

Fitnessuhr mit Full-Touch Display

Art.-Nr. 133968784

BEDIENUNGSANLEITUNG

Vielen Dank, dass Sie sich für den Kauf dieses Produkts entschieden haben. Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung aufmerksam durch, bevor Sie das Gerät in Betrieb nehmen, und bewahren Sie die Anleitung für späteres Nachschlagen sicher auf.



Inhalt

1. AdorHealth APP	03
2. Akku laden und Erstinbetriebnahme	04
3. Bluetooth-Verbindung	05
4. Bedienung.....	08
5. Die Funktionen Ihrer Fitnessuhr	09
5.1 Sportmodus.....	09
5.2 Trainingsaufzeichnung.....	09
5.3 Schlafstatistik	09
5.4 Puls, Blutdruck, Blutsauerstoff.....	10
5.5 Push-Nachrichten.....	10
5.6 Atemübungen	11
5.7 Wetterinformationen	11
5.8 Alarm	11
5.9 Stoppuhr	12
5.10 Musik.....	12
5.11 Smartphone suchen	12
5.12 Gesundheitsassistent für Frauen.....	13
5.13 Kamera-Fernbedienung	13
5.14 Einstellungen	14
5.15 Trink-Erinnerung	14
5.16 Bewegungserinnerung.....	14
5.17 Übertragung/Ziffernblattwechsel	15
5.18 Software-Update	15
6. Besonderheiten.....	15
6.1 Benutzung bei feuchter Umgebung	15
7. Technische Daten.....	15

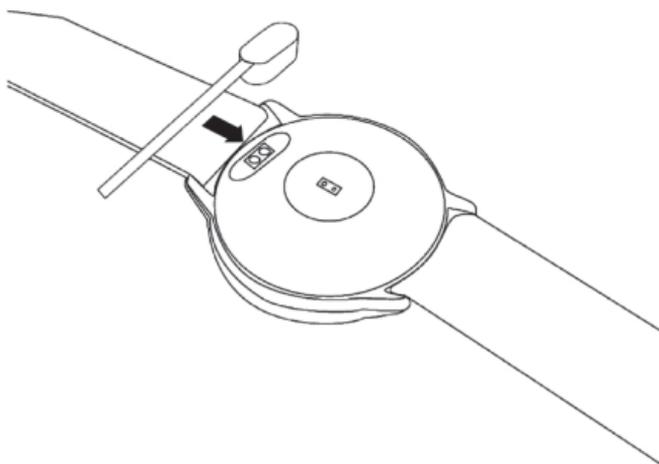
1. AdorHealth APP

Scannen Sie den folgenden QR-Code. Laden Sie anschließend die APP herunter und installieren AdorHealth.



2. Fitnessuhr laden und Erstinbetriebnahme

Der Akku muss vor der Erstinbetriebnahme vollständig aufgeladen werden. Schließen Sie das Ladekabel mit dem Magnetstecker am Anschluss auf der Rückseite der Uhr an. Dann verbinden Sie das Kabel mit einem USB-Netzladegerät (nicht in der Lieferung enthalten) oder einem USB-Anschluss Ihres Computers.



3. Bluetooth-Verbindung

1. Öffnen Sie die Bluetooth-Einstellungen am Smartphone und suchen Sie die AdorHealth APP.
2. Öffnen Sie die AdorHealth-APP. Dann wählen Sie > Geräte > Gerät hinzufügen > Bluetooth-Suchlauf und Verbindung.

Hinweis:

Während des Bluetooth-Suchlaufs darf die APP nicht im Hintergrund Ihres Smartphones laufen. Rufen Sie die APP auf, starten Sie den Suchlauf und verbinden Sie das Smartphone mit der Uhr. Falls Sie diesen Schritt falsch durchführen, ist die Bluetooth-Funktion der Uhr besetzt und die AdorHealth-APP kann keine Bluetooth-Verbindung mit der Uhr herstellen. Falls dies der Fall sein sollte, müssen Sie den Suchlauf abbrechen und die Bluetooth-Funktion des Smartphones vollständig schließen (APP darf auch nicht im Hintergrund geöffnet sein). Dann starten Sie die AdorHealth-APP erneut und führen einen neuen Bluetooth-Suchlauf durch.



