éléments du menu du fitness tracker et de leur ordre d'affichage lors de la livraison.



5. Configurer le fitness tracker

5.1 Téléchargement de l'application Yoho Sports

Remarque

Le produit est compatible avec les systèmes d'exploitation suivants :

- iOS 8.1 ou version ultérieure
- Android 5.0 ou version ultérieure

- Ouvrez l'AppStore iTunes ou Google Play Store sur votre smartphone.
- Vous pouvez trouver l'application à l'aide de la fonction recherche.
- Téléchargez l'appli comme d'habitude et installez celle-ci sur votre smartphone. Pour ce faire, suivez les instructions de votre smartphone.

5.2 Appairage du fitness tracker avec votre smartphone

Remarque

Afin que votre fitness tracker affiche les appels, les SMS, les messages Whatsapp, activez le mode Push pour les messages dans les réglages de votre smartphone.

Appareil mobile Android/Apple

- Assurez-vous que la fonction *Bluetooth*[®] de votre smartphone et celle de votre fitness tracker sont activées.
- Lancez l'application sur votre smartphone et recherchez le fitness tracker "Fit Track 1900" dans **[Réglages (Android) / Paramètres (iOS)]** (en haut à gauche) dans le sous-menu **[Appareils]**.
- Sélectionnez ensuite votre fitness tracker "Fit1900" afin de le connecter à l'application.
- Le fitness tracker est maintenant connecté à l'application et la synchronisation est lancée.

Remarque

Pour commencer la synchronisation du fitness tracker avec l'application, appuyez en haut à droite sur la flèche circulaire.

Remarque

Afin de partager la progression de votre nombre de pas, la distance parcourue jusqu'ici ainsi que le nombre de calories brûlées jusqu'ici avec vos amis sur les réseaux sociaux, appuyez en haut à droite sur le symbole de partage.

6. Utilisation de l'application

6.1 Paramétrer les données personnelles

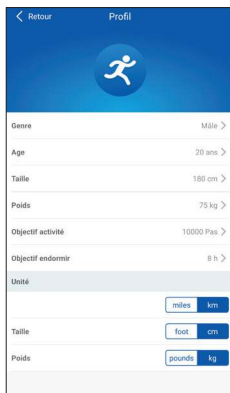
- Saisissez vos données personnelles comme votre sexe, votre âge, votre taille, votre poids ainsi que vos objectifs en termes d'activité et de sommeil dans les **[Réglages (Android) / Paramètres (iOS)]**, via le bouton en haut à gauche, dans le sous-menu **[Profil]**.
- Cliquez sur la rubrique de menu que vous souhaitez modifier. Un sous-menu s'ouvre ensuite dans lequel vous pouvez régler les paramètres.

Remarque



- Veuillez noter que la compatibilité de chaque fonction dépend de votre appareil.
- Veuillez consulter le mode d'emploi de votre appareil à ce sujet.
- Lors de la configuration de l'application, il vous sera demandé si l'application peut accéder aux fonctions de votre appareil.

iOS/Android :



6.2 Affichage dans le menu principal

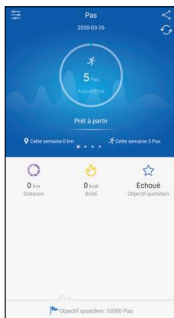
6.2.1 Podomètre

Vous voyez ici votre nombre de pas pour chaque jour et pour l'ensemble de la semaine. [🏃]

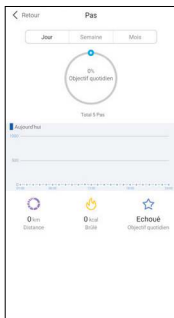
De plus, vous obtenez des informations concernant la distance parcourue pour chaque jour et l'ensemble de la semaine [📍] ainsi que les calories brûlées [🔥].

iOS/Android :

Nombre de pas



- Afin d'afficher une représentation graphique du nombre de vos pas pour chaque jour, pour une semaine complète ou un mois complet, appuyez sur le cercle situé au centre de l'écran.

