

Ръководство на потребителя за смарт фитнес гривна за активност Beurer AS 98



I. Включено в комплекта:

- 1 x фитнес гривна Beurer AS 98
- 1 x USB кабел за зареждане
- 1 x инструкции за употреба

Проверете целостта на опаковката при доставка на уреда и се уверете, че всички компоненти на устройството са налице. Преди употреба се уверете, че няма видими следи от повреда върху уреда или неговите компоненти. Ако имате съмнения, че устройството е с нарушена цялост, моля свържете се с търговеца от когото сте го закупили. Премахнете всички опаковъчни материали от устройството преди да го използвате.

Запазете тези инструкции за употреба за по-нататъшна употреба. Ако дадете устройството на друг, моля предайте им и тези инструкции за употреба.

II. Предназначение на устройството:

Защо трябва да носим смарт гривна?

Физическата активност ви поддържа в добра форма и понижава риска ви от сърдечно-съдови заболявания и проблеми с кръвообращението. Освен това физическата активност ви помага да намалите теглото си.

Сензорната смарт гривна Beurer AS 98 ви дава възможността да записвате и оценявате обективно ежедневните си движения. Това може да ви мотивира да увеличите ежедневните си упражнения. В допълнение тази гривна има и сензор за измерване на сърдечния ви ритъм. По този начин може да измервате сърдечната си честота в реално време на китката си.

С безплатното приложение „beurer HealthManager“ може лесно да прехвърлите данните за движението си от гривната към вашия смартфон и лесно да виждате вашите записи на смартфона си по всяко време. Освен това може да видите записите на пулса си чрез проследяване на живо (възможно е само с приложението), с помощта на други спортни приложения. В допълнение може да получавате нотификации за получени повиквания или получени съобщения (напр. текстови съобщения, Facebook Messenger или WhatsApp съобщения). По този начин може да сте информирани за всички ваши нотификация бързо, лесно и удобно.

Когато комбинирате смарт гривната Beurer AS 98 и приложението „beurer HealthManager“ получавате следните функции:

- Показване на дата и час
- Измерване на сърдечния ви ритъм
- Показване на направените стъпки
- Показване на изгорени калории
- Показване на изминатото разстояние всеки ден
- Показване на времето на активност
- Показване на прогреса към дневната ви цел (в проценти %)
- Преглед на индивидуалните фази на сън
- Подсещане за движение
- Нотификации за обаждания и съобщения (текстови съобщения, WhatsApp съобщения)

Технически изисквания за приложението „Beurer HealthManager“:

iOS ≥ 10.0 /

Android™ ≥ 5.0

Bluetooth® ≥ 4.0



Прехвърляне на данни чрез Bluetooth®:

Тази фитнес гривна използва Bluetooth® нискоенергийна технология, честотна лента 2.4000–2.4835 GHz, максимална предавателна мощност, излъчвана в честотната лента <20 dBm, съвместима със смартфони / планшети Bluetooth® 4.0.

Техническата информация подлежи на промяна без уведомление, за да са възможни актуализации.

III. Съвети относно безопасна употреба:

- Избягвайте контакт със слънцезащитни кремове и други подобни продукти, защото могат да повредят пластмасата на устройството.
- Дръжте опаковката на това устройство далеч от деца – риск от задавяне и задушаване!
- Устройството има защита от временно потапяне във вода. Също така е защитено от намокряне (например капки дъжд). Ако използвате устройството под душа или го потопите във вода, в редки случаи е възможно водното налягане да е прекалено голямо и да повреди устройството. Употребата на гривната по време на плуване и потапянето ѝ във вода не са препоръчителни.
- Устройството съдържа магнити. Моля консултирайте се с лекар, преди да го използвате, ако имате поставен пейсмейкър, дефибрилатор или друг електронен имплант.
- Консултирайте се с лекар преди да започнете нова тренировъчна програма.
- Устройството не е медицински уред. Измерените стойности не могат да се използват за диагностика или лечение на заболявания.

Инструкции относно батерии

- Ако кожата или очите ви влязат в контакт с течност от батерии, измийте веднага с вода и потърсете лекар.
- Пазете батериите от висока температура.
- Заредете батерията напълно преди първа употреба.
- Не разглобявайте, мачкайте или разрязвайте батериите.
- Не хвърляйте батериите в огън – риск от експлозия!
- Използвайте само одобрени от производителя зарядни устройства.
- Зареждайте батерията напълно поне веднъж на 3 месеца.
- Трябва да заредите батериите правилно преди употреба.