Wenn sich eine rote Linie im Verbindungssymbol unten rechts befindet, besteht keine Bluetooth-Verbindung.



Wenn sich keine rote Linie im Verbindungssymbol befindet, wurde die Bluetooth-Verbindung erfolgreich hergestellt.

Bluetooth-Erstverbindung

Zur Eingabe der persönlichen Daten die APP öffnen



Seite des Geräts aufrufen. Dann „Gerät hinzufügen“



Suchen und auswählen, um eine Verbindung
zu Ihrem Gerät herzustellen



Bluetooth-Verbindung hergestellt

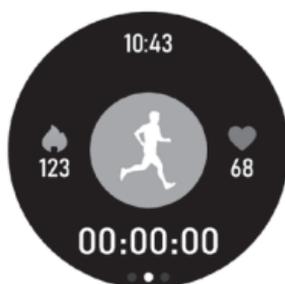
Nach erfolgreicher Bluetooth-Erstverbindung wird die Fitnessuhr in Zukunft automatisch mit dem Smartphone verbunden und die Daten können synchron per Dropdown-Menü auf der APP-Datenseite aktualisiert werden.

4. Bedienung



- Schieben Sie den Startbildschirm nach oben oder unten, um die Ziffernblätter zu wechseln.
- Schieben Sie den Startbildschirm nach links, um das Funktionsverzeichnis aufzurufen.
- Schieben Sie den Startbildschirm nach rechts, um die Schnellanzeige aufzurufen.

5. Die Funktionen Ihrer Fitnessuhr



5.1. Sportmodus

Über die App können Sie nach Belieben 18 unterschiedliche Sportmodi auswählen und bis zu 9 Modi gleichzeitig anzeigen. Die Fitnessuhr zeigt synchron die entsprechenden Daten wie Herzfrequenz, Kalorienverbrauch und Geschwindigkeit des aktuellen Trainings an, sobald das Training gestartet wird. Sie können das Training auch anhalten oder abbrechen.

lorienverbrauch und Geschwindigkeit des aktuellen Trainings an, sobald das Training gestartet wird. Sie können das Training auch anhalten oder abbrechen.



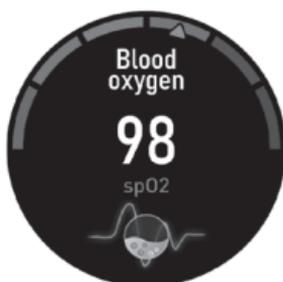
5.2. Aufnahme Training

Bei einer Trainingseinheit werden Schritte, Distanz und Kalorienverbrauch aufgezeichnet.



5.3. Schlafstatistik

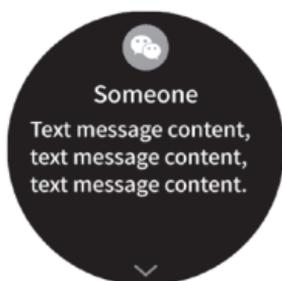
Aktivieren Sie die Schlaferkennung über die APP, um automatisch Schlafdaten aufzuzeichnen, einschließlich Gesamtschlafzeit, Tiefschlaf- und Leichtschlaf-Zeit. Detailliertere Informationsanalysen und Datensätze können in der APP angezeigt werden.



5.4. Puls, Blutdruck, Blutsauerstoff

Die Daten zu Herzfrequenz, Blutdruck und Blutsauerstoff können separat voneinander über die Fitnessuhr erfasst werden, und Sie können in der

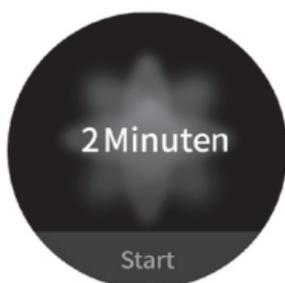
APP einen Alarm bei übermäßig hoher Herzfrequenz für die Fitnessuhr einstellen. Die Fitnessuhr vibriert, sobald die Alarmherzfrequenz überschritten wird.