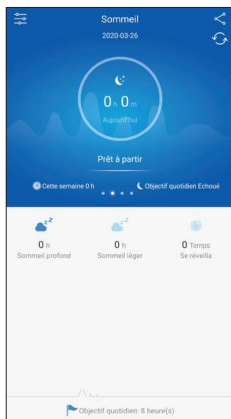


- De plus, ceci vous permet de voir l'objectif journalier que vous avez atteint sous forme de proportion. Vous pouvez définir cela dans les [Réglages (Android) / Paramètres (iOS)] sous [Profil] (voir Chapitre 6.3.1).

6.2.2 Mode sommeil

- Balayez vers la gauche sur l'écran pour afficher des informations relatives à votre rythme de sommeil chaque jour.

iOS/Android :



- Afin d'afficher une représentation graphique de la qualité de votre sommeil chaque jour, pour une semaine complète ou un mois complet, appuyez sur le cercle situé au centre de l'écran.



6.2.3 Enregistrement d'une mesure de fréquence cardiaque

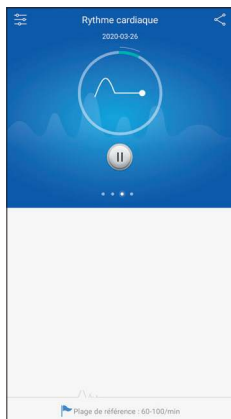
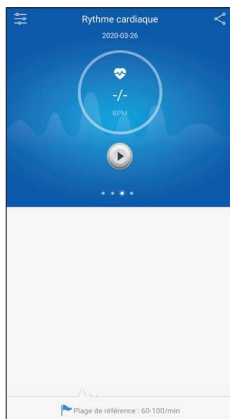
Remarque



Veillez noter que l'enregistrement de la fréquence cardiaque n'est possible dans l'historique que si une connexion *Bluetooth*® active entre le fitness tracker et l'application a été établie.

- Balayez vers la gauche sur l'écran si vous souhaitez effectuer une mesure de votre fréquence cardiaque.
- Pour démarrer une mesure de la fréquence cardiaque, appuyez sur le " bouton de démarrage".
Le fitness tracker commence à enregistrer votre fréquence cardiaque.

iOS/Android :



- Pour arrêter l'enregistrement de la mesure, appuyez sur le "bouton pause".
- Vous verrez dessous un historique de toutes les mesures déjà enregistrées de votre fréquence cardiaque.

6.2.4 Enregistrement d'une mesure de tension artérielle

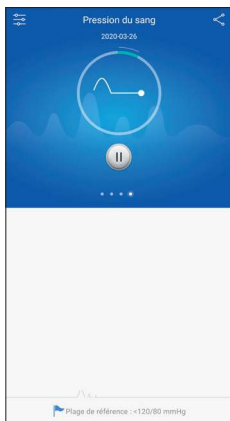
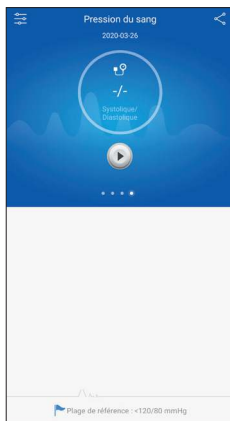
Remarque

Veillez noter que l'enregistrement de la tension artérielle n'est possible dans l'historique que si une connexion Bluetooth® active entre le fitness tracker et l'application a été établie.

Remarque

- Ce produit est un produit grand public et non un appareil médical. Il n'a donc pas été conçu pour diagnostiquer, traiter, guérir ou prévenir une maladie.
 - Les valeurs affichées sont, par conséquent, uniquement des valeurs indicatives et n'ont aucune validité générale. Veuillez consulter un médecin si vous avez des questions concernant votre tension artérielle.
- Balayez vers la gauche sur l'écran pour effectuer une mesure de votre tension artérielle.
- Pour activer la mesure de la tension artérielle, appuyez sur le "bouton de démarrage". Le fitness tracker commence à enregistrer votre tension artérielle.

iOS/Android :

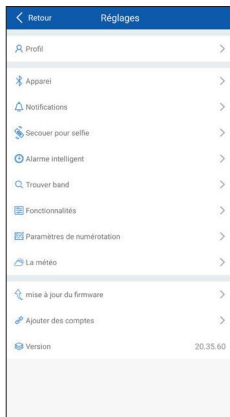


- Pour arrêter l'enregistrement de la mesure, appuyez sur le "bouton pause".
- Vous verrez dessous un historique de toutes les mesures enregistrées jusqu'ici de votre tension artérielle.