IV. Първоначална употреба:

Когато използвате гривната за пръв път трябва да заредите устройството според инструкциите в т. V Зареждане на батерията

1. Уверете се, че смартфонът ви е свързан с Интернет.
2. Активирайте Bluetooth® в настройките на вашия смартфон.
3. Свалете безплатното приложение „beurer HealthManager“ от Apple App Store (iOS) или Google Play Store (Android™).



4. Стартирайте приложението и следвайте инструкциите на екрана. Изберете **AS 98** в менюто с настройки на приложението и го свържете. Появява се произволно генериран 6-цифрен PIN код върху гривната, а на телефона се появява поле, в което да въведете този код. След успешно свързване може да зададете личните си данни. Ако желаете може да активирате/зададете аларми, да настроите нотификации за обаждания и съобщения и да активирате/зададете подсеждане за движение.

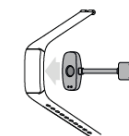
Съвети за успешно свързване на гривната със смартфон:

- Поставете смартфона в максимална близост до гривната.
- Спазвайте дистанция от 30 метра от други Bluetooth® устройства.

V. Зареждане на батерия:

Когато индикаторът за заряд на батерията покаже, че батерията е изхабена трябва да я заредите по следния начин:

1. Включете компютъра си и свържете USB крайника на USB зарядния кабел към свободен USB порт на компютъра.
2. Свържете магнитното закрепване на USB зарядния кабел към гривната, както е показано. Уверете се, че кабелът е поставен правилно. Само тогава батерията ще бъде заредена.
3. Текущото състояние на зареждане се показва от индикатора за състоянието на батерията. Обикновено пълното зареждане на батерията отнема около 2 часа. След като батерията на устройството е напълно заредена, на дисплея се появява →



Внимание: Не зареждайте гривната, ако двата контакта за зареждане в задната част на устройството са мокри. Ако е необходимо, внимателно подсушете контактите с кърпа. Ако изтича течност от батерия, поставете защитни ръкавици и изхвърлете устройството.

VI. Поставяне на гривната:

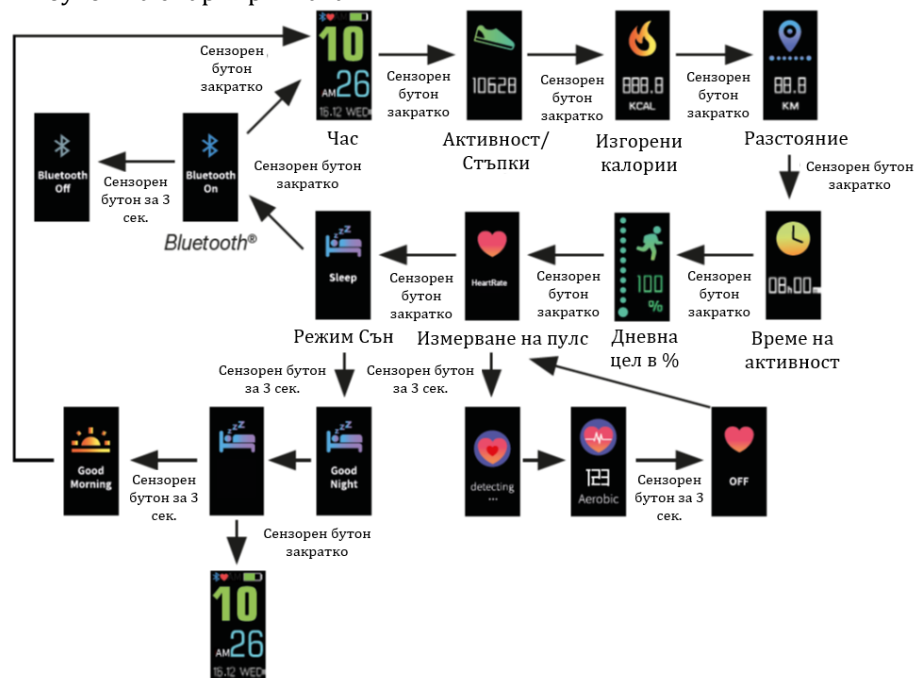
Поставете гривната на лявата си ръка, ако сте десничар и на дясната си ръка, ако сте левичар.

1. Носете гривната на около 3-8 см над китката си.
2. Уверете се, че светлинният сензор в задната част на устройството има достатъчен контакт с кожата ви.

Бележка: Ако често ръцете ви са студени или страдате от слаба циркулация на кръв ви препоръчваме да направите упражнения за загряване преди да поставите сензора, за да може отчетените стойности да са точни.

VII. Преглед на функции на фитнес гривната:

- Гривната има следните функции: час, дата, статус на батерия, крачкомер, изгорени калории, изминато разстояние, време на активност, дневна цел, измерване на сърдечния ритъм и режим Сън.
- Стойностите се нулират всеки ден в полунощ и броячът започва отначало.
- За да превключвате между отделните функции, натиснете сензорния бутон на смарт гривната.



