

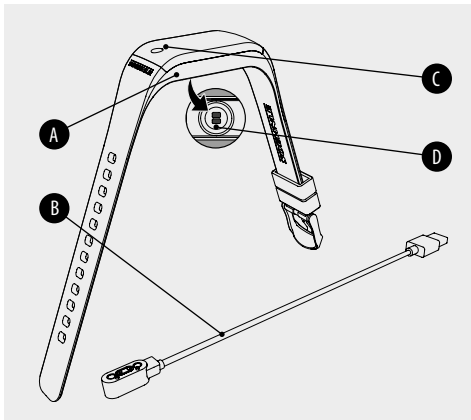
# SOEHNLE

## FIT CONNECT 200 HR

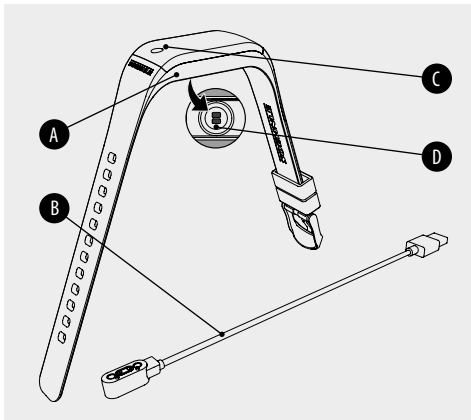
BEDIENUNGSANLEITUNG · USER MANUAL · GEBRUIKSAANWIJZING ·  
ISTRUZIONI PER L'USO · MODE D'EMPLOI · INSTRUCCIONES DE  
MANEJO · MANUAL DE INSTRUÇÕES · BRUGSVEJLEDNING ·  
BRUKSANVISNING · BRUKSANVISNING · KÄYTTÖOHJEET · UŽIVATEL-  
SKÝ MANUÁL · UŽÍVATEĽSKÝ MANUÁL · УПЪТВАНЕ ЗА УПОТРЕБА ·  
ИНСТРУКЦИЯ ПО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



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

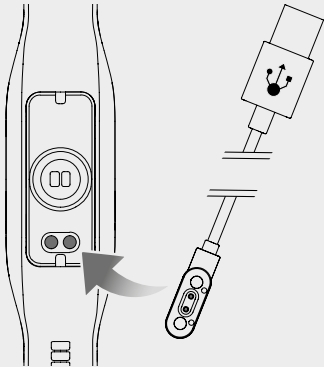


- A** Fitness Tracker • Fitness Tracker • Fitnessstracker • Fitness Tracker • Tracker d'activité • Pulsera de actividad • Fitness tracker • Fitness Tracker • Fitness Tracker • Visningsmodul • Kuntomittari
- B** USB-Ladekabel • USB charging cable • USB-oplaadkabel • Cavo di ricarica USB • Câble USB • Cable de carga USB • Cabo de carregamento USB • USB-opladerkabel • USB-laddningskabel • Armbånd • USB-latauskaapeli
- C** Sensor-Taste • Sensor button • Sensorknop • Tasto sensore • Touche du capteur d'activité • Botón sensor • Botão sensível ao toque • Sensorknap • Sensor-knapp • Sensorknapp • Anturipainike
- D** Pulsmesser • Heart rate monitor • Hartslagmeter • Cardiofrequenzimetro • Pulsomètre • Medidor del pulso • Medidor de pulsação • Pulsmåler • Pulsmätare • USB-plugg • Sykemittari



- A** Fitness Tracker • Fitness Tracker • Fitness náramek • Fitness Tracker • Проследяващо устройство за фитнес • Фитнес-браслет • Opaska sportowa • Fitnessikell • Fitnesa aproce • Sveikatingumo matuoklis • Fitness tracker • Sledilnik aktivnosti • Fitness tracker • Fitness Tracker
- B** USB-Ladekabel • USB charging cable • USB kabel pro nabíjení • Nabíjací kábel USB • USB kabel за зареждане • Зарядный USB-кабель • Kabel do ładowania USB • USB-laadimisjuhe • USB uzlādes kabelis • USB įkrovimo laidas • Cablu de încărcare USB • Połnilni kabel USB • USB kabl za punjenje • USB-kabel za punjenje
- C** Sensor-Taste • Sensor button • Tlačítko senzoru • Tlačidlo senzora • Сензорен бутон • Сенсорная кнопка • Przycisk czujnikowy • Andurnupp • Sensora taustiņš • Jutiklio mygtukas • Buton sensor • Senzorska tipka • Taster senzora • Sensor-tipka
- D** Pulsmesser • Heart rate monitor • Monitor srdečního tepu • Merač tepovej frekvencie • Измерване на сърдечния ритъм • Пульсомер • Pulsometr • Pulsimõõtja • Pulsa mēritājs • Pulso matuoklis • Pulsometru • Merilnik utripa • Merač pulsa • Mjerač pulsa

4.1



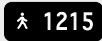
5.1



5.2



5.3



5.4



5.5



5.6



5.7



5.8



5.9



5.10



## Legal Information

Apple, iOS, Apple Health and the Apple logo are trademarks of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries. App Store is a service mark of Apple Inc., registered in the U.S. and other countries.

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

The *Bluetooth*<sup>®</sup> word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc.

## Inhaltsverzeichnis

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

## 1. Lieferumfang

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB-Ladekabel
- 1x Bedienungsanleitung

## 2. Produktbeschreibung

Ihr persönlicher Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR erfasst Ihre täglichen Aktivitäten wie Pulsfrequenz, Anzahl der Schritte, zurückgelegte Distanz, Aktivitätsdauer, Kalorienverbrauch und die Erreichung Ihres täglichen Bewegungsziels, um Sie in Sachen Fitness und Gesundheit zu unterstützen. Mit dem Schlafmodus werden die Schlafdauer sowie

die Schlafphasen erfasst. Über *Bluetooth*<sup>®</sup> werden die Daten an Ihre Soehnle Connect-App übertragen und können dort ausgewertet werden.

### 3. Hinweise

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

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

**WARNUNG!** Gefahr von Brand/Exposition oder Verätzungen! Der Artikel enthält einen Lithium-Poly-

mer-Akku. Dieser darf nicht ausgebaut, auseinandergenommen, in Feuer geworfen oder kurzgeschlossen werden. Laden Sie den Akku nicht bei Temperaturen unterhalb von 5 oder oberhalb von 40 Grad Celsius.

**ACHTUNG!** Mögliche Sachschäden! Das Gerät ist spritzwassergeschützt, jedoch nicht wasserdicht. Halten Sie das Gerät nicht unter Wasser.

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

D

Display vor harten und kratzenden Gegenständen.

**HINWEIS!** Bestimmungsmäßiger Gebrauch: Das Produkt ist ausschließlich für den privaten, nicht-gewerblichen Haushaltsgebrauch vorgesehen. Es ist kein medizinisches Gerät.

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



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

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

Batterien der betreffenden Art verkauft werden.



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

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



Hiermit erklärt Soehnle, dass sich dieses Gerät in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen und den übrigen einschlägigen Bestimmungen der





Richtlinien 2014/53/EU befindet. Die EU-Konformitätserklärung finden Sie unter [www.soehnle.de](http://www.soehnle.de)

## 4. Erste Inbetriebnahme

### Akku laden

---

Laden Sie den Fitness Tracker **(A)** vor der ersten Inbetriebnahme vollständig auf. Stecken Sie dazu das USB-Ladekabel in einen gängigen, aktiven USB-Anschluss und verbinden Sie das Kabel mit den Kontakten auf der Innenseite des Trackers **(4.1)**. Die Verbindung ist magnetisch und rastet automatisch ein, wenn die Kontakte richtig aufeinander liegen.

Bitte beachten Sie, dass der Tracker während des Aufladevorgangs sicher liegt und die Verbindung der Kontakte nicht unterbrochen wird, andernfalls lädt das Gerät nicht auf. Im Display **(5.1)** wird der Ladezustand des Akkus angezeigt (  = vollständig geladen /  = Akku erschöpft).

### Soehnle Connect-App installieren

---



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

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

### **Erstes Verbinden mit Soehnle Connect-App**

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

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

### **Einrichtung Ihres Fitness Trackers**

Alle Einstellungen Ihres Fitness Trackers werden bequem über die Benutzeroberfläche der Soehnle Connect-App durchgeführt. Uhrzeit und Datum stellen sich nach dem Verbinden automatisch gemäß der

Systemzeit des Smartphones oder Tablets ein. Außerdem können Sie in dem Menü "Meine Geräte" in den entsprechenden Geräteeinstellungen Zeiten für bis zu fünf Vibrationsalarme (Wecker) festlegen, automatische Ein- und Ausschaltzeiten des Schlafmodus bestimmen und Ihre Auswahl der auf dem Gerät anzuzeigenden Ansichten auswählen. Sofern Sie ein Tagesziel für Schritte in der App festgelegt haben, übernimmt der Fit Connect 200 HR dieses, um Sie beim Erreichen per Vibrationsalarm darauf hinzuweisen.

## **Kompatibilität**

---

Die Soehnle Connect-App ist kompatibel mit Google Fit® und Apple Health®. Die Soehnle Connect-App

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

## 5. Gerät und Bedienung

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

Abb.	Standardmodus
5.1	Uhrzeit, Datum, Akku-Ladestatus
5.2	Pulsfrequenz

5.3	Schrittzähler*
5.4	Kalorienverbrauch*
5.5	zurückgelegte Strecke*
5.6	Aktivitätsdauer in Std. und Min.*
5.7	gesetztes Tagesziel* in % (Darstellungsvarianten)
5.8	Vibrationsalarm (Wecker)
5.9	Eingehende Anrufe und Nachrichten
5.10	Schlafmodus: Schlafdauer, Schlafphasen

Mit dem Fitness Tracker können verschiedene Daten erfasst und angezeigt werden. Durch Berühren der Sensor-Taste startet die Displayanzeige im Uhrzeitmodus (5.1). Durch erneutes Berühren der Sensor-Taste können die verschiedenen Funktionen

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

**(5.2 - 5.10)** durchgeschaltet werden, sofern diese in der Soehnle Connect-App aktiviert sind. Die Auswahl der auf dem Gerät anzuzeigenden Ansichten nehmen Sie in dem Menü "Meine Geräte" in den entsprechenden Geräteeinstellungen vor. Über die Soehnle Connect-App können Sie weitere Funktionen nutzen, Ihre erfassten Daten zusammenführen und verwalten.

### Uhrzeit, Datum und Akku-Ladestatus

Der Uhrzeitmodus **(5.1)** wird durch Berühren der Sensor-Taste gestartet. Hier wird auch das Datum sowie der Ladestatus des internen Akkus (Batteriestatus) angezeigt (siehe auch unter *3. Akku laden*).

### Tagesaktivitäten-Anzeige auf dem Fitness Tracker

Ebenfalls durch Berühren der Sensor-Taste kann zwischen den verschiedenen Tagesaktivitäten Pulsfrequenz **(5.2)**, Schritte **(5.3)**, Kalorienverbrauch **(5.4)** und Distanz in Kilometern **(5.5)** gewechselt werden. Ihr Fitness Tracker ist mit einem empfindlichen Bewegungssensor ausgestattet, dieser erkennt schritttypische Bewegungsmuster und zählt diese als Schritte. Die angezeigte zurückgelegte Strecke ergibt sich beim Fit Connect 200 HR aus der Schrittzahl in Verbindung mit der in der Soehnle Connect-App hinterlegten Schrittweite. Die verwendete Schrittweite kann bei Bedarf in den Geräteeinstellungen des Fit Connect 200 HR in

**D** der Soehnle Connect-App angepasst werden, die Schrittweite bei Auslieferung beträgt 70 cm.

## **Ermittlung der Pulsfrequenz**

---

Um Ihren Puls zu ermitteln, legen Sie den Fitness Tracker an und wechseln in den Pulsfrequenzmodus **(5.2)**. Halten Sie die Sensor-Taste für ca. 5 Sekunden gedrückt. Der Puls wird nun ermittelt und im entsprechenden Display angezeigt. Das Erkennen des Pulses kann anfänglich einige Sekunden in Anspruch nehmen. Tragen Sie den Tracker direkt auf der Haut, da sonst keine Messung möglich ist. Sie können die Pulsfrequenz (Herzschläge pro Minute) auf der Anzeige des Soehnle Fit Connect 200 HR oder bei bestehen-

der *Bluetooth*®-Verbindung mit der Soehnle Connect-App in der entsprechenden Kachel als Echtzeit-Grafik ablesen. Dort können Sie ebenfalls eine maximale Pulsfrequenz einstellen, bei der Ihr Smartphone Sie je nach Geräteeinstellungen akustisch oder per Vibration warnt. Zudem erinnert der Fitness Tracker Sie bei eingeschalteter Pulsfunktion nach fünf und 10 Minuten per Vibrationsalarm daran, dass die Pulsmessung aktiviert ist. Dieser Alarm schaltet sich automatisch nach einigen Sekunden ab. Zum Deaktivieren der Pulsfunktion halten Sie bei eingeschalteter Pulsmessung die Sensor-Taste für ca. 5 Sekunden gedrückt. Nach dem Loslassen schaltet die Pulsmessung ab. Bitte beachten Sie, dass der Fitness Tracker die Pulsdaten nicht auf dem Gerät speichert. Um die Puls-

daten zu speichern, muss z.B. bei Trainingseinheiten die Live-Kachel in der Soehnle Connect-App geöffnet sein und der Fitness Tracker verbunden sein.

---

*Die Pulsfrequenzmessung beeinträchtigt die Akkulaufzeit des Gerätes. Schalten Sie die Pulsfunktion daher nach Verwendung bzw. Training ab.*

---

## Schlafmodus

---

Die Aufzeichnung des Schlafes muss durch Aktivierung des Schlafmodus gestartet werden. Die Messergebnisse des Schlafes werden ausschließlich in der Soehnle Connect-App angezeigt. Im Schlaf-

modus zählt das Gerät bei Bewegung keine Schritte, sondern analysiert die Bewegungsdaten hinsichtlich der Schlafqualität.

### **Aktivieren des Schlafmodus** ☀️ → 🌙 :

Zum Starten der Schlaffunktion wechseln Sie zunächst durch Berühren der Sensor-Taste in die Anzeige des Schlafmodus **(5.10)**. Halten Sie nun die Sensor-Taste für ca. 5 Sekunden. Der Schlafmodus wird aktiviert. Dies erkennen Sie daran, dass der Tracker nur noch die Anzeige mit einem Mond und der Uhrzeit aktiviert und anzeigt.

### **Deaktivieren des Schlafmodus** 🌙 → ☀️ :

Um den Schlafmodus wieder abzuschalten, berüh-

**D** ren Sie die Sensor-Taste um das Display zu aktivieren. Berühren Sie nun erneut die Sensor-Taste und halten Sie diese für ca. 5 Sekunden. Nach dem Loslassen wird der Schlafmodus nun wieder deaktiviert.

### **Automatisches Ein- und Ausschalten des Schlafmodus:**

Alternativ zur manuellen Betätigung des Schlafmodus, können Sie auch ein automatisches Ein- und Ausschalten der Schlaffunktion aktivieren. In diesem Fall schaltet der Fitness Tracker den Schlafmodus zu den ausgewählten Uhrzeiten automatisch ein und aus. Die automatische Schlaffunktion finden Sie in der Soehnle Connect-App bei den Geräteeinstellungen. In der Soehnle Connect-App können Sie die tägliche

Schlafdauer, verschiedene Schlafphasen und die Dauer der Tiefschlafphase(n) verfolgen.

### **Benachrichtigungsfunktionen**

Die Ansicht **(5.9)** wird bei eingehendem Anruf oder eingehender SMS automatisch angezeigt. Gehen auf Ihrem Smartphone ein Telefonanruf oder eine SMS-Nachricht ein und befindet sich der Fitness Tracker in Reichweite (*Bluetooth*), zeigt die Anzeige die Rufnummer des eingehenden Anrufes an. Haben Sie die Nummer des Anrufers in dem Telefonbuch Ihres Smartphones gespeichert, wird der Name des Anrufers angezeigt. Voraussetzung dafür ist, dass Sie der Soehnle Connect-App die Zugriffsberechtigung auf



Kontakte, Telefon und SMS erteilt haben. Diese werden beim Hinzufügen des Fitness Trackers mit der Soehnle Connect-App während der Inbetriebnahme (Onboarding) ausdrücklich als Genehmigung abgefragt. Sollten Sie dies nicht genehmigt haben, können Sie die Erlaubnis bei Smartphones mit Betriebssystem Android™, ab der Version 6.0, in den Einstellungen im Betriebssystem unter "Apps" nachträglich erteilen. Alternativ entfernen Sie das Gerät nochmals aus der Soehnle Connect-App und auch aus dem *Bluetooth*® Menü des Betriebssystem Ihres Smartphones (zu finden unter Einstellungen) und fügen Sie den Fitness Tracker erneut in der App hinzu (erstes Verbinden mit der Soehnle Connect-App).

## Datenübertragung an das Smartphone / Tablet

Ihr Soehnle Fitness Tracker verfügt über einen Speicher. Dieser sichert die Daten der letzten 14 Tage. Bitte verbinden Sie den Fitness Tracker regelmäßig innerhalb dieser Zeit, um die gespeicherten Daten an die Soehnle Connect-App zu übertragen und für längere Zeit zu nutzen.

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

**D** gen und sind anschließend in der App in den entsprechenden Bereichen zu sehen.

## **Bluetooth® ab- und einschalten (Flugmodus)**

Sie können *Bluetooth®* in jedem Modus abschalten, außer im Uhrzeit- **(5.1)** oder im Pulsfrequenzmodus **(5.2)**. Dazu berühren und halten Sie, z.B. in der Ansicht Schritte **(5.3)**, die Sensortaste für ca. 5 Sek. Anschließend können Sie *Bluetooth®* durch erneutes Berühren der Taste ab- oder anschalten. Der Tracker schaltet sich nach 10 Sek. automatisch aus.

Bei Auslieferung ist *Bluetooth®* standardmäßig aktiviert und muss nicht zuerst aktiviert werden.

---

*Die jeweils aktuellsten Informationen zu Ihrem Produkt finden Sie im Internet unter [www.soehnle.de/produkte/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/produkte/details/fit-connect-200/)*

---

## **6. Reinigung und Pflege**

Reinigen Sie den Fitness Tracker mit einem weichen, feuchten Tuch. Lassen Sie das Gerät an der Luft vollständig trocknen, bevor Sie es wieder anlegen, aufbewahren oder den Akku aufladen. Ein unsachgemäßer Umgang mit dem Gerät kann zu Beschädigungen führen. Verwenden Sie keine aggressiven Reinigungsmittel, Bürsten mit harten Borsten, oder scharfe Gegenstände. Diese können die Oberflächen beschädigen. Tauchen Sie das Display nicht in

Wasser oder andere Flüssigkeiten.

## 7. Verbraucher-Service

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

Hotline: 00 800 538 38 383 (gebührenfrei)

Mo – Fr, 8 – 18 Uhr

Internet: [soehnle.de](http://soehnle.de)

## 8. Weitere Informationen

Für weitere Informationen besuchen Sie unsere Internetseite [www.soehnle.de](http://www.soehnle.de)

## 9. Technische Daten

Artikelnummer:	68101
Bluetooth® Version:	4.0
USB Anschluss:	2.0 Typ-A
Frequenzband:	2,4 GHz
Max. Sendeleistung:	1 mW
Batterietyp:	Lithium-Polymer
Displaytyp:	OLED
Displaymaße:	40,5 x 11,5 mm
Schutzklasse:	IPx4
Datenspeicher:	ca. 14 Tage
Akkulaufzeit:	bis zu 10 Tage (abh. von der Nutzungsintensität und der Pulsfunktion)

## Table of Contents

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

## 1. Scope of delivery

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB charging cable
- 1x operating instructions

## 2. Product description

Your personal Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR records your daily activities such as heart rate, number of steps, distance, activity duration, calorie consumption and the achievement of your daily exercise goals in order to support your fitness and health. The sleep mode records the sleep duration and sleep phases. The data is transferred to

your Soehnle Connect app via *Bluetooth*<sup>®</sup> and can be evaluated there.

### 3. Tips

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

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

**WARNING!** Danger of fire/explosion or burns! The article contains a lithium polymer battery. This may not be removed, disassembled, thrown into fire or short-circuited. Do not charge the battery at temper-

atures below 5 or above 40 degrees Celsius.

**ATTENTION!** Possible damage to property! The device is splash-proof, but not waterproof. Do not keep the device under water.

**ATTENTION!** Possible damage to property! Do not drop the device and protect it from impacts. Do not expose the device to extreme temperatures or strong temperature fluctuations. Also protect the device from direct sunlight and dust. Do not use harsh chemicals, aggressive or abrasive cleaning agents for cleaning. Protect the display from hard and scratching objects.

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

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



**Battery disposal EC Directive  
2008/12/EC**

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



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

This product should not be treated as normal household waste. It should be

disposed of at a collection point for the recycling of electrical and electronic equipment. You can find further information about your municipality, communal disposal businesses or the company from which you bought the product.





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

## 4. First use

### Charging the battery

---

Fully charge the Fitness Tracker **(A)** before initial use. Plug the USB charging cable into a standard active USB port and connect the cable to the contacts on the inside of the tracker **(4.1)**. The connection is magnetic and locks automatically when the contacts are correctly positioned on top of each other. Please note that the tracker lies safely during the charging process and the connection of the contacts is not interrupted, otherwise the device will not charge. The display **(5.1)** shows the state of

charge of the battery (  = fully charged /  = battery exhausted).

GB

### Install the Soehnle Connect app

---



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

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

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

### **First connection with Soehnle Connect app**

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

If you have already used the Soehnle Connect app with Soehnle products, go to the "Main menu" in the Soehnle Connect app to connect the fitness

tracker and press "My devices" and then "Add device". You are automatically guided through the installation process.

### **Setting Up Your Fitness Tracker**

All settings of your fitness tracker are conveniently made via the user interface of the Soehnle Connect app. The time and date are automatically set according to the system time of the smartphone or tablet after connecting. You can also set times for up to five vibration alarms (alarms) in the "My Devices" menu in the corresponding device settings, set automatic switch-on and switch-off times for the sleep mode and select your selection of views to be displayed on



the device. If you have set a daily target for steps in the app, the Fit Connect 200 HR will take it over to alert you when you reach it with a vibration alarm.

## **Compatibility**

The Soehnle Connect app is compatible with Google Fit® and Apple Health®. The Soehnle Connect app is compatible with Google Fit® and Apple Health®. After the devices have transferred the data to the Soehnle Connect app, they can be automatically transferred to the Google Fit® / Apple Health® app used in each case if desired. To do this, tick the corresponding box in the "More about the app" menu. It may be necessary to allow the Soehnle app as the

source in Google Fit® / Apple Health® or in the app settings on your smartphone. Please refer to the instructions of the external apps or your operating system.

## 5. Device and operation

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

Fig.	default mode
5.1	Time, date, battery charging status
5.2	pulse rate
5.3	Step counter*

5.4	Calorie consumption
5.5	distance traveled*
5.6	Activity duration in hours and min.
5.7	Set daily target* in % (display variants)
5.8	Vibration alarm (alarm clock)
5.9	Incoming calls and messages
5.10	Sleep mode: sleep duration, sleep phases

With the Fitness Tracker, various data can be recorded and displayed. Touching the sensor button starts the display in the time mode **(5.1)**. By touching the sensor button again, the various functions **(5.2 - .10)** can be switched through, provided they are activated in the Soehnle Connect app. You select the views

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

to be displayed on the device in the "My Devices" menu in the corresponding device settings. With the Soehnle Connect app, you can use additional functions, merge and manage your collected data.

### Time, date and battery charge status

The time mode **(5.1)** is started by touching the sensor key. The date and the charging status of the internal battery (battery status) are also displayed here (see also under 3. *Charging the battery*).

### Daily activity display on the fitness tracker

Also by touching the sensor key you can switch be-

tween the different daily activities pulse rate **(5.2)**, steps **(5.3)**, calorie consumption **(5.4)** and distance in kilometres **(5.5)**. Your Fitness Tracker is equipped with a sensitive motion sensor that detects typical movement patterns and counts them as steps. The distance covered by the Fit Connect 200 HR is calculated from the number of steps in conjunction with the step size stored in the Soehnle Connect app. If required, the step size used can be adjusted in the device settings of the Fit Connect 200 HR in the Soehnle Connect app; the step size on delivery is 70 cm.

### Determining the pulse rate

To determine your pulse, create the Fitness Tracker

and switch to pulse rate mode **(5.2)**. Press and hold the sensor button for about 5 seconds. The pulse is now determined and shown in the corresponding display. Initially, it may take a few seconds to recognize the pulse. Wear the tracker directly on your skin, otherwise no measurement is possible. You can read the pulse rate (heartbeats per minute) on the display of the Soehnle Fit Connect 200 HR or, if a *Bluetooth*<sup>®</sup> connection is established with the Soehnle Connect app, in the corresponding tile as a real-time graphic. There you can also set a maximum pulse rate at which your smartphone warns you acoustically or by vibration, depending on the settings of the device. In addition, the Fitness Tracker reminds you after five and ten minutes with the pulse

function switched on by means of a vibration alarm that the pulse measurement is activated. This alarm switches off automatically after a few seconds. To deactivate the pulse function, hold down the sensor key for approx. 5 seconds while pulse measurement is switched on. After release, the pulse measurement switches off. Please note that the Fitness Tracker does not store the heart rate data on the device. To save the heart rate data, the live tile in the Soehnle Connect app must be open and the fitness tracker must be connected during training sessions, for example.

---

*The pulse rate measurement affects the battery life of the device. Therefore, switch off the pulse function after use or training.*

---

## Sleep mode

---

The recording of sleep must be started by activating the sleep mode. The measurement results of sleep are only displayed in the Soehnle Connect app. In sleep mode, the device does not count any steps during movement, but analyzes the movement data with regard to sleep quality.

### **Activating the sleep mode** ☀️ → 🌙 :

To start the sleep function, first change to the sleep mode display **(5.10)** by touching the sensor key. Now hold the sensor button for approx. 5 seconds. Sleep mode is activated. You can recognize this by the fact that the tracker only activates and displays

the display with a moon and the time.

### **Deactivating the sleep mode** 🌙 → ☀️ :

To turn off the sleep mode, touch the sensor button to activate the display. Now touch the sensor button again and hold it for approx. 5 seconds. After releasing, the sleep mode is now deactivated again.

### **Automatically switches sleep mode on and off:**

As an alternative to manually operating the sleep mode, you can also activate automatic activation and deactivation of the sleep function. In this case, the Fitness Tracker automatically switches sleep mode on and off at the selected times. You will find the automatic sleep function in the Soehnle

Connect app in the device settings. In the Soehnle Connect app you can follow the daily sleep duration, different sleep phases and the duration of the deep sleep phase(s).

## **Notification features**

---

The view **(5.9)** is automatically displayed when an incoming call or SMS is received. When your phone receives a phone call or SMS message and the Fitness Tracker is within range (Bluetooth), the display shows the number of the incoming call. If you have saved the caller's number in your phone book, the caller's name is displayed. The prerequisite for this is that you have granted the Soehnle Connect

app access rights to contacts, telephone and SMS. When the fitness tracker is added with the Soehnle Connect app during commissioning (onboarding), these are expressly requested as approval. If you have not approved this, you can grant permission for smartphones with operating system Android™, from version 6.0, in the settings in the operating system under "Apps". Alternatively, remove the device from the Soehnle Connect app and also from the *Bluetooth*® menu of your smartphone's operating system (found under Settings) and add the Fitness Tracker to the app again (first connection to the Soehnle Connect app).

## Data transfer to the smartphone / tablet

Your Soehnle Fitness Tracker has a memory. This saves the data of the last 14 days. Please connect the Fitness Tracker regularly within this time to transfer the stored data to the Soehnle Connect app and use it for a longer period of time.

Start the Soehnle Connect app. If the device is nearby, the data is automatically transferred to the app via *Bluetooth*®. Or wipe down on the main screen (dashboard) of the app (pull to refresh). Make sure *Bluetooth*® is enabled on your phone / tablet. The data is now transferred and can then be seen in the app in the corresponding areas.

## Switch Bluetooth® on and off (flight mode)

You can turn off *Bluetooth*® in any mode except time **(5.1)** or pulse rate mode **(5.2)**. To do this, touch and hold the sensor button for approx. 5 seconds, e.g. in the Steps view **(5.3)**. You can then switch *Bluetooth*® off or on by touching the button again. The tracker switches off automatically after 10 seconds.

*Bluetooth*® is activated by default and does not need to be activated first.

---

*You can find the latest information on your product on the Internet at [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Cleaning and care

Clean the Fitness Tracker with a soft, damp cloth. Allow the unit to air dry completely before putting it back on, storing it or charging the battery. Improper handling of the device can lead to damage. Do not use aggressive cleaning agents, brushes with hard bristles, or sharp objects. These can damage the surfaces. Do not immerse the display in water or other liquids.

## 7. Consumer Service

If you have any questions or suggestions, please contact our

Consumer Service at your disposal:

Hotline: 00 800 538 38 383 (toll-free)

Mon - Fri, 8am - 6pm

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Further information

For further information please visit our website  
**[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**



## 9. Technical data

Article number:	68101
<i>Bluetooth</i> ® version:	4.0
USB port:	2.0 Type A
Frequency band:	2.4 GHz
Max. transmission power:	1 mW
Battery type:	lithium polymer
Display type:	OLED
Display dimensions:	40.5 x 11.5 mm
Protection class:	IPx4
Data storage:	approx. 14 days
Battery life:	up to 10 days (depending on usage intensity and pulse function)

## Inhoud

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

## 1. Inhoud verpakking

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitnesstracker)
- 1x USB-oplaadkabel
- 1x Gebruikershandleiding

## 2. Productbeschrijving

Uw persoonlijke Soehnle fitnesstracker Fit Connect 200 HR legt bij uw dagelijkse activiteiten gegevens vast zoals hartslag, aantal stappen, afgelegde afstand, activiteitsduur, calorieverbruik en het behalen van uw dagelijkse bewegingsdoel. De handige hulp om uw conditie en gezondheid in de gaten te houden! In de slaapmodus worden de slaapduur

en de slaapfasen vastgelegd. Via *Bluetooth*<sup>®</sup> worden de gegevens verzonden naar uw Soehnle Connect-App. Daar kunnen ze geanalyseerd worden.

### 3. Ter informatie

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

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

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

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

**ATTENTIE!** Gevaar voor materiële schade! Het apparaat is spatwaterbestendig, maar het is niet waterdicht. Houd het apparaat niet onder water.

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

**LET OP!** Gebruik het product uitsluitend in overeenstemming met het doel! Het product is bedoeld voor particulier, niet-commercieel huishoudelijk gebruik. Het is geen medisch hulpmiddel.

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



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

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



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

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





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

## 4. Eerste keer gebruik

### Accu opladen

---

Laad de fitnesstracker **(A)** volledig op voordat u deze voor de eerste keer gaat gebruiken. Steek daartoe de USB-oplaadkabel in een gangbare, actieve USB-aansluiting en verbind de kabel met de contacten aan de binnenzijde van de tracker **(4.1)**. De verbinding is magnetisch en klikt automatisch vast, als de contacten correct op elkaar liggen. Let op, dat de tracker tijdens het opladen veilig en stabiel ligt en dat de verbinding van de contacten niet onderbroken wordt, anders laadt het apparaat niet op.

Op het display wordt het **(5.1.)** accuniveau getoond (  = volledig opgeladen/  = accu leeg).

### Soehnle Connect-App installeren

---

NL



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

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

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

## **De eerste keer verbinden met de Soehnle Connect-App**

---

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

Als u de Soehnle Connect-App al met Soehnle-producten gebruikt heeft, dan gaat u om de fitnessstracker te verbinden in de Soehnle Connect-App naar

het hoofdmenu, tikt op 'Mijn Apparaten' en dan op 'Apparaat toevoegen'. U wordt automatisch door het installatieproces heen geleid.

## **Instellen van de fitnessstracker**

---

Alle instellingen voor de fitnessstracker zijn gemakkelijk aan te passen via de interface van de Soehnle Connect-App. Tijd en datum worden na het verbinden automatisch ingesteld aan de hand van de systeemtijd van smartphone of tablet. Bovendien kunt u in menu 'Mijn Apparaten' bij de relevante apparaatinstellingen tijden vastleggen voor vijf trillarmen (wekker), automatische in- en uitschakeltijden voor de slaapmodus instellen en kiezen welke weergaves

u getoond wilt krijgen op het apparaat. Voor zover u een dagdoel voor stappen vastgelegd heeft in de app, neemt de Fit Connect 200 HR dit over, om u bij het bereiken van uw dagdoel daarop te wijzen met het trilalarm.

## **Compatibiliteit**

---

De Soehnle Connect-App is compatibel met Google Fit® en Apple Health®. De Soehnle Connect-App is compatibel met Google Fit® en Apple Health®. Nadat de apparaten de gegevens verzonden hebben naar de Soehnle Connect-App, kunt u de gegevens desgewenst automatisch laten doorgeven aan Google Fit® / Apple Health®. Vink daarvoor in Menu

'Meer rond de App' het betreffende vakje aan. Het kan nodig zijn om in Google Fit® / Apple Health® of in de app-instellingen op uw smartphone gebruik van de Soehnle App als bron toe te staan. Raadpleeg hiervoor de handleiding van de derden-app of uw besturingssysteem.

## 5. Apparaat en bediening

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

afb.	Standaardmodus
5.1	Tijd, datum, accu-niveau
5.2	Hartslagfrequentie

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

5.3	Stappenteller*
5.4	Calorieverbruik*
5.5	Afgelegde afstand*
5.6	Activiteitsduur in uren en minuten.*
5.7	Gesteld dagdoel* in % (weergavevarianten)
5.8	Trilalarm (wekker)
5.9	Inkomende telefoongesprekken en berichten
5.10	Slaapmodus: slaapduur, slaapfasen

Met de Soehnle fitnesstracker kunnen diverse gegevens vastgelegd en weergegeven worden. Door aanraken van de sensorknop start de weergave in tijdmodus **(5.1)**. Door opnieuw aanraken van de sensorknop kunnen de verschillende functies



**(5.2-5.10)** doorgeschakeld worden, voor zover ze in de Soehnle Connect-App geactiveerd zijn. In menu "Mijn Apparaten" kiest u in de instellingen welke weergaves op het apparaat getoond moeten worden. Via de Soehnle Connect-App kunt u verdere functies gebruiken, uw vastgelegde gegevens samenvoegen en beheren.

### Tijd, datum en accu-niveau

De tijdmodus**(5.1)** wordt gestart door aanraken van de sensorknop. Hier wordt ook de datum en de oplaadstatus van de interne accu (accustatus) weergegeven (zie ook onder *3. Accu opladen*).

### Weergave van dagactiviteiten op de fitnessstracker

Eveneens door aanraken van de sensorknop kan gewisseld worden tussen de diverse dagactiviteiten hartslag **(5.2)**, stappen **(5.3)**, calorieverbruik **(5.4)** en afstand in kilometers **(5.5)**. De fitnessstracker is voorzien van een gevoelige bewegingssensor. Deze herkent bewegingspatronen die typisch zijn voor een stap en telt deze als stap. De aangegeven afgelegde afstand wordt bij de Fit Connect 200 HR bepaald op basis van het aantal stappen in combinatie met de in de Soehnle Connect-App ingestelde stapgrootte. De gebruikte stapgrootte kan indien nodig aangepast worden in de apparaatinstellingen van de Fit Connect 200 HR in de Soehnle

Connect-App. Bij levering is een stapgrootte van 70 cm ingesteld.

NL

## Bepalen van de hartslag

---

Om uw hartslag te laten meten, doet u de fitnessstracker om en gaat naar hartslagmodus **(5.2)**. Houd de sensorknop ca. 5 seconden ingedrukt. De hartslag wordt nu bepaald en getoond op het betreffende display. Het herkennen van de hartslag kan in het begin enkele seconden duren. Draag de fitnessstracker direct op de huid, want anders is geen meting mogelijk. U kunt de hartslagfrequentie (aantal slagen per minuut) aflezen op het display van de Soehnle Fit Connect 200 HR of bij *Bluetooth*<sup>®</sup> verbinding met

de Soehnle Connect-App op de betreffende tegel als realtimegrafiek. Daar kunt u ook een maximale hartslagfrequentie instellen. Uw smartphone geeft dan bij deze frequentie afhankelijk van de instelling een waarschuwing met een geluids- of trilsignaal. Bovendien herinnert de fitnessstracker u bij ingeschakelde hartslagfunctie na 5 en 10 minuten met een trilalarm eraan, dat de hartslagmeting geactiveerd is. Dit alarm schakelt na enige seconden automatisch uit. Om de hartslagfunctie te deactiveren houdt u bij ingeschakelde hartslagmeting de sensorknop ca. 5 seconden ingedrukt. Na loslaten van de knop schakelt de hartslagmeting uit. Houd er a.u.b. rekening mee, dat de fitnessstracker de hartslaggegevens niet opslaat op het apparaat. Om de hartslaggegevens op te slaan,

moet bijvoorbeeld bij trainingssessies de live-tegel in de Soehnle Connect-App geopend zijn en de fitness-tracker moet verbonden zijn.