6.3 Réglages

Dans les [Réglages (Android) / Paramètres (iOS)] auxquels vous accédez via le bouton en haut à gauche, vous pouvez ajuster votre fitness tracker à vos besoins individuels.

iOS/Android :



6.3.1 Profil

Sélectionnez la rubrique [Profil] pour modifier vos données personnelles ainsi que vos objectifs.

6.3.2 Appareils

Sélectionnez la rubrique [Appareils] pour procéder à un nouvel appairage avec le fitness tracker.

6.3.3 Messages (Android)/Notifications (iOS)

Sélectionnez la rubrique [Notifications] (Android)/[Paramètres d'alerte] (iOS) pour activer la fonction de notification des différents services et applications.

6.3.4 Déclencheur à distance de l'appareil photo

- Sélectionnez la rubrique **[Secouer pour selfie]** (Android)/**[Bouger le bracelet pour prendre des photos]** (iOS) afin d'activer la fonction du déclencheur à distance l'appareil photo.
- Il vous suffit alors d'agiter votre fitness tracker pour prendre une photo avec votre smartphone.

6.3.5 Réveil

- Sélectionnez la rubrique **[Alarme]** pour régler différentes heures de réveil.
- En appuyant sur **[+]**, vous pouvez ajouter une alarme.
- Pour cela, réglez l'heure de l'alarme ainsi que le jour de la semaine souhaités dans le sous-menu.
- Confirmez votre sélection en appuyant sur Sauvegarder.

6.3.6 Recherche du fitness tracker

- Sélectionnez la rubrique **[Trouver band]** (Android)/**[Trouver une bande]** (iOS) afin de rechercher votre fitness tracker. Le fitness tracker vibre pendant environ 3 secondes.

6.3.7 Caractéristiques

- Sélectionnez la rubrique **[Fonctionnalités (Android) / Caractéristiques]** pour activer différentes fonctions du fitness tracker.

6.3.7.1 Inactivité (Android)/Alarme vous invitant à bouger (iOS)

- Activez la sous-rubrique **Inactivité** (Android)/**Alarme vous invitant à bouger** (iOS) afin de régler l'intervalle de temps du rappel. En cas d'inactivité, le fitness tracker se met à vibrer après l'intervalle de temps défini.

6.3.7.2 Activer l'écran d'un mouvement de bras vers le haut

- Activez cette fonction afin que l'écran du fitness tracker s'active lorsque vous tournez le poignet.

6.3.8 Météo

- Sélectionnez la rubrique **[La météo]** afin d'afficher le lieu où vous vous trouvez.

6.3.9 Micrologiciel

- Sélectionnez la rubrique **[Firmware]** pour rechercher une nouvelle version de l'application et actualiser l'application en cas de besoin.

7. Soins et entretien

- Nettoyez le produit uniquement à l'aide d'un chiffon non pelucheux légèrement humide ; évitez tout détergent agressif.
- Veillez à ce qu'aucun liquide ne pénètre dans le produit.

8. Exclusion de garantie

La société Hama GmbH & Co KG décline toute responsabilité en cas de dommages provoqués par une installation, un montage ou une utilisation non conformes du produit ou encore provoqués par le non-respect des consignes du mode d'emploi et/ou des signes de sécurité.

9. Caractéristiques techniques

Bluetooth® Version	4.0
Écran	OLED 0,86"
Dimensions	240 x 15 x 11
Poids	19 g
Classe de protection	IP65
Type de batterie	Lithium-polymère
Capacité de l'accu	55 mAh/3,7 V

10. Consignes de recyclage

Remarques concernant la protection de l'environnement :



Conformément à la directive européenne 2012/19/EU et 2006/66/CE, et afin d'atteindre un certain nombre d'objectifs en matière de protection de l'environnement, les règles suivantes doivent être appliquées : les appareils électriques et électroniques ainsi que les piles ne doivent pas être éliminés avec les déchets ménagers. Le consommateur doit retourner le produit/la batterie usagé(e) aux points de collecte prévus à cet effet. Il peut aussi les remettre à un revendeur. Les détails à ce sujet sont régis par la législation de chaque pays. Le pictogramme "picto" présent sur le produit, son manuel d'utilisation ou son emballage indique que le produit est soumis à cette réglementation. En permettant le recyclage des matériaux et des piles ou toute autre forme de valorisation d'anciens appareils, le consommateur apporte une contribution importante à la protection de notre environnement.