Дата/Час/Състояние на батерията:

Гривната показва текущото време, датата и състоянието на батерията. След като гривната се синхронизира със смартфона, часа и датата на смартфона се прехвърлят към нея. Състоянието на батерията е показано в горния десен ъгъл на дисплея. Ако сте активирали Bluetooth® на гривната ще видите иконата на Bluetooth® на дисплея. Ако устройството се опитва да установи връзка със смартфон, иконата за Bluetooth® ще мига на дисплея.

Важно: Зареждайте батерията често, за да може да запазвате и преглеждате данните си за продължителен период от време.



Активност:

Гривната показва движението ви в стъпки. Стъпките се записват с 3D сензор, който се намира в гривната.



Изгорени калории:

Гривната изчислява изгорените от вас калории с помощта на данните, които сте въвели в приложението (височина, възраст, пол, тегло) и стъпките, които сте направили. Когато се събудите сутрин, гривната ще покаже цифрата на броя на вече изгорените калории, тъй като тялото ви изгаря калории и докато почива. Устройството ви показва общия брой на изгорени калории – по време на почивка и на физическа активност.



Разстояние:

Гривната изчислява дължината на крачката ви, използвайки височината, която сте въвели в приложението. Може ръчно да регулирате дължината на крачката. След това гривната използва дължината на крачката и броя стъпки за изчисляване на разстоянието, което сте изминали. Показаното разстояние е приблизително и не е задължително да съответства на действително изминатото разстояние.



Време на активност:

Времето на активност ви показва колко дълго сте били активни. То отброява само времето, през което сте се движили.



Дневна цел:

Можете да зададете дневна цел в настройките на приложението „beurer HealthManager“ (например 10 000 стъпки). Можете да видите текущия напредък към зададената дневна цел (в %) на дисплея на гривната.



Сърдечен ритъм:

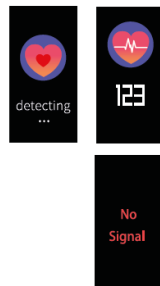
Гривната има оптичен сензор, който ви помага да измерите пулса си в реално време.

Важно: Не е възможно да измервате сърдечния си ритъм, ако гривната е в режим Сън. Ако гривната няма достатъчно батерия трябва да я заредите преди да измерите сърдечния си ритъм.

- За да започнете измерването на пулса, натиснете сензорния бутон многократно докато не видите следния екран на дисплея →



2. Ако натиснете и задържите сензорния бутон за 3 секунди на дисплея ще се появи “detecting” и гривната ще започне да измерва сърдечния ви ритъм.



Когато гривната измери стойността на сърдечния ви ритъм ще го видите на дисплея. Ако гривната не успее да измери сърдечния ви ритъм на дисплея излиза “No Signal”. В този случай проверете дали сензорът на гърба на гривната има достатъчен контакт с кожата ви и се уверете, че по кожата ви няма прах, мръсотия или други частици. След това натиснете сензорния бутон отново, за да активирате измерването на сърдечния ви ритъм отново.

3. За да спрете измерването натиснете и задържете сензорния бутон за 3 секунди.

Инцидентната светлина и прекомерните движения може да повлияят върху точността на измерването. Следователно трябва да се уверите, че гривната е поставена на китката ви стегнато, но не прекалено.

Обхват на сърдечната честота:

Докато текущият ви сърдечен пулс е показан на дисплея на устройството, гривната също ви показва и вашия текущ обхват на тренировка. Максималната сърдечна честота автоматично се извежда от следната формула: $220 - \text{възраст} = \text{максимален сърдечен ритъм}$. Индивидуалните диапазони на тренировка се изчисляват, като се използва максималния сърдечен ритъм. Пулсът е предварително зададен в следните тренировъчни диапазони. Това обаче може да се промени в приложението:

	<p>„Изгаряне на мазнини“ излиза на дисплея, ако настоящия ви сърдечен ритъм е между 50% и 60% от максималния ви сърдечен ритъм.</p>		<p>„Анаеробик“ излиза на дисплея, ако настоящия ви сърдечен ритъм е между 80% и 90% от максималния ви сърдечен ритъм.</p>
	<p>„Аеробик“ излиза на дисплея, ако настоящия ви сърдечен ритъм е между 60% и 70% от максималния ви сърдечен ритъм.</p>		<p>„Максимален“ излиза на дисплея, ако настоящия ви сърдечен ритъм е над 90% от максималния ви сърдечен ритъм.</p>



„Постоянен“ излиза на дисплея, ако настоящия ви сърдечен ритъм е между 70% и 80% от максималния ви сърдечен ритъм.