---

*De hartslagmeting beïnvloedt de acculooptijd van het apparaat. Schakel de hartslagfunctie daarom na gebruik of na de training uit.*

---

## Slaapmodus

---

De registratie van de slaap moet door het activeren van de slaapmodus gestart worden. De meetresultaten van de slaap worden uitsluitend weergegeven in de Soehnle Connect-App. In slaapmodus telt het apparaat geen stappen, maar dan analyseert

het de bewegingsgegevens met betrekking tot de slaapkwaliteit.

### Activeren van de slaapmodus → :

Om de slaapmodus te starten, gaat u eerst door aanraken van de sensorknop naar de slaapmodus-weergave **(5.10)**. Houd de sensorknop ca. 5 seconden ingedrukt. De slaapmodus wordt geactiveerd. Dit herkent u, doordat de tracker alleen nog de weergave met een maantje en de tijd activeert en weergeeft.

### Deactiveren van de slaapmodus → :

Om de slaapmodus weer uit te schakelen, raakt u de sensorknop aan om het display te activeren. Raak

nu opnieuw de sensorknop aan en houd deze ca. 5 seconden ingedrukt. Zodra u de knop nu loslaat, wordt de slaapmodus weer gedeactiveerd.

### **Automatisch in- en uitschakelen van de slaapmodus:**

als alternatief voor de handmatige bediening van de slaapmodus kunt u ook een automatische in- en uitschakeling van de slaapfunctie activeren. In dit geval schakelt de fitnesstracker de slaapmodus op de gekozen tijden automatisch in en uit. De automatische slaapfunctie vindt u in de Soehnle Connect-App bij de apparaatinstellingen. In de Soehnle Connect-App kunt u de dagelijkse slaapduur, de diverse slaapfasen en de duur van de diepe slaapfase(s) volgen.

## **Berichtenfunctie**

---

Weergave **(5.9)** wordt automatisch getoond bij een inkomend telefoongesprek of een inkomende sms. Als op uw smartphone een telefoongesprek of een sms-bericht binnenkomt, en de fitnesstracker bevindt zich binnen bereik (*Bluetooth*), dan laat de weergave het bellende telefoonnummer van het inkomende telefoongesprek zien. Als u het nummer van de beller in het telefoonboek van uw smartphone heeft opgeslagen, dan wordt de naam van de beller getoond. Voorwaarde daarvoor is wel, dat u de Soehnle Connect-App rechten voor toegang tot contacten, telefoon en sms verleend heeft. Bij het toevoegen van de fitnesstracker met de Soehnle

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

## **Verzending van gegevens naar smartphone / tablet**

---

Uw Soehnle fitnesstracker heeft een geheugenfunctie. Deze slaat de gegevens van de laatste 14 dagen op. Verbind de fitnesstracker regelmatig binnen deze tijd, om de opgeslagen gegevens naar de Connect-App te verzenden en ze langere tijd te kunnen gebruiken. Start de Soehnle Connect-App. Als het apparaat zich in de buurt bevindt, worden de gegevens automatisch via *Bluetooth*® verzonden naar de app. Of u veegt op het hoofdscherm (Dashboard) de app naar beneden (pull to refresh). Let wel op, dat *Bluetooth*® op uw smartphone / tablet geactiveerd is. De gegevens worden nu verzonden

en u kunt ze vervolgens bekijken in de app, op de desbetreffende weergaven.

NL

## Bluetooth® uit- en inschakelen (vliegtuigmodus)

U kunt *Bluetooth*® in iedere modus uitschakelen, behalve in tijdmodus **(5.1)** en in hartslagfrequentiemodus **(5.2)**. Raak de sensorknop aan en houd deze, bijvoorbeeld in weergave Stappen**(5.3)**, ca. 5 seconden ingedrukt. Vervolgens kunt u *Bluetooth*® door opnieuw aanraken van de knop uit- of inschakelen. De tracker schakelt zich na 10 seconden automatisch uit.

Bij levering is *Bluetooth*® standaard geactiveerd en hoeft niet eerst geactiveerd te worden.

---

*De actueelste informatie over uw product vindt u online via [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Schoonmaken en onderhoud

Maak de fitnessstracker schoon met een zachte vochtige doek. Laat het apparaat volledig drogen aan de lucht, voordat u het weer omdoet, opbergt of de accu oplaadt. Niet-correct gebruik van het apparaat kan leiden tot beschadigingen. Gebruik geen agressieve schoonmaakmiddelen, borstels met harde borstelharen of scherpe voorwerpen. Deze kunnen de oppervlakken beschadigen. Dompel het display niet in water of andere vloeistoffen.

## 7. Consumentenservice

Heeft u vragen of suggesties? Neem contact op met onze consumentenservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratis)  
ma–vr, 08:00–18:00 uur

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Verdere informatie

Verdere informatie vindt u op onze website  
[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Technische gegevens

Artikelnummer:	68101
Bluetooth® Versie:	4.0
USB-aansluiting:	2.0 type A
Frequentieband:	2,4 GHz
Max. zendvermogen:	1 mW
Accutype:	lithium-polymeer
Displaytype:	OLED
Afmetingen display	40,5 x 11,5 mm
Beschermingsklasse:	IPx4
Gegevensopslag:	ca. 14 dagen
Acculooptijd:	ca. 10 dagen (afhankelijk van de gebruiksintensiteit en de hartslagfunctie)

## Indice

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

## 1. Dotazione

- 1x Soehnle Fit Connect 200 (Fitness Tracker)
- 1x cavo di ricarica USB
- 1x Istruzioni per l'uso

## 2. Descrizione del prodotto

Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 traccia le proprie attività quotidiane come la frequenza del polso, il numero di passi, la distanza percorsa, la durata dell'attività, le calorie bruciate e il raggiungimento degli obiettivi di attività fisica quotidiana per aiutare a stare in forma e salute. La modalità Sleep rileva la durata e le fasi del sonno. Tramite *Bluetooth*<sup>®</sup>,



i dati vengono trasferiti all'app Soehnle Connect, dove possono essere valutati.

### 3. Note

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

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

**AVVERTENZA!** Pericolo di incendio/esposizione o corrosione! L'articolo contiene una batteria ai polimeri di litio. Questa non deve essere smontata, deformata, gettata nel fuoco o cortocircuitata. Non

caricare la batteria a temperature inferiori a 5 o superiori a 40 gradi Celsius.

**ATTENZIONE!** Possibili danni materiali! Il dispositivo è resistente agli spruzzi d'acqua, ma non è impermeabile. Non immergere il dispositivo sott'acqua.

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

**AVVISO:** Uso previsto: Il prodotto è destinato esclusivamente all'uso domestico privato e non commer-



ciale. Non è un dispositivo medico.

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



### **Smaltimento delle batterie Direttiva CE 2008/12/CE**

Le batterie e le batterie ricaricabili non vanno smaltite tra i rifiuti domestici. Bisogna consegnare le vecchie batterie o le batterie ricaricabili ai punti di raccolta pubblici della propria comunità o ovunque vengano vendute batterie di quel tipo.



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

Questo prodotto non deve essere smaltito come un normale rifiuto domestico, ma deve essere consegnato a un centro di raccolta per il riciclaggio di apparecchi elettrici ed elettronici. Per ulteriori informazioni si prega di contattare il proprio comune di residenza, l'azienda comunale di smaltimento oppure il negozio in cui è stato acquistato il prodotto.



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

## 4. Prima messa in funzione

### Caricare la batteria

---

Caricare completamente Fitness Tracker(A) prima di utilizzarlo per la prima volta. Inserire il cavo di ricarica USB in una porta USB attiva e collegare il cavo ai contatti all'interno del Tracker (4.1). La connessione è magnetica e si blocca automaticamente quando i contatti sono allineati correttamente. Si noti che il Tracker sia fissato bene durante il processo di ricarica e che la connessione dei contatti non venga interrotta, altrimenti il dispositivo non si ricarica. Il display (5.1) mostra lo stato di carica della batteria

ricaricabile (  = completamente carica /  = batteria scarica).

### Installazione dell'App Connect Soehnle

---



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

Per la completa funzionalità, installare l'app gratuita Soehnle Connect sul proprio smartphone o tablet. Scansionare il codice QR per accedere all'app

nell'Appstore. In alternativa, si può trovare l'app per dispositivi Android™ su Google Play o per dispositivi Apple® nell'App Store di Apple. Prestare attenzione a cercare il nome corretto dell'App: "Soehnle Connect".

## **Primo collegamento con l'app Connect Soehnle**

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

Se si è già utilizzata l'app Soehnle Connect con i prodotti Soehnle, andare al "Menu principale" nell'app Soehnle Connect per collegare il Fitness Tracker e

selezionare "I miei dispositivi" e quindi "Aggiungi dispositivo". Si viene automaticamente guidati attraverso il processo di installazione.

## **Impostazione del proprio Tracker Fitness**

Tutte le impostazioni di Fitness Tracker vengono fatte comodamente attraverso l'interfaccia dell'app Soehnle Connect. L'ora e la data vengono impostate automaticamente dopo la connessione in base all'ora di sistema dello smartphone o del tablet. Inoltre, è possibile impostare i tempi per fino a cinque allarmi a vibrazione (svegliate) nel menu "I miei dispositivi" nelle impostazioni del dispositivo corrispondente, impostare i tempi di attivazione/disattivazione della

modalità sleep automatica e scegliere il tipo di visualizzazione sul dispositivo. Se si è impostato un obiettivo giornaliero per i passi nell'app, Fit Connect 200 HR, quando lo si raggiunge, avvisa vibrando.

## **Compatibilità**

---

L'app Soehnle Connect è compatibile con Google Fit® e Apple Health®. L'app Soehnle Connect è compatibile con Google Fit® e Apple Health®. Una volta che i dispositivi hanno trasferito i dati nell'app Soehnle Connect, questi possono essere trasferiti automaticamente alla rispettiva app Google Fit® / Apple Health®. Per fare ciò, mettere il segno di spunta nel menu "Ulteriori informazioni sull'app". Potrebbe

essere necessario acconsentire all'utilizzo dell'app Soehnle come sorgente in Google Fit® / Apple Health® o nelle impostazioni dell'app sullo smartphone. Guardare le istruzioni delle app di terze parti o del proprio sistema operativo.

## 5. Dispositivo ed uso

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

Fig.	Modalità standard
5.1	Ora, data, stato di carica della batteria
5.2	Frequenza cardiaca

5.3	Contapassi*
5.4	Consumo di calorie*
5.5	Distanza percorsa*
5.6	Durata dell'attività in ore e minuti*
5.7	Obiettivo giornaliero impostato* in% (varianti di visualizzazione)
5.8	Allarme vibrazione (sveglia)
5.9	Chiamate e messaggi in arrivo
5.10	Modalità Sleep: Durata del sonno, fasi del sonno

Con Fitness Tracker si possono registrare e visualizzare diversi dati. Toccando il tasto sensore si avvia la visualizzazione in modalità orario (5.1). Toccando di nuovo il tasto sensore, è possibile commutare le

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

varie funzioni **(5.2 - 5.10)** se sono attivate nell'app Soehnle Connect. Per selezionare le visualizzazioni sul dispositivo, accedere al menu "I miei dispositivi" nelle impostazioni appropriate del dispositivo. L'app Soehnle Connect consente di sfruttare le altre funzionalità, unire e gestire i dati acquisiti.

### **Ora, data e stato di carica della batteria**

La modalità orario **(5.1)** viene avviata toccando il tasto sensore. Qui vengono visualizzati anche la data e lo stato di carica della batteria ricaricabile interna (stato della batteria) (vedere anche di seguito 3. *Caricare la batteria*).

### **Visualizzazione delle attività quotidiane su Fitness Tracker**

Inoltre toccando il tasto sensore è possibile passare tra le diverse attività giornaliere: frequenza cardiaca **(5.2)**, passi **(5.3)**, consumo di calorie **(5.4)** distanza in chilometri**(5.5)**. Fitness Tracker è dotato di un sensibile sensore di movimento che rileva schemi di movimento passo dopo passo e li considera passi. La distanza visualizzata coperta in Fit Connect 200 HR risulta dal numero di passaggi in combinazione con la lunghezza del passo memorizzata nell'app Soehnle Connect. La lunghezza del passo utilizzata può essere regolata secondo necessità nelle impostazioni del dispositivo di Fit Connect 200 HR

nell'app Soehnle Connect, la lunghezza del passo alla consegna è di 70 cm.

## **Determinazione della frequenza cardiaca**

---

Per determinare la frequenza cardiaca, indossare Fitness Tracker e passare alla modalità frequenza cardiaca **(5.2)**. Tenere premuto il tasto sensore per circa 5 secondi. Il polso è ora determinato e visualizzato nel display corrispondente. Il riconoscimento del polso può richiedere inizialmente alcuni secondi. Indossare il Tracker direttamente sulla pelle, altrimenti non è possibile effettuare misurazioni. È possibile leggere la frequenza cardiaca (battiti al minuto) sul display Fit Connect 200 HR Soehnle o come grafico in tempo

reale quando si è connessi all'app Soehnle Connect tramite la connessione *Bluetooth*<sup>®</sup>. Qui è possibile anche impostare una frequenza cardiaca massima di cui lo smartphone avverte acusticamente o tramite vibrazione a seconda delle impostazioni del dispositivo. Inoltre, quando è attivata la funzione frequenza cardiaca, Fitness Tracker ricorda tramite una vibrazione che la misurazione del polso viene attivata dopo cinque e 10 minuti. Questo allarme si spegnerà automaticamente dopo alcuni secondi. Per disattivare la funzione polso, tenere premuto il tasto sensore per circa 5 secondi durante la misurazione della frequenza cardiaca. Dopo il rilascio, la misurazione del polso si disattiva. Si noti che Fitness Tracker non memorizza i dati relativi alla frequenza cardiaca sul dispositivo. Per



memorizzare i dati del polso, ad es. durante gli allenamenti, il riquadro live deve essere aperto nell'app Soehnle Connect e il Fitness Tracker connesso.

---

*La misurazione della frequenza cardiaca influisce sulla durata della batteria del dispositivo. Pertanto, disattivare la funzione della frequenza cardiaca dopo l'uso o l'allenamento.*

---

## Modalità Sleep

---

La registrazione del sonno deve essere avviata con la modalità sleep attiva. I risultati della misurazione del sonno vengono visualizzati solo nell'app Soehnle Connect. In modalità sleep, il dispositivo non con-

ta i passi durante il movimento, ma analizza i dati del movimento per la qualità del sonno.

### **Attivazione della modalità sleep** ☀️ → 🌙 :

Per avviare la funzione sleep, passare prima alla visualizzazione della modalità sleep, toccando il tasto del sensore **(5.10)**. A questo punto tenere premuto il tasto sensore per circa 5 secondi. La modalità sleep è stata attivata. Ciò è indicato dal fatto che il Tracker si attiva e visualizza il display solo con una luna e l'ora.

### **Disattivazione della modalità sleep** 🌙 → ☀️ :

Per disattivare la modalità sleep, toccare il tasto del sensore per attivare il display. A questo punto toccare di nuovo il tasto del sensore e tenerlo premuto

per circa 5 secondi. Dopo aver rilasciato la modalità sleep, viene nuovamente disattivata.

### **Accensione e spegnimento automatici della modalità sleep:**

In alternativa all'attivazione manuale della modalità sleep, è anche possibile attivare/disattivare automaticamente la funzione sleep. In questo caso, Fitness Tracker attiva e disattiva automaticamente la modalità sleep nei momenti selezionati. La funzione sleep automatica può essere trovata nell'app Soehnle Connect nelle impostazioni del dispositivo.

L'app Soehnle Connect consente di tenere traccia della durata del sonno giornaliero, delle diverse fasi del sonno e della durata delle fasi di sonno profondo.

### **Funzioni di notifica**

---

La vista **(5.9)** viene visualizzata automaticamente quando c'è una chiamata in entrata o un SMS in arrivo.. Se viene ricevuta una telefonata o un messaggio SMS sullo smartphone e Tracker Fitness è nel raggio di portata (*Bluetooth*), il display mostra il numero di telefono della chiamata in arrivo. Se è stato salvato il numero del chiamante nella rubrica dello smartphone, viene visualizzato il nome del chiamante. Il prerequisito per questo è che si sia concesso all'app Soehnle Connect l'accesso a contatti, telefono e SMS. Questo viene esplicitamente richiesto quando si aggiunge Fitness Tracker all'app Soehnle Connect durante la messa in servizio (onboarding). Se non

si è data l'autorizzazione, la si può concedere su smartphone con sistema operativo Android™, dalla versione 6.0 o successiva, nelle impostazioni del sistema operativo nell'"App". In alternativa, rimuovere nuovamente il dispositivo dall'app Soehnle Connect e anche dal menu *Bluetooth*® del sistema operativo dello smartphone (disponibile in Impostazioni) e aggiungere nuovamente Fitness Tracker nell'app (prima connessione con l'app Soehnle Connect).

### **Trasferimento dati su smartphone / tablet**

Fitness Tracker Soehnle ha una memoria. Questa salva i dati degli ultimi 14 giorni. Collegare regolarmente Fitness Tracker entro questo periodo per tra-

sferire i dati memorizzati nell'app Soehnle Connect per poterli usare per un periodo di tempo più lungo. Avviare l'app Soehnle Connect. Se il dispositivo si trova nelle vicinanze, i dati vengono automaticamente trasferiti tramite *Bluetooth*® all'app. Oppure scorrere verso il basso la schermata principale (dashboard) dell'app (tirare per aggiornare). Assicurarsi che *Bluetooth*® sia attivato sul proprio Smartphone / Tablet. A questo punto i dati vengono trasferiti e possono quindi essere visualizzati nell'app nelle aree appropriate.

## Disattivazione e attivazione di Bluetooth® (modalità aereo)

---

È possibile disattivare *Bluetooth*® in qualsiasi modalità, ad eccezione della modalità orologio **(5.1)** oppure della modalità frequenza cardiaca **(5.2)**. Per fare ciò, toccare e tenere premuto, ad es. nella visualizzazione dei passi **(5.3)**, il tasto del sensore per circa 5 secondi. È quindi possibile disattivare o attivare *Bluetooth*® toccando nuovamente il tasto. Il Tracker si spegne automaticamente dopo 10 secondi.

Al momento della spedizione, *Bluetooth*® è abilitato per impostazione predefinita e non deve essere attivato per primo.

---

Le informazioni più recenti sul prodotto sono disponibili su Internet all'indirizzo [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)

---

## 6. Pulizia e manutenzione

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

## 7. Servizio per gli utenti

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

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratuito)

Lun - Ven, 8 - 18

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ulteriori informazioni

Per maggiori informazioni visitare il nostro sito web [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Specifiche tecniche

Codice articolo:	68101
Versione Bluetooth®:	4.0
Porta USB:	2.0 Tipo A
Banda di frequenza:	2,4 GHz
Max. potenza di trasmissione:	1 mW
Tipo di batterie:	Polimeri di litio
Tipo di display:	OLED
Dimensioni display:	40,5 x 11,5 mm
Classe di protezione:	IPx4
Memorizzazione dei dati:	circa 14 giorni
Durata carica della batteria:	fino a 10 giorni <i>(a seconda dell'intensità di utilizzo e della funzione della frequenza cardiaca)</i>

## Sommaire

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

## 1. Contenu de la livraison

- 1 Soehnle Fit Connect 200 HR (tracker d'activité)
- 1 câble USB
- 1 mode d'emploi

## 2. Description produit

Votre tracker d'activité personnel Soehnle Fit Connect 200 HR enregistre vos activités quotidiennes comme la fréquence cardiaque, le nombre de pas, les distances parcourues, la durée des activités, la dépense calorique et la réalisation de votre objectif quotidien pour vous accompagner dans votre démarche santé et fitness. Le mode sommeil vous permet d'enregis-

trer la durée et les phases de votre sommeil. Les données sont transmises par *Bluetooth*® à l'appli Soehnle Connect pour être ensuite évaluées.

### 3. Remarques

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

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

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

court-circuiter. Ne pas recharger la batterie à des températures inférieures à 5 degrés ou supérieures à 40 degrés celsius.

**ATTENTION !** Dégâts matériels possibles ! Si l'appareil est résistant aux éclaboussures, il n'est cependant pas étanche. Ne mettez pas l'appareil sous l'eau.

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

**REMARQUE !** Utilisation conforme : Ce produit est

exclusivement réservé à l'usage privé et non commercial. Ceci n'est pas un appareil médical.

**REMARQUE !** Même si vous n'utilisez pas l'appareil pendant une période prolongée, rechargez-le tout de même complètement tous les 3 à 6 mois afin de garantir le bon fonctionnement de la batterie.

F



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

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



**Élimination des équipements élec-  
triques et électroniques Directive CE  
2012/19/UE**

Ce produit ne doit pas être traité avec les déchets ménagers, mais doit être éliminé dans un point de collecte pour le recyclage des équipements électriques et électroniques. Vous pourrez obtenir des informations complémentaires auprès de votre commune, les déchetteries locales ou le magasin où vous avez acheté le produit.





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



## 4. Première mise en marche

### Recharger la batterie

Chargez complètement votre tracker d'activité **(A)** avant la première utilisation. Pour ce faire, branchez le câble USB à un port USB commun et actif et reliez le câble aux contacts à l'intérieur du tracker **(4.1)**. Le raccord est aimanté et s'emboîte automatiquement si les contacts sont correctement superposés. Veillez à ce que le tracker soit bien stable pendant la charge et que le contact ne soit pas interrompu, sans quoi l'appareil ne chargera pas. L'écran **(5.1)** affiche l'état de charge de la batterie (  = complè-

tement chargé /  = batterie épuisée).

### Installer l'application Soehnle Connect



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

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

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

F

## Première connexion à l'appli Soehnle Connect

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

Si vous avez déjà utilisé l'appli Soehnle Connect avec des produits Soehnle, allez dans le « menu principal » de l'application, sélectionnez « mes ap-

pareils » puis « ajouter un appareil » pour connecter votre tracker d'activité. Vous serez automatiquement accompagné dans le processus d'installation.

## Paramétrage de votre tracker d'activité

Tous les paramètres de votre tracker d'activité se règlent confortablement avec l'interface utilisateur de l'appli Soehnle Connect. L'heure et la date se synchronisent automatiquement avec ceux de votre smartphone ou tablette une fois l'appareil connecté. De plus, dans le menu « mes appareils », vous pouvez paramétrer jusqu'à cinq alarmes vibrantes (réveil), définir une heure de mise en marche et d'arrêt du mode sommeil et sélectionner les différents affichages. Si

vous définissez un objectif quotidien de nombre de pas dans l'application, le Fit Connect 200 HR l'enregistre pour vous signaler la réalisation de l'objectif avec une alarme vibrante.

## **Compatibilité**

---

L'application Soehnle Connect est compatible avec Google Fit® et Apple Health®. L'application Soehnle Connect est compatible avec Google Fit® et Apple Health®. Une fois les données des appareils transférées à l'appli Soehnle Connect, vous pouvez les transférer automatiquement vers les appli Google Fit® / Apple Health®. Pour ce faire, cochez la case correspondante dans le menu « Plus d'informations

sur l'application ». Le cas échéant, il est nécessaire d'autoriser l'utilisation de l'application Soehnle dans Google Fit® / Apple Health® ou dans les paramètres application de votre smartphone. Pour ce faire, lisez les instructions correspondantes de l'application concernée ou de votre système d'exploitation.

## 5. Appareil et utilisation

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

Image	Mode standard
5.1	Heure, date, état de charge de la batterie
5.2	Fréquence cardiaque

5.3	Podomètre*
5.4	Dépense calorique*
5.5	distance parcourue*
5.6	Durée de l'activité en heures et min.*
5.7	objectif quotidien fixé en % (variantes d'affichage)
5.8	Alarme vibrante (réveil)
5.9	Appels entrants et messages
5.10	Mode sommeil : durée du sommeil, phases de sommeil

Le tracker d'activité peut enregistrer et afficher différentes données. Un effleurement de la touche du capteur d'activité lance l'affichage en mode horloge (5.1). En effleurant la touche à nouveau, vous pouvez faire défiler les différentes fonctions (5.2 - 5.10),

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

du moment que celles-ci sont activées dans l'appli Soehnle Connect. Vous sélectionner les affichages que vous souhaitez voir apparaître dans le menu « Mes appareils ». Avec l'application Soehnle Connect, vous pouvez utiliser d'autres fonctions ainsi que rassembler et gérer vos données.

### **Heure, date et état de charge de la batterie**

Pour démarrer le mode horloge **(5.1)**, effleurez la touche du capteur d'activité. Il affiche également la date ainsi que l'état de charge de la batterie interne (voir également sous 3. *Recharger la batterie*).

### **Affichage de vos activités quotidiennes sur le tracker d'activité**

Toujours en effleurant la touche du capteur d'activité, vous pouvez basculer entre les différentes activités : fréquence cardiaque **(5.2)**, nombre de pas **(5.3)**, dépense calorique **(5.4)** et distance en kilomètres **(5.5)**. Votre tracker d'activité est équipé d'un capteur de mouvement sensible qui reconnaît les mouvements caractéristiques d'un pas et les identifie en tant que tel. La distance parcourue est calculée à partir du nombre de pas du Fit Connect 200 HR et de la foulée enregistrée dans l'appli Soehnle Connect. En cas de besoin, la foulée (longueur de pas) peut être adaptée dans les paramètres du Fit

Connect 200 HR dans l'appli Soehnle Connect. La longueur de pas par défaut est de 70 cm.

## Calcul de la fréquence cardiaque

---

F

Pour obtenir votre fréquence cardiaque, mettez le tracker d'activité et passez au mode fréquence cardiaque **(5.2)**. Pressez la touche du capteur d'activité pendant env. 5 secondes. La fréquence cardiaque est calculée et s'affiche à l'écran. La reconnaissance du pouls peut durer quelques minutes. Portez le tracker à même la peau, sans quoi la mesure du pouls n'est pas possible. Vous pouvez lire votre observer votre fréquence cardiaque (battements par minutes) sur l'écran du Soehnle Fit Connect 200 HR ou, si vous avez

une connexion *Bluetooth*®, sous forme de graphique en temps réel dans la mosaïque correspondante de l'appli Soehnle Connect. Vous pouvez y paramétrer une fréquence cardiaque maximale qui déclenchera une alarme acoustique ou vibrante sur votre smartphone en fonctions de vos paramétrages. De plus, lorsque la fonction fréquence cardiaque est activée, le tracker d'activité vous rappelle au bout de cinq et dix minutes par alarme vibrante que la mesure de pouls est en cours. Cette alarme s'éteint automatiquement au bout de quelques secondes. Pour désactiver la fonction fréquence cardiaque, appuyer sur la touche de capteur d'activité pendant env. 5 secondes lorsque la mesure de pouls est activée. En relâchant, la mesure du pouls s'arrête. Veuillez prendre en compte que le

tracker d'activité n'enregistre pas les données de fréquence cardiaque sur l'appareil. Pour enregistrer les données de fréquence cardiaque, il faut par exemple lors de séances d'entraînement que la mosaïque live soit ouverte dans l'appli Soehnle Connect et le tracker d'activité doit être connecté.

---

*La mesure du pouls réduit l'autonomie de l'appareil. Éteignez donc la fonction pouls après utilisation / une fois l'entraînement terminé.*

---

## Mode sommeil

---

Pour enregistrer le sommeil, il faut activer le mode sommeil. Les résultats de mesure du sommeil s'affichent

uniquement dans l'appli Soehnle Connect. En mode sommeil, l'appareil n'interprète pas les mouvements comme des pas mais les analyse en termes de qualité de sommeil.

### Activer le mode sommeil ☀️ → 🌙 :

Pour démarrer le mode sommeil, basculez tout d'abord l'affichage en mode sommeil en effleurant la touche du capteur d'activité **(5.10)**. Pressez la touche du capteur d'activité pendant env. 5 secondes. Le mode sommeil s'active. Cela se voit au fait que le tracker n'affiche plus qu'une lune et l'heure.

### Désactiver le mode sommeil 🌙 → ☀️ :

Pour éteindre le mode sommeil, effleurez la touche

du capteur d'activité pour activer l'écran. Effleurez-la à nouveau et maintenez-la pendant env. 5 secondes. En relâchant, le mode sommeil est désactivé.

## **F Allumage et arrêt automatique du mode sommeil :**

Au lieu de d'activer manuellement le mode sommeil, vous pouvez paramétrer un allumage et un arrêt automatique de cette fonction. Dans ce cas, le tracker d'activité active et désactive automatiquement le mode sommeil aux heures définies. Vous trouverez le mode sommeil automatique dans les paramètres de l'appli Soehnle Connect.

Dans l'appli Soehnle Connect, vous pouvez suivre

la durée quotidienne de votre sommeil, les différentes phases de sommeil ainsi que la durée du sommeil profond.

## **Notifications**

---

L'affichage **(5.9)** s'active automatiquement lors d'un appel ou SMS entrant. Si vous répondez à un appel ou consultez un SMS sur votre smartphone et que votre tracker d'activité se trouve à proximité (*Bluetooth*), le numéro de l'appel entrant s'affiche à l'écran. Si vous avez enregistré le numéro dans votre répertoire de votre smartphone, le nom de la personne s'affiche à l'écran. Pour ce faire, vous devez accorder à l'appli Soehnle Connect les permissions d'accès aux



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

## **Transmission des données à un smartphone / une tablette**

---

Votre tracker d'activité possède une mémoire interne. Celle-ci enregistre les données des 14 derniers jours. Veuillez connecter régulièrement votre tracker d'activité dans ce laps de temps afin de transférer les données collectées à l'appli Soehnle Connect et de les utiliser plus longtemps.

Lorsque vous lancez l'appli Soehnle Connect, les données sont automatiquement transférées par *Bluetooth*® à l'application, à condition que l'appareil se trouve à proximité. Vous pouvez également effleurer l'écran principal de l'appli de haut en bas (effleurer pour rafraîchir). Veillez à ce que le *Bluetoo-*

th® de votre smartphone/tablette soit activé. Les données seront alors transférées puis visibles dans les champs correspondants de l'appli.

### Activer et désactiver le Bluetooth® (mode avion)

F

Vous pouvez éteindre le *Bluetooth*® dans tous les modes, sauf en mode horloge **(5.1)** ou fréquence cardiaque **(5.2)**. Pour ce faire, effleurez la touche capteur d'activité, par exemple dans l'affichage podomètre **(5.3)**, pendant 5 secondes. Vous pouvez ensuite dés/activer le *Bluetooth*® en effleurant la touche à nouveau. Le tracker s'éteint automatiquement au bout de 10 secondes. L'appareil est livré avec *Bluetooth*® activé, il ne doit plus être activé.

---

*Vous trouverez les dernières informations concernant votre produit sur [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Nettoyage et entretien

Nettoyez votre tracker d'activité à l'aide d'un chiffon doux et humide. Laissez sécher entièrement l'appareil à l'air libre avant de le brancher, de le ranger ou de le recharger. Une utilisation non conforme peut endommager l'appareil. N'utilisez pas de produits de nettoyage agressifs, brosses ou objets tranchants. Ils pourraient endommager la surface. Ne plongez pas l'écran sous l'eau ou dans d'autres liquides.

## 7. Service utilisateur

Notre service utilisateur est à votre disposition en cas de questions ou réclamations :

Hotline : 00 800 538 38 383 (appel gratuit)  
Lun – ven, de 08 h à 18 h

Internet : [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Informations supplémentaires

Pour davantage d'informations, consultez notre site Internet [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Données techniques

Réf. art. :	68101
Bluetooth® Version :	4.0
Raccord USB :	2.0 type A
Bande de fréquence :	2,4 GHz
Puissance d'émission max. :	1 mW
Batterie :	Lithium-polymère
Écran :	OLED
Dimensions écran :	40,5 x 11,5 mm
Classe de protection ;	IPx4
Mémoire :	env. 14 jours
Autonomie batterie :	jusqu'à 10 jours <i>(en fonction de la fréquence d'utilisation et de la fonction fréquence cardiaque)</i>

## Índice de contenido

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

## 1. Contenido del embalaje

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (pulsera de actividad)
- 1x Cable del cargador USB
- 1x Manual de instrucciones

## 2. Descripción del producto

Su pulsera de actividad Soehnle Fit Connect 200 HR personal registra sus actividades diarias, como la frecuencia cardíaca, el número de pasos, la distancia, la duración de la actividad, el consumo de calorías y el logro de sus objetivos diarios de ejercicio con el fin de apoyarlo en lo relativo a su condición física y su salud. El modo de sueño registra tanto la duración

como las fases del sueño. Los datos se transfieren a su aplicación Soehnle Connect vía *Bluetooth*® y pueden ser evaluados allí.

### 3. Indicaciones

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

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

**¡ADVERTENCIA!** ¡Peligro de incendio/explosión o quemaduras! El artículo contiene una pila de polímero de litio. Esta no debe ser desmontada, desarmada,

lanzada al fuego o conectarse en cortocircuito. No cargue la pila a temperaturas inferiores a 5 o superiores a 40 grados centígrados.

**¡ATENCIÓN!** ¡Posibles daños materiales! El dispositivo es a prueba de salpicaduras pero no es resistente al agua. No mantenga el dispositivo bajo el agua.

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

**¡SUGERENCIA!** Use conforme a lo previsto: El producto está destinado al uso exclusivo doméstico privado

y no comercial. No se trata de un dispositivo médico.  
**¡SUGERENCIA!** Si no utiliza el dispositivo durante un largo período de tiempo, cargue la pila una vez cada 3-6 meses para asegurarse de que funciona correctamente.



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

Las pilas y baterías no deben desecharse con la basura doméstica. Debe entregar las pilas o baterías usadas a los centros de recolección públicos de su comunidad o a cualquier lugar donde se vendan pilas de este tipo.



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

Este dispositivo no debe desecharse con la basura doméstica, sino en un punto de recogida especializado en el reciclaje de dispositivos eléctricos y electrónicos. Para más información, consulte con su ayuntamiento, con la empresa de basuras o con la tienda en la que haya adquirido el producto.





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

## 4. Primera puesta en marcha

### Carga de la batería

---

Cargue la pulsera de actividad **(A)** completamente antes de la primera puesta en marcha. Enchufe el cable de carga USB en un puerto USB activo estándar y conecte el cable a los contactos situados en el interior de la pulsera **(4.1)**. La conexión es magnética y se encaja automáticamente cuando los contactos están correctamente colocados uno encima del otro. Tenga en cuenta que la pulsera esté segura durante el proceso de carga y que la conexión de los contactos no se interrumpa, de lo contrario el

dispositivo no se cargará. La pantalla **(5.1)** muestra el estado de carga de la batería (  = completamente cargada /  = pila agotada).

### Instalar la aplicación Soehnle Connect

---



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

Instale la aplicación gratuita Soehnle Connect en su teléfono inteligente o tableta para contar con todas

las funciones. Escanee el código QR para encontrar la aplicación en la App Store. También puede encontrar la aplicación para su dispositivo Android™ en Google Play o para su dispositivo Apple® en la Apple App Store. Por favor, tenga en cuenta el nombre exacto de la aplicación al realizar la búsqueda: "Soehnle Connect".

## **Primera conexión con la aplicación Soehnle Connect**

---

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

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

## **Configuración de la pulsera de actividad**

Todos los ajustes de su pulsera de actividad se realizan cómodamente a través de la interfaz de usuario de la aplicación Soehnle Connect. La hora y la fecha se ajustan automáticamente de acuerdo con la hora del sistema del teléfono inteligente o de la tableta



después de la conexión. En el menú "Mis dispositivos", en la configuración correspondiente del dispositivo, también puede ajustar el horario de hasta cinco alarmas de vibración (despertador), ajustar las horas de encendido y apagado automático para el modo de sueño y seleccionar las vistas que desea visualizar en el dispositivo. Si ha establecido un objetivo diario de pasos en la aplicación, el Fit Connect 200 HR lo tomará en cuenta para avisarle con una alarma de vibración cuando lo alcance.

## **Compatibilidad**

---

La aplicación Soehnle Connect es compatible con Google Fit® y Apple Health®. La aplicación Soehn-

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

## 5. Dispositivo y manejo

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

Fig.	Modo estándar
5.1	Hora, fecha, estado de carga de la batería
5.2	Frecuencia cardíaca

5.3	Contador de pasos*
5.4	Consumo de calorías*
5.5	Distancia recorrida*
5.6	Duración de la actividad en horas y minutos.*
5.7	Objetivo diario establecido* en % (variantes de visualización)
5.8	Alarma de vibración (despertador)
5.9	Llamadas y mensajes entrantes
5.10	Modo de sueño: Duración del sueño, fases del sueño

Con la pulsera de actividad se pueden registrar y visualizar varios datos diferentes. Al pulsar el botón sensor se inicia la visualización en el modo de reloj (5.1). Pulsando de nuevo el botón sensor se puede

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

cambiar entre las diferentes funciones **(5.2 - 5.10)** siempre que estén activadas en la aplicación Soehnle Connect. En el menú "Mis dispositivos", en los ajustes correspondientes del dispositivo, se seleccionan las vistas que se van a mostrar en el dispositivo. Con la aplicación Soehnle Connect puede utilizar funciones adicionales, fusionar y gestionar los datos registrados.

### **Hora, fecha, estado de carga de la pila**

El modo de hora **(5.1)** se inicia pulsando el botón sensor. Aquí también se muestran la fecha y el estado de carga de la pila interna (estado de la pila) (véase también bajo *3. Carga de la pila*).