11. Déclaration de conformité












Hama GmbH & Co KG, déclare par la présente que cet appareil est conforme aux exigences fondamentales et aux autres dispositions pertinentes de la directive 2014/53/UE. Vous pouvez trouver la déclaration de conformité conformément à la directive correspondante à l'adresse www.hama.com.

Bandes de fréquences	2402 – 2480 MHz
Puissance de radiofréquence maximale	3,28 dBm

Controale și afișaje

1. Buton senzor
2. Curea detașabilă
3. Închiderea
4. Contact de încărcare

Simboluri afișaj:

	Calculator pasi
	Calorii arse
	Distranta parcursa
	Masurarea ritmului cardiac
	Masurarea tenstiunii arteriale
	Notificari
	Alarma
	Movement reminder
	Statusul bateriei

Vă mulțumim că ați ales un produs Hama.

Faceți-vă timp și citiți complet instrucțiunile și informațiile următoare. Vă rugăm să păstrați aceste instrucțiuni într-un loc sigur pentru referințe viitoare.

Noua ta bratară fitness este însoșitorul ideal pentru un stil de viață sănătos și te va motiva să fii activ pe tot parcursul zilei. Pe lângă afișarea orei și a datei, colectează și date despre numărul de pași pe care i-ai făcut, ritmul cardiac și kaloriile pe care le-ai ars. Conexiunea wireless prin *Bluetooth*® la smartphone-ul dvs. vă permite să documentați datele din aplicația asociată și, prin urmare, să urmăriți constant succesul dvs. Verificați aici când ați atins obiectivul dvs. de fitness personal!

1. Explicarea simbolurilor și notelor de avertizare

Avertizare



Acest simbol este utilizat pentru a indica instrucțiuni de siguranță sau pentru a vă atrage atenția asupra pericolelor și riscurilor specifice.

Notă



Acest simbol este utilizat pentru a indica informații suplimentare sau note importante.

2. Conținutul pachetului

- Tracker fitness „Fit Track 1900”
- Instrucțiuni de utilizare

3. Instrucțiuni de siguranță

- Acest produs este destinat numai pentru uz privat, non-comercial.
- Utilizați produsul numai în scopul prevăzut.
- Protejați produsul de murdărie, umiditate și supraîncălzire și folosiți-l numai în medii uscate.
- Nu folosiți produsul în imediata apropiere a încălzitoarelor, a altor surse de căldură sau în lumina directă a soarelui.
- Nu folosiți produsul în afara limitelor de putere specificate în datele tehnice.
- Nu folosiți produsul în zone în care produsele electronice nu sunt permise.
- Bateria este integrată și nu poate fi scoasă.
- Nu deschideți dispozitivul dacă este deteriorat.
- Nu încercați să reparați singur produsul.
- Nu expuneți produsul la șocuri majore.
- Nu modificați produsul în niciun fel. Făcând acest lucru, se anulează garanția.
- Eliminați imediat materialul de ambalare în conformitate cu reglementările locale aplicabile.
- Nu incinerati bateria sau produsul.
- Nu modificați sau deteriorați / încălziți / dezasamblați bateriile / bateriile reincărcabile.
- În timp ce conduceți o mașină sau folosiți echipament sportiv, nu lăsați să fiți distras de produsul și fiți atenți la traficul și împrejurimile sale
- Consultați medicul înainte de a începe un program de exercitii fizice.
- Conștientizați întotdeauna răspunsul corpului dvs. atunci când faceți exerciții fizice și vorbiți cu medicul dvs. în caz de urgență.
- Consultați medicul dumneavoastră dacă aveți o afecțiune medicală și doriți să utilizați produsul.
- Acesta este un produs de consum, nu un dispozitiv medical. Prin urmare, nu este destinat diagnosticului, terapiei, vindecării sau prevenirii bolilor.
- Contactul prelungit cu pielea poate duce la iritații și alergii ale pielii. Consultați un medic dacă simptomele persistă.
- Acest produs nu este o jucărie. Conține părți mici înghițitoare care prezintă un pericol de sufocare.