5.5. Push-Nachrichten

Die Uhr kann Benachrichtigungen vom Smartphone empfangen und anzeigen.

Öffnen Sie die entsprechenden Anwendungen (z.B. WhatsApp, Anrufe, SMS etc.), die über die APP übertragen werden sollen. Auf der Nachrichtenseite der Uhr können bis zu 80 Nachrichtensätze gespeichert werden.



5.6. Atemübungen

Atemübungen können Ihnen dabei helfen, in nur zwei Minuten effektiv Stress abzubauen. Sie können die App verwenden, um einen Zeitraum festzulegen, in welchem

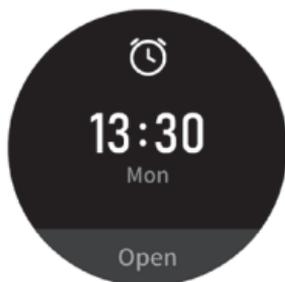
Sie an Ihre Atemübungen erinnert werden möchten.



5.7. Wetterinformationen

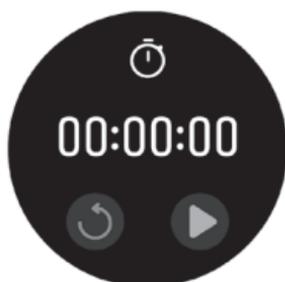
Auf der Wetterseite werden das aktuelle Wetter, Informationen zur Luftqualität sowie minimale und maximale Temperaturen

angezeigt. Auf einer zweiten Seite wird die Wettervorhersage für die nächsten drei Tage angezeigt.



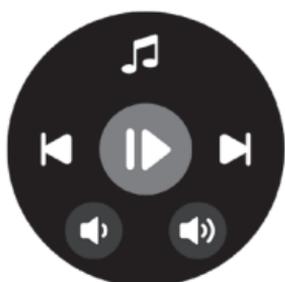
5.8. Alarm

Sie können hier eine Alarmzeit einstellen.



5.9. Stoppuhr

Sie können mit der Stoppuhr die Zeit stoppen. Die Stoppuhr kann jederzeit angehalten und die Zeit auf Null zurückgesetzt werden.



5.10. Musik

Die Uhr kann die Musik Ihres Smartphones steuern. Sie können zum letzten und nächsten Titel wechseln, Musik wiedergeben oder unterbrechen und die Lautstärke einstellen.



5.11. Smartphone suchen

Klicken Sie auf das Symbol für die Smartphone-Suche. Ihr Smartphone wird dann angerufen und Sie können mit Hilfe des Klingeltons das Smartphone ganz leicht finden.



5.12. Gesundheitsassistent für Frauen

Durch Aktivieren der Menstruationsvorhersage in der App ist es für Frauen einfacher, Ihren Menstruationszyklus zu verfolgen, und die Uhr erinnert Sie an die Tage ab Zyklusbeginn.



5.13. Kamera-Fernbedienung

Bei Bluetooth-Verbindung mit dem Smartphone kann die Fitnessuhr als Fernbedienung für die Kamera verwendet werden. Klicken Sie nach dem Aktivieren der Kamera auf der

Steuerungsseite der Fitnessuhr auf das Kamera-Symbol, um ein Foto aufzunehmen.



5.14. Einstellungen

In diesem Menü können Sie die Helligkeit des Displays anpassen und die Zeitspanne, in der die Hintergrundbeleuchtung aktiviert ist.

Des Weiteren können Sie die Werkseinstellungen wiederherstellen, die Fitnessuhr neu starten und den QR-Code der Anwendung anzeigen.