### **Vista de actividades de día de la pulsera de actividad**

También pulsando el botón sensor se puede cambiar entre las diferentes actividades diarias como frecuencia cardíaca **(5.2)**, pasos **(5.3)**, gasto calórico **(5.4)** y distancia en kilómetros **(5.5)**. Su pulsera de actividad está equipada con un sensor de movimiento sensible que detecta patrones de movimiento típicos y los cuenta como pasos. El Fit Connect 200 HR calcula la distancia recorrida a partir del número de pasos junto con el tamaño del paso almacenado en la aplicación Soehnle Connect. Si es necesario, el tamaño del paso utilizado se puede ajustar en los ajustes del dispositivo de Fit Connect

200 HR en la aplicación Soehnle Connect; el tamaño del paso predeterminado es de 70 cm.

## **Determinación de la frecuencia de pulso**

---

**E** Para determinar el pulso, coloque la pulsera de actividad y cambie al modo de frecuencia de pulso **(5.2)**. Pulse y mantenga presionado el botón sensor durante aproximadamente 5 segundos. Ahora se determina el pulso y se muestra en la pantalla correspondiente. Al principio puede tomar unos segundos para reconocer el pulso. Póngase la pulsera directamente sobre la piel, de lo contrario no será posible realizar mediciones. La frecuencia de pulso (latidos por minuto) se puede leer en la pantalla del Soehnle Fit Connect 200 HR o, si se

establece una conexión *Bluetooth*<sup>®</sup> con la aplicación Soehnle Connect, en el gráfico correspondiente en tiempo real. Allí también puede ajustar una frecuencia de pulso máxima para que su teléfono inteligente le avise sonoramente o por vibración, dependiendo de los ajustes del dispositivo. Además, con la función de pulso activada la pulsera de actividad le recuerda después de cinco a diez minutos mediante una alarma de vibración que la medición del pulso está activada. Esta alarma se apaga automáticamente después de unos segundos. Para desactivar la función de pulso, mantenga presionada el botón sensor durante aprox. 5 segundos con la medición de pulso encendida. Después soltarlo, la medición del pulso se desconecta. Tenga en cuenta que la pulsera de actividad no alma-

cena los datos de frecuencia cardíaca en el dispositivo. Para guardar los datos de frecuencia cardíaca, la ficha en vivo de la aplicación Soehnle Connect debe estar abierta y la pulsera de actividad debe estar conectada durante las sesiones de entrenamiento.

---

*La medición de la frecuencia del pulso afecta a la duración de la pila del dispositivo. Por lo tanto, desactive la función de pulso después de su uso o entrenamiento.*

---

## Modo de sueño

---

El registro del sueño debe iniciarse activando el modo de sueño. Los resultados de las mediciones

del sueño sólo se muestran en la aplicación Soehnle Connect. En el modo de sueño, el dispositivo no cuenta ningún paso durante el movimiento, sino que analiza los datos del movimiento con respecto a la calidad del sueño.

### Activación del modo de sueño ☀️ → 🌙 :

Para iniciar la función de sueño, primero cambie a la pantalla del modo de sueño **(5.10)** pulsando el botón sensor. Mantenga presionado el botón sensor durante aprox. 5 segundos. El modo de sueño está activado. Puede reconocer esto por el hecho de que la pulsera sólo activa y muestra la pantalla con una luna y la hora.

## Desactivación del modo de sueño -----> :

Para volver a desactivar el modo de sueño, pulse el botón sensor para activar la pantalla. Vuelva a pulsar el botón sensor y manténgalo presionado durante aprox. 5 segundos. Después de soltarlo, el modo de sueño se desactiva de nuevo.

E

## Activación y desactivación automática del Modo de sueño:

Como alternativa a la activación manual del modo de sueño, también puede activar la activación y desactivación automática de la función de sueño. En este caso, la pulsera de actividad activa y desactiva automáticamente el modo de sueño en los horarios seleccionados. Encontrará la función de sueño

automática en la aplicación Soehnle Connect en los ajustes del dispositivo. En la aplicación Soehnle Connect puede rastrear la duración del sueño diario, las diferentes fases del sueño y la duración de la(s) fase(s) de sueño profundo.

## Funciones de notificación

---

La vista **(5.9)** se muestra automáticamente cuando hay una llamada o SMS entrante. Cuando su teléfono recibe una llamada telefónica o un mensaje SMS y la pulsera de actividad está dentro del rango (*Bluetooth*), la pantalla muestra el número de la llamada entrante. Si ha guardado el número de la persona que llama en su directorio telefónico, se muestra el nom-

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

## **Transferencia de datos al teléfono inteligente / tableta**

---

Su Soehnle Fitness Tracker cuenta con una memoria. Esta guarda los datos de los últimos 14 días. En este tiempo conecte la pulsera de actividad regularmente para transferir los datos almacenados a la aplicación Soehnle Connect y utilizarla durante un período de tiempo más largo.

Inicie la aplicación Soehnle Connect. Si el dispositivo está cerca, los datos se transfieren automáticamente a la aplicación a través de *Bluetooth*®. O deslice en la pantalla principal (panel de control) de la aplicación hacia abajo (jalar para actualizarla). Asegúrese de que el *Bluetooth*® esté activado en su

teléfono inteligente/tableta. Los datos se transfieren ahora y se pueden visualizar en la aplicación en las áreas correspondientes.

### Encender y apagar el Bluetooth® (modo avión)

E

Puede desactivar el *Bluetooth*® en cualquier modo excepto en el modo de reloj **(5.1)** o en el modo de frecuencia de pulso **(5.2)**. Mantenga presionado el botón sensor durante aprox. 5 segundos, p. ej. en la vista Pasos **(5.3)** y, a continuación, apague o encienda el *Bluetooth*® pulsando de nuevo el botón. La pulsera de actividad se apaga automáticamente después de 10 segundos. El *Bluetooth*® está activado de forma predeterminada y no necesita ser activado primero.

---

*Puede encontrar la información más reciente sobre su producto en [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Limpieza y cuidado

Limpie la pulsera de actividad con un paño suave y húmedo. Deje que el dispositivo se seque completamente al aire libre antes de volver a colocarla, guardarla o cargar la pila. Un manejo inadecuado del dispositivo puede causar daños. No utilice productos de limpieza agresivos, cepillos con cerdas duras u objetos afilados. Estos pueden dañar las superficies. No sumerja la pantalla en agua u otros líquidos.



## 7. Servicio de atención al consumidor

Si tiene alguna pregunta o sugerencia, póngase en contacto con nuestro Servicio de atención al consumidor:

Teléfono: 00 800 538 38 383 (sin costo)  
Lu. – vi. , 8.00 a. m. – 6.00 p. m.  
Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Más informaciones

Para más información, visite nuestro sitio web  
[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Datos técnicos

N.º de artículo:	68101
Versión de <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
Conexión USB:	2.0 tipo A
Banda de frecuencia:	2.4 GHz
Max. potencia de transmisión:	1 mW
Tipo de pila:	polímero de litio
Tipo de pantalla:	OLED
Dimensiones de pantalla:	40.5 x 11.5 mm
Clase de aislamiento:	IPx4
Memoria:	aprox. 14 días
Duración de la pila:	hasta 10 días <i>(dependiendo de la intensidad de uso y de la función de pulso)</i>

## Índice

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

## 1. Conteúdo da embalagem

- 1x Fit Connect 200 HR da Soehnle (fitness tracker)
- 1x Cabo de carregamento USB
- 1x Manual de instruções

## 2. Descrição do produto

O seu fitness tracker pessoal Fit Connect 200 HR da Soehnle regista as suas atividades diárias, como frequência cardíaca, número de passos, distância percorrida, duração da atividade, calorias queimadas e se atingiu o seu objetivo de atividade diário, para o/a ajudar nas suas atividades de fitness e de saúde. Com o monitor de sono, regista as horas de sono

e as fases do sono. Através do *Bluetooth*®, os dados podem ser transferidos para a sua aplicação Soehnle Connect e podem ser analisadas aí.

### 3. Indicações

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

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

**ATENÇÃO!** Perigo de incêndio/explosão ou ferimentos! O artigo contém uma bateria de polímero de lítio. Esta não pode ser removida, desmontada, atira-

da para o fogo ou curto-circuitada. Não carregue a bateria com temperaturas inferiores a 5 graus Celsius e acima dos 40 graus Celsius.

**ATENÇÃO!** Possíveis danos materiais! O dispositivo é à prova de salpicos de água, mas não é impermeável. Não mergulhe o dispositivo na água.

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

**NOTA!** Utilização correta: O produto destina-se

exclusivamente ao uso doméstico privado e não comercial. O mesmo não é um dispositivo médico.

**NOTA!** Se o dispositivo não for utilizado durante um longo período de tempo, carregue, mesmo assim, a bateria a cada 3 a 6 meses, para manter a capacidade da bateria.



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

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



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

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





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

## 4. Primeira colocação em funcionamento

### Carregar a bateria

---

Antes da primeira utilização, carregue completamente o fitness tracker **(A)**. Para tal, insira o cabo de carregamento USB numa porta USB normal e ativa, e ligue o cabo aos contactos da parte interna do tracker **(4.1)**. A ligação é magnética e encaixa automaticamente quando os contactos estão corretamente alinhados. Certifique-se de que o tracker está pousado de forma segura durante o carregamento e que a ligação dos contactos não seja interrompida, caso contrário o dispositivo não é carregado.

No ecrã **(5.1)** é indicado o estado de carregamento da bateria (  = completamente carregado /  = bateria fraca).

### Instalar la aplicación Soehnle Connect

---



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

Para uma funcionalidade completa, instale a aplicação gratuita Soehnle Connect no seu smartphone

ou tablet. Leia o código QR para ir diretamente para a aplicação na loja de aplicações. Alternativamente, pode encontrar a aplicação para o seu dispositivo Android™ na Google Play ou para o seu dispositivo Apple® na App Store da Apple. Tenha em atenção o nome correto da aplicação: "Soehnle Connect".

## **Primeira ligação com a aplicação Soehnle Connect**

P

Ative o *Bluetooth*® no seu smartphone ou tablet e abra a aplicação Soehnle Connect. Quando abrir a aplicação pela primeira vez, será acompanhado/a pelo processo da ligação a um dispositivo da Soehnle. Se já tiver utilizado a aplicação Soehnle Connect e pretender efetuar a ligação ao fitness tracker, vá ao

"Menu principal" na aplicação Soehnle Connect, toque em "Meus dispositivos" e depois em "Adicionar dispositivo". Será guiado/a automaticamente pelo processo de instalação.

## **Configuração do seu fitness tracker**

Todas as configurações do seu fitness tracker são efetuadas, de forma confortável, através do interface do utilizador da aplicação Soehnle Connect. Após a ligação, a hora e a data são configuradas automaticamente conforme a hora do sistema do smartphone ou do tablet. Para além disso, no menu "Meus dispositivos", nas respetivas configurações do dispositivo, pode criar até cinco horas de alarme de vibração

(despertador), determinar horas de ativação e desativação automáticas do monitor de sono e escolher a sua seleção das vistas a apresentar no dispositivo. Se tiver determinado um objetivo diário para os passos na aplicação, o Fit Connect 200 HR assume este objetivo para o/a avisar através de um alarme de vibração de que atingiu o objetivo.

## **Compatibilidade**

A aplicação Soehnle Connect é compatível com Google Fit® e Apple Health®. A aplicação Soehnle Connect é compatível com Google Fit® e Apple Health®. Depois de os dispositivos transmitirem os dados para a aplicação Soehnle Connect, os mesmos

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

## 5. Dispositivo e operação

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

P

Fig.	Modo padrão
5.1	Hora, data, estado de carga da bateria
5.2	Frequência cardíaca

5.3	Contador de passos*
5.4	Calorias queimadas*
5.5	Distância percorrida*
5.6	Duração da atividade em horas e min.*
5.7	Objetivo diário definido* em % (variantes de apresentação)
5.8	Alarme de vibração (despertador)
5.9	Chamadas e mensagens recebidas
5.10	Monitor de sono: duração de sono, fases do sono

Com o fitness tracker é possível registrar e apresentar vários dados. Tocando no botão sensível ao toque, o ecrã começa por apresentar o modo de relógio (5.1). Tocando novamente no botão sensível ao toque, é possível alternar entre as várias funções

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



**(5.2 - 5.10)**, supondo que as mesmas estão ativas na aplicação Soehnle Connect. A seleção que é apresentada no dispositivo é selecionada no menu “Meus dispositivos”, nas respectivas configurações do dispositivo. Através da aplicação Soehnle Connect, pode utilizar outras funções, combinar e utilizar os seus dados registados.

### Hora, data e estado de carga da bateria

O modo de relógio **(5.1)** é iniciado através do acionamento do botão sensível ao toque. Aqui é também indicada a data e o estado de carga da bateria interna (estado da bateria) (ver também 3. *Carregar bateria*).

### Indicação de atividades diárias no fitness tracker

Também através do acionamento do botão sensível ao toque, pode alternar entre as várias atividades diárias; frequência cardíaca **(5.2)**, passos **(5.3)**, calorias queimadas **(5.4)** e distância em quilómetros **(5.5)**. O seu fitness tracker está equipado com um sensor de movimento sensível, o qual reconhece padrões de movimento típicos de passada e conta os mesmo como passos. A distância percorrida apresentada é calculada pelo Fit Connect 200 HR através do número de passos, em conjugação com o comprimento da passada indicado na aplicação Soehnle Connect. Se necessário, o comprimento da passada utilizado pode ser alterado nas configura-

ções do dispositivo do Fit Connect 200 HR na aplicação Soehnle Connect. O comprimento da passada introduzido de fábrica é de 70 cm.

## Medição da frequência cardíaca

**P** Para medir a sua frequência cardíaca, coloque o fitness tracker e mude para o modo de frequência cardíaca **(5.2)**. Mantenha premido o botão sensível ao toque durante aprox. 5 segundos. A pulsação é medida e os resultados são apresentados no ecrã. De início, pode demorar alguns segundos a detetar a pulsação. Coloque o tracker diretamente sobre a pele, caso contrário não será possível efetuar uma medição. Pode ver a frequência cardíaca (batimentos cardíacos

por minuto) na forma de um gráfico, em tempo real, no ecrã do Fit Connect 200 HR da Soehnle ou, se existir uma ligação *Bluetooth*<sup>®</sup> com a aplicação Soehnle Connect, no respetivo mosaico. Aí, também pode definir uma frequência cardíaca máxima e, se a ultrapassar, o seu smartphone avisa-o/a por sinal acústico ou de vibração, dependendo da configuração do dispositivo. Para além disso, o fitness tracker lembra-o/a, através do alarme de vibração, após 10 minutos, que a medição do pulso está ativa. Este alarme desliga-se automaticamente após alguns segundos. Para desativar a função de pulsação, prima e mantenha premido o botão sensível ao toque durante aprox. 5 segundos, com a medição do pulso ligada. Quando largar o botão, a medição do pulso desliga-se. Tenha em atenção

que o fitness tracker não grava os dados da pulsação no dispositivo. Para gravar os dados da pulsação, deve ter aberto o mosaico Live na aplicação Soehnle Connect, p. ex., durante sessões de exercício, e o fitness tracker deve estar conetado.

---

*A medição da frequência cardíaca afeta a duração da bateria do dispositivo. Desligue a função de pulsação depois da utilização ou depois dos exercícios.*

---

## Monitor de sono

---

O registo do sono deve ser iniciado ativando o monitor de sono. Os resultados de medições do sono

são apresentados exclusivamente na aplicação Soehnle Connect. No monitor de sono, o dispositivo não conta os movimentos como passos, mas analisa os dados dos movimentos relativamente à qualidade do sono.

### **Ativar o monitor de sono** ☀️ → 🌙 :

Para iniciar a função de análise de sono, muda primeiro, através do acionamento do botão sensível ao toque, para a indicação do monitor de sono **(5.10)**. Prima o botão sensível ao toque durante aprox. 5 segundos. O monitor de sono é ativado. Saberá que o monitor de sono está ativado quando o tracker apenas apresentar uma lua e a hora.

## Desativar o monitor de sono ☾ → ☀:

Para voltar a desativar o monitor de sono, toque no botão sensível ao toque para ativar o ecrã. Toque novamente no botão sensível ao toque e mantenha-o premido durante aprox. 5 segundos. Quando largar o botão, o monitor de sono é novamente desativado.

## **P** Ativação e desativação automática do monitor de sono:

Em alternativa à ativação manual do monitor de sono, pode fazer com que a função de análise de sono seja automaticamente ativada e desativada. Neste caso, às horas indicadas, o fitness tracker ativa e desativa automaticamente o monitor de sono. A função de análise de sono automática encontra-se na aplicação

Soehnle Connect, nas configurações do dispositivo. Na aplicação Soehnle Connect, pode consultar as horas de sono diárias, as várias fases do sono e a duração da(s) fase(s) de sono profundo.

## Funções de notificação

---

A vista **(5.9)** é automaticamente apresentada quando recebe uma chamada ou uma SMS. Se receber uma chamada ou uma SMS no seu smartphone e se o fitness tracker se encontrar dentro do alcance (*Bluetooth*), o mesmo apresenta o número da chamada que está a receber. Se tiver o número gravado na lista telefónica do seu smartphone, será apresentado o nome da pessoa que está a ligar. Para tal, a

aplicação Soehnle Connect tem de possuir autorização de acesso aos contactos, ao telefone e às SMS. Esta autorização é expressamente pedida quando emparelha o fitness tracker com a aplicação Soehnle Connect durante a primeira colocação em funcionamento (onboarding). Se não tiver confirmado essa autorização, pode atribuir a autorização posteriormente, através do seu smartphone com sistema operativo Android™, a partir da versão 6.0, nas definições do sistema operativo, em “Aplicações”. Em alternativa, remova o dispositivo da aplicação Soehnle Connect e do menu do *Bluetooth*® do sistema operativo do seu smartphone (nas definições) e volte a adicionar o fitness tracker à aplicação (primeira ligação com a aplicação Soehnle Connect).

## Transmissão de dados para o smartphone / tablet

O seu fitness tracker da Soehnle dispõe de uma memória interna. Este grava os dados dos últimos 14 dias. Dentro desse período de tempo, ligue o fitness tracker regularmente à aplicação Soehnle Connect para que os dados gravados possam ser transferidos e utilizados durante um período de tempo mais longo.

Abra a aplicação Soehnle Connect. Com o dispositivo por perto, os dados serão automaticamente transferidos por *Bluetooth*® para a aplicação. Ou, na página inicial (dashboard) da aplicação, arraste o dedo para baixo (pull to refresh). Certifique-se de que o *Bluetooth*® no seu smartphone / tablet está

ativo. Os dados são transferidos e estarão depois visíveis na aplicação, nas respetivas áreas.

## **Ligar e desligar o Bluetooth® (modo de avião)**

Pode desligar o *Bluetooth*® em qualquer modo, exceto no modo de relógio **(5.1)** e no modo de frequência cardíaca **(5.2)**. Para tal, toque e mantenha premido, p. ex., na vista dos passos **(5.3)**, o botão sensível ao toque, durante aprox. 5 segundos. De seguida, pode desligar ou ligar o *Bluetooth*® tocando novamente no botão. O tracker desliga-se automaticamente após 10 segundos.

De fábrica, o *Bluetooth*® vem ligado e não tem de ser ligado aquando da primeira utilização.

---

*Instrução: Poderá encontrar as informações mais recentes sobre o seu produto na internet, em [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## **6. Limpeza e cuidados**

Limpe o fitness tracker com um pano suave e úmido. Deixe o dispositivo secar completamente ao ar antes de o colocar, guardar ou carregar a bateria. Uma utilização incorreta do dispositivo pode causar danos. Não utilize produtos de limpeza agressivos, escovas duras ou objetos afiados. Estes podem danificar as superfícies. Não mergulhe o ecrã na água ou em outros líquidos.

## 7. Serviço ao cliente

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

Linha direta: 00 800 538 38 383 (chamada gratuita)  
Seg. – Sex., 08:00 – 18:00

Internet: [soehnle.de](http://soehnle.de)

## 8. Mais informações

Para mais informações, vá à nossa página da internet [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Dados técnicos

Número de artigo:	68101
Versão <i>Bluetooth</i> <sup>®</sup> :	4.0
Ligação USB:	Tipo A 2.0
Faixa de frequência:	2,4 GHz
Potência de transmissão máx.:	1 mW
Tipo de bateria:	Polímero de lítio
Tipo de ecrã:	OLED
Dimensões do ecrã:	40,5 x 11,5 mm
Classe de proteção:	IPx4
Armazenamento de dados:	aprox. 14 dias
Duração da bateria:	até 10 dias (dependendo da intensidade da utilização e da função de pulsação)

## Indholdsfortegnelse

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

DK

## 1. Leveringsomfang

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB-opladerkabel
- 1x brugsanvisning

## 2. Produktbeskrivelse

For at hjælpe dig med motion og helbred, registrerer din personlige Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR din daglige aktivitet som pulsfrekvens, antal skridt, tilbagelagt distance, aktivitetsvarighed, kalorieforbrug og opnåelse af dit daglige bevægelsesmål. I søvntilstand registreres søvnvarigheden og søvnfaserne. Ved hjælp af *Bluetooth*<sup>®</sup> sendes



dine data til din Soehnle Connect-App og kan analyseres der.

### 3. Henvisninger

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

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

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

temperatur på under 5 eller over 40 celsiusgrader.

**ADVARSEL!** Eventuelle materielle skader! Apparatet er stænkvandsbeskyttet, men ikke vandtæt. Nedsenk aldrig apparatet i vand.

**ADVARSEL!** Eventuelle materielle skader! Apparatet må ikke falde ned, og det må ikke udsættes for stød. Udsæt ikke apparatet for ekstreme temperaturer eller stærke temperaturudsving. Beskyt også apparatet mod direkte sol og støv. Brug ikke skrappe kemikalier eller aggressive eller skurende rengøringsmidler til rengøring. Beskyt displayet mod hårde og ridsende genstande.

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

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



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

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



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

Dette produkt må ikke behandles som almindeligt husholdningsaffald, men skal afleveres på et indsamlingssted til genanven-

delse af elektrisk og elektronisk udstyr. Du kan få mere at vide hos de kommunale myndigheder, de kommunale affaldsafhentningsselskaber eller den butik, hvor du har købt produktet.




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

## 4. Første ibrugtagning

### Batteriopladning

---

Oplad Fitness Tracker **(A)** helt, inden du tager den i brug første gang. Sæt USB-opladerkablet i en gængs, aktiv USB-port, og tilslut kablet til kontakterne på Fitness Trackerens indvendige side **(4.1)**. Forbindelsen er magnetisk og delene falder automatisk i indgreb, når kontakterne ligger korrekt oven på hinanden. Vær venligst opmærksom på, at Fitness Tracker ligger sikkert og at forbindelsen mellem kontakterne ikke afbrydes, mens den oplader, ellers gennemføres opladningen ikke. I displayet **(5.1)** vi-

ses batteriets opladningstilstand (  = fuldt opladet /  = batteri tomt).

### Installation af Soehnle Connect-App

---



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

For at få det fulde udbytte af dit produkt, download og installer den gratis Soehnle Connect-App på din smartphone eller tablet. Scan QR-koden for at få ad-

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

## **Første oprettelse af forbindelse til Soehnle Connect-App**

---

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

på "Tilføj apparat" for at koble Fitness Tracker til Soehnle Connect-App. Du guides automatisk gennem installationsprocessen.

## **Opsætning af din Fitness Tracker**

---

Din Fitness Tracker kan let opsættes via Soehnle Connect-Apps brugerflade. Efter opkoblingen indstilles klokkeslæt og dato automatisk i henhold til smartphones eller tabletens systemtid. Desuden kan du i menuen "Mine apparater" under de pågældende indstillinger vælge tider på op til fem vibrationsalarmer (vækkeur) samt automatiske tænd- og sluktider for søvntilstand og vælge, hvilke visninger, du ønsker at se på apparatet. Hvis du i appen har valgt et dagsmål

baseret på antal skridt, overtager Fit Connect 200 HR det og gør dig pr. vibrationsalarm opmærksom på det, når du har nået dit dagsmål.

## **Kompatibilitet**

---

Soehnle Connect-App er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Soehnle Connect-App er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Efter at apparaterne har overført dataene til Soehnle Connect-App, kan de hvis det ønskes automatisk kopieres til App Google Fit® / Apple Health®. Sæt et flueben det pågældende sted i menuen "Mere om appen". Eventuelt er det nødvendigt at tillade brugen af Soehnle-appen som kilde i Google Fit®

/ Apple Health® eller ved appindstillingerne på din smartphone. Se i de fremmede apps vejledning/i dit styresystem for flere oplysninger.

## 5. Apparat og betjening

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

DK

III.	Standardtilstand
5.1	Klokkeslæt, dato, batteriets opladestatus
5.2	Pulsfrekvens
5.3	Skridttæller*

5.4	Kalorieforbrug*
5.5	Tilbagelagt distance*
5.6	Aktivitetsvarighed i timer og minutter*
5.7	Fastsat dagsmål i % (visningsvarianter)
5.8	Vibrationsalarm (vækkeur)
5.9	Indgående opkald og beskeder
5.10	Søvntilstand: Søvnvarighed, søvnfaser

Fitness Tracker kan registrere og vise diverse data. Ved at berøre sensorknappen starter displayvisningen i tidstilstand **(5.1)**. Ved igen at berøre sensorknappen kan de forskellige funktioner **(5.2-5.10)** bruges, såfremt de er aktiveret i Soehnle Connect-App. I menuen "Mine apparater" kan du vælge blandt udvalget af

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

apparatets visninger. Via Soehnle Connect-App kan du få adgang til flere funktioner, samkøre dine registrerede data og administrere dem.

## Klokkeslæt, dato og batteriets opladestatus

Tidstilstanden **(5.1)** startes ved at berøre sensorknappen. Her vises også datoen og opladestatus på det interne batteri (batteristatus) (se også under *3. Batteriopladning*).

## Dagsaktivitet-visning på Fitness Tracker

Ligeledes ved at berøre sensorknappen kan du skifte mellem de forskellige dagsaktiviteter puls-

frekvens **(5.2)**, skridt **(5.3)**, kalorieforbrug **(5.4)** og distance i kilometer **(5.5)**. Din Fitness Tracker er udstyret med en følsom bevægelsessensor, der genkender typiske bevægelsesmønstre for fodgængere og tæller dem som skridt. Den viste tilbagelagte distance fremkommer i Fit Connect 200 HR ved antallet af skridt i forbindelse med den i Soehnle Connect-App gemte skridtlængde. Den anvendte skridtlængde kan ved behov tilpasses i Fit Connect 200 HR's indstillinger i Soehnle Connect-App, fabriksindstillingen for skridtlængden er 70 cm.

## Kortlægning af pulsfrekvensen

---

For at kortlægge din puls, tag Fitness Tracker på og skift til pulsfrekvenstilstand **(5.2)**. Hold sensorknappen nede i ca. 5 sekunder. Nu måles pulsen og vises i displayet. I starten kan der gå nogle sekunder, inden pulsen genkendes. Gå med Fitness Tracker direkte på huden, ellers vil der ikke være nogen måling. Du kan aflæse pulsfrekvensen (hjerteslag pr. minut) i realtid på Soehnle Fit Connect 200 HR's display eller, hvis du har en *Bluetooth*<sup>®</sup>-forbindelse, på Soehnle Connect-App ved at klikke på den pågældende flise. Der kan du også opsætte en maksimal pulsfrekvens, hvor din smartphone sender en advarsel, akustisk eller pr. vibration, afhængigt af opsætningen i dit apparat. Når

pulsfunktionen er slået til, påminder Fitness Tracker dig desuden efter 5 og 10 minutter pr. vibrationsalarm om, at pulsmålingen er aktiveret. Denne alarm slukker automatisk efter nogle sekunder. For at deaktivere pulsfunktionen, hold sensorknappen nede i ca. 5 sekunder, mens pulsmålingen er tændt. Når du giver slip, slukker pulsmålingen. Vær venligst opmærksom på, at Fitness Tracker ikke gemmer pulsdatabe på apparatet. For at gemme pulsdatabe, skal det f.eks. ved træningsenheder sikres, at Soehnle Connect-Apps er åben og koblet sammen med Fitness Tracker.

---

*Pulsfrekvensmålingen nedsætter apparatets batteritid. Du bør derfor slukke pulsfunktionen efter brug/træning.*

---



## Søvntilstand

---

Registreringen af søvnen skal startes ved at du aktiverer søvntilstanden. Måleresultaterne i forbindelse med søvnen vises kun på Soehnle Connect-App. I søvntilstanden tæller apparatet ikke skridt, når du bevæger dig, men analyserer bevægelsesdata med hensyn til din søvnkvalitet.

### Aktivering af søvntilstand ☀️ → 🌙 :

For at starte søvntilstanden, skift først til visning af søvntilstanden **(5.10)** ved at trykke på sensorknappen. Hold sensorknappen nede i ca. 5 sekunder. Nu aktiveres søvntilstanden. Du kan se det at du på Fit-

ness Trackers visning kun kan se en måne og ved at klokkeslættet er aktiveret og vises.

### Deaktivering af søvntilstanden 🌙 → ☀️ :

For at slukke for søvntilstanden, berør sensorknappen for at aktivere displayet. Berør nu igen sensorknappen og hold den nede i ca. 5 sekunder. Når du giver slip på knappen, er søvntilstanden igen deaktiveret.

### Automatisk tænd og sluk af søvntilstanden:

Som et alternativ til den manuelle aktivering af søvntilstanden kan du aktivere automatisk tænd og sluk. Her tænder og slukker Fitness Tracker søvntilstanden automatisk på de valgte tidspunkter. Den automati-

ske søvntilstand finder du i Soehnle Connect-App under indstillingsmulighederne. I Soehnle Connect-App kan du se den daglige søvnlængde, forskellige søvn-faser og varigheden af faser/faserne med dyb søvn.

## Meddelelsesfunktioner

---

Ved indgående opkald eller SMS'er fremkommer den pågældende visning **(5.9)** automatisk. Hvis nogen ringer eller sender en SMS til din smartphone, og Fitness Tracker er inden for rækkevidde (*Bluetooth*), vises nummeret på det indgåede opkald/den indgåede SMS. Hvis du har gemt nummeret i telefonbogen på din smartphone, vises navnet på den pågældende person. Det er en forudsætning, at du

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

## Dataportabilitet til smartphone / tablet

Din Soehnle Fitness Tracker har en hukommelse. Den gemmer data fra de sidste 14 dage. Opret venligst regelmæssigt forbindelse til Fitness Tracker inden for denne periode for at overføre de gemte data til Soehnle Connect-App og for at kunne bruge dem i længere tid.

Tænd Soehnle Connect-App. Hvis apparatet er i nærheden, overføres dataene automatisk til appen via *Bluetooth*<sup>®</sup>. Eller du swiper nedad (pull to refresh) på appens display (Dashboard). Vær opmærksom på, at *Bluetooth*<sup>®</sup> er aktiveret på din smartphone / tablet. Dataene overføres nu og kan derefter ses på appen i de pågældende områder.

## Sluk og tænd Bluetooth<sup>®</sup> (flytilstand)

Du kan slukke *Bluetooth*<sup>®</sup> i enhver tilstand, undtagen i tids- **(5.1)** og pulsfrekvenstilstand **(5.2)**. For at slukke den, berør og hold f.eks. i visningen skridt **(5.3)** sensorknappen nede i ca. 5 sekunder. Derefter kan du slukke eller tænde *Bluetooth*<sup>®</sup> ved igen at berøre knappen. Fitness Tracker slukker automatisk efter 10 sekunder. *Bluetooth*<sup>®</sup> er som fabriksindstilling aktiveret. Den skal altså ikke først aktiveres.

---

*Opdaterede oplysninger om dit produkt finder du på internettet på [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Rengøring og pleje

Rens Fitness Tracker med en blød, fugtig klud. Lad apparatet lufttørre helt, inden du bruger det igen, inden det skal pakkes væk eller inden batteriet oplades. Ukorrekt håndtering af produktet kan medføre, at det ødelægges. Brug ikke aggressive rensmidler, hårde børster eller skarpe genstande. De kan ødelægge overfladen. Nedsænk aldrig displayet i vand eller andre væsker.

DK

## 7. Forbrugerservice

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

vores forbrugerservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratis)

Ma-fr kl. 8–18

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Yderligere oplysninger

Hvis du ønsker flere oplysninger, besøg vores internet-side **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 9. Tekniske data

Artikelnummer:	68101
Bluetooth®-version:	4.0
USB-tilslutning:	2.0 type-A
Frekvensbånd:	2,4 GHz
Maks. transmissionskapacitet:	1 mW
Batteritype:	lithium-polymer
Displaytype:	OLED
Displaymål:	40,5 x 11,5 mm
Beskyttelsesklasse:	IPx4
Lagerenhed:	ca. 14 dage
Batteritid:	op til 10 dage (afhængigt af brugsintensitet og pulsfunktion)

## Innehållsförteckning

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

## 1. Leveransomfattning

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB-laddningskabel
- 1x Bruksanvisning

## 2. Produktbeskrivning

Din personliga Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR samlar dina dagliga aktiviteter som pulsfrekvens, antal steg, tillbakalagd distans, aktivitetstid, kaloriförbrukning och uppnående av ditt dagliga rörelsemål, för att stödja dig gällande fitness och hälsa. Med sömnmodus samlas sömntid liksom sömnfas in. Över *Bluetooth*® kommer data

att överföras till din Soehnle Connect-App och kan där utvärderas.

### 3. Uppllysning

Läs noga bruksanvisningen och följande upplysningar, innan du använder apparaten och spar denna bruksanvisning.

**VARNING:** Fara för att småbarn kan svälja den. Barn får inte leka med enheten. Håll den undan för barnen.

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

**OBS!** Möjliga saksador! Apparaten är stänkvattenskyddad, men inte vattentät. Håll apparaten inte under vatten.

**OBS!** Möjliga saksador! Låt inte apparaten ramla ner och skydda den från stötar. Utsätt den inte för extrema temperaturer eller starka temperaturförändringar. Skydda apparaten även för direkt solinstrålning och damm. Använd inte skarpa kemikalier för rengöring, aggressiva eller slipande rengöringsmedel. Skydda displayen för hårda och repande föremål.

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

**HÄNVISNING!** Skulle du inte använda apparaten över en längre tidsperiod, ladda batteriet ändå en

gång fullständigt upp var 3-6 månad, för att garantera batteriets funktionsduglighet.



**Batteri-avfallshantering EG-direktiv  
2008/12/EC**

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



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

Detta produkt ska inte hanteras som normalt hushållsavfall, utan lämnas vid en återvinningsstation för recycling av elektriska och elektro-

niska apparater. Ytterligare informationer får du via din kommun, kommunala återvinningsstationer eller affären, där du har köpt produkten.



Härmed förklarar Soehnle, att denna apparat uppfyller villkoren i överensstämmelse med grundläggande krav och övriga tillämpliga bestämmelser i 2014/53/EU direktivet. EU-konformitetsförklaring hittar du under **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**



## 4. Första idrifttagning

### Ladda batteriet

Ladda Fitness Tracker **(A)** fullständigt upp före första idrifttagning. Sätt här till USB-laddningskabeln in i en vanlig, aktiv USB-anslutning och koppla ihop kabeln med kontakten på insidan av Trackern **(4.1)**. Förbindelsen är magnetisk och faller automatiskt in i rasterspåret, när kontakterna ligger rätt på varandra. Observera, att Trackern under laddning ligger säker och kontakternas förbindelse inte bryts av, i annat fall laddar inte apparaten. I displayen **(5.1)** visas batteriets laddningstillstånd (■ = helt laddat/□ = batteriet slut).

### Installera Soehnle Connect-App



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

För full funktion, installera kostnadsfri Soehnle Connect-App på din smartphone eller ditt skrivbord. Scanna QR-koden för att komma till appen i Appstore. Alternativt hittar du appen för din Android™-apparat på Google Play eller för din Apple®-apparat i App Store. Observera vid sökningen det rätta namnet för appen: "Soehnle Connect".

## Första kontakt med Soehnle Connect-App

---

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

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

## Installering av din Fitness Tracker

---

Alla inställningar av din Fitness Tracker kommer bekvämt att genomföras via användarytan av Soehnle Connect-Appen. Tid och datum ställs automatiskt in efter förbindelsen enligt systemtid av smartphonen eller skrivbordet. Dessutom kan du i menyn "Mina apparater" i motsvarande apparatinställningar sätta tider för upp till fem vibrationslarm (väckerklocka), bestämma automatiska till- och frånkopplingstider av sömnmodulen och göra ditt val av displays som ska visas i apparaten. Såvida du har bestämt ett dagmål, tar Fit-Connect 200 HR över detta, för att göra dig uppmärksam vid uppnådd vibrationslarm.