Avertisment - stimulator cardiac



Acest produs generează câmpuri magnetice. Persoanele cu stimulator cardiac trebuie să consulte un medic înainte de a utiliza acest produs, deoarece funcția corectă a stimulatorului cardiac poate fi afectată.

Informații – Trafic aerian



- Acest produs este un emițător constant de semnale radio. Vă rugăm să rețineți că transportul și utilizarea emisiilor în anumite faze ale zborului (de exemplu decolare / aterizare) nu sunt permise din motive de siguranță.
- Consultați-vă cu compania aeriană înainte de a zbura dacă poate fi luat la bord bratară dvs. de fitness. Dacă aveți îndoieli, lăsați produsul acasă.

Avertisment - baterie reîncărcabilă



- Utilizați numai dispozitive de încărcare adecvate sau conexiuni USB pentru a încărca produsul.
- Nu folosiți încărcătoare defecte sau porturi USB și nu încercați să le reparați.
- Nu supraîncărcați produsul și nu lăsați bateria să se descarce complet.
- Evitați stocarea, încărcarea și utilizarea la temperaturi extreme și la presiuni atmosferice extrem de scăzute (cum ar fi la altitudini mari).

4. Primii pași cu "Bratară Fit Track 1900"

4.1 Încărcarea

- Încărcați-vă complet tracker-ul de fitness înainte de a îl utiliza pentru prima dată.
- Conectați contactul de încărcare al trackerului de fitness [4] la un port USB gratuit al computerului sau la un încărcător USB.
- Pentru a face acest lucru, consultați instrucțiunile de operare pentru încărcătorul USB pe care îl utilizați.



Notă

- Timpul de încărcare pentru o încărcare completă a bateriei este de aproximativ 90 de minute. De îndată ce bateria afișată pe afișaj este complet încărcată, procesul de încărcare este complet și puteți deconecta trackerul de fitness.

4.2 Pornirea

- Așezați trackerul de fitness în jurul încheieturii și fixați-l folosind închiderea.
- Țineți apăsat butonul senzorului [1] timp de 3 secunde pentru a porni bratară de fitness.

Notă



- Poziția pe încheietura mâinii nu contează pentru funcția de fitness tracking.
- Fitness tracker-ul poate fi purtat pe orice încheietura mâinii. De asemenea, este posibil să-l puneți atât deasupra cât și de sub încheietura mâinii.

4.3 Funcționare - Structura meniului

- Apăsați butonul senzorului [1] pentru a activa ecranul de pornire și pentru a comuta între afișaje în secvența prezentată

Notă



- Acest grafic este un rezumat al tuturor elementelor din meniu care pot fi afișate pe trackerul de fitness și secvența de afișări la livrare.



5. Configurarea bratarii

5.1 Descărcarea Yoho Sports app

Notă

Sunt acceptate următoarele sisteme de operare:

- iOS 8.1 sau o versiune ulterioară
- Android 5.0 sau o versiune ulterioară

- Deschideți iTunes AppStore sau Google Play Store pe smartphone.
- Puteți găsi aplicația folosind funcția de căutare.
- Descărcați aplicația normal și instalați-o pe smartphone. Pentru a face acest lucru, urmați instrucțiunile de pe smartphone. Asociați fitness tracker-ului cu smartphone-ul

5.2 Asocierea fitness tracker-ului cu smartphone-ul

Notă

Pentru ca trackerul dvs. de fitness să afișeze apeluri, mesaje text și mesaje WhatsApp, activați modul push pentru mesajele din setările smartphone-ului dvs.