5.15. Trink-Erinnerung

Sie können Ihr Trinkziel und Ihre Trinkzeit über die App festlegen. Die Fitnessuhr wird Sie daran erinnern, rechtzeitig Wasser zu trinken, um Ihr tägliches Ziel zu erreichen.



5.16. Bewegungserinnerung

Aktivieren Sie die Bewegungserinnerung über die App. Sie können den Erinnerungszeitraum einstellen. Die Fitnessuhr erinnert Sie dann daran, regelmäßig aufzustehen und sich zu bewegen.



5.17. Übertragung/ Ziffernblattwechsel

Über die App können Sie die Ziffernblätter nach Belieben ersetzen. Sie können entweder vorinstallierte Designs aussuchen oder aus Ihren persönlichen Fotos auswählen und diese als Ziffernblatt auf Ihre Fitnessuhr übertragen.



5.18. Software-Update

Sie können die Firmware über die App aktualisieren.



6. Besonderheiten

6.1 Benutzung bei feuchter Umgebung

Ihr Gerät ist wasserdicht, d.h. es ist regen- und spritzwassergeschützt. Die Fitnessuhr sollte nicht länger als 30 Minuten durchgängig unter Wasser getragen werden.

7. Technische Daten

Umgebungsbedingungen

Betriebstemperatur: - 10°C bis +50°C

Lagertemperatur: -20°C bis +60°C







EU-Erklärung der Konformität (Doc.)

RE-Richtlinie 2014/53/EU

Weltbild GmbH & Co. KG,
Werner-v.-Siemens-Str. 1, 86159 Augsburg, Germany

Art.-Nummer: 133968784

Art.-Bezeichnung: Fitnessuhr mit Full-Touch Display

Modellnummer: YH30

Seriennummer: 22/10/2020

Are in Compliance with the

- EC Council Directive of 2014/30/EU (EMC Directive) and harmonized Standards:

ETSI en 301489-1 V2.2.0: 2017;

ETSI en 301489-17 V3.2.0: 2017

- EC council Low Voltage Directive of 2014/35/EU and harmonized Standards:

IEC 62321-4: 2013 + A1: 2017; IEC 62321-5: 2013,

IEC 62321-7-1: 2015; IEC 62321-7-2: 2017;

IEC 62321-6: 2015; IEC 62321-8: 2017

- EC Council Radio Equipment Directive 2011/65/EU with amendment (EU) 2015/863 and amendment Directive (EU) 2017/2102 and harmonized Standards:

ETSI EN 300 328 V2.2.0: 2017-11

Health: EN 50663: 2017, EN 62368-1: 2014 + A11: 2017

- EC Council ROHS Directive 2011/65/EU and harmonized Standards:

IEC 62321

Unterzeichnet für und im Namen von:

Weltbild

Augsburg, den 11.09.2020



W. Leberle, Qualitätssicherung

Altgeräte-Entsorgung

Dieses Produkt am Ende der Lebensdauer nicht in den normalen Haushaltsabfall geben, sondern an einem Recycling-Sammelpunkt für elektrische und elektronische Geräte abgeben. Das Symbol auf dem Produkt, der Bedienungsanleitung oder der Verpackung weist darauf hin.



Weltbild Kundenservice:

Sollten Sie Fragen zu dem Artikel haben, wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice:

Weltbild GmbH & Co. KG, Werner-von-Siemens-Str.1,
86159 Augsburg

DEUTSCHLAND **Telefon:** 0821 / 900 69 959
(Mo. – Fr. 8:00 – 18:00 Uhr, Ortstarif)
E-Mail: info@weltbild.de

SCHWEIZ **Telefon:** 0848 / 810 810
(Mo. – Fr. 8:00 – 18:00 Uhr,
Fr. 0.08 pro Min., Mobil- u. Festnetz)
E-Mail: kundendienst@weltbild.ch

ÖSTERREICH **Telefon:** 0662 / 939 0 939
(Mo. – Fr. 8:00 – 18:00 Uhr, Ortstarif)
E-Mail: kundenservice@weltbild.at