## Kompatibilitet

---

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

## 5. Apparat och betjäning

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

Avbild	Standardmodus
5.1	Tid, datum, batteriets-laddningsstatus
5.2	Pulsfrekvens
5.3	Stegräknare*
5.4	Kaloriförbrukning*

<b>5.5</b>	Tillbakalagd sträcka*
<b>5.6</b>	Aktivitetstid i timmar och minuter*
<b>5.7</b>	Satt dagsmål* i % (framställningsvarianter)
<b>5.8</b>	Vibrationslarm (väckerklocka)
<b>5.9</b>	Inkommande samtal och nyheter
<b>5.10</b>	Sömnmodus Sömntid, sömnfaser

Med Fitness Tracker kan olika data samlas in och visas. Genom beröring av sensor-knappen startar displayvisningen i tidsmodus **(5.1)**. Genom att på nytt vidröra sensor-knappen kan olika funktioner **(5.2-5.10)** vidarekopplas, såvida de har aktiverats i Soehnle Connect-Appen. Urvalet av vyer, som kan

visas på apparaten, gör du i menyn "Mina apparater" i motsvarande apparatinställningar. Via Soehnle Connect-App kan du nyttja ytterligare funktioner, dina insamlade data sammanföra och förvalta.

## **Tid, datum och batteriets-laddningsstatus**

---

Tidmodus **(5.1)** startas genom beröring av sensor-knappen. Här visas även datum, liksom laddningsstatus av det interna batteri (batteristatus) (se även under 3. *Ladda batteriet*).

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

## Dagaktiviteter-display på Fitness Tracker

---

Likaså kan man genom beröring av sensor-knappen växla mellan olika dagaktiviteter pulsfrekvens **(5.2)**, steg **(5.3)**, kaloriförbrukning **(5.4)** och distans i kilometer **(5.5)**. Din Fitness Tracker är försedd med en känslig rörelsesensor, som känner igen stegtypiska rörelsemönster och räknar dessa som steg. Den visade tillbakalagda sträckan orienterar sig vid Fit Connect 200 ur antal steg i förbindelse med den i Soehnle-Connect-appen samlade steglängden. Den använda steglängden kan vid behov anpassas i Fit Connect 200 apparatinställning i Soehnle Connect-Appen". Steglängden är vid utlämningen 70 cm.

## Undersökning av pulsfrekvens

---

För att undersöka din puls, sätt på Fitness Tracker och växla till pulsfrekvensmodus **(5.2)**. Håll nu sensor-knappen i ca. 5 sekunder. Pulsen räknas nu fram och visas i motsvarande display. Igenkänning av pulsen kan i början ta några sekunder. Bär sökaren direkt på huden, eftersom det annars inte är någon mätning möjligt. Du kan läsa pulsfrekvensen (hjärtslag per minut) på Soehnle Fit Connect 200 HR displayen eller läsa vid bestående *Bluetooth*® förbindelse med Soehnle Connect-App i motsvarande ruta som realtid-grafik. Där kan du även ställa in en maximal pulsfrekvens, där din smartphone, allt efter inställning på apparaten, akustiskt eller per vibration

larmar. Dessutom påminner Fitness Tracker dig vid inkopplad pulsfunktion efter 5 och 10 minuter per vibrationslarm, att pulsmätningen är aktiverad. Detta larm kopplar automatiskt ifrån efter några sekunder. För att deaktivera pulsfunktionen tryck vid inkopplad pulsmätning sensor-knappen i ca. 5 sekunder. När du släpper knappen stängs pulsmätningen av. Observera, att Fitness Tracker inte spar pulsdata på apparaten. För att spara pulsdata, måste t.ex. vid träningsenheten live-kakel i Soehnle Connect-Appen vara öppen och Fitness Tracker inkopplad.

S

---

*Pulsfrekvensmätning försämrar apparatens batteritid. Koppla därför pulsfunktionen ifrån efter användning resp. träning.*

---

## Sömnmodus

---

Anteckningen av sömnen måste startas genom aktivering av sömnmodulen. Mätresultaten av sömnen kommer endast att visas i Soehnle Connect-Appen. I sömnmodus räknar apparaten vid rörelse inga steg, utan analyserar rörelsedata med hänsyn till sömnkvaliteten.

### **Aktivering av sömnmodus** ☀️ → 🌙 :

För att starta sömnfunktionen växla först genom beröring av sensor-knappen till sömnmodus display **(5.10)**. Håll nu sensor-knappen i ca 5 sekunder. Sömnmodus blir aktiverad. Detta känner du igen på att Trackern enbart aktiverar displayen med en måne och tid.

## Deaktivera sömnmodus →

För att åter stänga av sömnmodus, vidrör sensor-knappen för att aktivera displayen. Vidrör nu på nytt sensor-knappen och håll den i ca 5 sekunder. När du släppt den deaktiveras nu åter sömnmodus.

## Automatisk till- och frånkoppling av sömnmodus.

Alternativt till manuell hantering av sömnmodus, kan du även aktivera en automatisk till- och frånkoppling av sömnfunktionen. I detta fall kopplar Fitness Tracker sömnmodus till den valda tiden automatisk till och från. Den automatiska sömnfunktionen hittar du i Soehnle Connect-App hos apparatinställningar. I Soehnle Connect-Appen kan du följa den dagli-

ga sömnlängden, olika sömnfaser och längden av djupsömnfasen (er).

## Meddelandefunktioner

---

Displayen **(5.9)** visas automatiskt vid inkommande samtal eller inkommande SMS. Kommer på din smartphone ett telefonsamtal in eller ett SMS-meddelande och finns Fitness Tracker inom räckvidd (*Bluetooth*), visar displayen telefonnumret från inkommande samtal. Har du sparat numret från personen som ringer i telefonboken i din smartphone, kommer personens namn att visas. Förutsättning härför är, att Soehnle Connect-App har fått åtkomsträttigheten för kontakter, telefon och SMS. Dessa kommer

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

S

## Dataöverföring till smartphone/skrivbordet

Din Soehnle Fitness Tracker förfogar över ett minne. Detta säkrar data från de senaste 14 dagar. Koppla Fitness Tracker regelbundet inom denna tid, för att överföra sparad data till Soehnle Connect-App och utnyttja den under längre tid.

Starta Soehnle Connect-Appen. Såvida apparaten finns i närhet, överförs data automatiskt via *Bluetooth*® till Appen. Eller du drar på appens huvudbildskärm (Dashboard) neråt (pull to refresh). Observera, att *Bluetooth*® är aktiverad på din smartphone/ditt skrivbord. Data kommer nu att överföras och kan sedan ses i appen i respektive område.



## **Bluetooth® till och fränkoppla (Flygmodus)**

---

Du kan koppla ur *Bluetooth®* i varje modus, förutom tid- **(5.1)** eller i pulsfrekvensmodus **(5.2)**. Härtill berör och håller du, t.ex. i displayen steg **(5.3)**, sensorknappen i ca. 5 sekunder. Därefter kan du genom ny beröring av *Bluetooth®* knappen stänga av eller sätta på. Tracker stänger av automatiskt efter 10 sekunder.

Vid utleverans är *Bluetooth®* standardmässigt aktiverad och måste inte först aktiveras.

---

*De respektive senaste informationer till dina produkter hittar du på Internet under*  
***[www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)***

---

## **6. Rengöring och skötsel**

Rengör Fitness Tracker med en mjuk, fuktig duk. Låt apparaten torka helt i luften, innan du åter sätter den tillbaka, förvarar eller ladda batteriet. Vid olämplig hantering med apparaten kan den få en skada. Använd inga aggressiva rengöringsmedel, borstar med hård borste eller vassa föremål. Dessa kan skada ytan. Doppa därför inte apparaten i vatten eller annan vätska.

## 7. Förbrukar-service

Vid frågor och förslag står vår

Förbrukar-Service till ditt förfogande:

Hotline: 00 800 538 38 383 (avgiftsfri)  
Måndag–fredag, 08.00–18.00

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ytterligare informationer

För ytterligare informationer besök vår Internetsida  
[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

S

## 9. Tekniska data

Artikelnummer:	68101
Bluetooth® Version:	4.0
USB-anslutning:	2.0 Typ-A
Frekvensband:	2,4 GHz
Max. sändningseffekt:	1 mW
Batterityp:	Litium-polymer
Displaytyp:	OLED
Displaymått:	40,5 x 11,5 mm
Skyddsklass:	IPx4
Dataminne:	ca. 14 dagar
Batteri-arbetstid:	Upp till 10 dagar (avhängigt från användarintensitet och pulsfunktion)

## Innhold

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

NO

## 1. Leveringens omfang

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB-ladekabel
- 1x bruksanvisning

## 2. Produktbeskrivelse

Din personlige Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR lagrer dine daglige aktiviteter slik som puls, antall skritt, distanse, aktivitetsvarighet, kaloriforbruk og oppnåelser av daglige treningsmål for å støtte din form og helse. Søvnmodus registreres søvnens varighet og søvnfasene. Dataene overføres til din Soehnle Connect-app via *Bluetooth*®, og kan evalueres der.

### 3. Tips

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

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

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

**PASS OPP!** Mulig skade på eiendeler! Enheten er sprutsikker men ikke vanntett. Ikke hold enheten under vann.

**PASS OPP!** Mulig skade på eiendeler! Ikke mist enheten og beskytt den fra støt. Ikke eksponere enheten for ekstreme temperaturer eller store temperaturforandringer. Beskytt også enheten fra direkte sollys og støv. Ikke benytt tunge kjemikalier, sterke eller slipende rengjøringsmidler for rengjøring. Beskytt skjermen fra harde og skrapende objekter.

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

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



### **Batteriavhending EU-direktiv 2008/12/EU**

Batterier og oppladbare batterier må ikke avhendes i husholdningsavfallet. Du må returnere dine gamle batterier eller oppladbare batterier til en lokalt gjenvinningsstasjon, eller til et sted hvor denne type batterier selges.



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

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

**NO**





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

## **4. Første bruk**

### **Lade batteriet**

---

Lad Fitness Tracker **(A)** fullt opp før første bruk. Plugg USB-ladekabelen inn i en standard aktiv USB-port, og koble kabelen til kontaktene på innsiden av aktivitetsarmbåndet **(4,1)**. Tilkoblingen er mag-

netisk og låses automatisk når kontaktene er riktig plasserte på toppen av hverandre. Merk at aktivitets- armbåndet ligger trygt under ladeprosessen, og at tilkoblingen til kontaktene ikke må forstyrres. Ellers vil ikke enheten lade. Skjermen **(5,1)** viser status på batteriet (  = fullt ladet /  = tomt batteri).

## Installer Soehnle Connect-appen

---



Android™: ≥ 6,0 • iOS®: ≥ 9,0,  
Bluetooth®: ≥ 4,0

For full funksjonalitet installeres den gratis Soehnle Connect-appen på din smarttelefon eller nettbrett. Skanne QR-koden for å finne appen i appstore. Alternativt finner du appen for din Android™-enhet på Google Play eller for din Apple®-enhet på Apple App Store. Merk appens nøyaktige navn ved søk: "Soehnle Connect".

## Første tilkobling med Soehnle Connect-appen

---

Aktiver *Bluetooth*® på smarttelefonen eller nettbrettet, og start Soehnle Connect-appen. Når du starter appen første gang vil du automatisk veiledes gjennom prosessen med tilkobling til en Soehnle-enhet. Dersom du allerede har brukt Soehnle Connect-ap-

pen med produkter fra Soehnle, går du til "Hovedmenyen" i Soehnle Connect-appen for å koble til aktivitetsarmbåndet og trykk på "Mine enheter" og deretter "Legg til enhet". Du veiledes automatisk gjennom installasjonsprosessen.

## **Oppsett av din Fitness Tracker**

---

Alle innstillingene for din Fitness Tracker gjøres praktisk gjennom brukergrensesnittet i Soehnle Connect-appen. Tidspunkt og dato settes automatisk ut fra systemtidspunktet til smarttelefonen eller nettbrettet etter tilkobling. Du kan også velge tidspunkter for opptil fem vibrasjonsalarmer (alarmer) fra menyen "Mine enheter" i innstillingene til den korrespon-

derende enheter, velge automatisk på- og av-tidspunkter for søvnmodus, og velge mellom forskjellige visninger som skal vises på enheten. Dersom du har valgt daglige mål for skritt i appen, sørger Fit Connect 200 HR for å varsle deg når du når målet med en vibrasjonsalarm.

## **Kompatibilitet**

---

Soehnle Connect-appen er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Soehnle Connect-appen er kompatibel med Google Fit® og Apple Health®. Etter at enheten har overført data til Soehnle Connect-appen, kan de overføres automatisk til Google Fit® / Apple Health® etter ønske. For å gjøre dette

markeres boksen i menyen "Mer om appen". Det kan være nødvendig å tillate Soehnle-appen som kilde i Google Fit® / Apple Health® eller i appinnstillingene på smarttelefonen din. Se instruksjonene til eksterne apper eller operativsystemet ditt.

## 5. Enhet og betjening

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

Fig.	standard modus
5,1	Tid, dato, batteriets ladestatus
5,2	puls
5,3	Skritt-teller*
5,4	Kaloriforbruk
5,5	distanse*
5,6	Aktivitetsvarighet i timer og min.
5,7	Sett daglig mål* i % (visningsvarianter)
5,8	Vibrasjonsalarm (alarmklokke)
5,9	Innkommende anrop og meldinger
5,10	Søvnmodus: søvnvarighet, søvnfaser

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



Med Fitness Tracker lagres og vises forskjellige data. Trykk på sensorknappen for å starte visningen i tidsmodus **(5,1)**. Ved å trykke på sensorknappen igjen, kan det velges mellom de forskjellige funksjonene **(5,1 til 10)**, så fremt de er aktivert i Soehnle Connect-appen. Du velger visningen på enheten i menyen "Mine enheter" i innstillingene til den korresponderende enheten. Med Soehnle Connect-appen kan du benytte ytterligere funksjoner, slå sammen og styre dine innhentede data.

NO

## Tid, dato og batteriets ladestatus

Tidsmodus **(5,1)** startes ved å berøre sensornøkkelen. Dato og ladestatus til det interne batteriet (batteristatus) vises også her (se også under 3. Lade batteriet).

## Daglig aktivitetsvisning på aktivitetsarmbåndet

Ved å berøre sensornøkkelen kan du også bytte mellom forskjellige daglige aktiviteter som puls **(5,2)**, skritt **(5,3)**, kaloriforbruk **(5,4)** og distanse i kilometer **(5,5)**. Din Fitness Tracker med en sensitiv bevegelsessensor som detekterer typiske bevegel-

sesmønstre og teller dem som skritt. Distansen som dekkes av Fit Connect 200 HR beregnes fra antall skritt i sammenheng med skrittlengden lagret i Soehnle Connect-appen. Hvis nødvendig kan skrittlengden som benyttes justeres i enhetsinnstillingene til Fit Connect 200 HR gjennom Soehnle Connect-appen. Skrittlengden er som standard 70 cm.

## **Bestemme pulsen**

---

For å bestemme pulsen din gjennom Fitness Tracker, byttes det til pulsmodus **(5,2)**. Trykk og hold inne sensorknappen i omtrent 5 sekunder. Pulsen avgjøres og blir vist. I starten kan det ta noen sekunder å bestemme pulsen. Ha aktivitetsarmbåndet direkte på

huden din, ellers blir det ikke mulig å måle. Du kan lese pulsen (herteslag per minutt) på skjermen til Soehnle Fit Connect 200 HR, eller dersom det er en *Bluetooth*®-forbindelse med Soehnle Connect-appen, i den korresponderende delen som grafikk i sanntid. Der kan du også velge en maksimal puls som smarttelefonen din varsler om med lyd eller vibrasjon, avhengig av enhetens innstillinger. I tillegg påminner Fitness Tracker deg med en vibrasjonsalarm etter fem og ti minutter med påskrudd pulsfunksjon. Denne alarmen slås automatisk av etter noen sekunder. For å deaktivere pulsfunksjonen holdes sensornøkkelen nede i omtrent 5 sekunder mens pulsmålingen er slått på. Når den slippes er pulsmålingen slått av. Merk av Fitness Tracker ikke lagrer pulldata på enheten. For

å lagre pulsdata må sanntidsdelen på Soehnle Connect-appen være åpen, og aktivitetsarmbåndet må for eksempel være på under trening.

---

*Pulsmålingene påvirker enhetens batteritid. Slå derfor av pulsfunksjonen etter bruk eller trening.*

---

## søvnmodus

Lagring av søvn må sved å aktivere søvnmodus. Målingsresultatene for søvn vises kun i Soehnle Connect-appen. I søvnmodus teller ikke enheten skritt ved bevegelse, men analyserer bevegelsesdata med tanke på søvnkvalitet.

### **Aktivering av søvnmodus** ☀️ → 🌙 :

For å starte søvnfunksjonen må visningen først endres til søvnmodus **(5,10)** ved å berøre sensor-nøkkelen. Hold inne sensorknappen i omtrent 5 sekunder. Søvnmodus aktiveres. Du gjenkjenner dette ved at aktivitetsarmbåndet bare aktiveres og viser visningen med en måne og klokken.

### **Deaktivering av søvnmodus** 🌙 → ☀️ :

For å slå av søvnmodus trykkes det på sensorknappen for å aktivere displayet. Trykk inne sensorknappen igjen, og hold inne i omtrent 5 sekunder. Når den slippes er søvnmodus nå deaktivert igjen.

### **Slå automatisk søvnmodus på og av:**

Som en alternativ metode for å betjene søvnmodus, kan du også aktivere automatisk aktivering og deaktivering av søvnfunksjonen. Da vil Fitness Tracker automatisk bytte søvnmodus på og av til valgte tidspunkter. Du finner den automatiske søvnfunksjonen i Soehnle Connect-appen i enhetsinnstillingene. I Soehnle Connect-appen kan du følge den daglige søvnvarigheten, forskjellige søvnfaser og varigheten til dype søvnfaser.

### **varslingsfunksjoner**

---

Visningen **(5,9)** vises automatisk ved en innkommende samtale eller mottak av en SMS. Når tele-

fonen din mottar en telefonsamtale eller SMS-melding og Fitness Tracker er innenfor rekkevidde (Bluetooth), vises visningen nummeret til den innkommende samtalen. Dersom du har lagret anroperens nummer i telefonboken din, vises navnet til anroperen. Forutsetningen for dette er at du har gitt Soehnle Connect-appen tilgangsrettigheter til kontakter, telefon og SMS. Når aktivitetsarmbåndet legges til Soehnle Connect-appen under igangkjøring (påtroppende), bes det eksplisitt om godkjenning for dette. Dersom du ikke har godkjent dette, kan du gi godkjenning til smarttelefoner med operativsystemet Android™, fra versjon 6.0, i innstillingene for operativsystemet under "Apper". Alternativt kan enheten fjernes fra Soehnle Connect-appen

og også fra *Bluetooth*<sup>®</sup>-menyen på smarttelefonens operativsystem (under innstillinger), før Fitness Tracker så legges til appen igjen (ved første tilkobling til Soehnle Connect-appen).

### Dataoverføring til smarttelefon / nettbrett

Din Soehnle Fitness Tracker har et minne. Dette lagrer data for de siste 14 dagene. Tilkoble Fitness Tracker jevnlig innenfor denne perioden for å overføre lagrede data til Soehnle Connect-appen, og for å benytte den for en lengre tidsperiode.

**NO**

Start Soehnle Connect-appen. Dersom enheten er i nærheten, overføres dataene automatisk til appen via *Bluetooth*<sup>®</sup>. Eller sveip ned på hovedskjermen

(kontrollpanelet) på appen (dra for å oppdatere). Sørg for at *Bluetooth*<sup>®</sup> er aktivert på din telefon / nettbrett. Dataene blir nå overført og kan vises i de aktuelle områdene i appen.

### Slå *Bluetooth*<sup>®</sup> på og av (flymodus)

Du kan slå av *Bluetooth*<sup>®</sup> i alle moduser, unntatt tid **(5,1)** eller pulsmodus **(5,2)**. For å gjøre dette trykkes det på sensorknappen som holdes inne i omtrent 5 sekunder, f.eks. i skrittvisningen **(5,3)**. Du kan så slå på eller av *Bluetooth*<sup>®</sup> ved å trykke på knappen igjen. Aktivitetsarmbåndet slås automatisk av etter 10 sekunder. *Bluetooth*<sup>®</sup> er aktivert som standard, og trenger ikke aktiveres først.

---

*Du finner siste informasjon om produktet ditt på internettadressen [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Rengjøring og vedlikehold

Rengjør Fitness Tracker med en myk, fuktig klut. La enheten lufttørke fullstendig før den settes på igjen, lagres eller lades. Feil håndtering av enheten kan føre til skade. Ikke benytt sterke rengjøringsmidler, harde børster eller skarpe objekter. Disse kan skade overflatene. Ikke senk enheten i vann eller andre væsker.

## 7. Forbrukerservice

Har du spørsmål eller kommentarer, kan du gjerne kontakte vår

Kundeservice:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratisnummer)

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

Internett: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ytterligere informasjon

For ytterligere informasjon besøkes vårt nettsted [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Tekniske data

Artikkelnummer:	68101
Bluetooth®-versjon:	4,0
USB port:	2,0 type A
Frekvensbånd:	2,4 GHz
Maks sende-effekt:	1 mW
Batteritype:	lithium polymer
Skjermtype:	OLED
Skjermdimensjoner:	40,5 x 11,5 mm
Beskyttelsesklasse:	IPx4
Datalagring:	omtrent 14 dager
Batteritid:	opptil 10 dager (avhengig av bruksintensiteten og pulsfunksjonen)

## Sisällysluettelo

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

## 1. Toimitussisältö

- 1 x Soehnle Fit Connect 200 HR (kuntomittari)
- 1 x USB-latauskaapeli
- 1 x käyttöohje

## 2. Tuotekuvaus

Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR auttaa sinua kuntosi ja terveytesi edistämässä mittaamalla päivittäistä aktiivisuuttasi, kuten sykettä, askelmäärää, kuljetun matkan pituutta, aktiivisuuden kestoa, kalorien kulutusta ja oman päiväkohtaisen liikkumistavoitteen saavuttamista. Unitila mittaa nukkumisen kestoa ja unen vaiheita. Tietosi lähetetään Soehnle



Connect -sovellukseen *Bluetooth*<sup>®</sup>-yhteyden kautta niiden arviointia varten.

### 3. Huomautukset

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

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

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

**HUOMIO!** Esinevahinkojen vaara! Laite on suojattu roiskuvalta vedeltä, mutta se ei ole vesitiivis. Älä pidä laitetta veden alla.

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

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

**HUOMIOITAVAA!** Jos et käytä laitetta pitkään aikaan, lataa akku siitä huolimatta täyteen aina 3–6 kuukau-

den välein, jotta akku pysyisi toimintakuntoisena.



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

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



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

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





Soehnle vakuuttaa, että tämä laite vastaa direktiivien 2014/53/EU perusvaatimuksia ja muita asiaankuuluvia määräyksiä. EU-vaatimustenmukaisuusvakuutus on osoitteessa [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## **4. Ensimmäinen käyttöönotto**

### **Lataa akku**

---

Lataa kuntomittarin **(A)** akku ennen ensimmäistä käyttökertaa täyteen. Kytke tätä varten USB-kaapeli toimivaan, käytössä olevaan USB-liitäntään ja yhdistä kaapelin koskettimet kuntomittarin sisäpuolelle

**(4.1).** Liitäntä on magneettinen ja muodostuu automaattisesti, kun koskettimet koskettavat toisiaan oikein. Varmista, että kuntomittari on vankasti paikallaan latauksen ajan ja ettei koskettimien välinen yhteys katkea, sillä muuten laite ei lataudu. Akun varaustaso näytetään näytössä **(5.1.)** (  = ladattu täyteen /  = virta on lopussa).

## Asenna Soehnle Connect -sovellus

---



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

Asenna maksuton Soehnle Connect-App -sovellus älypuhelimellesi tai tablet-laitteeseesi, jotta voit käyttää kaikkia toimintoja. Skanna QR-koodi, niin siirryt sovellukseen Appstoressa. Voit myös ladata sovelluksen Android™-laitteeseesi Google Play -kaupasta tai Apple®-laitteeseesi App Store -kaupasta. Kun haet sovellusta, käytä sen oikeaa nimeä: "Soehnle Connect".

## Yhdistäminen Soehnle Connect -sovellukseen ensi kertaa

---

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

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

## **Kuntomittarin asetusten määrittäminen**

---

Kaikki kuntomittarin asetukset tehdään kätevästi Soehnle Connect -sovelluksen käyttöliittymässä. Kellonaika ja päivämäärä asetetaan automaattisesti älypuhelimien tai tablet-laitteen tietojen perusteella, kun yhteys muodostetaan. Lisäksi voit määrittää

Meine Geräte (Omat laitteet) -laiteasetuksissa ajat jopa viidelle värinäilytykselle (herätyskello), unitilan automaattiset käynnistys- ja päättymisajat sekä valita laitteessa näytettävät näkymät. Kun olet asettanut päivittäisen askelmäärän sovelluksessa, Fit Connect 200 HR ottaa sen käyttöön, ja ilmoittaa sinulle tavoitteen saavuttamisesta värinäilytyksellä.

## **Yhteensopivuus**

---

Soehnle Connect-sovellus on yhteensopiva Google Fit®- ja Apple Health® -alustojen kanssa. Soehnle Connect-sovellus on yhteensopiva Google Fit®- ja Apple Health® -alustojen kanssa. Kun laitteiden tiedot on lähetetty Soehnle Connect -sovellukseen, ne voi au-

tomaattisesti lähettää myös käyttämäsi Google Fit®- tai Apple Health® -sovellukseen. Merkitse tällöin kyseiset valintaruudut Mehr zur App (Sovelluksen lisätiedot) -valikossa. Sinun on joka tapauksessa hyväksyttävä Soehnle Connect lähteeksi Google Fit®- tai Apple Health® -sovelluksessa tai älypuhelimien sovellusasetuksissa. Katso lisätietoja muiden sovellusten tai käyttöjärjestelmäsi käyttöohjeista.

## 5. Laite ja sen käyttö

Soehnle-kuntomittarin avulla voit kerätä erilaisia tietoja, joista osaa voi katsoa suoraan näytöltä. Voit tutkia muita näytettäviä tietoja, grafikoita ja neuvoja Soehnle Connect -sovelluksessa. Sovelluksessa on myös

toimintoja, joiden avulla voit yhdistää kerättyjä tietoja ja hallinnoida niitä. Tavoitteiden, värinäähälytyksen (herätyskellon) ja vastaavien toimintojen asetukset tehdään aina sovelluksessa.

Kuva	Normaalitila
5.1	Kellonaika, päivämäärä, akun varaustila
5.2	Syke
5.3	Askelmittari*
5.4	Kalorien kulutus*
5.5	Kuljettu matka*
5.6	Aktiivisuuden kesto tunneissa ja minuuteissa*
5.7	Asetettu päiväkohtainen tavoite* prosentteina (esitysvaihtoehtoja)

<b>5.8</b>	Värinähälytys (herätyskello)
<b>5.9</b>	Saapuvat puhelut ja viestit
<b>5.10</b>	Unitila: Nukkumisen kesto, unen vaiheet

Kuntomittarin avulla voit kerätä erilaisia tietoja ja katsoa niitä. Kun anturipainiketta kosketetaan, kellonaikatila näytetään **(5.1.)**. Kun kosketat anturipainiketta uudelleen, voit kytkeä erilaisia toimintoja **(5.2-5.10)**, jos ne on otettu käyttöön Soehnle Connect -sovelluksessa. Valikossa Meine Geräte (Omat laitteet) voit valita käyttämiesi laitteiden asetuksissa, mitä näkymiä laitteissa näytetään. Soehnle Connect -sovelluksen avulla voit käyttää lisätoimintoja, joilla voit yhdistää ja hallinnoida tietojasi.

FI

## Kellonaika, päivämäärä, akun varaustila

Kellonaikatila **(5.1)** käynnistetään koskettamalla anturipainiketta. Tässä tilassa näytetään myös päivämäärä ja sisäisen akun varaustila (katso myös kohta 3. *Lataa akku*).

## Päivittäisen aktiivisuuden tiedot kuntomittarissa

Anturipainiketta koskettamalla voidaan myös vaihtaa päiväkohtaisten aktiivisuustietojen välillä, jotka koskevat sykettä **(5.2)**, askeleita **(5.3)**, kalorien kulutusta **(5.4)** ja kuljettua matkaa kilometreinä **(5.5)**. Kuntomittarissa on herkkä liiketunnistin, joka tun-

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

nistaa askelta muistuttavan liikkeen ja mittaa sen askeleena. Fit Connect 200 HR -mittarin laskema kuljettu matka lasketaan askelmäärän ja Soehnle Connect -sovelluksessa määritetyn askelpituuden perusteella. Käytettyä askelpituutta voidaan tarvittaessa mukauttaa Fit Connect 200 HR -laitteen asetuksissa Soehnle Connect -sovelluksessa. Askeleen oletuspituudeksi on asetettu 70 cm.

## Sykkeen mittaus

---

Kun haluat mitata sykettä, kiinnitä kuntomittari ranteeseen ja vaihda syketilaa **(5.2)**. Paina anturipainiketta noin 5 sekunnin ajan. Laite alkaa nyt mitata sykettä, ja se näytetään omassa näkymässään. Sykkeen

tunnistaminen voi alussa kestää muutamia sekunteja. Pidä mittaria suoraan ihon päällä, sillä muuten se ei voi mitata sykettä. Voit nähdä sykkeen tiedot (sydämenlyöntiä minuutissa) Soehnle Fit Connect 200 HR -laitteen näytössä tai Soehnle Connect -sovelluksen vastaavan osion päivittyvässä grafiikassa, kun laitteeseen on muodostettu *Bluetooth*<sup>®</sup>-yhteys. Samassa kohdassa voit myös määrittää sallitun enimmäissykkeen, jonka saavuttaminen saa älypuhelimien varoitamaan sinua äänimerkillä tai värinällä laiteasetusten mukaisesti. Lisäksi kuntomittari muistuttaa sinua 5–10 minuutin välein värinäilytyksellä siitä, että sykkeen mittaus on käynnissä. Tämä hälytys päättyy itsestään muutaman sekunnin kuluttua. Kun sykkeen mittaus on käynnissä ja haluat poistaa toiminnon

käytöstä, paina anturipainiketta noin 5 sekunnin ajan. Sykkeen mittaus päättyy, kun vapautat painikkeen. Huomioithan, ettei kuntomittari tallenna syketietoja si laitteeseen. Jotta syketiedot voitaisiin tallentaa, on esimerkiksi Soehnle Connect -sovelluksen päivittyvän Live-osion oltava avattuna ja kuntomittarin on oltava yhteydessä sovellukseen.

---

*Sykkeen mittaus lyhentää laitteen akun käyttöaika. Poista tämän takia syke toiminto käytöstä, kun et tarvitse sitä tai treeni on ohi.*

---

## Unitila

---

Kun unta halutaan mitata, unitila on otettava käyttöön. Uneen liittyvät mittaustiedot näytetään vain Soehnle Connect -sovelluksessa. Kun laite on unitilassa, se ei laske askelia liikkumisen aikana, vaan analysoi liikkumista unen laadun kannalta.

### Unitilan -----> käyttöönotto:

Ota unitila käyttöön vaihtamalla unitilan näkymään **(5.10)** anturipainikkeen avulla. Paina sitten anturipainiketta noin 5 sekunnin ajan. Unitila otetaan käyttöön. Unitila on käytössä, kun kuntomittarin näytössä on vain kuusymboli ja kellonaika.



## Unitilan poistaminen käytöstä:

Kun haluat poistaa unitilan käytöstä, käynnistä näyttö koskettamalla anturipainiketta. Kosketa sitten anturipainiketta uudelleen ja paina sitä noin 5 sekunnin ajan. Kun vapautat painikkeen, unitila poistuu käytöstä.

## Unitilan automaattinen käyttöönotto ja käytöstä poisto:

Jos et halua kytkeä unitilaa manuaalisesti, voit määrittää sen käynnistymään ja päättymään automaattisesti. Tällöin kuntomittari ottaa unitilan käyttöön ja pois käytöstä automaattisesti määritettyinä ajankohtina. Unitilan automaattisen kytkemisen voit määrittää Soehnle Connect -sovelluksen laiteasetuksissa.

Soehnle Connect -sovelluksessa voit seurata päivitäistä unen kestoja, erilaisia unen vaihteita ja syvän unen vaiheiden kestoja.

## Ilmoitustoiminnot

Näkymä **(5.9)** näytetään, kun laitteeseen tulee puhelu tai tekstiviesti. Jos älypuhelimeen tai tablet-laitteeseen tulee puhelu tai tekstiviesti ja kuntomittari on kantoalueella (*Bluetooth*), näytössä esitetään numero, josta puhelu tulee. Jos soittajan puhelinnumero on tallennettu älypuhelimien yhteystietoihin, soittajan nimi näytetään. Tämä edellyttää, että olet antanut Soehnle Connect -sovellukselle oikeuden käyttää yhteystietoja, puheluita ja tekstiviestejä. Tätä oikeutta

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

## Tietojen siirto älypuhelimeen tai tablet-laitteeseen

---

Soehnle-kuntomittarissa on oma muisti. Se säilyttää tiedot 14 viime päivän ajalta. Yhdistä kuntomittari Soehnle Connect -sovellukseen säännöllisesti tämän ajan kuluessa, jotta tallennetut tiedot voidaan siirtää sovellukseen, jotta niitä voidaan käyttää pidempään.

Käynnistä Soehnle Connect -sovellus. Jos laite on lähellä, tiedot siirretään automaattisesti *Bluetooth*®-yhteyden kautta sovellukseen. Vaihtoehtoisesti voit päivittää sovelluksen näkymän sipaisemalla sovelluksen päänäyttöä (Dashboard) alaspäin. Varmista, että *Bluetooth*®-yhteys on käy-

tössä älypuhelimessa tai tablet-laitteessa. Tällöin tiedot siirretään, ja niitä voi katsoa asiaankuuluvissa sovelluksen näkymissä.

## **Bluetooth®-yhteyden katkaiseminen ja kytkeminen (lentokonetila)**

---

Voit katkaista *Bluetooth*®-yhteyden kaikissa tiloissa lukuun ottamatta kellonaikatilaa **(5.1)** ja syketilaa **(5.2)**. Tämän voit tehdä esimerkiksi askelten näkyvässä **(5.3)**, koskettamalla anturipainiketta noin 5 sekunnin ajan. Voit katkaista tai kytkeä *Bluetooth*®-yhteyden koskettamalla painiketta uudelleen. Mittari sammuu automaattisesti 10 sekunnin kuluttua.

*Bluetooth*®-yhteys on oletuksena käytössä, eikä sitä

tarvitse erikseen kytkeä, kun laite otetaan ensi kertaa käyttöön.

---

*Huomio: Uusimmat tiedot tuotteesta ovat verkossa osoitteessa [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## **6. Puhdistus ja hoito**

Puhdista kuntomittari pehmeällä, kostealla liinalla. Anna laitteen kuivua kokonaan ilmavasti, ennen kuin kiinnität sen käteesi, laitat sen säilytykseen tai lataat sen akun. Vääränlainen käyttö voi vaurioittaa laitetta. Älä käytä puhdistuksessa syövyttäviä puhdistusaineita, karkeita harjoja tai teräviä esineitä. Ne

voivat vahingoittaa pintoja. Älä upota näyttöä veteen tai muihin nesteisiin.

## 7. Kuluttajapalvelu

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

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

Verkkosivut: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Lisätietoja

Lisätietoja saat verkkosivuiltamme  
[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Tekniset tiedot

Tuotenumero:	68101
Bluetooth®-versio:	4.0
USB-liitäntä:	2.0, tyyppi A
Taajuusalue:	2,4 GHz
Lähetysteho enintään:	1 mW
Akun tyyppi:	Litiumpolymeeri
Näytön tyyppi:	OLED
Näytön mitat:	40,5 x 11,5 mm
Suojaluokka:	IPx4
Tietojen säilytysaika:	N. 14 päivää
Akun kesto:	Enintään noin 10 päivää (vaihtelee käyttömäärän ja syke toiminnon mukaan)

## Obsah

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

## 1. Obsah dodávky

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitness náramek)
- 1x USB kabel pro nabíjení
- 1x návod k použití

## 2. Popis výrobku

Váš osobní fitness náramek Fit Connect 200 zachycuje vaše každodenní aktivity, jako je tepová frekvence, počet kroků, ušlá vzdálenost, trvání aktivity, spotřebu kalorií a dosažení vašeho každodenního stanoveného cíle pohybu na podporu vašeho zdraví a fitness. Během režimu spánku je zaznamenávána délka spánku i spánkové fáze. Data jsou do vaší ap-

likace Soehnle Connect přenášena přes *Bluetooth*<sup>®</sup>, kde mohou být vyhodnocena.

### 3. Upozornění

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

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

**VAROVÁNÍ!** Nebezpečí požáru/výbuchu nebo po-leptání! Výrobek obsahuje lithium-polymerovou ba-terii. Ta se nesmí vyjímat, rozebírat, vhadzovat do ohně nebo zkratovat. Baterii nenabíjejte při teplotách pod

5 nebo nad 40 stupňů Celsia.

**POZOR!** Nebezpečí poškození majetku! Přístroj je chráněn proti stříkající vodě, ale není vodotěsný. Přístroj nikdy nadržte pod vodou.

**POZOR!** Nebezpečí poškození majetku! Nedovolte, aby přístroj spadl na zem, a chraňte jej před nárazy. Přístroj nevystavujte žádným extrémním teplotám nebo silnému kolísání teplot. Přístroj chraňte před přímým slunečním světlem a prachem. K čištění nepoužívejte agresivní chemikálie, ani agresivní nebo abrazivní čisticí prostředky. Displej chraňte před tvrdými a drsnými předměty.