Dispozitive mobile Android / Apple

- Asigurați-vă că funcția *Bluetooth*® este pornită pe smartphone și pe trackerul dvs. de fitness.
- Porniți aplicația pe smartphone și căutați în submeniul **[Dispozitive]** din **[Setări]** (stânga sus) pentru fitness „Fit Track 1900”.
- Selectați acum trackerul dvs. fitness „Fit1900” pentru a-l asocia cu aplicația. Fitness tracker este acum conectat la aplicație și începe sincronizarea.

Notă

Pentru a începe sincronizarea fitness tracker-ului cu aplicația, apăsați săgeata circulară din partea din dreapta sus.

Notă

Pentru a vă împărtăși progresul în pași, distanța pe care ați parcurs-o până acum și kaloriile pe care le-ați ars cu prietenii de pe rețelele de socializare, apăsați simbolul Share în partea dreaptă sus.

6. Folosirea aplicației

6.1 Setarea datelor personale

- În **[Setări]**, folosind butonul din stânga, introduceți datele dvs. personale în submeniul **[Profil]** cum ar fi sexul, vârsta, înălțimea, greutatea și obiectivele de activitate și somn.
- Alegeți elementul de meniu pe care doriți să îl editați, atingând-l. Se va deschide apoi un submeniu în care puteți introduce setările relevante.

Notă

- Vă rugăm să rețineți că dispozitivul dvs. terminal trebuie să accepte anumite funcții dacă acestea vor fi utilizate.
- Pentru mai multe informații, consultați instrucțiunile de funcționare ale dispozitivului terminal.
- În timp ce configurați aplicația, vi se va cere dacă aplicația are permisiunea de a accesa funcțiile dispozitivului dvs. terminal.

iOS/Android:



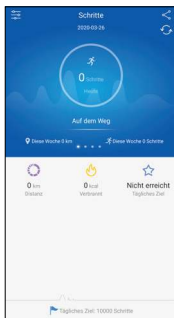
6.2 Afisaj in meniul principal

6.2.1 Masurarea numarului pasilor

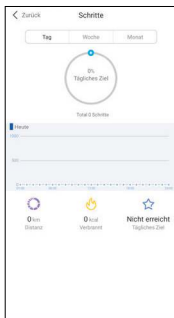
Iată unde veți găsi numărul de pași pe care i-ați făcut în acea zi și pe parcursul întregii săptămâni. [🏃] De asemenea, veți găsi informații despre distanța parcursă în acea zi și pe întreaga săptămână [📍], precum și despre calorii arse [🔥].

iOS/Android:

Pasi



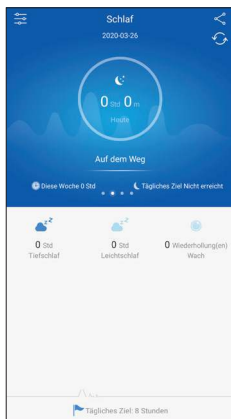
- Pentru a vizualiza o grafică a numărului de pași pe care i-ați făcut pe o anumită perioadă, pe parcursul unei săptămâni întregi sau într-o lună întreagă, apăsați cercul din mijlocul ecranului.



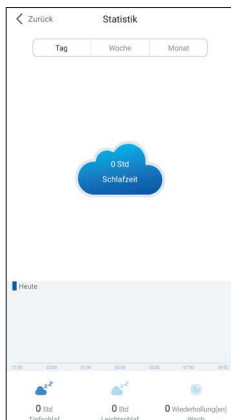
- Această vizualizare vă arată, de asemenea, proporția atinsă de obiectivul dvs. zilnic. Puteți defini acest lucru în [Setări] sub [Profil] (vezi Secțiunea 6.3.1).

6.2.2 Sleep

- Glisați în stânga pe ecran pentru a vedea informații despre ritmul somnului pentru ziua respectivă.
iOS/Android:



- Pentru a vizualiza o grafică a calității somnului dvs. pentru o anumită zi, o săptămână întreagă sau o lună întreagă, apăsați cercul din mijlocul ecranului.