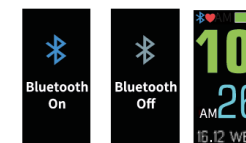
Режим Сън:

За да измерите движенията си докато спите, превключете устройството в режим Сън преди да заспите. За целта натиснете сензорния бутон многократно, докато не стигнете до екран → Натиснете и задържете сензорния бутон за 3 секунди. На екрана се появява “Good night” и устройството преминава в режим Сън. Докато устройството е в режим Сън не могат да бъдат извършвани измервания на сърдечния ви ритъм. Когато се събудите натиснете сензорния бутон, за да деактивирате режима Сън. На екрана ще видите “Good morning”.



Активиране/деактивиране на Bluetooth®

Bluetooth® е включен по подразбиране. Това е показано чрез логото Bluetooth®, което може да видите на дисплея.

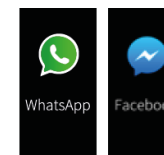


За да изключите Bluetooth® натиснете сензорния бутон докато не видите “Bluetooth On” на екрана. Натиснете и задържете сензорния бутон за 3 секунди. На екрана се появява “Bluetooth Off”. Функцията Bluetooth вече е изключена. За да я включите отново, натиснете и задържете сензорния бутон за 3 секунди. “Bluetooth On” се появява на дисплея.

Бележка: Ако изключите Bluetooth функцията вече е невъзможно да прехвърляте отчетените данни от гривната към смартфона си.

Нотификации:

Можете да получавате нотификации на дисплея на гривната, когато получавате съобщения или обаждания на вашия смартфон. Гривната включва следните функции (стига да е свързана с вашия смартфон и да имате инсталирано приложението “beurer HealthManager”). Известията се появяват на дисплея на гривната, само ако сте активирали функцията „push“ на вашия смартфон. Ако хората които ви търсят са запаметени във вашия смартфон (с име и телефонен номер), на екрана на гривната ще се появят имената им.



VIII. Прехвърляне на данни към смартфон:

За да прехвърлите записаните данни от гривната към приложението „beurer HealthManager“, направете следното:

1. Активирайте Bluetooth® на вашия смартфон.
2. Отворете приложението „beurer HealthManager“.
3. Свържете гривната към приложението. Сега данните ви автоматично се прехвърлят към смартфона.

IX. Почистване:

Редовно почиствайте гривната с влажна кърпа. Отстранявайте остатъците от кожа и мръсотия от каишката, и особено от контактните повърхности от вътрешната страна на каишката, така че материалът да не се повреди.

X. Регулаторна информация:



По закон празните батерии трябва да се изхвърлят на специално обозначените за целта места, в пунктовете за рециклиране или при търговците на електроника. Кодовете по-долу са отпечатани на батерии, съдържащи вредни вещества:

Pb = Батерията съдържа олово

Cd = Батерията съдържа кадмий

Hg = Батерията съдържа живак



Поради екологични съображения не изхвърляйте устройството в битовите отпадъци след края на експлоатационния му живот. Изхвърлете устройството в пункт за събиране или рециклиране.

Изхвърляйте устройството в съответствие с WEEE директивата на ЕС (Отпадъчно електрическо и електронно оборудване).

Устройството отговаря на изискванията на Директива 2014/53/ЕС на Европейския парламент и на Съвета от 16 април 2014 година за хармонизирането на законодателствата на държавите членки във връзка с предоставянето на пазара на радиосъоръжения.

CE Устройството отговаря на изискванията на европейските и местни директиви.

IP 67 Устойчив на прах и защитен от ефектите от временно потапяне във вода.

XI. Гаранционни условия:

В случай на гаранционни оплаквания, обърнете се към вашия търговец или оторизиран сервиз. Ако връщате уреда, прикачете копие от касовата бележка и кратко описание на дефекта. Приложими са следните гаранционни условия:

1. Гаранционният период е 3 години, считано от датата на покупката. В случай на гаранционни оплаквания, датата на покупка трябва да бъде удостоверена с касова бележка или фактура.
2. Поправки на уреда или части от него не удължават периода на гаранцията.
3. Гаранцията се смята за невалидна в следните случаи:
 - ❖ Неправилна употреба (неспазване на инструкциите за употреба).
 - ❖ Опити за поправка от страна на потребителя или неоторизирани трети лица.
 - ❖ Транспортни повреди от производителя към клиента или по време на транспорт до сервизния център.
 - ❖ Гаранцията не важи за аксесоари, предмет на нормално износване (маншети, батерии).
4. Beurer не носи отговорност за преки или косвени загуби, предизвикани от продукта, дори ако повредата му е призната гаранционно.

Повече информация за продукта ще намерите на www.polycomp.bg.