**UPOZORNĚNÍ!** Použití k určenému účelu: Výrobek je určen výhradně pro soukromé, nekomerční použití v domácnosti. Nejedná se o zdravotnický prostředek.

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



### **Směrnice ES 2008/12/EC o likvidaci baterií**

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



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

Tento výrobek nelze považovat za běžný komunální odpad, ale musí se předat odběrnému místu pro recyklaci elektrických a



elektronických přístrojů. Další informace získáte u své obce, komunálních institucí pro likvidaci nebo v obchodě, v němž jste přístroj koupili.



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

## 4. První spuštění

### Nabíjení baterie

Fitness náramek **(A)** před prvním použitím zcela nabijte. To učiníte zasunutím USB kabel pro nabíjení do běžné, aktivní zdířky USB a kabel s kontakty zasunete do vnitřní strany náramku **(4.1)**. Spojení je magnetické a aktivuje se automaticky, když na sebe kontakty správně doléhají. Ujistěte se prosím, že je náramek během nabíjení bezpečně položen a že nedojde k rozpojení kontaktů. V opačném případě by se přístroj nenabíjel. Na displeji **(5.1)** se zobrazí stav nabití baterie (  = zcela nabito /  = baterie vybitá).

### Instalace aplikace Soehnle Connect



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

Pro využití plné funkčnosti si na svém chytrém telefonu nebo tabletu nainstalujte bezplatnou aplikaci Soehnle Connect. Po naskenování QR kódu přejdete k aplikaci v AppStore. Alternativně aplikaci pro váš přístroj se systémem Android™ naleznete v Google Play nebo v Apple® z Apple App Store pro přístroj



Apple®. Při hledání dejte pozor na přesný název aplikace: „Soehnle Connect“

## **První připojení k aplikaci Soehnle Connect**

---

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

## **Nastavení vašeho fitness náramku**

---

Všechna nastavení vašeho fitness náramku se provádějí pohodlně přes uživatelské rozhraní aplikace Soehnle Connect. Čas a datum se nastaví automaticky po připojení podle systémového času chytrého telefonu nebo tabletu. Dále můžete v nabídce „Moje přístroje“ v příslušných nastaveních zařízení nastavit časy až pro pět vibračních alarmů (budík), určit automatické zapnutí a vypnutí režimu spánku a vybrat náhledy, které se mají na přístroji zobrazovat. Pokud jste si v aplikaci stanovili denní cíl pro kroky, Fit Connect 200 HR jej přebere a po jeho dosažení vás upozornění prostřednictvím vibračního alarmu.

## Kompatibilita

---

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

## 5. Příklad a obsluha

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

Obr.	Výchozí režim
5.1	Čas, datum, stav nabití baterie
5.2	Tepová frekvence
5.3	Krokoměr*

5.4	Spotřeba kalorií*
5.5	Ušlá vzdálenost*
5.6	Trvání aktivity v hod. a min.*
5.7	Stanovený denní cíl* v % (varianty zobrazení)
5.8	Vibrační alarm (budík)
5.9	Příchozí hovory a zprávy
5.10	Režim spánku: délka spánku, spánkové fáze

Pomocí fitness náramku je možné získávat a zobrazovat různé údaje. Po klepnutí na tlačítko senzoru se aktivuje zobrazení na displeji v režimu času (5.1). Po dalším klepnutí na tlačítko senzoru můžete přepínat mezi různými funkcemi (5.2 - 5.10), pokud tyto jsou povoleny v aplikaci Soehnle Connect. Výběr náhle-

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

dů, které se mají zobrazit na přístroji, provedete v nabídce „Moje přístroje“ v odpovídajících nastavení zařízení. Přes aplikace Soehnle Connect můžete využívat další funkce, slučovat a spravovat vaše získané údaje.

## Čas, datum a stav nabití baterie

Režim času **(5.1)** se spouští klepnutím na tlačítko senzoru . Zde se také zobrazuje datum a stav nabití interní baterie (stav baterie) (viz také 3. *Nabíjení baterie*).

## Zobrazení denní aktivity na fitness náramku

Také klepnutím na tlačítko senzoru můžete přepínat mezi různými denními aktivitami: Tepová frekvence **(5.2)**, Kroky **(5.3)**, Spotřeba kalorií **(5.4)** a Vzdálenost v kilometrech **(5.5)**. Váš fitness náramek je vybaven citlivým snímačem pohybu, který rozpoznává typické vzory pohybu při chůzi a počítá je jako kroky. Zobrazená ušlá vzdálenost se u přístroje Fit Connect 200 HR skládá s počtu kroků ve spojení s délkou kroku zadanou v aplikaci Soehnle Connect. Použitou délku kroku je možné v případě potřeby změnit v nastaveních přístroje Fit Connect 200 HR v aplikaci Soehnle Connect. Délka kroku nastavená při dodání je 70 cm.

## Zjišťování tepové frekvence

---

CZ

Pro měření tepu si nasadte fitness náramek a přejděte do režimu tepové frekvence **(5.2)**. Tlačítko senzoru přidržte asi 5 vteřin stisknuté. Nyní dojde ke změření pulzu a zobrazení na příslušném displeji. Detekce pulzu může zpočátku trvat několik vteřin. Pás noste přímo na kůži, protože jinak není možné provádět měření. Tepovou frekvenci (srdeční tep za minutu) můžete odečítat na displeji náramku Soehnle Fit Connect 200 HR nebo v příslušném poli aplikace Soehnle Connect jako graf v reálném čase, pokud je s ním náramek přes *Bluetooth*<sup>®</sup> spojen. Tam můžete dokonce nastavit maximální tepovou frekvenci, při které chytrý telefon v závislosti na na-

stavení přístroje vyše zvukové nebo vibrační upozornění. Při zapnutí funkce tepové frekvence vás fitness náramek navíc vibračním alarmem po pěti a 10 minutách upozorní na to, že je měření tepu aktivní. Tento alarm se automaticky po několika vteřinách vypne. Pokud chcete funkci tepové frekvence vypnout, přidržte při zapnutém měření pulzu asi na 5 vteřin stisknuté tlačítko senzoru. Po uvolnění se měření pulzu vypne. Pamatujte prosím, že fitness náramek údaje o tepové frekvenci na přístroji neukládá. Pokud chcete údaje o tepové frekvenci uložit, musí být například u tréninkových jednotek otevřena dlaždice Live v aplikaci Soehnle Connect a fitness náramek musí být připojen.

---

*Měření tepové frekvence ovlivňuje dobu chodu přístroje na baterie. Proto po použití, resp. po tréninku funkci měření tepové frekvence vypněte.*

---

## Režim spánku

---

Záznam spánku se musí spustit aktivací režimu spánku. Výsledky měření spánku jsou zobrazovány výhradně v aplikaci Soehnle Connect. V režimu spánku přístroj při pohybu nepočítá kroky, ale analyzuje údaje o pohybu s ohledem na kvalitu spánku.

**Aktivace režimu spánku** ☀️ → 🌙 :

Pokud chcete spustit funkci spánku, přejděte nejpr-

ve klepnutím na tlačítko senzoru do zobrazení režimu spánku (**5.10**). Nyní tlačítko senzoru přidržte asi 5 vteřin stisknuté. Režim spánku se aktivuje. To zjistíte tak, že na náramku se aktivuje a zobrazuje pouze obrázek měsíc a čas.

**Deaktivace režimu spánku** 🌙 → ☀️ :

Pokud chcete režim spánku opět vypnout, klepněte na tlačítko senzoru pro zapnutí displeje. Nyní znovu klepněte na tlačítko senzoru a přidržte je stisknuté asi 5 vteřin. Po uvolnění se režim spánku opět vypne.

**Automatické zapnutí a vypnutí režimu spánku:**

Jako alternativu k manuální ovládní režimu spánku můžete také aktivovat automatické zapínání a vypí-

nání funkce spánku. V tomto případě fitness náramek režim spánku automaticky zapne a vypne ve zvoleném čase. Automatickou funkci spánku naleznete v aplikaci Soehnle Connect v nastaveních přístroje.

V aplikaci Soehnle Connect můžete sledovat denní délku spánku, různé spánkové fáze a délku fáze (fází) hlubokého spánku.

## **Funkce upozornění**

---

Náhled **(5.9)** se automaticky zobrazí při příchozím hovoru nebo při příchozí SMS. Pokud máte na vašem chytrém telefonu příchozí telefonní hovor nebo SMS zprávu a váš fitness náramek se nachází v jeho dosahu (*Bluetooth*), zobrazí se telefonní čís-

lo příchozího volání. Pokud máte telefonního číslo volajícího uložené v telefonním seznamu vašeho chytrého telefonu, zobrazí se jméno volajícího. Předpokladem je, že jste aplikaci Soehnle Connect udělili práva přístupu ke kontaktům, telefonu a SMS. Jejich schválení je při přidání fitness náramku do aplikace Soehnle Connect výslovně požadováno během spuštění (onboarding). Pokud jste tento přístup nepovolili, můžete u chytrých telefonů s operačním systémem Android™ od verze 6.0 přístup dodatečně povolit v nastaveních operačního systému v části „Aplikace“ (Apps). Případně můžete přístroj odebrat z aplikace Soehnle Connect a také z nabídky *Bluetooth*® operačního systému vašeho chytrého telefonu (naleznete pod Nastavením) a poté fitness

náramek znovu v aplikaci přidáte (první připojení k aplikaci Soehnle Connect).

## Přenos dat do chytrého telefonu/tabletu

Váš fitness náramek je vybaven pamětí. Do této paměti je uloženo posledních 14 dnů. Během této doby proto fitness náramek pravidelně připojujete, aby docházelo k přenosu uložených dat do aplikace Soehnle Connect a vy jste data mohli využívat delší dobu. Spusťte aplikaci Soehnle Connect. Pokud se přístroj nachází v blízkosti chytrého telefonu, budou data do aplikace přenesena automaticky přes *Bluetooth*<sup>®</sup>. Nebo přejeďte po hlavní obrazovce (nástěnce) aplikace směrem dolů (pull to refresh). Ujistěte se,

že je na vašem chytrém telefonu/tabletu aktivován *Bluetooth*<sup>®</sup>. Nyní dojde k přenosu dat a tato můžete následně vidět v aplikaci v příslušných částech.

CZ

## Zapnutí a vypnutí Bluetooth<sup>®</sup> (režim letadla)

V každém režimu s výjimkou režimu času **(5.1)** nebo měření tepové frekvence **(5.2)** můžete *Bluetooth*<sup>®</sup> vypnout. Pokud tak chcete učinit, klepněte a přidržejte tlačítko senzoru například v náhledu Kroky **(5.3)** po dobu asi 5 vteřin. Poté můžete *Bluetooth*<sup>®</sup> dalším klepnutím na tlačítko vypnout nebo zapnout. Náramek se automaticky vypne po 10 vteřinách. Při dodání je *Bluetooth*<sup>®</sup> standardně zapnutý a není nutné jej nejprve aktivovat.



---

*Upozornění: Nejnovější informace k vašemu produktu naleznete na internetu na stránce*

[www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)

---

## 6. Čištění a péče

Fitness náramek čistěte měkkým, navlhčeným hadříkem. Před opětovným nasazením, uložením nebo nabíjením nechte přístroj zcela uschnout na vzduchu. Při nesprávném zacházení může dojít k poškození přístroje. Nepoužívejte žádné agresivní čisticí prostředky, kartáčky s tvrdými štětinami nebo ostré předměty. Tyto mohou poškodit povrchy. Displej neponořujte do vody ani do jiných kapalin.

## 7. Zákaznický servis

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

Hotline: 00 800 538 38 383 (bezplatná linka)

Po – Pá, 8 – 18 hod.

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Další informace

Pro další informace prosím navštivte naše webové stránky [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Technické údaje

Číslo výrobku:	68118
Bluetooth® verze:	4.0
Připojení USB:	2.0 typ A
Frekvenční pásmo:	2,4 GHz
Max. vysílací výkon:	1 mW
Typ baterie:	Lithium polymerová
Typ displeje:	OLED
Velikost displeje:	40,5 x 11,5 mm
Třída ochrany:	IPx4
Datová paměť:	cca. 14 dnů
Doba chodu na baterie:	až 10 dnů

*(v závislosti na intenzitě využívání a funkci měrní tepu)*

## Obsah

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

## 1. Rozsah dodávky

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x nabíjací kábel USB
- 1x návod na obsluhu

## 2. Opis výrobku

Váš osobný Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR zaznamenáva vaše denné aktivity, ako napríklad tepová frekvencia, počet krokov, prejdená vzdialenosť, doba aktivity, spotreba kalórií a dosiahnutie vášho denného cieľa pohybu, s cieľom podporiť vás, pokiaľ ide o fitness a zdravie. Pomocou režimu spánku sa zaznamenáva nielen doba spánku, ale aj fázy

spánku. Cez *Bluetooth*<sup>®</sup> sa údaje prenášajú do aplikácie Soehnle Connect, kde si ich môžete vyhodnotiť.

### 3. Upozornenia

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

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

**VAROVANIE!** Nebezpečenstvo požiaru/výbuchu alebo poleptania! Výrobok obsahuje lítium-polymérový akumulátor. Akumulátor sa nesmie demontovať, rozoberať, hádzať do ohňa ani skratovať. Akumulátor

nenabíjajte pri teplotách nižších ako 5 °C alebo vyšších ako 40 °C.

**POZOR!** Možné vecné škody! Zariadenie je chránené proti striekajúcej vode, nie je však vodotesné. Neponárajte zariadenie pod vodu.

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

**UPOZORNENIE!** Použitie v súlade s určením: Výrobok je určený výhradne na súkromné, nekomerčné

používanie v domácnosti. Nie je to zdravotnícka pomôcka.

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



### Likvidácia batérií podľa smernice ES 2008/12/ES

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



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

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





Spoločnosť Soehnle týmto vyhlasuje, že toto zariadenie je v súlade so základnými požiadavkami a ostatnými súvisiacimi ustanoveniami smernice 2014/53/EÚ. Vyhlásenie o zhode EÚ nájdete na adrese **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Prvé uvedenie do prevádzky

### Nabíjanie akumulátora

Pred prvým uvedením do prevádzky nabite Fitness Tracker **(A)** na plnú kapacitu. Za týmto účelom zasuňte nabíjací kábel USB do bežného, aktívneho portu USB a spojte kábel s kontaktami na vnútornej strane Trackera **(4.1)**. Spojenie je magnetické a automaticky zapadne, keď kontakty k sebe správne priliehajú. Dbajte na to, aby Tracker počas nabíjania bezpečne ležal a aby sa neprerušilo spojenie kontaktov. V opačnom prípade sa zariadenie nenabije.

Na displeji **(5.1)** sa zobrazí stav nabitia akumulátora (  = úplne nabitý /  = vyčerpaný akumulátor).

### Inštalácia aplikácie Soehnle Connect



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

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

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

## **Prvé prepojenie s aplikáciou Soehnle Connect**

Na svojho smartfóne alebo tablete si aktivujte *Bluetooth*® a spustíte aplikáciu Soehnle Connect. Pri prvom spustení aplikácie budete automaticky prevedení procesom pripojenia zariadenia Soehnle.

Ak ste aplikáciu Soehnle Connect používali už predtým s výrobkami Soehnle, pre pripojenie zariadenia Fitness Tracker prejdite v aplikácii do „hlavnej ponuky“ a ťuknite na „Moje zariadenia“ a potom na

„Pridať zariadenie“. Automaticky budete prevedení procesom inštalácie.

## **Nastavenie zariadenia Fitness Tracker**

Všetky nastavenia vášho zariadenia Fitness Tracker sa pohodlne vykonávajú cez používateľské rozhranie aplikácie Soehnle Connect. Po prepojení sa automaticky nastaví čas a dátum podľa systémového času smartfónu alebo tabletu. V ponuke „Moje zariadenia“ okrem toho môžete v príslušných nastaveniach zariadenia stanoviť časy až pre päť vibračných alarmov (budík), určiť časy zapnutia a vypnutia režimu spánku a vybrať si, aké zobrazenia chcete mať na zariadení. Ak ste si v aplikácii určili denný cieľ pre kroky, prevezme

to Fit Connect 200 HR, aby vás na to pri dosiahnutí cieľa upozornil vibračným alarmom.

## **Kompatibilita**

---

Aplikácia Soehnle Connect je kompatibilná s Google Fit® a Apple Health®. Aplikácia Soehnle Connect je kompatibilná s Google Fit® a Apple Health®. Keď zariadenia prenesú údaje do aplikácie Soehnle Connect, na pranie sa môžu automaticky prehrať do aktuálne použitej aplikácie Google Fit®/Apple Health®. Za týmto účelom začiarknite v ponuke „Viac o aplikácii“ príslušnú možnosť. V aplikácii Google Fit®/Apple Health® alebo pri nastaveniach aplikácie na vašom smartfóne alebo tablete je prípadne nut-

né, aby ste povolili použitie aplikácie Soehnle ako zdroja. K tomu si pozrite návody aplikácií od iných výrobcov, resp. vášho operačného systému.



## 5. Zariadenie a obsluha

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

Obr.	Štandardný režim
5.1	Čas, dátum, stav nabitia akumulátora
5.2	Tepová frekvencia
5.3	Počítadlo krokov*

5.4	Spotreba kalórií*
5.5	Prejdená vzdialenosť*
5.6	Doba aktivity v hodinách a minútach*
5.7	Stanovený denný cieľ* v % (varianty zobrazenia)
5.8	Vibračný alarm (budík)
5.9	Prichádzajúce hovory a správy
5.10	Režim spánku Doba spánku, fázy spánku

Pomocou zariadenia Fitness Tracker je možné zaznamenať a zobraziť rôzne údaje. Stlačením tlačidla senzora sa spustí indikácia displeja v režime času **(5.1)**. Opätovným stlačením tlačidla senzora je možné prepínať rôznymi funkciami **(5.2 – 5.10)**, pokiaľ sú aktivované v aplikácii Soehnle Connect.

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

Zobrazenia, ktoré chcete mať na zariadení, si vyberte v ponuke „Moje zariadenia“ v príslušných nastaveniach zariadenia. Prostredníctvom aplikácie Soehnle Connect môžete využívať ďalšie funkcie, ako aj zlúčiť a spravovať vaše zaznamenané údaje.

### **Čas, dátum a stav nabitia akumulátora**

---

Režim času **(5.1)** spustíte stlačením tlačidla senzora. Tu sa zobrazuje aj dátum a stav nabitia vnútorného akumulátora (stav batérie) (pozri tiež bod 3. *Nabíjanie akumulátora*).

### **Indikácia denných aktivít na zariadení Fitness Tracker**

---

Rovnako stlačením tlačidla senzora môžete prepínať medzi rôznymi dennými aktivitami, ako napríklad tepová frekvencia **(5.2)**, kroky **(5.3)**, spotreba kalórií **(5.4)** a prejdená vzdialenosť v kilometroch **(5.5)**. Fitness Tracker je vybavený citlivým senzorom pohybu, ktorý rozpoznáva pohybové vzorce typické pre kroky a počíta ich ako kroky. Zobrazenú, prejdenú vzdialenosť Fit Connect 200 HR vypočítava z počtu krokov v spojení so šírkou kroku uloženou v aplikácii Soehnle Connect. Použitú šírku kroku je možné v prípade potreby upraviť v nastaveniach zariadenia Fit Connect 200 HR v aplikácii Soehnle

Connect. Pri dodaní je šírka kroku predvolená na hodnotu 70 cm.

SK

## Výpočet tepovej frekvencie

---

Pre vypočítanie vašej tepovej frekvencie si nasadíte Fitness Tracker a prepnete do režimu tepovej frekvencie **(5.2)**. Na cca 5 sekúnd podržte stlačené tlačidlo senzora. Tepová frekvencia sa teraz vypočíta a zobrazí na príslušnom displeji. Detekcia tepovej frekvencie môže spočiatku trvať niekoľko sekúnd. Tracker noste priamo na koži, pretože inak nie je možné meranie. Tepovú frekvenciu (počet úderov srdca za minútu) môžete ako grafiku v reálnom čase odčítať na displeji zariadenia Soehnle Fit Con-

nect 200 HR alebo ak je spojené cez *Bluetooth®*, pomocou aplikácie Soehnle Connect na príslušnej dlaždici. Tam si tiež môžete nastaviť maximálnu tepovú frekvenciu, pri ktorej vás smartfón v závislosti od nastavení zariadenia bude varovať akusticky alebo vibráciami. Fitness Tracker vám navyše pri zapnutej funkcii tepovej frekvencie po piatich až 10 minútach vibračným alarmom pripomenie, že je aktivované meranie tepovej frekvencie. Tento alarm sa po niekoľkých sekundách automaticky vypne. Na deaktiváciu funkcie tepovej frekvencie podržte pri zapnutom meraní tepovej frekvencie stlačené tlačidlo senzora cca 5 sekúnd. Keď ho pustíte, meranie tepovej frekvencie sa vypne. Majte na pamäti, že Fitness Tracker neukladá údaje o

tepovej frekvencii na zariadení. Na uloženie údajov o tepovej frekvencii musí byť napríklad pri tréningových jednotkách otvorená dynamická dlaždica aplikácie Soehnle Connect a Fitness Tracker musí byť pripojený.

---

*Meranie tepovej frekvencie má skracuje výdrž akumulátora zariadenia. Po použití, resp. tréningu, preto funkciu tepovej frekvencie vypnite.*

---

## Režim spánku

---

Záznam spánku sa musí spustiť aktiváciou režimu spánku. Výsledky meraní spánku sa zobrazujú vý-

hradne v aplikácii Soehnle Connect. V režime spánku nepočíta zariadenie pri pohybe kroky, ale analyzuje údaje o pohybe s ohľadom na kvalitu spánku.

### Aktivácia režimu spánku -----> :

Pre spustenie funkcie spánku najskôr stlačením tlačidla senzora prepnete na zobrazenie režimu spánku (5.10). Teraz na cca 5 sekúnd podržte tlačidlo senzora. Režim spánku sa aktivuje. Rozpoznáte to tak, že Tracker aktivuje a zobrazí už len zobrazenie s mesiacom a časom.

### Deaktivácia režimu spánku -----> :

Ak chcete režim spánku znova vypnúť, stlačením tlačidla senzora aktivujete displej. Teraz znova stlačte

tlačidlo senzora a držte ho stlačené cca 5 sekúnd. Keď ho pustíte, režim spánku sa znova deaktivuje.

SK

### **Automatické zapínanie a vypínanie režimu spánku:**

Alternatívne k manuálnemu ovládaniu režimu spánku si môžete aktivovať aj automatické zapínanie a vypínanie funkcie spánku. V tomto prípade Fitness Tracker zapne a vypne režim spánku v časoch, ktoré si zvolíte. Automatickú funkciu spánku nájdete v aplikácii Soehnle Connect pri nastaveniach zariadenia.

V aplikácii Soehnle Connect môžete sledovať dennú dobu spánku, rôzne fázy spánku a dobu fáz(y) hlbokého spánku.

## **Oznamovacie funkcie**

Zobrazenie **(5.9)** sa automaticky zobrazí v prípade prichádzajúceho hovoru alebo prichádzajúcej SMS správy. Ak na smartfóne prijmete telefonický hovor alebo SMS správu a Fitness Tracker je v dosahu (*Bluetooth*), na displeji sa zobrazí telefónne číslo prichádzajúceho hovoru. Ak máte v telefónnom zozname smartfónu uložené číslo volajúceho, tak sa zobrazí jeho/jej meno. Predpokladom pre to je, aby ste aplikácii Soehnle Connect udelili povolenie na prístup ku kontaktom, telefónu a SMS. Pri pridávaní zariadenia Fitness Tracker do aplikácie Soehnle Connect počas uvedenia do prevádzky (Onboarding) si pre ne výslovne vyžiada povolenie. Ak to nepovolíte, v prí-

pade smartfónov s operačným systémom Android™, od verzie 6.0 môžete povolenie dodatočne udeliť v nastaveniach operačného systému v časti „Aplikácie“. Alternatívne odstráňte zariadenie ešte raz z aplikácie Soehnle Connect a tiež z ponuky *Bluetooth*® operačného systému smartfónu (nájdete ho v nastaveniach) a znova pridajte Fitness Tracker do aplikácie (Prvé prepojenie s aplikáciou Soehnle Connect).

## Prenos údajov do smartfónu/tabletu

Soehnle Fitness Tracker disponuje pamäťou, na ktorej sa zálohujú údaje posledných 14 dní. Fitness Tracker pravidelne pripojte počas tejto doby, aby ste uložené údaje mohli preniesť do aplikácie Soehnle Connect

a využívať ich dlhší čas. Spustite aplikáciu Soehnle Connect. Pokiaľ sa zariadenie nachádza v blízkosti, údaje sa automaticky prenesú do aplikácie cez *Bluetooth*®. Prípadne na hlavnej obrazovke (Dashboard) aplikácie potiahnite prstom nadol (pull to refresh). Dbajte na to, aby ste na smartfóne/tablete mali aktívovaný *Bluetooth*®. Údaje sa teraz prenesú a následne ich uvidíte v príslušných sekciách aplikácie.

## Zapnutie a vypnutie Bluetooth® (režim v lietadle)

*Bluetooth*® môžete vypnúť v každom režime, s výnimkou režimu času **(5.1)** alebo režimu tepovej frekvencie **(5.2)**. Za týmto účelom na cca 5 sekúnd stlačte a podržte stlačené tlačidlo senzora, napríklad

v zobrazení krokov **(5.3)**. Následne vypnite alebo zapnite *Bluetooth*<sup>®</sup> opätovným stlačením tlačidla. Tracker sa po 10 sekundách automaticky vypne. Pri dodaní je *Bluetooth*<sup>®</sup> štandardne aktivovaný a nemusí sa najskôr aktivovať.

---

*Upozornenie: Najaktuálnejšie informácie o vašom výrobku nájdete na internete na adrese*  
[www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)

---

## 6. Čistenie a ošetrovanie

Fitness Tracker čistite mäkkou, vlhkou handričkou. Pred opätovným nasadením, uschovaním alebo

nabitím akumulátora nechajte zariadenie úplne vyschnúť na vzduchu. Neodborné zaobchádzanie so zariadením môže viesť k poškodeniam. Nepoužívajte agresívne čistiace prostriedky, kefy s tvrdými štetinami ani ostré predmety. Môžu poškodiť povrchy. Displej preto neponárajte do vody ani iných kvapalín.

## 7. Servis pre spotrebiteľov

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

Horúca linka: 00 800 538 38 383 (bezplatne)

Po – Pi, 8:00 – 18:00

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ďalšie informácie

Pre ďalšie informácie navštívte našu internetovú stránku **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 9. Technické údaje

Číslo výrobku:	68118
Bluetooth® Verzia:	4.0
Port USB	2.0 Typ-A
Frekvenčné pásmo:	2,4 GHz
Max. vysielací výkon:	1 mW
Typ batérie:	lítium-polymérová
Typ displeja:	OLED
Rozmery displeja:	40,5 x 11,5 mm
Trieda krytia:	IPx4
Dátová pamäť:	cca 14 dní
Výdrž akumulátora:	do 10 dní
<i>(v závislosti od intenzity využívania a funkcie tepovej frekvencie)</i>	



## Съдържание

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

## 1. Доставка

- 1 бр. Soehnle Fit Connect 200 HR (проследяващо устройство за фитнес)
- 1 бр. USB кабел за зареждане
- 1 бр. Ръководство за употреба

## 2. Описание на продукта

Вашето лично проследяващо устройство за фитнес Soehnle Fit Connect 200 HR регистрира вашите ежедневни дейности като честотата на сърдечния ритъм, брой крачки, изминато разстояние, продължителност на дейностите, изразходени калории и достигането на вашата ежедневна двигателна цел,

за да ви подпомага в поддържането на добро състояние и здраве. С режима за измерване на съня се регистрират както продължителността на съня, така и фазите на съня. Чрез *Bluetooth*<sup>®</sup> данните се прехвърлят към вашето приложение Soehnle Connect-App, където могат да бъдат оценявани.

### 3. Указания

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

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

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

**ВНИМАНИЕ!** Възможни материални щети! Уредът е защитен от водни пръски, но не е водоустойчив. Не потапяйте уреда във вода.

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

Пазете дисплея от твърди или драскащи предмети.  
**УКАЗАНИЕ!** Употреба съгласно предназначение-то: Продуктът е предназначен за лична, нетърговска, домашна употреба. Това не е медицински уред.  
**УКАЗАНИЕ!** В случай, че не използвате уреда за по-продължителен период от време, въпреки това зареждайте батерията напълно на всеки 3-6 месеца, за да осигурите функционирането на батерията.



### **Директива 2008/12/ЕО относно изхвърлянето на батерии**

Батериите и акумулаторите не трябва да се изхвърлят при битовите отпадъци. Трябва да предадете вашите стари батерии или акумулатори в обществените приемни пун-

ктове във вашата община или там, където се продава съответният вид батерии.



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

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



С настоящето Soehnle декларира, че този апарат е в съответствие със съществените изисквания и останалите



съответни разпоредби на Директива 2014/53/ЕИО. Можете да намерите Декларацията на ЕС за съответствие на [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 4. Първо пускане в експлоатация

### Зареждане на батерията

---

Заредете напълно проследяващото устройство за фитнес **(A)** преди първото му пускане в експлоатация. За тази цел пъхнете USB кабела за зареждане в обичаен, активен USB порт и свържете кабела с контактите, разположени върху вътрешната страна на проследяващото устройство **(4.1)**.

Свързването е магнитно и се активира автоматично при правилно разполагане на контактите един върху друг. Моля, уверете се, че в процеса на зареждане проследяващото устройство се намира в стабилна позиция и връзката между контактите не се прекъсва, в противен случай уредът няма да се зареди. Върху дисплея **(5.1)** ще се покаже зарядът на батерията (  = напълно заредена /  = изтощена батерия).

## Инсталиране на приложението Soehnle Connect-App

---



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

За осигуряване на пълна функционалност инсталирайте безплатното приложение Soehnle Connect-App на вашия смартфон или таблет. Сканирайте QR кода, за да откриете приложението в магазина за приложения (Appstore). Като алтернативна възможност можете да намерите при-

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

## Първо свързване с приложението Soehnle Connect-App

---

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

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

## **Оборудване на вашето проследяващо устройство за фитнес**

---

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

от системното време на смартфона или таблета. Освен това в съответните настройки в менюто “Моите уреди” можете да зададете време за до пет известявания с вибрация (будилник), да определите автоматично време за включване и изключване на режима за измерване на съня и да изберете съответните изгледи на уреда. Ако сте си поставили дневна цел с определен брой стъпки в приложението, уредът Fit Connect 200 HR я възприема, за да ви покаже достигането на целта с известяване с вибрация.

## СЪВМЕСТИМОСТ

---

Приложението Soehnle Connect-App е съвместимо с Google Fit® и Apple Health®. Приложението Soehnle Connect-App е съвместимо с Google Fit® и Apple Health®. След като уредите са прехвърлили данните в приложението Soehnle Connect-App, при желание те могат автоматично да се презапишат в приложенията App Google Fit® / Apple Health®. За тази цел поставете съответната отметка в менюто „Повече за приложението“. Ако е необходимо да разрешите употребата на приложението Soehnle App като източник в Google Fit®/ Apple Health® или в настройките на приложението на вашия смартфон, разгледайте в тази връзка ръ-

ководствата на чуждите приложения, съответно ръководството на вашата операционна система.

## 5. Уред и управление

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

Фиг.	Стандартен режим
5.1	Час, дата, заряд на батерията
5.2	Честота на сърдечния ритъм
5.3	Брояч на крачки*
5.4	Изразходване на калории*
5.5	Изминато разстояние*
5.6	Продължителност на дейностите в час. и мин.*
5.7	Поставена дневна цел* в % (варианти за изобразяване)
5.8	Известяване с вибрация (будилник)
5.9	Входящи обаждания и новини
5.10	Режим за измерване на съня: Продължителност на съня, фази на съня

Проследяващото устройство за фитнес може да регистрира и показва различни данни. С докосване на сензорния бутон стартира показването на режим "Часовник" на дисплея (5.1). Чрез повторно докосване на сензорния бутон могат да се превключват различните функции (5.2 - 5.10), ако са активирани в приложението Soehnle Connect-App. Можете да направите избор на показваните изгледи на уреда в менюто "Моите уреди" в съответните настройки на уреда. С приложението Soehnle Connect-App можете да използвате допълнителни функции, да слееете и управлявате вашите регистрирани данни.

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



## Час, дата и заряд на батерията

Режим “Часовник” **(5.1)** се активира с докосване на сензорния бутон. Тук се показват както датата, така и зарядът на вътрешната батерия (статус на батерията) (вижте също *3. Заредете батерията*).

## Показване на дневните дейности върху проследяващото устройство за фитнес

С докосване на сензорния бутон може също да се превключва между различните дневни дейности като честота на сърдечния ритъм **(5.2)**, **крачки (5.3)**, изразходване на калории **(5.4)** и разстояние в километри **(5.5)**. Вашето проследяващо ус-

тройство за фитнес е оборудвано с чувствителен сензор за движение, който разпознава типичните за крачките модели за движение и ги брои като крачки. Показаното от уреда Fit Connect 200 HR изминато разстояние се изчислява в зависимост от броя на крачките и дължината на изминатите крачки, заложена в приложението Soehnle Connect-App. При необходимост използваната дължина на крачките може да се регулира в настройките на уреда Fit Connect 200 HR в приложението Soehnle Connect-App, като заложената с доставката дължина на крачките е 70 cm.

## Установяване на честотата на сърдечния ритъм

---

За да измерите сърдечния ритъм, поставете проследяващото устройство и превключете към режима за честотата на сърдечния ритъм **(5.2)**. Задръжте сензорния бутон натиснат за около 5 секунди. Сега сърдечният ритъм ще бъде регистриран и ще се покаже в съответния дисплей. Разпознаването на сърдечния ритъм първоначално може да отнеме няколко секунди. Носете проследяващото устройство директно върху кожата, тъй като в противен случай не е възможно провеждането на измерването. Можете да отчетете честотата на сърдечния ритъм (брой сърдечни удари на ми-

нута) върху дисплея на уреда Soehnle Fit Connect 200 HR или при съществуваща *Bluetooth*<sup>®</sup> връзка с приложението Soehnle Connect-App в съответната графика в реално време. Там можете да зададете максимална честота на сърдечния ритъм, при която вашият смартфон съгласно настройките на уреда ще ви предупреди акустично или с вибрация. При това при включена функция за сърдечен ритъм проследяващото устройство за фитнес ще ви напомня с вибрация след 5 и 10 минути, че измерването на сърдечния ритъм е активирано. Това напомняне се изключва автоматично след няколко секунди. За деактивиране на функцията за сърдечен ритъм при активирано измерване на сърдечния ритъм натиснете сензорния бутон и задръжте

за около 5 секунди. След отпускане измерването на сърдечния ритъм се изключва. Моля, уверете се, че проследяващото устройство за фитнес не съхранява данните върху уреда. За съхраняване на данните за сърдечния ритъм е необходимо по време на тренировка "живата" плочка в приложението Soehnle Connect-App да е отворена и проследяващото устройство за фитнес да е свързано.

---

*Измерването на честотата на сърдечния ритъм влияе върху времето за работа на батерията на уреда. След употреба, респ. тренировка, изключете функцията за сърдечния ритъм.*

---

## **Режим за измерване на съня**

---

Записването на съня стартира с активирането на режима за измерване на съня. Резултатите от измерването на съня се показват единствено в приложението Soehnle Connect-App. В режим за измерване на съня уредът не брои крачките при движение, а анализира данните за движение по отношение на качеството на съня.

### **Активиране на режима за измерване на съня** ☀️ → 🌙 :

За стартиране на функцията за съня най-напред преминете с докосване на сензорния бутон към показването на режима за измерване на съня

**(5.10).** Сега задръжете сензорния бутон за около 5 секунди. Режимът за измерване на съня е активиран. Ще го познаете по това, че проследяващото устройство е активирало и показва само изображение на луна и часа.

### **Деактивиране на режима за измерване на съня**

За да изключите отново режима за измерване на съня, докоснете сензорния бутон за активиране на дисплея. Сега отново докоснете сензорния бутон и го задръжете за около 5 секунди. След отпускане режимът за измерване на съня отново е деактивиран.

### **Автоматично включване и изключване на режима за измерване на съня:**

Като алтернатива на ръчното активиране на режима за измерване на съня можете да активирате автоматично включване и изключване на функцията за съня. В този случай проследяващото устройство за фитнес ще включва и изключва автоматично режима за измерване на съня в избраните часове. Ще намерите автоматичната функция за съня в приложението Soehnle Connect-App в настройките на уреда.

В приложението Soehnle Connect-App можете да проследявате дневната продължителност на съня, различните фази на съня и продължителността на фазата (-ите) на дълбокия сън.

## Функции за известяване

---

Изгледът **(5.9)** се показва автоматично при входящо телефонно обаждане или входящо текстово съобщение (SMS). Когато вашият смартфон получава телефонно обаждане или текстово съобщение (SMS) и проследяващото устройство за фитнес се намира в обхват на (*Bluetooth*), дисплеят показва телефонния номер на входящото обаждане. Ако сте запамели номера на входящото обаждане в телефонния указател на вашия смартфон, ще се покаже името на обаждачото се лице. За да се случи това, е необходимо да сте предоставили право на достъп до контактите, телефона и текстовите съобщения (SMS) на приложението Soehnle Connect-

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

## Прехвърляне на данни към смартфона/таблета

Вашето Soehnle проследяващо устройство за фитнес разполага с възможност за запаметяване на данни. То съхранява данните за последните 14 дни. Моля, редовно свързвайте проследяващото устройство за фитнес в рамките на този период от време, за да прехвърлите запаметените данни върху приложението Soehnle Connect-App и да ги използвате за по-дълъг период от време.