6.2.3 Înregistrarea ritmului cardiac

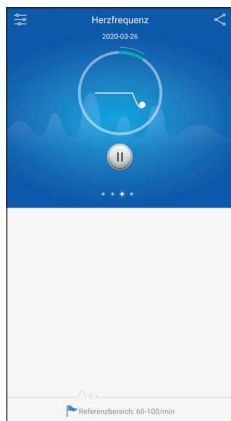
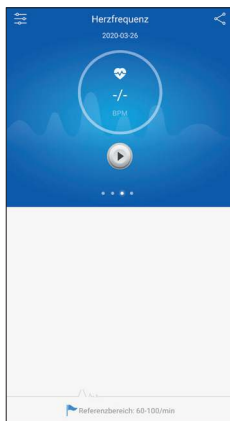
Notă



Rețineți că înregistrarea frecvenței cardiace în istoric este posibilă numai dacă există o conexiune *Bluetooth*® activă între trackerul de fitness și aplicație.

- Glisați în stânga pe ecran dacă doriți să vă măsurați ritmul cardiac.
- Pentru a începe măsurarea ritmului cardiac, atingeți butonul „Start”. Fitness tracker începe să înregistreze ritmul cardiac.

iOS/Android:



- Pentru a opri înregistrarea, atingeți butonul „Pauză”.
- Sub ea veți vedea un istoric al măsurătorilor ritmului cardiac înregistrat până acum.

6.2.4 Înregistrarea tensiunii arteriale

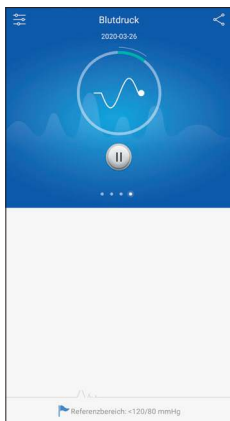
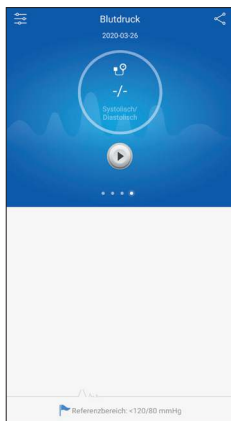
Notă

Vă rugăm să știți că înregistrarea tensiunii arteriale în istoric este posibilă numai dacă există o conexiune Bluetooth® activă între trackerul de fitness și aplicație.

Notă

- Acesta este un produs de consum, nu un dispozitiv medical. Prin urmare, nu este destinat diagnosticului, terapiei, vindecării sau prevenirii bolilor.
 - Valorile afișate reprezintă prin urmare doar valori aproximative, orientative și nu sunt în general valide. Vă rugăm să consultați un medic dacă aveți întrebări cu privire la tensiunea arterială.
- Glisați spre stânga dacă doriți să vă măsurați tensiunea arterială.
- Pentru a începe înregistrarea tensiunii arteriale, atingeți butonul „Start”. Fitness tracker începe să vă înregistreze tensiunea arterială.

iOS/Android:

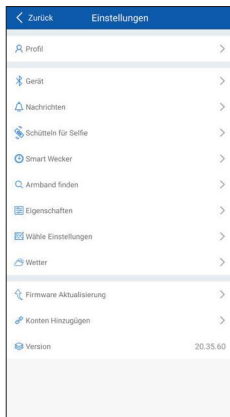


- Pentru a opri înregistrarea, atingeți butonul „Pauză”.
- Sub aceasta veți vedea un istoric al măsurătorilor tensiunii arteriale înregistrate până acum.

6.3 Setari

În [Setări], la care puteți accesa apăsând butonul din partea stângă sus, puteți personaliza trackerul de fitness în funcție de nevoile dvs. individuale

iOS/Android:



6.3.1 Profil

Selectați articolul [Profil] pentru a vă adapta datele personale și obiectivele.

6.3.2 Dispozitive

Selectați elementul [Dispozitive] pentru a stabili o nouă asociere cu trackerul de fitness.

6.3.3 Mesaje (Android) / Notificari (iOS)

Selectați elementul [Notificări] (Android) / [Setări de alertă] (iOS) pentru a activa funcția de notificare pentru diverse aplicații și servicii.

6.3.4 Declanșatorul camerei la distanță

- Selectați elementul **[Agitare pentru selfie]** (Android) / **[Agitare pentru fotografie]** (iOS) pentru a activa funcția de declanșare a camerei la distanță.
- Scuturându-vă trackerul de fitness vă permite să faceți o fotografie cu smartphone-ul.