Стартирайте приложението Soehnle Connect-App. В случай, че уредът се намира в близост, данните се прехвърлят автоматично чрез *Bluetooth*<sup>®</sup> върху приложението. Можете също да плъзнете надолу по главния екран (издърпайте, за да осве-

жите). Проверете дали приложението *Bluetooth*<sup>®</sup> е активирано на вашия смартфон/таблет. Сега данните ще се прехвърлят и след това могат да бъдат намерени в приложението в съответните раздели.

## Включване и изключване на Bluetooth<sup>®</sup> (самолетен режим)

Можете да изключите *Bluetooth*<sup>®</sup> във всеки режим освен в режим "Часовник" **(5.1)** или в режима за измерване честотата на сърдечния ритъм **(5.2)**. За тази цел докоснете и задръжте сензорния бутон за около 5 сек., например, докато се намирате в изгледа за крачки **(5.3)**. След това можете да изключо-

чите или включите *Bluetooth*<sup>®</sup> с повторно докосване на бутона. Проследяващото устройство се изключва автоматично след 10 сек. При доставката функцията *Bluetooth*<sup>®</sup> е активирана по стандарт и не е необходимо да бъде активирана за пръв път.

---

*Най-актуална информация за вашия продукт ще намерите в интернет на [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Почистване и поддържане

Почиствайте проследяващото устройство за фитнес с мека, влажна кърпа. Оставете уреда да изсъхне напълно на въздух преди последваща

употреба, съхраняване или зареждане на батерията. Неправилното боравене с уреда може да доведе до повреди. Не използвайте агресивни почистващи средства, четки с твърди косми или остри предмети. Те могат да повредят повърхностите. Поради тази причина не потапяйте уреда във вода или други течности.

## 7. Клиентско обслужване

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

Гореща линия: 00 800 538 38 383 (безплатно)

Понеделник – петък 8 – 18 часа

Интернет: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Допълнителна информация

За допълнителна информация посетете нашата интернет страница [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Технически данни

Номер на артикула:	68118
Bluetooth® версия:	4.0
USB порт:	2.0 Вид А
Радиочестотна лента:	2,4 GHz
Макс. предавателна мощност:	1 mW
Вид батерия:	литиево-полимерна
Вид на дисплея:	OLED
Размери на дисплея:	40,5 x 11,5 mm
Клас на защита:	IPx4
Запаметяване на данни:	около 14 дни
Време за работа на батерията:	до 10 дни
<i>(в зависимост от интензивността на употребата и функцията за пулса)</i>	



## Содержание

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

## 1. Комплект поставки

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (фитнес-браслет)
- 1X зарядный USB-кабель
- 1x руководство по эксплуатации

## 2. Описание изделия

Ваш персональный фитнес-браслет Soehnle Fit Connect 200 HR отслеживает Вашу повседневную активность, такую как частота пульса, количество шагов, пройденное расстояние, продолжительность активности, расход калорий и достижение Ваших ежедневных целей движения, для оказания Вам поддержки по вопросам фитнеса

и здоровья. Благодаря режиму сна фиксируется продолжительность и фазы сна. Через *Bluetooth*<sup>®</sup> данные передаются Вашему приложению Soehnle Connect и может производиться их анализ.

### 3. Указания

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

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

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

**ВНИМАНИЕ!** Возможен материальный ущерб! Устройство имеет защиту от брызг воды, но не является водонепроницаемым. Не погружайте устройство в воду.

**ВНИМАНИЕ!** Возможен материальный ущерб! Не роняйте устройство и защищайте его от ударов. Не подвергайте устройство воздействию экстремальных температур или сильных колебаний температур. Избегайте воздействия на устройство

прямых солнечных лучей и пыли. Не используйте для очистки устройства едкие химикаты, агрессивные или абразивные чистящие средства. Защищайте дисплей от воздействия твердых и царапающих предметов.

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

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



### **Утилизация батареек согласно директиве ЕС 2008/12/ЕС**

Батарейки и аккумуляторы не относятся к бытовым отходам. Использованные батарейки и аккумуляторы необходимо сдавать в локальных пунктах сбора на территории Вашей административной единицы или в точках продажи батареек соответствующего типа.



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

Данный продукт не может утилизироваться как обычный бытовой мусор, он подлежит сдаче в места приема отработанных электрических и электронных приборов. Более подробную

информацию Вы можете получить через свою общину, предприятия по удалению отходов или через магазин, в котором был куплен продукт.



**CE** Настоящим компания Soehnle заявляет, что данное устройство отвечает основным требованиям и прочим соответствующим положениям директив 2014/53/ЕС. Декларацию соответствия ЕС Вы найдете на сайте **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Первый ввод в эксплуатацию

### Зарядка аккумулятора

---

Перед первым вводом в эксплуатацию полностью зарядите фитнес-браслет **(A)**. Для этого подсоедините зарядный USB-кабель к стандартному активному USB-соединению и соедините кабель с контактами на внутренней стороне браслета **(4.1)**. Соединение магнитное и фиксируется автоматически, когда контакты правильно прилегают друг к другу. Следите, пожалуйста, за тем, чтобы фитнес-браслет во время зарядки лежал надежно и соединение контактов не нарушалось,

в противном случае устройство не будет заряжаться. На дисплее **(5.1)** отображается состояние зарядки аккумулятора (  = полностью заряжен /  = аккумулятор разряжен).

## Установка приложения Soehnle Connect

---

RUS



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

Для полноценного функционирования установите бесплатное приложение Soehnle Connect на

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

## Первое соединение с приложением Soehnle Connect

---

Активируйте *Bluetooth*® на своем смартфоне или планшете и запустите приложение Soehnle Connect. Если Вы запускаете приложение впер-

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

## **Настройка Вашего фитнес-браслета**

Все настройки Вашего фитнес-браслета удобно выполняются при помощи пользовательского интерфейса приложения Soehnle Connect. Время

и дата настраиваются автоматически после соединения в соответствии с системным временем смартфона или планшета. Кроме того, в меню «Мои устройства» Вы можете выполнить соответствующие настройки времени, задав до пяти вибровзвонков (будильник), определить автоматическое время включения и выключения режима сна, а также выбрать информацию для просмотра, которая должна отображаться на Вашем устройстве. Если Вы установили в приложении дневную цель для шагов, Fit Connect 200 HR принимает ее, чтобы просигнализировать о достижении поставленной цели посредством вибросигнала.

## Совместимость

---

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

ложения Soehnle в качестве источника данных. Для этого просмотрите руководства сторонних приложений или Вашей операционной системы.

## 5. Устройство и управление

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

Рис.	Стандартный режим
5.1	Время, дата, уровень зарядки аккумулятора
5.2	Частота пульса
5.3.	Шагомер*
5.4	Расход калорий*
5.5	Пройденное расстояние*
5.6	Продолжительность активности в часах и минутах*
5.7	Установленная дневная цель* в % (варианты отображения)
5.8	Виброзвонок (будильник)
5.9	Входящие вызовы и сообщения
5:10	Режим сна: продолжительность сна, фазы сна

Фитнес-браслет Soehnle позволяет собирать и отображать различные данные. Путем нажатия сенсорной кнопки запустите индикацию дисплея в режиме времени **(5.1)**. Повторным нажатием сенсорной кнопки можно переключаться между различными функциями **(5.2 - 5.10)**, если они активированы в приложении Soehnle Connect. Выбор информации для просмотра, которая должна отображаться на устройстве, осуществляется в меню «Мои устройства» в соответствующих настройках устройства. Через приложение Soehnle Connect Вы можете использовать дополнительные функции, а также заниматься объединением и управлением Вашими собранными данными.

RUS

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



## Время, дата и уровень зарядки аккумулятора

Режим времени **(5.1)** запускается нажатием на сенсорную кнопку. Здесь отображается также дата и состояние зарядки встроенного аккумулятора (состояние батареи) (см. также пункт 3. *Зарядка аккумулятора*).

## Индикация дневной активности на фитнес-браслете

Также нажатием сенсорной кнопки можно переключаться между различными формами дневной активности: частота пульса **(5.2)**, шаги **(5.3)**, расход калорий **(5.4)** и расстояние в километрах

**(5.5)**. Ваш фитнес-браслет оснащен чувствительным датчиком движения, который распознает типичные для шагов модели движения и считает их как шаги. Отображаемое пройденное расстояние рассчитывается Fit Connect 200 HR как количество шагов в сочетании с сохраненной в приложении Soehnle Connect длиной шага. При необходимости используемую длину шага можно изменить в настройках устройства Fit Connect 200 HR в приложении Soehnle Connect; по умолчанию при поставке длина шага составляет 70 см.

## Определение частоты пульса

---

Чтобы определить Ваш пульс, наденьте фитнес-браслет и перейдите в режим частоты пульса **(5.2)**. Удерживайте сенсорную кнопку нажатой в течение ок. 5 секунд. Производится измерение пульса, который отображается на соответствующем дисплее. Сначала распознавание пульса может занимать несколько секунд. Надевайте браслет прямо на кожу, в противном случае проведение измерения невозможно. Вы можете считать частоту пульса (количество ударов сердца в минуту) на индикации Soehnle Fit Connect 200 HR или при наличии соединения *Bluetooth*® в приложении Soehnle Connect в соответствующем виджете в виде диаграммы в ре-

альном времени. Здесь Вы также можете настроить максимальную частоту пульса, о достижении которой Ваш смартфон предупредит Вас в зависимости от настроек акустически или посредством вибросигнала. Кроме того, при включенной функции измерения пульса фитнес-браслет через пять и 10 минут напомнит Вам посредством вибросигнала о том, что измерение пульса активировано. Данное оповещение отключается автоматически спустя несколько секунд. Для деактивации функции пульса при включенном измерении пульса удерживайте сенсорную кнопку нажатой в течение ок. 5 секунд. После отпускания кнопки измерение пульса отключается. Принимайте, пожалуйста, во внимание, что фитнес-браслет не хранит данные, касающие-

ся пульса, на устройстве. Для сохранения данных пульса во время тренировки в приложении Soehnle Connect должен быть открыт, напр., онлайн-виджет и подсоединен фитнес-браслет.

---

*Измерение частоты пульса влияет на время работы устройства от аккумулятора. Поэтому отключайте функцию пульса после использования или тренировки.*

---

## Режим сна

---

Запись сна должна запускаться путем активации режима сна. Результаты измерения сна отображаются только в приложении Soehnle Connect.

В режиме сна устройство в случае движения не считает шаги, а анализирует данные движений с точки зрения качества сна.

### Активация режима сна → :

Для запуска функции сна путем нажатия сенсорной кнопки перейдите к индикации режима сна **(5.10)**. Теперь удерживайте сенсорную кнопку нажатой в течение ок. 5 секунд. Режим сна активируется. Вы поймете это по тому, что браслет активирует и отображает только индикацию с лунной и временем.

### Деактивация режима сна → :

Чтобы снова отключить режим сна, нажмите на сенсорную кнопку, чтобы активировать дисплей.

Снова нажмите на сенсорную кнопку и удерживайте ее нажатой в течение ок. 5 секунд. После отпущения кнопки режим сна снова деактивирован.

### **Автоматическое включение и выключение режима сна:**

В качестве альтернативы ручному включению режима сна вы можете активировать автоматическое включение и выключение функции сна. В этом случае фитнес-браслет автоматически включает и выключает режим сна в выбранное время. Автоматическую функцию сна Вы найдете в приложении Soehnle Connect в настройках устройства.

В приложении Soehnle Connect Вы можете отслеживать ежедневную продолжительность сна,

различные фазы сна и продолжительность глубокой фазы (фаз) сна.

### **Функции оповещения**

---

Вид **(5.9)** автоматически отображается при входящем вызове или входящем СМС-сообщении. Если на Ваш смартфон поступает входящий вызов или СМС-сообщение и фитнес-браслет находится в зоне досягаемости (*Bluetooth*), на индикации отображается номер входящего вызова. Если номер вызова сохранен в телефонной книге Вашего смартфона, отображается имя абонента. Условием для этого является предоставление приложению Soehnle Connect прав доступа к контактам,

телефону и СМС. С этой целью при добавлении фитнес-браслета с приложением Soehnle Connect во время ввода в эксплуатацию (регистрация) запрашивается Ваше однозначное согласие. Если Вы не предоставили свое согласие, Вы можете выдать разрешение в смартфонах с операционной системой Android™, начиная с версии 6.0, позже в настройках операционной системы «Приложения». В качестве альтернативного варианта еще раз удалите устройство из приложения Soehnle Connect и меню *Bluetooth*® операционной системы Вашего смартфона (находится в настройках) и повторно добавьте фитнес-браслет в приложение (первое соединение с приложением Soehnle Connect).

## Передача данных на смартфон/планшет

В Вашем фитнес-браслете имеется память. В ней хранятся данные за последние 14 дней. В течение этого времени выполняйте, пожалуйста, регулярное соединение фитнес-браслета для передачи сохраненных данных приложению Soehnle Connect, что позволит использовать их в течение продолжительного времени.

Запустите приложение Soehnle Connect. Как только устройство окажется поблизости, данные автоматически через *Bluetooth*® будут переданы приложению. Либо Вы можете смахнуть на главном экране (Dashboard) приложение вниз (pull to refresh). Следите за тем, чтобы *Bluetooth*® был

активирован на Вашем смартфоне/планшете. Теперь происходит передача данных и затем они будут доступны для просмотра в приложении в соответствующих областях.

## Отключение и включение Bluetooth® (режим полета)

---

Вы можете отключать Bluetooth® в любом режиме, кроме режима времени (5.1) или режима частоты пульса (5.2). Для этого нажмите и удерживайте, напр., в виде «Шаги» (5.3), сенсорную кнопку в течение ок. 5 секунд. Затем Вы можете отключить или включить Bluetooth® повторным нажатием кнопки. Браслет автоматически отключается че-

рез 10 секунд. В состоянии поставки Bluetooth® по умолчанию активирован и его предварительная активация не требуется.

---

*Указание: Самые актуальные сведения, касающиеся Вашего изделия, Вы можете найти в Интернете [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Чистка и уход

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

ку аккумулятора. Ненадлежащее обращение с устройством может привести к повреждениям. Не используйте агрессивные чистящие средства, щетки с жесткой щетиной или острые предметы. Они могут повредить поверхность. Не погружайте дисплей в воду или другие жидкости.

RUS

## 7. Сервисная служба для покупателей

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

Горячая линия: 00 800 538 38 383 (бесплатно)

Пн – Пт, 8:00 – 18:00

Интернет: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Дополнительная информация

Для получения дополнительной информации посетите наш сайт в Интернете [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Технические характеристики

№ артикула:	68118
Версия <i>Bluetooth</i> <sup>®</sup> :	4.0
USB-соединение:	2.0, тип A
Частотный диапазон:	2,4 ГГц
Макс. мощность передачи:	1 мВт
Тип батареи:	литий-полимерная
Тип дисплея:	OLED
Размеры дисплея:	40,5 x 11,5 мм
Класс защиты:	IPx4
Память:	ок. 14 дней
Время работы от аккумулятора:	до 10 дней (в зав. от интенсивности использования и функции пульса)



## Spis treści

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

## 1. Zawartość opakowania

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (opaska sportowa)
- 1x kabel do ładowania USB
- 1x instrukcja obsługi

## 2. Opis produktu

Osobisty Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 HR rejestruje codzienne czynności takie jak tętno, liczba kroków, pokonana odległość, czas trwania aktywności, spalone kalorie oraz osiągnięcie codziennych celów dotyczących ruchu, aby pomóc użytkownikowi w utrzymaniu dobrej kondycji i w dbaniu o zdrowie. Tryb snu rejestruje czas trwania snu oraz fazy snu. Za

pomocą *Bluetooth*<sup>®</sup> dane są przekazywane do aplikacji Soehnle Connect, w której można ocenić dane.

### 3. Uwagi

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

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

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

temperaturze poniżej 5 i powyżej 40 stopni Celsjusza.

**UWAGA!** Możliwość powstania szkód materialnych! Urządzenie jest wodoodporne, ale nie jest wodoszczelne. Nie zanurzać urządzenia pod wodą.

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

**WSKAZÓWKA!** Zastosowanie zgodne z przeznaczeniem.

czeniu: Produkt jest przeznaczony wyłącznie do prywatnego, niekomercyjnego zastosowania domowego. Nie jest to urządzenie medyczne.

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

PL



### Dyrektywa UE w sprawie baterii 2008/12/WE

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



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

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



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

## 4. Pierwsze uruchomienie

### Ładowanie baterii

---

Przed pierwszym zastosowaniem całkowicie naładować opaskę sportową **(A)**. W tym celu należy włożyć kabel do ładowania USB do standardowego, aktywnego złącza USB i połączyć kabel ze stykami na stronie wewnętrznej opaski **(4.1)**. Połączenie jest magnetyczne i zaskoczy automatycznie, gdy styki zostaną prawidłowo połączone. Należy zwrócić uwagę na to, aby w trakcie ładowania opaska sportowa leżała stabilnie oraz aby połączenie styków nie zostało przerwane, w przeciwnym razie urządzenie nie ładuje się. Na wyświetlaczu

**(5.1)** zostanie przedstawiony stan ładowania baterii (■ = całkowicie naładowana / □ = bateria rozładowana).

### Instalacja aplikacji Soehnle Connect

---



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

Aby osiągnąć pełną funkcjonalność, należy zainstalować bezpłatną aplikację Soehnle Connect na smartfonie lub tablecie. Zeskanować kod QR, aby

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

## **Pierwsze połączenie z aplikacją Soehnle Connect**

---

PL

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

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

## **Ustawianie opaski sportowej**

---

Wszystkie ustawienia opaski sportowej można wprowadzić wygodnie za pomocą interfejsu użytkownika w aplikacji Soehnle Connect. Data i godzina ustawią się automatycznie po połączeniu zgodnie z danym na smartfonie lub tablecie. Poza tym w menu „Moje urządzenia” można ustawić w odpowiednich ustawieniach urządzenia godziny

dla maksymalnie pięciu alarmów wibracyjnych (budzik), określić automatyczne godziny włączania i wyłączenia trybu snu i dokonać wyboru na widokach przedstawianych na urządzeniu. W przypadku ustawienia dziennego celu dotyczącego kroków w aplikacji urządzenie Fit Connect 200 HR przejmie tę wartość docelową, aby poinformować o osiągnięciu celu za pomocą alarmu wibracyjnego.

## **Kompatybilność**

---

Aplikacja Soehnle Connect jest kompatybilna z Google Fit® i Apple Health®. Aplikacja Soehnle Connect jest kompatybilna z Google Fit® i Apple Health®. Gdy urządzenia przeniosą dane do aplikacji

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

## 5. Sprzęt i obsługa

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

Rys.	Tryb standardowy
5.1	Godzina, data, stan naładowania baterii
5.2	Tętno

5.3	Licznik kroków*
5.4	Spalone kalorie*
5.5	Pokonana trasa*
5.6	Czas trwania aktywności w godz. i min.*
5.7	Ustawiony cel dzienny* w % (wersje przedstawienia)
5.8	Alarm wibracyjny (budzik)
5.9	Połączenia i wiadomości przychodzące
5.10	Tryb snu: czas trwania snu, fazy snu

Za pomocą opaski sportowej można rejestrować i wyświetlać różne dane. Po dotknięciu przycisku czujnikowego wyświetlacz uruchomi się w trybie godziny (5.1). Ponowne dotknięcie przycisku czujnikowego umożliwi przełączanie różnych funkcji (5.2 - 5.10),

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

jeśli są włączone w aplikacji Soehnle Connect. Wyboru wyświetlanych na urządzeniu widoków można dokonać w menu „Moje urządzenia” w odpowiednich ustawieniach urządzenia. Za pomocą aplikacji Soehnle Connect można zastosować kolejne funkcje, podsumować zarejestrowane dane i zarządzać nimi.

## **Godzina, data i stan naładowania baterii**

---

Tryb godziny **(5.1)** uruchamiany jest po dotknięciu przycisku czujnikowego. Tutaj wskazywana jest także data oraz stan naładowania wewnętrznego akumulatora (stan baterii) (więcej informacji także pod *3. Ładowanie baterii*).

## **Wyświetlanie codziennych czynności na opasce sportowej**

---

Również za pomocą dotknięcia przycisku czujnikowego można zmieniać pomiędzy różnymi codziennymi czynnościami: tętno **(5.2)**, kroki **(5.3)**, spalone kalorie **(5.5)** i odległość w kilometrach **(5.5)**. Opaska sportowa jest wyposażona we wrażliwy czujnik ruchu, który rozpoznaje wzory ruchu typowe dla wykonywania kroków i liczy je jako kroki. Pokonana odległość jest wyświetlana w Fit Connect 200 HR na podstawie liczby kroków w połączeniu z zapisaną w aplikacji Soehnle Connect długością kroku. W razie konieczności można dostosować stosowaną długość kroku w ustawieniach urządzenia Fit Connect



200 HR w aplikacji Soehnle Connect. Domyślna długość kroku wynosi 70 cm.

## Ustalenie tętna

---

Aby ustalić puls, należy założyć opaskę sportową i przejść do trybu pomiaru pulsu **(5.2)**. Przytrzymać naciśnięty przycisk czujnikowy przez ok. 5 sekund. Puls zostanie ustalony i zostanie przedstawiony na odpowiednim wyświetlaczu. Rozpoznanie pulsu może na początku zająć kilka sekund. Nosić opaskę bezpośrednio na skórze, w przeciwnym razie pomiar nie będzie możliwy. Można odczytać tętno (liczba uderzeń serca na minutę) na wyświetlaczu Soehnle Fit Connect 200 HR lub w przypadku połączenia *Bluetooth*® z aplika-

cją Soehnle Connect na odpowiedniej ikonie przedstawianej jako grafika w czasie rzeczywistym. Można tutaj także ustawić maksymalne tętno, przy którym smartfon w zależności od ustawień urządzenia wygeneruje ostrzeżenia akustyczne lub wibracyjne. Poza tym opaska sportowa w przypadku włączonej funkcji pomiaru pulsu przypomni po pięciu i 10 minutach, że pomiar pulsu jest włączony. Ten alarm wyłączy się automatycznie po kilku sekundach. W celu wyłączenia funkcji pomiaru pulsu należy przez ok. 5 sekund przytrzymać przycisk czujnikowy przy włączonym pomiarze pulsu. Po zwolnieniu przycisku pomiar pulsu wyłączy się. Należy zwrócić uwagę na to, że opaska sportowa nie zapisuje danych dotyczących pulsu na urządzeniu. Aby zapisać dane dotyczące pulsu, ikona

Live w aplikacji Soehnle Connect musi być otwarta np. podczas jednostek treningowych a opaska sportowa musi być podłączona.

---

*Pomiar tętna ma wpływ na żywotność baterii urządzenia. Dlatego po zastosowaniu lub po treningu należy wyłączyć funkcję pomiaru pulsu.*

---

## Tryb snu

---

Rejestrację snu należy uruchomić, włączając tryb snu. Wyniki pomiaru snu są przedstawiane wyłącznie w aplikacji Soehnle Connect. W trybie snu urządzenie nie liczy kroków w trakcie wykonywania ru-

chu, lecz analizuje dane dotyczące ruchu związane z jakością snu.

### Włączanie trybu snu ☀️ → 🌙 :

W celu uruchomienia funkcji snu należy najpierw przejść do ekranu trybu snu, dotykając przycisku czujnikowego **(5.10)**. Przytrzymać przycisk czujnikowy przez ok. 5 sekund. Tryb snu zostanie włączony. Można to rozpoznać po tym, że opaska włączy i wyświetli wyłącznie wskaźnik z księżycem i godziną.

### Wyłączanie trybu snu 🌙 → ☀️ :

Aby ponownie wyłączyć tryb snu, należy dotknąć przycisku czujnikowego, aby włączyć wyświetlacz. Ponownie dotknąć przycisku czujnikowego i przy-

trzymać go przez ok. 5 sekund. Po zwolnieniu przycisku tryb snu zostanie ponownie wyłączony.

### **Automatyczne włączanie i wyłączanie trybu snu:**

Alternatywnie do włączania manualnego trybu snu można także włączyć automatyczne włączanie i wyłączanie funkcji snu. W tym przypadku opaska sportowa automatycznie włączy i wyłączy tryb snu o wybranych godzinach. Automatyczną funkcję snu można znaleźć w aplikacji Soehnle Connect w ustawieniach urządzenia.

W aplikacji Soehnle Connect można śledzić codzienny czas trwania snu, różne fazy snu i czas trwania fazy głębokiego snu.

## **Funkcje powiadomień**

---

Widok **(5.9)** jest wyświetlany automatycznie podczas połączenia lub SMS-a przychodzącego. Jeśli na smartfon przyjdzie połączenie telefoniczne lub wiadomość SMS i opaska sportowa będzie znajdować się w zasięgu (*Bluetooth*), wyświetlacz wskaże numer połączenia przychodzącego. Jeśli numer zapisany jest w książce telefonicznej smartfona, zostanie wyświetlone imię osoby dzwoniącej. W tym celu aplikacja Soehnle Connect musi mieć prawo dostępu do kontaktów, telefonu i SMS-ów. Pytanie o to pozwolenie zostanie wyświetlone wyraźnie podczas dodawania opaski sportowej z aplikacją Soehnle Connect w trakcie uruchamiania. Jeśli to pozwole-

nie nie zostanie udzielone, można je udzielić później w smartfonie z systemem operacyjnym Android™, od wersji 6.0 w ustawieniach systemu operacyjnego pod zakładką „Aplikacje”. Alternatywnie można ponownie usunąć urządzenie z aplikacji Soehnle Connect i z menu *Bluetooth*® systemu operacyjnego smartfona (znajduje się pod ustawieniami) i dodać ponownie opaskę sportową do aplikacji (pierwsze uruchamianie z aplikacją Soehnle Connect).

## **Przekazywanie danych do smartfona/tableta**

Opaska sportowa Soehnle zawiera pamięć. W pamięci zapisywane są dane z ostatnich 14 dni. Należy w tym czasie regularnie podłączać opaskę sporto-

wą, aby przenieść zapisane dane do aplikacji Soehnle Connect i stosować ją przez dłuższy czas. Uruchomić aplikację Soehnle Connect. Jeśli urządzenie będzie znajdować się w pobliżu, dane zostaną automatycznie przeniesione przez *Bluetooth*® do aplikacji. Można też przesunąć ekran w dół na ekranie głównym (pulpit) aplikacji (pull to refresh). Zwrócić uwagę na to, aby *Bluetooth*® był włączony na smartfonie/tablecie. Dane zostaną przekazane i będzie można je zobaczyć w aplikacji w odpowiednich miejscach.

## Włączanie i wyłączenie Bluetooth® (tryb samolotowy)

---

Można wyłączyć *Bluetooth*® w każdym trybie, z wyjątkiem trybu godziny **(5.1)** lub trybu pomiaru pulsu **(5.2)**. W tym celu należy dotknąć i przytrzymać przycisk czujnikowy, np. w widoku kroków **(5.3)**, przez ok. 5 sek. Następnie można włączyć *Bluetooth*® przez ponowne dotknięcie przycisku. Opaska wyłączy się automatycznie po 10 sek.

Domyślnie *Bluetooth*® jest włączony i nie trzeba go najpierw włączać.

---

*Aktualne informacje o produkcie można znaleźć w Internecie na stronie [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Czyszczenie i pielęgnacja

Czyścić opaskę sportową za pomocą miękkiej, wilgotnej ścierki. Przed założeniem lub odłożeniem urządzenia do przechowywania lub naładowaniem baterii należy poczekać, aż urządzenie wyschnie całkowicie na powietrzu. Nieprawidłowe postępowanie z urządzeniem może doprowadzić do uszkodzeń. Nie stosować żadnych agresywnych środków czyszczących, szczotek z twardym włosiem ani ostrych obiektów. Mogą one uszkodzić powierzchnie. Dlatego nigdy nie należy zanurzać wyświetlacza w wodzie lub innych cieczach.

## 7. Serwis dla użytkowników

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

Infolinia: 00 800 538 38 383 (bezpłatna)  
pon. – pt., godz. 08:00 – 18:00

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Więcej informacji

Więcej informacji znajduje się na naszej stronie internetowej: [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Dane techniczne

Numer artykułu:	68118
Wersja <i>Bluetooth</i> <sup>®</sup> :	4.0
Złącze USB:	2.0 typ A
Pasma częstotliwości:	2.4 GHz
Maks. moc nadajnika:	1 mW
Typ baterii:	litowo-polimerowe
Rodzaj wyświetlacza:	OLED
Wymiary wyświetlacza:	40,5 x 11,5 mm
Stopień ochrony:	IPx4
Pamięć danych:	ok. 14 dni
Czas pracy baterii:	do ok. 10 dni
<i>(w zależności od intensywności stosowania i funkcji pulsu)</i>	

## Sisukord

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

EST

## 1. Komplekti sisu

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitnessikell)
- 1x USB-laadimisjuhe
- 1x Kasutusjuhend

## 2. Toote kirjeldus

Teie isiklik Soehnle fitnessikell Fit Connect 200 HR registreerib teie igapäevaseid tegevusi, nagu pulsisagedust, sammude arvu, läbitud vahemaad, tegevuse kestust, kulutatud kaloreid ja teie päevase liikumise eesmärgi saavutamise, toetamaks teie vormisolekut ja tervist. Unerežiimil kogutakse andmeid une kestuse ja faaside kohta. *Bluetooth*<sup>®</sup>-i kaudu kantakse teie

andmed üle teie Soehnle Connect-App rakendusse ning seal on neid võimalik analüüsida.

### 3. Märkused

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

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

**HOIATUS!** Tulekahju/plahvatuse või söövituste oht! toode sisaldab liitium-polümeer akut. Seda ei tohi maha võtta, koost lahti võtta, lõkkesse visata ega lühistada. Ärge laadige akut temperatuuril, mis

on madalam kui 5 või kõrgem kui 40 kraadi Celsiuse järgi.

**TÄHELEPANU!** Võimalikud varakahjustused! Seade on veepritsmekindel, kuid ei ole veekindel. Ärge hoidke seadet vee all.

**TÄHELEPANU!** Võimalikud varakahjustused! Ärge laske seadmehel kukkuda ja kaitske seda löökide eest. Ärge jätke seadet äärmuslike temperatuuride või suurte temperatuurikõikumiste kätte. Kaitske seadet ka otsese päikesevalguse ja tolmu eest. Ärge kasutage selle puhastamiseks tugevatoimelisi kemikaale, tugevaid või abrasiivseid puhastusvahendeid. Kaitske ekraani tugevate ja kriipivate esemete eest.

**MÄRKUS!** Otstarbekohane kasutamine Toode on mõeldud eranditult vaid erakasutuseks ja ei ole



mõeldud tööstuslikuks kasutamiseks. See ei ole meditsiiniseade.

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



### **Patareide kõrvaldamise EÜ direktiiv 2008/12/EÜ**

Patareid ja akud ei kuulu olmeprügisse. Oma vanad patareid ja akud peate te ära

andma kohaliku omavalitsuse kogumispunktidesse, või sarnaseid patareid müüvasse kohta.



### **Elektriliste ja elektroonikaseadmete kõrvaldamise EÜ direktiiv 2012/19/EL**

Seda toodet ei tohi käidelda kui tavalist olmeprügi, vaid tuleb taastootmiseks



viia elektriliste ja elektrooniliste seadmete kogumiskohta. Täpsemat infot saate kohalikust omavalitsusest, olmejäätmete kõrvaldamise firmast või kauplusest, kust te toote ostsite.



Käesolevaga kinnitab Soehnle, et see seade vastab direktiivi 2014/53/ EÜ olulistele nõuetele ja teistele asjakohastele sätetele. EL vastavusdeklaratsiooni leiate [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 4. Esmane kasutusele võtmine

### Aku laadimine

Laadige fitnessikell (**A**) enne esmast kasutuselevõtmist täielikult täis. Selleks ühendage USB-laadimisjuhe tavalisse, töötavasse USB-ühendusse ja ühendage juhe kella siseküljel olevate kontaktidega (**4.1**). Ühendus töötab magnetiga ja klõpsatab automaatselt oma kohale, kui kontaktid on õigesti kohakuti. Palun jälgige, et kell oleks laadimise ajal kindlalt paigal ning et kontaktide ühendus ei katkeks, vastasel juhul seadet ei laadita. Ekraanil (**5.1**) kuvatakse aku laadimisolek (  = täielikult laaditud/  = aku tühi).

### Soehnle Connect-App rakenduse paigaldamine



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

Täieliku funktsionaalsuse saavutamiseks paigaldage oma nutitelefonile või tahvelarvutisse tasuta Soehnle Connect-App. Rakenduste poest rakenduse leidmiseks skanneerige QR-kood. Alternatiivina leiate rakenduse oma Android™-seadme jaoks Google Play'ist või Apple®-seadme jaoks Apple App Store'ist.

Otsingu kasutamisel kasutage rakenduse õiget nime: "Soehnle Connect".

## **Esmane Soehnle Connect-App rakendusega ühendamine**

---

Aktiveerige oma nutitelefonis või tahvelarvutis *Bluetooth*<sup>®</sup> ja käivitage Soehnle Connect-App. Kui käivitate rakendust esimest korda, suunatakse teid Soehnle-seadme ühendamise protsessis automaatselt edasi.

Kui te olete Soehnle Connect-App rakendust juba enne Soehnle toodetega kasutanud, liikuge fitnessikella Soehnle Connect-App rakendusega ühendamiseks „põhimenüüsse“ ja toksake väljale „Minu

seadmed“, seejärel väljale „Seadme lisamine“. Teid juhatakse paigaldamisprotsessis automaatselt edasi.

## **Fitnessikella seadistamine**

---

Kõik teie fitnessikella seadistused saab mugavalt teha Soehnle Connect-App rakenduse kasutajaliidese kaudu. Kellaaeg ja kuupäev seadistub automaatselt vastavalt süsteemiajale pärast nutitelefoni või tahvelarvutiga ühendamist. Peale selle saate menüüs „Minu seadmed“ vastavate seadete all määrata kellaaegadele kuni viis vibroalarmi (äratuskella), unerežiimi automaatsed sisse- ja väljalülitused ning valida oma seadme kuva väljanägemise. Niipea kui olete rakenduses määranud eesmärgi oma päevas

tehtavate sammude kohta, võtab Fit Connect 200 HR selle teabe üle ning annab teile eesmärgi saavutamise viibumise kohta teada.

## Ühilduvus

---

Soehnle Connect-App ühildub Google Fit®-i ja Apple Health®-iga. Soehnle Connect-App ühildub Google Fit®-i ja Apple Health®-iga. Pärast seda, kui seadmed on andmed Soehnle Connect-App rakendusse üle kandnud, saate neid soovi korral kasutatavasse Google Fit®/Apple Health® rakendusse üle kanda. Selleks pange menüüs „Rohkem rakenduse kohta“ vastav linnuke. Võib olla vajalik, et peate Google Fit®-is/Apple Health®-is või teie nutitelefoni rakenduse

seadete all eraldi lubama Soehnle rakenduse kui allika kasutamist. Vt sellekohaseid juhiseid teiste rakenduste või oma operatsioonisüsteemi kohta.

## 5. Seade ja selle kasutamine

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

Joon.	Standardrežiim
5.1	Kellaaeg, kuupäev, aku laadimisolek
5.2	Pulsisagedus

5.3	sammulugeja*
5.4	kulutatud kalorid*
5.5	läbitud vahemaa*
5.6	tegevuse kestus tundides ja minutites*
5.7	määratud päeva eesmärk* %-des (kuva variandid)
5.8	vibroalarm (äratuskell)
5.9	sissetulevad kõned ja sõnumid
5.10	unerežiim: une kestus, une faasid

Selle fitnessikella abil on võimalik registreerida ja kuvada erinevaid andmeid. Andurnupu puudutamisega käivitub kellaaja näit kellaaja režiimis **(5.1)**. Kui puudutate andurnuppu uuesti, saab lülituda erinevatele funktsioonidele **(5.2-5.10)**, kui need on ak-

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

tiveeritud selles Soehnle Connect-App rakenduses. Seadmes olevate kuvade valiku saate teha menüüpunkti „Minu seadmed“ alt - vastava seadme juurest. Soehnle Connect-App rakenduse abil saate kasutada ka teisi funktsioone, saate oma kogutud andmeid kokku viia ja hallata.

## **Kellaaeg, kuupäev ja aku laadimisolek**

---

Kellaaja režiim **(5.1)** käivitub andurnupu puudutamisega. Siin kuvatakse ka kuupäev ja sisemise aku (patarei) laadimisolek (vt ka 3. *Aku laadimine*).

## **Päeva tegevuste näit fitnessikellal**

---

Andurnupu puudutamisega saab liikuda ka erinevate päevategevuste juurde: pulsisagedus **(5.2)**, sammud **(5.3)**, kulutatud kalorit **(5.4)** ja vahemaa kilomeetrites **(5.5)**. Teie fitnessikellal on tundlik liikumisandur, see tunneb ära sammudele iseloomuliku liikumismustri ja loeb nii sammusid. Fit Connect 200 HR kuvatav läbitud vahemaa tuleneb sammude arvust ja Soehnle Connect-App rakendusse sisestatud sammu pikkusest. Fit Connect 200 HR-is kasutatavat sammupikkust saab vajadusel Soehnle Connect-App rakenduses kohandada, vaikumisi tehaseseadistus on 70 cm.

## Pulsisageduse mõõtmine

---

Oma pulsisageduse mõõtmiseks pange fitnessikell käe peale ja lülitage pulsisageduse režiimile **(5.2)**. Hoidke andurnuppu all u 5 sekundit. Pulsisagedust mõõdetakse ja see kuvatakse vastava näiduna. Pulsi leidmine võib alguses pisut aega võtta. Pange kell otse naha peale, kuna teisiti ei ole mõõtmine võimalik. Pulsisagedust (südamelööke minutis) saate lugeda Soehnle Fit Connect 200 HR kuvalt, või kui on loodud *Bluetooth*<sup>®</sup>-ühendus Soehnle Connect-App rakendusega, siis vastavalt paneelilt reaalaja graafikuna. Seal võite määrata ka maksimaalse pulsisageduse, mille korral teeb nutitelefon teile vastavalt seadistusele heli või vibratsiooni abil hoiatuse. Lisaks sellele tuletab

fitnessikell teile sisselülitatud pulsifunktsiooni korral iga viie ja kümne sekundi järel meelde, et pulsi mõõtmine on aktiveeritud. See alarm lülitub mõne sekundi pärast automaatselt välja. Pulsifunktsiooni deaktiveerimiseks hoidke sisselülitatud pulsimõõtmise ajal andurnuppu all u 5 sekundit. Pärast nupu lahtilaskmist lülitub pulsimõõtmine välja. Pange tähele, et fitnessikell ei salvesta pulsi andmeid seadmesse. Pulsandiandmete salvestamiseks peab nt treeningute ajal olema Soehnle Connect-App rakenduse otsepaneel avatud ja fitnessikell ühendatud.

---

*pulsisageduse mõõtmine vähendab aku tööaega. Seepärast lülitage pulsifunktsioon pärast kasutamist või treeningut välja.*

---

## Unerežiim

---

Une salvestamise saab käivitada unerežiimi aktiveerimisega. Une mõõtetulemusi saab vaadata üksnes Soehnle Connect-App rakenduses. Unerežiimis ei loe seade liikumisel sammusid, vaid analüüsib une kvaliteeti liikumise andmete alusel.

### Unerežiimi aktiveerimine ----->

Unerežiimi käivitamiseks liikuge kõigepealt andurnupu abil unerežiimi kuvale **(5.10)**. Hoidke nüüd andurnuppu all u 5 sekundit. Unerežiim aktiveeritakse. Selle režiimi tunnete ära sellest, et kella koval on aktiivsed üksnes kuu sümbol ja kellaaeg.

### Unerežiimi deaktiveerimine ----->

Unerežiimi uuesti välja lülitamiseks ja ekraani aktiveerimiseks puudutage andurnuppu. Puudutage nüüd andurnuppu uuesti ja hoidke seda all u 5 sekundit. Pärast nupu lahtilaskmist unerežiim deaktiveeritakse.

### Unerežiimi automaatne sisse- ja väljalülitamine

Alternatiivina käsitsi unerežiimi kasutamisele, on võimalik aktiveerida ka unerežiimi automaatne sisse- ja väljalülitamine. Sel juhul lülitab fitnessikell unerežiimi valitud kellaaegadel sisse ja välja automaatselt. Automaase unerežiimi funktsioonid leiate Soehnle Connect-App rakendusest seadme seadete alt. Soehnle Connect-App rakenduses saate jälgida



oma igaõist une kestust, erinevaid une faase ja sügava(te) unefaasi(de) kestust.

## Teavitusfunktsioon

---

Kuva **(5.9)** ilmub ekraanile automaatselt sissetuleva kõne või SMS-i korral. Kui teie nutitelefoni tuleb telefonikõne või SMS-sõnum ning kui teie fitnessikell on leivialas (*Bluetooth*), kuvatakse ekraanil helistaja telefoninumber. Kui te olete helistaja telefoninumbri salvestanud oma nutitelefoni kontaktide alla, kuvatakse helistaja nimi. Eelduseks on seejuures, et olete Soehnle Connect-App rakendusele võimaldanud ligipääsu oma kontaktidele, telefonile ja SMS-idele. Sellekohast luba küsitakse fitnessikella sidumisel Soehnle Con-

nect-App rakendusega ja selle kasutusele võtmisel (*onboarding*). Kui te ei ole seda luba andnud, saate te seda teha tagantjärele nutitelefonis operatsioonisüsteemiga Android™, alates versioonist 6.0, tehes seadistused operatsioonisüsteemis „Rakendused“ all. Alternatiivina eemaldage seade Soehnle Connect-App rakendusest ja ka oma nutitelefoni operatsioonisüsteemi *Bluetooth*®-i menüüst (leiate selle seadete alt) ja siduge fitnessikell uuesti rakendusega (Esmane Soehnle Connect-App rakendusega ühendamine).

## Andmeedastus nutitelefoni/tahvelarvutisse

---

Teie Soehnle fitnessikellal on mälu. See säilitab 14 viimase päeva andmed. Palun ühendage fitnessikella

selle aja jooksul regulaarselt, see võimaldab salvestatud andmete edastamist Soehnle Connect-App rakendusele ja nii saab neid kauem kasutada.

Käivitage Soehnle Connect-App. Kui seade on läheduses, edastatakse andmed *Bluetooth*<sup>®</sup>-i abil rakendusse automaatselt. Või libistage põhiekraanil (esipaneelil) rakendus alla (värskendamiseks tõmmake). Jälgige, et teie nutitelefoni/tahvelarvuti *Bluetooth*<sup>®</sup> oleks aktiveeritud. Andmed kantakse nüüd üle ja vaadatavad rakenduse vastavates kohtades.

## **Bluetooth<sup>®</sup>-i sisse- ja väljalülitmine (lennurežiim)**

*Bluetooth*<sup>®</sup>-i saab välja lülitada igas režiimis, v.a kellaaja- **(5.1)** või pulsisageduse režiimis **(5.2)**. Selleks

puudutage ja hoidke andurnuppu nt sammude näidu ajal **(5.3)** u 5 sekundit all. Seejärel saate *Bluetooth*<sup>®</sup>-i nuppu uuesti puudutades uuesti sisse lülitada. Kell lülitub umbes 10 sekundi pärast automaatselt välja.

Tehase poolt on *Bluetooth*<sup>®</sup> vaikimisi aktiveeritud ning seda ei pea kõigepealt aktiveerima hakkama.

---

*Märkus: Kõige uuemat teavet oma toote kohta leiate internetist aadressil [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Puhastamine ja hooldamine

Puhastage fitnessikella pehme, niiske lapiga. Laske seadmel õhu käes täielikult ära kuivada, enne kui selle uuesti käe peale või hoiukohta panete, või enne kui hakkate akut laadima. Seadme ebaotstarbekohane kasutamine võib kaasa tuua kahjustusi. Ärge kasutage tugevatoimelisi puhastusaineid, kõvade harjastega harjasid ega teravaid esemeid. Need võivad pealispindasid kahjustada. Ärge kastke ekraani vette ega muudesse vedelikesse.

EST

## 7. Klienditeenindus

Teie küsimustele ja ettepanekutele vastab hea meelega meie klienditeenindus:

Kuum liin: (00) 800 34 34 34 (tasuta)

E-R, kl 8-18

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Lisateave

Lisateavet leiate meie veebilehelt [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Tehnilised andmed

Toote number:	68118
Bluetooth®-i versioon:	4.0
USB-ühendus:	2.0 tüüp-A
Sagedusala:	2,4 GHz
Max saatjavõimsus:	1 mW
Aku tüüp:	liitium-polümeer
Ekraani tüüp:	OLED
Ekraani mõõdud:	40,5 x 11,5 mm
Kaitseklass:	IP x 4
Mälu:	ca 14 päeva
Aku tööaeg:	kuni 10 päeva
<i>(olenevalt pulsifunktsiooni kasutamise intensiivsusest)</i>	

## Satura rādītājs

1. **Piegādes komplekts**
2. **Izstrādājuma apraksts**
3. **Norādījumi**
4. **Pirmā nodošana ekspluatācijā**
5. **Ierīce un vadība**
6. **Tīrīšana un kopšana**
7. **Patērētāju serviss**
8. **Papildu informācija**
9. **Tehniskie dati**

LV

## 1. Piegādes komplekts

- 1 x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitnesa aproce)
- 1 x USB uzlādes kabelis
- 1 x lietošanas instrukcija

## 2. Izstrādājuma apraksts

Jūsu personīgā Soehnle fitnesa aproce Fit Connect 200 HR uztver jūsu ikdienas aktivitātes, piemēram, pulsa frekvenci, soļu skaitu, veikto attālumu, aktivitātes ilgumu, kaloriju patēriņu un jūsu ikdienas kustību mērķa sasniegšanu, lai sniegtu jums atbalstu fitnesa un veselības jomās. Ar miega režīmu tiek uztverts miega ilgums, kā arī miega fāzes. Izmantojot

Bluetooth®, dati tiek nosūtīti jūsu lietotnei "Soehnle Connect", lai tajā varētu veikt šo datu analīzi.

### 3. Norādījumi

Pirms ierīces lietošanas rūpīgi izlasiet lietošanas instrukciju un turpmākos norādījumus un saglabāiet šo lietošanas instrukciju.

**BRĪDINĀJUMS!** Zīdaiņi var norīt mazas detaļas! Bērniem aizliegts rotaļāties ar šo ierīci. Glabājiet bērniem nepieejamā vietā.

**BRĪDINĀJUMS!** Ugunsgrēka/eksplozijas vai ķīmisku apdegumu risks! Šajā izstrādājumā ir litija-polimēra akumulators. To aizliegts demontēt, izjaukt, mest ūdenī vai veidot īsslēgumu. Neatstājiet akumulatoru

temperatūrā zem 5 vai virs 40 grādiem pēc Celsija.

**UZMANĪBU!** Iespējami mantiskie bojājumi! Ierīce ir aizsargāta pret ūdens šļakatām, bet tā nav ūdensizturīga. Neturiet ierīci zem ūdens.

**UZMANĪBU!** Iespējami mantiskie bojājumi! Nodrošiniet, lai ierīce nenokristu un aizsargāji to pret triecieniem. Nepakļaujiet ierīci ekstrēmas temperatūras iedarbībai vai izteiktām temperatūru svārstībām. Aizsargāji ierīci pret tiešiem saules stariem un putekļiem. Tīrīšanai neizmantoji asus ķīmiskas vielas, agresīvus vai abrazīvus tīrīšanas līdzekļus. Aizsargāji displeju pret cietiem un skrāpējošiem priekšmetiem.

**NORĀDĪJUMS!** Lietošana atbilstoši noteikumiem: Izstrādājums ir paredzēts tikai privātai, nekomerciālai lietošanai māsaimniecības. Tā nav medicīniska ierīce.

**NORĀDĪJUMS!** Ja plānojat akumulatoru nelietot ilgāku laiku, tomēr veiciet pilnīgu akumulatora izlādi ik pēc 3-6 mēnešiem, lai nodrošinātu akumulatora darbību.



**Bateriju utilizācija, EK Direktīva  
2008/12/EK**

Baterijas un akumulatorus nedrīkst izmest sadzīves atkritumos. Nododiet baterijas vai akumulatorus savas kopienas publiskās savākšanas vietās vai arī vietās, kur tiek pārdotas attiecīga veida baterijas.



**Elektrisku un elektronisku ierīču utilizācija saskaņā ar EK Direktīvu  
2012/19/ES**

Šis izstrādājums nav parasti sadzīves atkritumi, bet tas ir jānodod utilizācijai paredzētu elektrisku un elektronisku ierīču pieņemšanas punktā. Papildu informāciju jautājiēt savas apdzīvotās vietas pārvaldē, komunālajā atkritumu apsaimniekošanas uzņēmumā vai veikalā, kurā iegādājāties šo izstrādājumu.





Ar šo uzņēmums Soehnle paziņo, ka šī ierīce atbilst direktīvas 2014/53/ES pamatprasībām un pārējiem spēkā esošajiem noteikumiem. ES atbilstības deklarāciju meklējiet vietnē **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Pirmā nodošana ekspluatācijā

### Akumulatora uzlāde

---

Pirms pirmās lietošanas reizes pilnībā fitnesa aparocis **(A)** uzlādējiet akumulatoru. Lai to izdarītu, ievietojiet USB uzlādes kabeli parastā, aktīvā USB pieslēgumā un savienojiet kabeli ar kontaktiem aparocis iekšpusē **(4.1)**. Savienojums ir magnētisks un automātiski nofiksējas brīdī, kad kontakti pareizi savienojas. Lūdzu, pārlicinieties, lai aparocis uzlādes laikā būtu droši novietota un kontaktu savienojums netiktu pārtraukts - pretējā gadījumā ierīce netiks lādēta. Displejā **(5.1)** tiek rādīts akumulatora uzlā-

des līmenis (  = pilnībā uzlādēts /  = akumulators ir izlādējies).

### Lietotnes “Soehnle Connect” instalēšana

---



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

Lai nodrošinātu pilnīgu darbību, uzstādiet bezmaksas lietotni “Soehnle Connect” savā viedtālrunī vai planšetdatorā. Ieskenējiet QR kodu, lai atvērtu lietot-



ni lietotņu veikalā. Alternatīvi meklējiet lietotni savai Android™ ierīcei Google Play vai savai Apple® ierīcei - Apple App Store. Meklēšanas laikā ievērojiet precīzu lietotnes nosaukumu: "Soehnle Connect".

## **Pirmā savienošana ar lietotni "Soehnle Connect"**

Aktivizējiet savā viedtālrunī vai planšetdatorā *Bluetooth*® un ieslēdziet lietotni "Soehnle Connect". Ieslēdzot lietotni pirmo reizi, jūs automātiski tiksiet vadīts savienošanas procesa laikā ar Soehnle gala ierīci.

Ja esat jau lietojis lietotni "Soehnle Connect" ar Soehnle izstrādājumiem, lai savienotu fitnesa aproci, ieejiet lietotnes Soehnle Connect „Galvenā izvēl-

ne”, nospiediet „Manas ierīces” un pēc tam „Pievienot ierīci”. Jūs automātiski tiksiet vadīts instalācijas procesa laikā.

## **Jūsu fitnesa aprocas iestatīšana**

Visus savas fitnesa aprocas iestatījumus varat ērti veikt, izmantojot lietotnes "Soehnle Connect" darbvirsmu. Pulksteņa laiks un datums tiek iestatīts automātiski atbilstoši viedtālruna vai planšetdatora sistēmas laikam. Papildus tam izvēlnes "Manas ierīces" atbilstošajos ierīces iestatījumos varat iestatīt līdz pieciem vibrācijas signāla laikiem (modinātājiem), noteikt automātiskus miega režīma ieslēgšanās un uzslēgšanās laikus un atlasīt ierīcē attēlojamo rādī-

jumu izvēli. Iestatot lietotnē soļu dienas mērķi, Fit Connect 200 HR pārņem to, lai sasniegšanas brīdī jūs ar vibrācijas signālu par to informētu.

## **Savietojamība**

---

Lietotne "Soehnle Connect" ir savietojama ar Google Fit® un Apple Health®. Lietotne "Soehnle Connect" ir savietojama ar Google Fit® un Apple Health®. Pēc ierīču datu nosūtīšanas lietotnē "Soehnle Connect", ja vēlaties, tos iespējams automātiski pārnest atbilstoši izmantotajā lietotnē Google Fit® / Apple Health®. Lai to izdarītu, izvēlnē „Vairāk par lietotni” ievietojiet atbilstošu ķeksīti. Nepieciešamības gadījumā Google Fit® / Apple Health® vai jūsu viedtālruna lie-

totņu iestatījumos var būt nepieciešams Soehnle lietotni iestatīt kā avotu. Ņemiet vērā citu piedāvātāju lietotnes vai jūsu operētājsistēmas instrukcijas.

## 5. Ierīce un vadība

Ar Soehnle fitnesa aproci iespējams apkopot dažādus datus un daļēji to attēlot displejā. Papildu rādījumus, zīmējumus un padomus meklējiet lietotnē "Soehnle Connect". Tur varat arī izmantot papildu funkcijas, lai apvienotu un pārvaldītu savus iegūtos datus. Iestatījumus, piemēram, mērķus, vibrācijas signālu (modinātāju) u.t.t. vienmēr veiciet lietotnē.

LV

Att.	Standarta režīms
5.1	Pulksteņa laiks, datums, akumulatora uzlādes statuss
5.2	Pulsa frekvence
5.3	Soļu skaitītājs*

5.4	Kaloriju patēriņš*
5.5	Veiktais attālums*
5.6	Aktivitātes ilgums stundās un minūtēs*
5.7	Iestatītais dienas mērķis* (%) (attēlojuma varianti)
5.8	Vibrācijas signāls (modinātājs)
5.9	Saņemtie zvani un ziņas
05:10	Miega režīms: miega ilgums, gulēšanas fāzes

Ar fitnesa aproci iespējams uztvert un attēlot dažādus datus.. Pieskaroties sensora taustiņam, displeja rādījums sākas pulksteņa režīmā **(5.1)**. Atkārtoti pieskaroties sensora taustiņam, iespējams pārslēgt dažādas funkcijas **(5.2 - 5.10)**, ja tās ir aktivizētas lietotnē "Soehnle Connect". Ierīcē redzamo skatu izvēli

\* Dienas datiem automātiski pēc 24 stundām tiek atiestatītas nulles vērtības. Soļi, kalorijas u.t.t., kas ir redzami dienas laikā, tādēļ tiek skaitīti, sākot no pusnakts (plkst. 00.00).

veiciet izvēlnes "Manas ierīces" atbilstošajos ierīces iestatījumos. Izmantojot lietotni "Soehnle Connect", varat izmantot papildu funkcijas, savienot un pārvaldīt iegūtos datus.

## **Pulksteņa laiks, datums un akumulatora uzlādes statuss**

---

Pulksteņa režīms **(5.1)** tiek ieslēgts, pieskaroties sensora taustiņam. Šeit tiek attēlots arī datums, kā arī iekšējā akumulatora uzlādes līmenis (baterijas statuss) (skatiet arī 3. *Akumulatora uzlāde*).

## **Dienas aktivitāšu rādījums fitnesa aprocē**

Tā pat, pieskaroties sensora taustiņam, iespējams pārslēgt dažādas dienas aktivitātes: pulsa frekvence **(5.2)**, soļi **(5.3)**, kaloriju patēriņš **(5.4)** un attālums kilometros **(5.5)**. Jūsu fitnesa aprocē ir aprīkota ar jutīgu kustību sensoru, kas atpazīst soļiem raksturīgus kustību paraugus un skaita tos kā soļus. Attēloto veikto attālumu Fit Connect 200 HR veido no soļu skaita savienojumā ar lietotnē "Soehnle Connect" saglabāto soļa platumu. Izmantoto soļa platumu nepieciešamības gadījumā iespējams izmainīt Fit Connect 200 HR ierīces iestatījumos, izmantojot lietotni "Soehnle Connect"; soļa platums piegādes brīdī ir 70 cm.

## **Pulsa frekvences noteikšana**

---

Lai noteiktu savu pulsu, uzlieciet fitnesa aproci un ieslēdziet pulsa frekvences režīmu **(5.2)**. Turiet sensora taustiņu nospiestu apm. 5 sekundes. Tagad tiek noteikts pulss un attēlots atbilstošajā displejā. Pulsa atpazīšana sākumā var ilgt dažas sekundes. Valkājiet raidītāju tieši uz ādas, jo pretējā gadījumā mērījums nav iespējams. Nolasiet pulsa frekvenci (sirds sitienus minūtē) Soehnle Fit Connect 200 HR rādījumā vai ar izveidotu *Bluetooth*<sup>®</sup> savienojumu ar lietotni "Soehnle Connect" - atbilstošajā cilnē kā reāllaika grafiku. Tur varat arī iestatīt maksimālo pulsa frekvenci, kuru sasniedzot, jūsu savā viedtālrunī (atkarībā no iestatījumiem) saņemsit akustisku vai vibrācijas signālu. Papildus tam

fitnesa aproce ar ieslēgtu pulsa funkciju pēc piecām un 10 minūtēm ar vibrācijas signālu atgādinās, ka ir aktivizēts pulsa mērījums. Šis signāls pēc dažām sekundēm automātiski izslēdzas. Lai deaktivizētu pulsa funkciju, ar ieslēgtu pulsa mērījumu turiet apm. 5 sekundes nospiestu sensora taustiņu. Pēc atlaišanas pulsa mērījums izslēdzas. Lūdzu, ņemiet vērā, ka fitnesa aproce pulsa datus nesaglabā ierīcē. Lai pulsa datus saglabātu, piemēram, treniņu laikā lietotnē "Soehnle Connect" jābūt atvērtam reāllaika cilnei un jābūt pievienotai fitnesa aprocei.

---

***Pulsa frekvences mērījums ietekmē ierīces akumulatora darbības laiku. Tādēļ pēc lietošanas vai treniņa izslēdziet pulsa funkciju.***

---

## Miega režīms

---

Miega ierakstu varat sākt, aktivizējot miega režīmu. Miega mērījumu rezultāti tiek attēloti tikai lietotnē "Soehnle Connect". Miega režīmā ierīce kustības brīdī neskaita soļus, bet gan analizē kustību datus attiecībā pret miega kvalitāti.

### Miega režīma aktivizēšana ☀️ → 🌙 :

Lai ieslēgtu miega funkciju, vispirms, pieskaroties sensora taustiņam, atveriet miega režīma rādījumu **(5.10)**. Turiet sensora taustiņu apm. 5 sekundes. Tiek aktivizēts miega režīms. To varat atpazīt pēc tā, ka aproce aktivizē un attēlo vairs tikai rādījumu ar mēnesi un pulksteņa laiku.

### Miega režīma deaktivizēšana 🌙 → ☀️ :

Lai izslēgtu miega režīmu, pieskarieties sensora taustiņam, lai aktivizētu displeju. Atkārtoti pieskarieties sensora taustiņam un turiet to nospiestu apm. 5 sekundes. Pēc atlaišanas miega režīms tiek atkārtoti deaktivizēts.

### Miega režīma automātiska ieslēgšana un izslēgšana:

Alternatīvi manuālai miega režīma vadībai varat arī aktivizēt automātisku miega režīma ieslēgšanu un izslēgšanu. Šajā gadījumā fitnesa aproce atlasītajos pulksteņa laikos automātiski ieslēdz un izslēdz miega režīmu. Automātisko miega funkciju meklējiet lietotnes "Soehnle Connect" ierīces iestatījumu sadaļā.

Lietotnē "Soehnle Connect" varat sekot ikdienas miega ilgumam, dažādām miega fāzēm un dziļa miega fāzes (fāžu) ilgumam.

## Ziņojumu funkcijas

---

Skats **(5.9)** tiek automātiski attēlots, saņemto zvanu vai īsziņu. Saņemot savā viedtālrunī tālruņa zvanu vai īsziņu, un, ja fitnesa aproce atrodas uztveršanas zonā (*Bluetooth*), rādījumā redzams zvanītāja tālruņa numurs. Ja zvanītāja numurs ir saglabāts jūsu viedtālruņa atmiņā, ir redzams zvanītāja vārds. Priekšnoteikums tam ir, lai lietotnei "Soehnle Connect" būtu piešķirtas piekļuves tiesības kontaktiem, tālrunim un īsziņām. Par piekļuves tiesību piešķiršanu tiek uz-

dots vaicājums, savienojot fitnesa aproci ar lietotni "Soehnle Connect" ekspluatācijas uzsākšanas laikā (Onboarding). Nesniedzot šo atļauju, viedtālrunim ar operētājsistēmu Android™, (sākot no versijas 6.0) varat to piešķirt vēlāk, veiciet iestatījumus operētājsistēmas sadaļā "Lietotnes". Alternatīvi izņemiet ierīci no lietotnes "Soehnle Connect" un sava viedtālruņa *Bluetooth*® izvēlnes (meklējiet sadaļā "Iestatījumi") un pievienojiet fitnesa aproci lietotnei atkārtoti (Pirmā savienošana ar lietotni "Soehnle Connect").

## Datu pārraide uz viedtālruni / planšetdatoru

---

Jūsu Soehnle fitnesa aproce ir aprīkota ar atmiņu. Tajā tiek saglabāti pēdējo 14 dienu dati. Lūdzu, šajā

laikā regulāri savienojiet fitnesa aproci, lai saglabātos datus varētu pārraidīt lietotnei "Soehnle Connect" un izmantot tos ilgāku laiku. Ieslēdziet lietotni "Soehnle Connect". Ja ierīce atrodas tuvumā, dati automātiski tiek pārraidīti lietotnei, izmantojot *Bluetooth*®. Vai arī virziet lietotnes galveno ekrānu (info paneli) uz leju (*pull to refresh*, velciet, lai atjaunotu). Pārliecinieties, ka jūsu viedtālrunī /planšetdatorā ir aktivizēts *Bluetooth*®. Tagad dati tiek pārsūtīti un noslēgumā lietotnē ir redzami atbilstošajās sadaļās.

## **Bluetooth® izslēgšana un ieslēgšana (lidojuma režīms)**

---

*Bluetooth*® varat izslēgt jebkurā režīmā, izņemot

pulksteņa laika **(5.1)** vai pulsa frekvences režīmā **(5.2)**. Lai to izdarītu, pieskarieties un 5 sekundes turiet nospiestu, piemēram, rādījumā "Soļi" **(5.3)** sensora taustiņu. Noslēgumā, atkārtoti pieskaroties taustiņam, varat atkārtoti izslēgt vai ieslēgt *Bluetooth*®. Aproce pēc 10 sekundēm automātiski izslēdzas. Piegādes brīdī *Bluetooth*® standartizēti ir aktivizēti un to nav nepieciešams aktivizēt.

---

*Norāde: Jaunāko informāciju par savu izstrādājumu meklējiet vietnē [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---



## 6. Tīrīšana un kopšana

Tīriet fitnesa aproci ar mīkstu, mitru lupatiņu. Ļaujiet ierīcei pilnībā izžūt pirms tās atkārtotas uzlikšanas, uzglabāšanas vai akumulatora uzlādes. Neatbilstoši rīkojoties ar ierīci iespējami bojājumi. Neizmantojiet agresīvus tīrīšanas līdzekļus, sukas ar cietiem zariem vai smailus priekšmetus. Tie var sabojāt virsmas. Nekādā gadījumā negremdējiet displeju ūdenī vai citos šķidrumos.

## 7. Patērētāju serviss

Jautājumu gadījumā sazinieties ar mūsu patērētāju servisu:

Klientu apkalpošanas līnija:

00 800 538 38 383 (bezmaksas)

Pi. – Pk., plkst. 8 - 18

Internetā: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Papildu informācija

Lai iegūtu papildu informāciju, apmeklējiet mūsu vietni **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 9. Tehniskie dati

Preces numurs:	68118
Bluetooth® versija:	4.0
USB pieslēgums:	2.0 tips A
Frekvences josla:	2,4 GHz
Maks. Raidīšanas jauda:	1 mW
Akumulatora tips:	Litija-polimēra
Displeja tips:	OLED
Displeja izmēri:	40,5 x 11,5 mm
Aizsardzības klase:	IPx4
Datu atmiņa:	apm. 14 dienas
Akumulatora darbības ilgums:	līdz 10 dienām <i>(atkarībā no lietošanas intensitātes un pulsa funkcijas)</i>

## Turinys

1. Komplektas
2. Gaminio aprašymas
3. Pastabos
4. Naudojimas pirmą kartą
5. Prietaisas ir valdymas
6. Valymas ir priežiūra
7. Vartotojų aptarnavimo centras
8. Daugiau informacijos
9. Techniniai duomenys

LT

## 1. Komplektas

- 1 „Soehnle Fit Connect 200 HR“ (sveikatingumo matuoklis)
- 1 USB įkrovimo laidas
- 1 naudojimo instrukcija

## 2. Gaminio aprašymas

Jūsų asmeninis „Soehnle“ sveikatingumo matuoklis „Fit Connect 200 HR“ registruoja kasdienę Jūsų veiklą, pvz., pulso dažnį, žingsnių skaičių, nukeliautą atstumą, veiklos trukmę, suvartotas kalorijas ir, ar pasiekėte savo paros judėjimo tikslą, ir taip padeda Jums išsaugoti fizinę parengtį ir sveikatą. Miego režimu

registruojama miego trukmė ir miego fazės. Ryšiu *Bluetooth*<sup>®</sup> duomenys perduodami į Jūsų programėlę „Soehnle Connect“. Ten jie gali būti analizuojami.

### 3. Pastabos

Prieš pradėdami naudoti prietaisą, atidžiai perskaitykite naudojimo instrukciją ir toliau pateiktas pastabas. Šią naudojimo instrukciją išsaugokite.

**ISPĖJIMAS!** Nurijimo pavojus vaikams iki trejų metų! Vaikams su prietaisu žaisti draudžiama. Laikykite atokiau nuo vaikų.

**ISPĖJIMAS!** Gaisro / sprogimo arba nudeginimo pavojus! Prekėje sumontuotas ličio polimerų akumuliatorius. Jo negalima išmontuoti, ardyti, mesti į ugnį

arba trumpai sujungti. Neįkraukite akumuliatoriaus žemesnėje nei 5 °C arba aukštesnėje kaip 40 °C temperatūroje.

**DĖMESIO!** Galima materialinė žala! Prietaisas apsaugotas nuo pusrų, bet nėra nelaidus vandeniui. Nelaikykite prietaiso po vandeniu.

**DĖMESIO!** Galima materialinė žala! Neleiskite prietaisui nukristi ir saugokite jį nuo smūgių. Saugokite prietaisą nuo itin aukštos arba žemos temperatūros arba didelių temperatūros svyravimų. Taip pat saugokite prietaisą nuo tiesioginių saulės spindulių ir dulkių. Nevalykite jo stipriomis cheminėmis medžiagomis, esdinančiomis arba abrazyvinėmis valymo priemonėmis. Saugokite ekraną nuo kietų ir braižių daiktų.

**PASTABA!** Naudojimas pagal paskirtį: šis gaminys skirtas tik privačiam, nekomerciniam buitiniam naudojimui. Jis nėra medicinos prietaisas.

**PASTABA!** Jei prietaiso ilgesnį laiką nenaudotumėte, akumuliatorių vis tiek kas 3–6 mėnesius visiškai įkraukite, kad užtikrintumėte akumuliatoriaus funkcionalumą.



#### **Baterijų šalinimas, EB direktyva 2008/12/EB**

Baterijų ir akumuliatorių negalima išmesti kartu su buitineis atliekomis. Panaudotas baterijas arba akumuliatorius turite atiduoti viešosiose savo savivaldybės surinkimo vietose arba atitinkamos rūšies baterijų pardavimo vietose.



#### **Elektros ir elektroninių prietaisų šalinimas, EB direktyva 2012/19/ES**

Šio gaminio negalima tvarkyti kaip įprastinių buitinių atliekų – jį reikia atiduoti elektros ir elektroninės įrangos atliekų priėmimo perdirbti pakartotinai vietoje. Daugiau informacijos gausite iš savo savivaldybės, komunalinių atliekų šalinimo įmonių arba parduotuvės, kurioje įsigijote gaminį.



„Soehnle“ pareiškia, kad šis prietaisas atitinka esminius Direktyvos 2014/53/ES reikalavimus ir kitas atitinkamas šios direktyvos nuostatas. ES atitikties deklaraciją rasite adresu [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 4. Naudojimas pirmą kartą

### Akumulatoriaus įkrovimas

Prieš naudodami pirmą kartą, sveikatingumo matuoklį **(A)** visiškai įkraukite. Šiuo tikslu USB įkrovimo laidą įkiškite į aktyvią įprastinę USB jungtį ir sujunkite laidą su matuoklio vidinėje pusėje esančiais kontaktais **(4.1)**. Jungtis yra magnetinė ir, jei kontaktai tinkamai uždėti vienas ant kito, užsifiksuoja automatiškai. Atkreipkite dėmesį į tai, kad įkrovimo metu matuoklis būtų padėtas saugiai ir nenutrūktų kontaktų jungtis, nes kitaip prietaisas neįsikrauna. Ekране **(5.1)** rodoma akumulatoriaus įkrovimo būseną

(🔋 – visiškai įkrauta / 🔌 – akumulatorius išsekęs).

### Programėlės „Soehnle Connect“ diegimas



Android™ ≥ 6.0 • iOS\* ≥ 9.0,  
Bluetooth™ ≥ 4.0

Kad galėtumėte naudotis visomis funkcijomis, savo išmaniajame telefone arba planšetiniame kompiuteryje įdiekite nemokamą programėlę „Soehnle Connect“. Norėdami rasti šią programėlę parduotuvėje

„Appstore“, nuskenaukite QR kodą. Savo „Android™“ prietaisui skirtą programėlę taip pat galite rasti parduotuvėje „Google Play“, o „Apple®“ prietaisui skirtą programėlę – parduotuvėje „Apple App Store“. Ieškodami atkreipkite dėmesį į tai, kad programėlė vadintųsi tiksliai „Soehnle Connect“.

## **Pirmasis jungimasis prie programėlės „Soehnle Connect“**

---

Savo išmaniajame telefone arba planšetiniame kompiuteryje suaktyvinkite ryšį *Bluetooth®* ir įjunkite programėlę „Soehnle Connect“. Įjungę programėlę pirmą kartą, automatiškai gausite „Soehnle“ prietaiso prijungimo nurodymus.

Jei programėlę „Soehnle Connect“ jau esate naudoję su „Soehnle“ gaminiais, norėdami prijungti sveikatingumo matuoklį, nueikite į programėlės „Soehnle Connect“ pagrindinį meniu, spustelėkite „Mano prietaisai“, tada – „Pridėti prietaisą“. Automatiškai gausite diegimo nurodymus.

## **Sveikatingumo matuoklio nustatymas**

---

Visus sveikatingumo matuoklio nustatymus galima patogiai atlikti naudojantis programėlės „Soehnle Connect“ naudotojo sąsaja. Laikas ir data prijungus nustatomi automatiškai pagal išmaniojo telefono arba planšetinio kompiuterio sistemos laiką. Be to, meniu „Mano prietaisai“ pasirinkdami

atitinkamas prietaiso nuostatas, galite nustatyti iki penkių vibracinių signalų (žadintuvų) laikus, nustatyti automatinio miego režimo įjungimo ir išjungimo laikus ir pasirinkti prietaise rodytinus rodinčius. Jei programėlėje esate nustatę tikslinį paros žingsnių skaičių, ji „Fit Connect 200 HR“ perima, kad vibraciniu signalu Jums nurodytų, kai šį tikslą pasiekiate.

## **Suderinamumas**

---

Programėlė „Soehnle Connect“ yra suderinama su „Google Fit“ ir „Apple Health“. Programėlė „Soehnle Connect“ yra suderinama su „Google Fit“ ir „Apple Health“. Kai prietaisai perduoda duomenis į programėlę „Soehnle Connect“, pageidaujant

šie duomenys gali būti automatiškai perduodami į atitinkamas naudojamas programėles „Google Fit“ ir (arba) „Apple Health“. Jei to pageidaujate, meniu „Daugiau apie programėlę“ uždėkite atitinkamą varnelę. Tam tikromis aplinkybėmis programėlėse „Google Fit“ ir (arba) „Apple Health“ arba išmaniojo telefono programėlių nuostatose gali prireikti leisti naudoti programėlę „Soehnle“ kaip šaltinį. Šiuo atžvilgiu skaitykite kitų gamintojų programėlių ir (arba) savo operacinės sistemos instrukcijas.



## 5. Prietaisas ir valdymas

„Soehnle“ sveikatingumo matuokliu gali būti registruojami ir iš dalies tiesiogiai ekrane rodomi įvairūs duomenys. Daugiau rodinių, grafinių vaizdų ir patarimų rasite programėlėje „Soehnle Connect“. Joje taip pat galite naudotis kitomis funkcijomis, susieti užregistruotus savo duomenis vienus su kitais ir juos tvarkyti. Tikslų, vibracinio signalo (žadintuvo) ir kitus nustatymus visada reikia atlikti programėlėje.

LT

Pav.	Standartinis režimas
5.1	Laikas, data, akumuliatoriaus įkrovimo būseną
5.2	Pulso dažnis

5.3	Žingsnių skaitiklis*
5.4	Suvaltos kalorijos*
5.5	Nukeliautas atstumas*
5.6	Veiklos trukmė valandomis ir minutėmis*
5.7	Nusistatytas paros tikslas* procentais (rodymo variantai)
5.8	Vibracinis signalas (žadintuvas)
5.9	Gaunami skambučiai ir pranešimai
5.10	Miego režimas: miego trukmė, miego fazės

Sveikatingumo matuokliu galima registruoti ir rodyti įvairius duomenis. Palietus jutiklio mygtuką, įsijungia ekrano laikrodžio režimo rodinys **(5.1)**. Palietus jutiklio mygtuką dar kartą, galima įjungti įvairias funkcijas **(5.2–5.10)**, jei jos suaktyvintos programė-

\*Paros duomenys kasdien 24.00 val. automatiškai anuliuojami. Todėl žingsniai, kalorijos ir pan. duomenys, kuriuos galima matyti per parą, pradedami skaičiuoti nuo 0.00 val.

lėje „Soehnle Connect“. Prietaise rodytinus rodinius galite pasirinkti meniu „Mano prietaisai“ atlikdami atitinkamus prietaiso nustatymus. Programėlėje „Soehnle Connect“ galite naudotis kitomis funkcijomis, susieti užregistruotus savo duomenis vienus su kitais ir juos tvarkyti.