6.3.5 Ceas cu alarmă

- Selectați elementul **[Alarmă]** pentru a seta diferite ore de alarmă.
- Puteți adăuga o alarmă apăsând **[+]**.
- Pentru a face acest lucru, selectați ora de alarmă necesară în submeniu și ziua săptămânii.
- Confirmați selecția apăsând **Salvare**.

6.3.6 Găsiți un tracker de fitness

- Selectați elementul **[Găsiți banda]** (Android) / **[Găsiți bandă]** (iOS) pentru a găsi tracker de fitness. Fitness tracker vibrează în jur de 3 secunde.

6.3.7 Proprietăți

- Selectați elementul **[Funcții]** pentru a activa diferite funcții de urmărire de fitness.

6.3.7.1 Memento pentru inactivitate (Android) / Mișcare (iOS)

- Activați sub-elementul **Inactivitate** (Android) / **Memento memento** (iOS) pentru a seta un interval de timp pentru memento. Când sunteți inactiv, fitness tracker-ul va vibra după intervalul de timp setat.

6.3.7.2 Porniți afișajul cu ridicarea mainii

- Activați această funcție pentru a permite activarea afișării trackerului de fitness atunci când rotiți încheietura mâinii.

6.3.8 Vremea

- Selectați elementul **[Meteo]** pentru a vizualiza vremea la locația dvs. curentă.

6.3.9 Firmware

- Selectați elementul **[Firmware]** pentru a căuta o versiune mai nouă a aplicației și pentru a o actualiza dacă este necesar.

7. Îngrijire și întreținere

- Curățați acest produs numai cu o cârpă ușor umedă, fără scame și nu folosiți agenți de curățare agresivi.
- Asigurați-vă că nu poate intra apă în produs.

8. Renunțarea la garanție

Hama GmbH & Co KG nu își asumă nicio răspundere și nu oferă nicio garanție pentru daunele rezultate din instalarea / montarea necorespunzătoare, din utilizarea necorespunzătoare a produsului sau din nerespectarea instrucțiunilor de exploatare și / sau a notelor de siguranță.

9. Date tehnice

Versiune <i>Bluetooth</i> [®]	4.0
Afișaj	OLED de 0.86 "
Dimensiuni	240 x 15 x 11
Greutate	19g
Clasa de protecție	IP65
Tip Baterie	polimer litiu
Capacitatea bateriei	55mAh / 3.7V

10. Informații privind reciclarea

Notă privind protecția mediului:



După implementarea Directivei Europene 2012/19 / UE și 2006/66 / UE în sistemele juridice naționale, se aplică următoarele: dispozitivele electrice și electronice, precum și bateriile nu trebuie eliminate cu deșeurile menajere. Prin lege, consumatorii sunt obligați să returneze dispozitivele electrice și electronice, precum și bateriile în punctele de colectare publice sau la punctul de vânzare la sfârșitul duratei de viață. Informații detaliate despre acest subiect sunt definite în legile naționale ale țării respective. Simbolul de mai jos de pe produs, instrucțiuni de operare sau pachet indică faptul că produsul este supus acestor reglementări. Reciclarea, reutilizarea materialelor sau a altor forme de utilizare a dispozitivelor / bateriilor vechi, contribuie important la protejerea mediului nostru.

11. Declarație de conformitate



Hama GmbH & Co KG declară prin prezenta că acest dispozitiv respectă cerințele esențiale și alte dispoziții relevante din Directiva 2014/53 / UE. Declarația de conformitate în conformitate cu directiva relevantă poate fi găsită pe www.hama.com.

Banda de frecvență	2402 – 2480 MHz
Putere maximă de frecvență radio transmisă	3.28 dBm

hama®

Hama GmbH & Co KG
86652 Monheim / Germany

Service & Support

🌐 www.hama.com

☎ +49 9091 502-0

D

GB



CE

www.hama.com/nep

All listed brands are trademarks of the corresponding companies. Errors and omissions excepted, and subject to technical changes. Our general terms of delivery and payment are applied.

00178600/06.20