### Laikas, data ir akumuliatoriaus įkrovimo būseną

Laikrodžio režimas **(5.1)** įjungiamas palietus jutiklio mygtuką. Šiuo režimu taip pat rodoma data ir vidinio akumuliatoriaus įkrovimo būseną (baterijos būseną) (taip pat žr. 3 skirsnį *Akumuliatoriaus įkrovimas*).

### Sveikatingumo matuoklio paros veiklos rodinys

Liečiant jutiklio mygtuką, taip pat galima įjungti rodyti įvairią paros veiklą: pulso dažnį **(5.2)**, žingsnius **(5.3)**, suvartotas kalorijas **(5.4)** ir atstumą kilometrais **(5.5)**. Jūsų sveikatingumo matuoklyje įrengtas jautrus judėjimo jutiklis. Šis jutiklis atpažįsta tipinius žingsnio judesius ir skaičiuoja juos kaip žingsnius. Rodomą nukeliautą atstumą „Fit Connect 200 HR“ apskaičiuoja pagal žingsnių skaičių ir programėlėje „Soehnle Connect“ nurodytą žingsnio plotį. Naudojamą žingsnio plotį prireikus galima pritaikyti programėlėje „Soehnle Connect“ pasirenkant prietaiso „Fit Connect 200 HR“ nuostatas; iš anksto nustatytas žingsnio plotis yra 70 cm.

## Pulso dažnio nustatymas

---

Norėdami nustatyti savo pulso dažnį, užsisekite sveikatingumo matuoklį ir įjunkite pulso dažnio režimą **(5.2)**. Laikykite jutiklio mygtuką paliestą apie 5 sekundes. Dabar pulsas nustatomas ir rodomas atitinkamame ekrane. Pulso atpažinimas iš pradžių gali užtrukti kelias sekundes. Nešiokite matuoklį tiesiai ant odos, nes kitaip negalima atlikti matavimo. Pulso dažnį (širdies dūžių skaičių per minutę) galite matyti „Soehnle Fit Connect 200 HR“ rodytyje arba, jei veikia ryšys *Bluetooth*<sup>®</sup> – programėle „Soehnle Connect“ atitinkamame langelyje kaip tikralaikį grafinį vaizdą. Joje taip pat galite nustatyti didžiausią pulso dažnį, kurį nustačius Jūsų išmanusis telefonas, atsižvelgiant

į prietaiso nuostatas, Jus įspėtų akustiniu signalu arba vibruodamas. Be to, jei įjungta pulso funkcija, sveikatingumo matuoklis po penkių ir 10 minučių vibraciniu signalu Jums primena, kad yra suaktyvintas pulso matavimas. Šis signalas po kelių sekundžių išsijungia automatiškai. Jei pulso matavimas yra įjungtas, bet pulso funkciją norite išaktyvinti, palaikykite jutiklio mygtuką paspaustą maždaug 5 sekundes. Jį atleidus, pulso matavimas išjungiamas. Atkreipkite dėmesį į tai, kad sveikatingumo matuoklis pulso duomenų prietaise neįrašo. Kad būtų galima įrašyti pulso duomenis, pvz., per treniruotės vienetus programėlėje „Soehnle Connect“ turi būti atvertas tiesioginis langelis ir turi būti prijungtas sveikatingumo matuoklis.

---

*Pulso dažnio matavimas sutrumpina prietaiso akumulatoriaus naudojimo trukmę. Todėl panaudoję pulso funkciją arba po treniruotės pulso funkciją išjunkite.*

---

## Miego režimas

---

Miego registravimą reikia įjungti suaktyvinant miego režimą. Miego matavimo rezultatai rodomi tik programėlėje „Soehnle Connect“. Miego režimu prietaisas sujudėjus, užuot skaičiavęs žingsnius, analizuoja judėjimo duomenis miego kokybės atžvilgiu.

### **Miego režimo ☀️ -----> 🌙 suaktyvinimas:**

jei norite suaktyvinti miego funkciją, paliesdami jutiklio mygtuką pirmiausia pereikite į miego režimo rodinį **(5.10)**. Dabar laikykite jutiklio mygtuką paliestą apie 5 sekundes. Miego režimas suaktyvinamas. Tai atpažinsite pagal tai, kad suaktyvinamas ir rodomas tik matuoklio rodinys, kuriame matyti mėnulis ir laikas.

### **Miego režimo 🌙 -----> ☀️ išaktyvinimas:**

norėdami miego režimą vėl išjungti, palieskite jutiklio mygtuką, kad suaktyvintumėte ekraną. Tada dar kartą palieskite jutiklio mygtuką ir laikykite jį paliestą maždaug 5 sekundes. Jį atleidus, miego režimas vėl išaktyvinamas.

## Automatinis miego režimo įjungimas ir išjungimas:

miego režimą galite įjungti ne tik rankiniu būdu – taip pat galite suaktyvinti automatinį miego funkcijos įjungimą ir išjungimą. Jį suaktyvinus, sveikatingumo matuoklis miego režimą pasirinktu laiku įjungia ir išjungia automatiškai. Automatinę miego funkciją rasite programėlės „Soehnle Connect“ prietaiso nuostatose. Programėlėje „Soehnle Connect“ galite matyti kasdienę miego trukmę, įvairias miego fazes ir kietojo miego fazės (-ių) trukmę (-es).

## Pranešimo funkcijos

---

Jei Jums skambina arba gaunate SMS, automatiškai rodomas rodinys **(5.9)**. Jei Jums skambina į Jūsų išmanųjį telefoną arba juo gaunate SMS žinutę ir sveikatingumo matuoklis yra (ryšio *Bluetooth*) aprėpties zonoje, rodinyje rodomas skambinančiojo numeris. Jei skambinančiojo numerį esate įrašę į savo išmaniojo telefono telefonų knygėlę, rodomas skambinančiojo vardas. Kad jį būtų galima rodyti, programėlei „Soehnle Connect“ turite būti suteikę teisę naudoti adresatus, telefoną ir SMS. Šios teisės aiškiai reikalaujama kaip leidimo, kai sveikatingumo matuoklis, jį pradėdant naudoti, įtraukiamas į programėlę „Soehnle Connect“. Jei to nesate leidę, išmaniuosiuo-

se telefonuose, kuriuose įdiegta 6.0 arba vėlesnės versijos operacinė sistema „Android“™, leidimą galite suteikti operacinės sistemos nuostatų skyriuje „Programėlės“. Arba galite rinktis kitą būdą, t. y. dar kartą pašalinti prietaisą iš programėlės „Soehnle Connect“ ir iš savo išmaniojo telefono *Bluetooth*® meniu (jį rasite nuostatose) ir vėl įtraukti sveikatingumo matuoklį į programėlę (pirmasis jungimasis prie programėlės „Soehnle Connect“).

## **Duomenų perdavimas į išmanųjį telefoną ir (arba) planšetinį kompiuterį**

---

Jūsų „Soehnle“ sveikatingumo matuoklyje įdiegta atmintinė. Joje saugomi pastarųjų 14 parų duomenys.

Per šį laikotarpį reguliariai prijunkite sveikatingumo matuoklį prie programėlės „Soehnle Connect“, kad įrašyti duomenys būtų į ją perduoti ir sveikatingumo matuokliu galėtumėte naudotis ilgiau.

Įjunkite programėlę „Soehnle Connect“. Jei prietaisas yra netoliese, duomenys ryšiu *Bluetooth*® į programėlę perduodami automatiškai. Taip pat galite programėlės pagrindiniame ekrane (reikmenų skydelyje) braukti į apačią (traukti, kad atnaujintumėte). Atkreipkite dėmesį į tai, kad Jūsų išmaniajame telefone ir (arba) planšetiniame kompiuteryje būtų suaktyvintas ryšys *Bluetooth*®. Dabar duomenys perduodami ir paskui juos galima matyti atitinkamose programėlės srityse.

## Ryšio „Bluetooth®“ išjungimas ir įjungimas (skrydžio režimas)

---

Ryšį *Bluetooth*® galite išjungti kiekviename režime, išskyrus laikrodžio **(5.1)** arba pulso dažnio režimą **(5.2)**. Šiuo tikslu, pvz., žingsnių rodyneje **(5.3)**, palieskite ir maždaug 5 sekundes laikykite palietą jutiklio mygtuką. Paskui, šį mygtuką vėl paliesdami, ryšį *Bluetooth*® galite išjungti arba įjungti. Matuoklis po 10 sekundžių išsijungia automatiškai. Pagal išankstines standartines nuostatas ryšys *Bluetooth*® yra suaktyvintas ir jo nereikia pirmiausia suaktyvinti.

---

*Atitinkamą naujausią informaciją apie savo gaminį rasite internete adresu [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Valymas ir priežiūra

Sveikatingumo matuoklį valykite minkštu, drėgnu skudurėliu. Prieš vėl užsisegdami prietaisą, prieš padėdami jį laikyti arba prieš įkraudami akumuliatorių, palikite prietaisą visiškai išdžiūti ore. Netinkamai elgiantis su prietaisu, jį galima pažeisti. Nenaudokite šerdinančių valymo priemonių, šepetčių su kietais šeriais arba aštrių daiktų. Jie gali pažeisti paviršius. Nenardinkite ekrano į vandenį arba kitus skysčius.

## 7. Vartotojų aptarnavimo centras

Jei turite klausimų ir pastabų, mielai galite kreiptis į mūsų vartotojų aptarnavimo centrą naudodamiesi toliau pateikta informacija.

Karštoji linija 00 800 538 38 383 (nemokamai)

Pr–Pn 8.00–18.00 val.

Internetas soehnle.com

## 8. Daugiau informacijos

Daugiau informacijos rasite apsilankę mūsų interneto svetainėje **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 9. Techniniai duomenys

Prekės numeris –	68118
<i>Bluetooth</i> ® versija –	4.0
USB jungtis –	2.0, A tipo
Dažnių juosta –	2,4 GHz
Didžiausioji siuntimo galia –	1 mW
Baterijos tipas –	ličio polimerų
Ekranas tipas –	OLED
Ekranas matmenys –	40,5 x 11,5 mm
Apsaugos klasė –	IPx4
Duomenų atmintinė –	apie 14 parų
Akumuliatoriaus naudojimo trukmė iki 10 parų <i>(atsižvelgiant į naudojimo intensyvumą ir pulso funkciją)</i>	



## Cuprins

1. Pachetul de livrare
2. Descrierea produsului
3. Indicații
4. Prima punere în funcțiune
5. Dispozitiv și operare
6. Curățare și îngrijire
7. Service pentru consumatori
8. Alte informații
9. Specificații tehnice

## 1. Pachetul de livrare

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitness tracker)
- 1x Cablu de încărcare USB
- 1x Instrucțiuni de utilizare

## 2. Descrierea produsului

Fitness tracker-ul dumneavoastră personal Fit Connect 200 HR înregistrează activitățile dumneavoastră zilnice, cum ar fi frecvența pulsului, numărul de pași, distanța parcursă, durata activităților, consumul de calorii și atingerea obiectivelor zilnice de mișcare, pentru a vă sprijini în aspecte ce țin de fitness și sănătate. Cu modul pentru somn se înregistrează durata

somnului precum și ciclurile de somn. Datele dumneavoastră sunt transferate prin *Bluetooth*® către aplicația Soehnle Connect și pot fi analizate în aplicație.

### 3. Indicații

Citiți instrucțiunile de utilizare și indicațiile de mai jos cu atenție, înainte de a utiliza dispozitivul și păstrați aceste instrucțiuni de utilizare.

**AVERTISMENT!** Pericol de înghițire de către copiii mici! Copiii nu trebuie să se joace cu dispozitivul. Păstrați dispozitivul la distanță de copii.

**AVERTISMENT!** Pericol de incendiu/explozie sau arsuri! Produsul include un acumulator Li-polimer. Acumulatorul nu trebuie scos, desfăcut, aruncat în

foc sau scurtcircuitat. Nu încărcăți acumulatorul la temperaturi sub 5 sau peste 40 grade Celsius.

**ATENȚIE!** Se pot produce pagube materiale! Dispozitivul este protejat împotriva stropilor de apă dar nu este etanș la apă. Nu țineți dispozitivul sub apă.

**ATENȚIE!** Se pot produce pagube materiale! Nu lăsați dispozitivul să cadă și protejați-l de lovituri. Nu expuneți dispozitivul la temperaturi extreme sau la oscilații puternice de temperatură. Protejați dispozitivul de lumină solară directă și de praf. Nu folosiți la curățare substanțe chimice puternice sau detergenți agresivi ori abrazivi. Protejați ecranul de obiecte dure și abrazive.

**INDICAȚIE!** Utilizare conformă cu destinația: Produsul este de uz casnic, destinat exclusiv utilizării per-

sonale, necomerciale. Acesta nu este un dispozitiv medical.

**INDICAȚIE!** Dacă dispozitivul rămâne neutilizat pentru o perioadă mai îndelungată, încărcați totuși acumulatorul complet o dată la 3-6 luni pentru ca acesta să își păstreze funcționalitatea.



**Eliminarea la deșeurile a bateriilor  
Directiva UE 2008/12/CE**

Bateriile și acumulatorii nu se aruncă în gunoiul menajer. Bateriile sau acumulatorii vechi se predau la punctele publice de colectare din comunitatea dumneavoastră sau în locurile unde se comercializează baterii de tipul respectiv.



**Eliminarea la deșeurile a dispozitivelor  
electrice și electronice Directiva CE  
2012/19/UE**

Acest produs nu se va trata ca deșeu menajer obișnuit, ci se va preda la un punct de colectare pentru reciclarea aparatelor electrice și electronice. Pentru mai multe informații, luați legătura cu autoritățile locale, cu serviciul municipal de salubritate sau cu magazinul de unde ați cumpărat produsul.





Prin prezenta Soehnle declară că acest dispozitiv este conform cu cerințele principale și restul prevederilor aplicabile ale Directivei 2014/53/UE. Declarația de conformitate UE se regăsește la adresa **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Prima punere în funcțiune

### Încărcarea acumulatorului

---

Înainte de prima utilizare, încărcați complet fitness tracker-ul **(A)**. Pentru aceasta, introduceți cablul de încărcare USB într-un port USB obișnuit activ și conectați cablul cu contactele pe partea interioară a tracker-ului **(4.1)**. Conexiunea este magnetică și se fixează automat atunci când contactele sunt suprapuse corect. Asigurați-vă că tracker-ul are o poziție stabilă în timpul procesului de încărcare și că nu se întrerupe conexiunea contactelor deoarece în caz contrar dispozitivul nu se va încărca. Pe ecran **(5.1)**

se afișează nivelul de încărcare a acumulatorului (  = complet încărcat/  = acumulator descărcat).

### Instalarea aplicației Soehnle Connect

---



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

Pentru o funcționalitate completă, instalați aplicația gratuită Soehnle Connect pe smartphone-ul sau tableta dumneavoastră. Scanați codul QR pentru a

accesa aplicația din Appstore. Aveți și posibilitatea de a găsi aplicația pentru dispozitivul dumneavoastră Android™ în Google Play sau pentru dispozitivul dumneavoastră Apple® în Apple App Store. Când căutați aplicația, atenție la denumirea exactă a acesteia: „Soehnle Connect”.

## **Prima conectare cu aplicația Soehnle Connect**

Activați *Bluetooth*® pe smartphone-ul sau tableta dumneavoastră și porniți aplicația Soehnle Connect. Când porniți aplicația pentru prima dată, veți fi ghidat automat prin procesul de conectare a unui dispozitiv Soehnle.

Dacă ați utilizat deja aplicația Soehnle Connect cu

produse Soehnle, pentru a conecta fitness tracker-ul mergeți în aplicația Soehnle Connect în „Hauptmenü” („Meniul principal”), și apăsați pe „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”) și apoi pe „Gerät hinzufügen” („Adăugare dispozitiv”). Veți fi ghidat automat prin procesul de instalare.

## **Configurarea fitness tracker-ului dumneavoastră**

Toate setările fitness tracker-ului dumneavoastră se realizează confortabil din interfața pentru utilizator a aplicației Soehnle Connect. Ora și data se setează automat după conectare, în funcție de ora de sistem a smartphone-ului sau a tabletei. În plus, în meniul „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”) din setările co-

respunzătoare ale dispozitivului, puteți defini orele pentru până la cinci alarme cu vibrații (alarme), ora de activare și dezactivare automată a modului pentru somn și puteți selecta vizualizările care se vor afișa pe dispozitiv. Dacă ați setat în aplicație un obiectiv zilnic pentru numărul de pași, atunci Fit Connect 200 HR îl va prelua pentru a vă notifica de realizarea acestuia prin alarma cu vibrații.

## **Compatibilitate**

---

Aplicația Soehnle Connect este compatibilă cu Google Fit® și Apple Health®. Aplicația Soehnle Connect este compatibilă cu Google Fit® și Apple Health®. După ce dispozitivele au transferat datele în

aplicația Soehnle Connect, acestea se pot copia automat, dacă se dorește, în aplicația folosită, respectiv Google Fit®/Apple Health®. Bifați rubrica aferentă în meniul „Mehr zur App” („Mai multe despre aplicație”). S-ar putea să fie necesar să permiteți utilizarea aplicației Soehnle ca sursă în Google Fit® / Apple Health® sau în setările de aplicație de pe smartphone-ul dumneavoastră. Consultați în acest scop instrucțiunile de utilizare ale aplicației respective sau ale sistemului dumneavoastră de operare.

## 5. Dispozitiv și operare

Cu fitness tracker-ul Soehnle se pot înregistra diferite tipuri de date și acestea se pot afișa parțial direct pe ecran. În aplicația Soehnle Connect veți regăsi și alte afișaje, grafice și sfaturi. Tot în aplicație puteți utiliza și alte funcții și puteți combina și administra datele dumneavoastră înregistrate. Setările pentru obiective, alarma cu vibrații (alarmă) și altele trebuie să fie efectuate întotdeauna în aplicație.

Fig.	Modul standard
5.1	Oră, dată, nivel de încărcare acumulator
5.2	Frecvență puls

5.3	Contor de pași*
5.4	Consum de calorii*
5.5	Distanță parcursă*
5.6	Durată activitate în ore și min.*
5.7	Obiectiv zilnic setat* în % (variante de reprezentare)
5.8	Alarmă cu vibrații (alarmă)
5.9	Apeluri și mesaje primite
5.10	Modul pentru somn: durata somnului, ciclurile de somn

Cu fitness tracker-ul se pot înregistra și afișa diferite tipuri de date. Prin atingerea butonului senzor, afișajul de pe ecran se deschide în modul ceas (5.1). Dacă butonul senzor se atinge din nou, se pot comuta diferitele funcții (5.2-5.10), cu condiția ca

\* Datele aferente zilei se vor reseta automat la zero la ora 24. Din acest motiv pașii, kaloriile etc. ce se pot vedea în cursul zilei se numără începând cu ora 0 a zilei.

acestea să fie activate în aplicația Soehnle Connect. Din meniul „Meine Geräte” („Dispozitivele mele”) puteți selecta vizualizările care se afișează pe dispozitiv, din setările corespunzătoare ale dispozitivului. Din aplicația Soehnle Connect puteți utiliza și alte funcții, vă puteți combina și administra datele.

### **Oră, dată și nivel de încărcare acumulator**

Modul ceas **(5.1)** se inițializează prin apăsarea butonului senzor. Aici se afișează și data, precum și nivelul de încărcare al acumulatorului intern (starea bateriei) (consultați și secțiunea 3. *Încărcarea acumulatorului*).

### **Afișarea activităților zilnice pe fitness tracker**

Tot prin atingerea butonului senzor se poate comuta între diferitele activități zilnice frecvența pulsului **(5.2)**, pași **(5.3)**, consum de calorii **(5.4)** și distanță în kilometri **(5.5)**. Fitness tracker-ul dumneavoastră are un senzor de mișcare sensibil care detectează un model de mișcare tipic pentru pași și contorizează mișcările respective drept pași. La Fit Connect 200 HR, distanța parcursă afișată rezultă din numărul de pași corelat cu lungimea pasului specificată în aplicația Soehnle Connect. Dacă este necesar, lungimea pasului utilizată se poate ajusta în setările dispozitivului Fit Connect 200 HR în aplicația Soehnle Connect, la livrarea dispozitivului lungimea inițială a pasului este de 70 cm.



## **Determinarea frecvenței pulsului**

---

Pentru a vă afla pulsul, puneți fitness tracker-ul și comutați în modul pentru frecvența pulsului **(5.2)**. Mențineți butonul senzor apăsat pentru aproximativ 5 secunde. Pulsul este acum determinat și se afișează pe ecranul corespunzător. Detectarea pulsului poate dura inițial câteva secunde. Purtați tracker-ul direct pe piele, deoarece altfel nu este posibilă măsurarea. Puteți citi frecvența pulsului (bătăi de inimă pe minut) pe afișajul dispozitivului Soehnle Fit Connect 200 HR sau, dacă este realizată conexiunea *Bluetooth*® cu aplicația Soehnle Connect, în rubrica aferentă, sub forma unui grafic în timp real. Acolo puteți seta de asemenea o frecvență maximă a pul-

sului la atingerea căreia puteți fi avertizat de smartphone, acustic sau prin vibrații, în funcție de setările dispozitivului. În plus, dacă funcția pentru puls este pornită, fitness tracker-ul vă reamintește după cinci și 10 minute prin alarma cu vibrații că funcția de măsurare a pulsului este activată. Această alarmă se oprește singură după câteva secunde. Pentru dezactivarea funcției pentru puls, mențineți butonul senzor apăsat pentru aproximativ 5 secunde, atunci când măsurarea pulsului este activată. Măsurarea pulsului se oprește după eliberarea butonului. Rețineți că fitness tracker-ul nu salvează informațiile despre puls pe dispozitiv. Pentru a memora datele despre puls, trebuie ca rubrica Live din aplicația Soehnle Connect să fie deschisă în timpul unităților de

antrenament de exemplu și fitness tracker-ul trebuie să fie conectat cu aplicația.

---

*Măsurarea frecvenței pulsului afectează nivelul de încărcare a acumulatorului. După utilizare sau antrenament închideți funcția pentru puls.*

---

## **Modul pentru somn**

---

Înregistrarea somnului trebuie să fie pornită prin activarea modului pentru somn. Rezultatele măsurătorilor pentru somn se afișează doar în aplicația Soehnle Connect. În modul pentru somn dispozitivul nu contorizează pași pentru mișcărilor detectate

ci analizează datele despre mișcare în relație cu calitatea somnului.

### **Activarea modului pentru somn ..... :**

Pentru a porni funcția pentru somn, trebuie să realizați întâi, prin atingerea butonului senzor, comutarea în afișajul modului pentru somn **(5.10)**. Mențineți acum butonul senzor apăsat pentru aproximativ 5 secunde. Modul pentru somn este activat. Activarea modului pentru somn o recunoașteți prin faptul că tracker-ul nu mai afișează decât o lună și activează și afișează ora.

### **Dezactivarea modului pentru somn ..... :**

Pentru a dezactiva din nou modul pentru somn,

atingeți butonul senzor pentru activarea ecranului. Atingeți acum din nou butonul senzor și mențineți-l apăsat pentru aproximativ 5 secunde. După eliberarea butonului, modul pentru somn este din nou dezactivat.

### **Activarea și dezactivarea automată a modului pentru somn:**

Ca alternativă la comutarea manuală a modului pentru somn, puteți seta și o activare și dezactivare automată a funcției pentru somn. În această situație fitness tracker-ul activează și dezactivează automat modul pentru somn la orele setate. Funcția automată pentru somn o regăsiți în aplicația Soehnle Connect la setările dispozitivului.

În aplicația Soehnle Connect puteți urmări durata zilnică a somnului, diferitele cicluri de somn și durata perioadei (perioadelor) de somn profund.

### **Funcții de notificare**

---

Vizualizarea **(5.9)** se afișează automat la primirea unui apel sau SMS. Dacă primiți pe smartphone-ul dumneavoastră un apel telefonic sau un SMS și fitness tracker-ul se regăsește în raza de acțiune (*Bluetooth*), atunci se va afișa numărul apelului primit. Dacă numărul apelantului este salvat în agenda telefonică a smartphone-ului dumneavoastră, atunci se va afișa numele apelantului. Pentru ca acest lucru să fie posibil, trebuie să permiteți aplicației Soehnle Connect să

aceseze contactele, telefonul și SMS-urile dumneavoastră. Această permisiune este solicitată explicit la adăugarea fitness tracker-ului în aplicația Soehnle Connect, în timpul procesului de punere în funcțiune (onboarding). Dacă nu ați permis acest lucru, în cazul smartphone-urilor cu sistem de operare Android™, de la versiunea 6.0 încolo, puteți acorda permisiunea ulterior din setările sistemului de operare, la „Apps”. Puteți de asemenea și să eliminați dispozitivul din nou din aplicația Soehnle Connect și din meniul de *Bluetooth*® al sistemului de operare de pe smartphone-ul dumneavoastră (se regăsește în setări) și apoi să readăugați fitness tracker-ul în aplicație (prima conexiune cu Soehnle Connect).

## **Transferul de date la smartphone/tabletă**

Fitness tracker-ul dumneavoastră Soehnle are o memorie. Aceasta memorează datele din ultimele 14 zile. Conectați în acest interval fitness tracker-ul la intervale regulate, pentru transmiterea datelor la aplicația Soehnle Connect și pentru a le utiliza pentru un timp mai îndelungat. Porniți aplicația Soehnle Connect. Dacă dispozitivul se regăsește în apropiere, datele se transferă automat prin *Bluetooth*® către aplicație. Sau puteți trage în jos de pe ecranul principal (dashboard) al aplicației (pull to refresh). Asigurați-vă că *Bluetooth*® este activat pe smartphone-ul/tableta dumneavoastră. Acum datele se vor transfera și apoi se vor putea consulta în aplicație, în rubricile aferente.

## Activare și dezactivare Bluetooth® (mod avion)

Puteți dezactiva *Bluetooth*® în orice mod, mai puțin în modul ceas **(5.1)** sau în modul pentru frecvența pulsului **(5.2)**. Pentru aceasta, atingeți și mențineți apăsat butonul senzor pentru aproximativ 5 sec, de exemplu în vizualizarea pași **(5.3)**. Puteți apoi dezactiva sau activa *Bluetooth*® printr-o nouă atingere a butonului. După 10 sec. tracker-ul se dezactivează automat.

La livrare *Bluetooth*® este activat în mod standard și nu este necesară o primă activare.

RO

---

*Cele mai noi informații despre produsul dumneavoastră le găsiți pe internet la [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Curățare și îngrijire

Curățați fitness tracker-ul cu lavetă moale și umedă. Permiteți dispozitivului să se usuce complet la aer înainte de a-l purta din nou, de a-l depozita sau de a încărca acumulatorul. O manipulare necorespunzătoare a dispozitivului îl poate deteriora. Nu utilizați detergenți agresivi, perii cu peri aspri sau obiecte ascuțite. Acestea îi pot deteriora suprafața. Nu imersați ecranul în apă sau în alte lichide.

## 7. Service pentru consumatori

Dacă aveți întrebări sau sugestii, service-ul nostru pentru consumatori vă stă cu plăcere la dispoziție:

Hotline: 00 800 538 38 383 (gratuit)

Lu – Vi, între orele 8 – 18

Pagină de internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Alte informații

Pentru mai multe informații vizitați pagina noastră de internet [www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Specificații tehnice

Număr articol:	68118
Versiune <i>Bluetooth</i> <sup>®</sup> :	4.0
Conexiune USB:	2.0 tip A
Domeniu de frecvență:	2,4 GHz
Putere maximă de emisie:	1 mW
Tip baterie:	Li-polimer
Tip ecran:	OLED
Dimensiuni ecran:	40,5 x 11,5 mm
Clasa de protecție:	IPx4
Memorie date:	cca 14 zile
Durată de utilizare acumulator:	până la 10 zile <i>(în funcție de intensitatea de utilizare și funcția pentru puls)</i>

## Kazalo vsebine

1. Vsebina pošiljke
2. Opis izdelka
3. Napotki
4. Prva uporaba
5. Naprava in upravljanje
6. Čiščenje in nega
7. Služba za pomoč strankam
8. Dodatne informacije
9. Tehnični podatki

## 1. Vsebina pošiljke

- 1 x Soehnle Fit Connect 200 HR (sledilnik aktivnosti)
- 1 x polnilni kabel USB
- 1 x navodila za uporabo

## 2. Opis izdelka

Vaš osebni sledilnik aktivnosti Soehnle Fit Connect 200 HR beleži vaše dnevne aktivnosti, kot so srčni utrip, število korakov, razdalja, trajanje aktivnosti, porabljene kalorije in doseganje vašega dnevnega cilja gibanja, s čimer vam pomaga pri ohranjanju dobre kondicije in zdravja. Z načinom spanja se beleži tako trajanje spanja kot tudi faze spanja. S

funkcijo *Bluetooth*<sup>®</sup> se podatki prenesejo v aplikacijo Soehnle Connect, kjer jih lahko ovrednotite.

### 3. Napotki

Preden uporabite napravo, skrbno preberite navodila za uporabo in naslednje napotke ter jih shranite.

**OPOZORILO!** Majhni otroci lahko pogoltnejo majhne dele izdelka! Otroci se ne smejo igrati z napravo. Izdelek shranjujte nedostopno otrokom.

**OPOZORILO!** Nevarnost požara/eksplozije ali kislin-skih opeklin! Izdelek vsebuje litij-polimerno baterijo. Te baterije ni dovoljeno odstraniti, razstaviti, vreči v ogenj ali kratko zvezati. Baterije ne polnite pri temperaturah pod 5 ali nad 40 stopinjami Celzija.

**POZOR!** Možnost materialne škode! Naprava je zaščiten pred škropljenjem vode, vendar ni vodotesna. Naprave ne držite pod vodo.

**POZOR!** Možnost materialne škode! Pazite, da naprava ne pade in zaščitite jo pred udarci. Naprave ne izpostavljajte izjemnim temperaturam ali močnim temperaturnim nihanjem. Napravo prav tako zaščitite pred neposredno sončno svetlobo in prahom. Za čiščenje ne uporabljajte ostrih kemikalij, agresivnih ali abrazivnih čistil. Zaslona zaščitite pred trdimi in ostrimi predmeti.

**NAPOTEK!** Predvidena uporaba: Izdelek je namenjen izključno za zasebno, nekomercialno domačo uporabo. Izdelek ni medicinski pripomoček.

**NAPOTEK!** Če naprave dlje časa ne boste uporabljali,



li, vsakih 3–6 mesecev v celoti napolnite baterijo, da zagotovite njeno pravilno delovanje.



### **Odstranjevanje baterij v skladu z Direktivo ES 2008/12/ES**

Baterije in akumulatorji ne sodijo med gospodinjske odpadke. Stare baterije ali akumulatorje morate oddati na javnih občinskih zbirališčih ali na vseh mestih, kjer prodajajo tovrstne baterije.



### **Odstranjevanje električnih in elektronskih naprav v skladu z Direktivo ES 2012/19/EU**

Tega izdelka ne obravnavajte kot običajnega gospodinjskega odpadka, temveč ga oddajte na zbirališču za recikliranje električnih in elektron-

skih naprav. Več informacij je na voljo pri vaši lokalni skupnosti, pri komunalnem podjetju za ravnanje z odpadki ali v trgovini, kjer ste kupili izdelek.



Podjetje Soehnle izjavlja, da je naprava v skladu z osnovnimi zahtevami in drugimi ustreznimi določbami Direktive 2014/53/EU. Izjavo EU o skladnosti najdete na **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Prva uporaba

### Polnjenje baterije

Sledilnik aktivnosti **(A)** pred prvo uporabo v celoti napolnite. To storite tako, da polnilni kabel USB vstavite v običajen, aktiven priključek USB in povežete kabel s kontakti na notranji strani sledilnika **(4.1)**. Povezava je magnetna in se samodejno zaklene, ko so kontakti pravilno poravnani. Prepričajte se, da je sledilnik med postopkom polnjenja varno nameščen in povezava kontaktov ni prekinjena, sicer se naprava ne polni. Na zaslonu **(5.1)** se prikaže stanje napolnjenosti baterije (■ = popolnoma napolnjena / □ = baterija je izpraznjena).

### Namestitev aplikacije Soehnle Connect



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

Na svoj pametni telefon ali tablični računalnik namestite brezplačno aplikacijo Soehnle Connect, da si zagotovite polno funkcionalnost. Poskenirajte kodo QR, da pridete do aplikacije v trgovini za aplikacije. Aplikacijo za svojo napravo s sistemom Android™ lahko poiščete tudi v trgovini Google Play, za naprave Apple®

pa v trgovini Apple App Store. Pri iskanju upoštevajte natančno ime aplikacije: »Soehnle Connect«.

## **Prva povezava z aplikacijo Soehnle Connect**

Aktivirajte *Bluetooth*<sup>®</sup> na pametnem telefonu ali tabličnem računalniku in zaženite aplikacijo Soehnle Connect. Pri prvem zagonu aplikacije boste samodejno vodeni skozi postopek povezave z napravo podjetja Soehnle. Če ste aplikacijo Soehnle Connect že uporabljali z izdelki Soehnle in jo želite povezati s sledilnikom aktivnosti, v aplikaciji Soehnle Connect odprite »Glavni meni« in možnost »Moje naprave«, nato pa »Dodaj napravo«. Samodejno boste vodeni skozi postopek namestitve.

## **Nastavitev sledilnika aktivnosti**

Vse nastavitve vašega sledilnika aktivnosti lahko udobno izvedete z uporabniškim vmesnikom aplikacije Soehnle Connect. Čas in datum se samodejno nastavita po povezavi, glede na sistemski čas pametnega telefona ali tabličnega računalnika. Poleg tega lahko v meniju »Moje naprave« v ustreznih nastavitvah naprave nastavite čas za do največ pet vibracijskih alarmov (budilka), lahko nastavite samodejni čas vklopa in izklopa načina spanja in izberete svoj izbor prikazov, ki bodo prikazani na napravi. Če v aplikaciji določite dnevni cilj korakov, ga naprava Fit Connect 200 HR prevzame, da vas z vibracijskim alarmom opozori, ko dosežete cilj.

## Združljivost

---

Aplikacija Soehnle Connect je združljiva z Google Fit® in Apple Health®. Aplikacija Soehnle Connect je združljiva z Google Fit® in Apple Health®. Ko naprave prenesejo podatke v aplikacijo Soehnle Connect, jih lahko po želji samodejno prenesete v uporabljeno aplikacijo Google Fit®/Apple Health®. V ta namen v meniju »Več o aplikaciji« označite ustrezno polje. Morda boste morali v aplikaciji Google Fit®/Apple Health® ali pri nastavitvah aplikacije na svojem pametnem telefonu omogočiti uporabo aplikacije Soehnle kot vir. Oglejte si navodila posamezne aplikacije ali svojega operacijskega sistema.

## 5. Naprava in upravljanje

S sledilnikom aktivnosti Soehnle lahko zbirate različne podatke in jih deloma prikažete neposredno na zaslonu. Več prikazov, grafik in nasvetov najdete v aplikaciji Soehnle Connect. Tam lahko koristite tudi druge funkcije ter združite in upravljate svoje zbrane podatke. Nastavitve za cilje, vibracijski alarm (budilko) itd. morate vedno izvesti v aplikaciji.

Slika	Standardni način
5.1	Čas, datum, stanje napolnjenosti baterije
5.2	Srčni utrip
5.3	Števec korakov*

5.4	Poraba kalorij*
5.5	Razdalja*
5.6	Trajanje aktivnosti v urah in minutah*
5.7	Zastavljeni dnevni cilj v % (možnosti prikaza)
5.8	Vibracijski alarm (budilka)
5.9	Dohodni klici in sporočila
5.10	Način spanja: trajanje spanja, faze spanja

S sledilnikom aktivnosti lahko zbirate in prikažete različne podatke. Ko se dotaknete senzorske tipke, se odpre zaslon v načinu prikaza časa (**5.1**). Če se še enkrat dotaknete senzorske tipke, lahko preklapljate med različnimi funkcijami (**5.2–5.10**), če so vključene v aplikaciji Soehnle Connect. Izbiro prikazov, ki jih želite omo-

\* Podatki prejšnjega dne se samodejno ponastavijo na nič ob 24.00. Zato se koraki, kalorije itd., ki jih lahko vidite ves dan, štejejo od 24.00 naprej.

gočiti za prikaz na napravi, izvedete v meniju »Moje naprave«, v ustreznih nastavitvah naprave. Z aplikacijo Soehnle Connect lahko koristite dodatne funkcije ter združite in upravljate svoje zbrane podatke.

## **Čas, datum in stanje napolnjenosti baterije**

Način prikaza časa **(5.1)** se zažene s pritiskom na senzorsko tipko. Tukaj se prikaže datum ter stanje napolnjenosti notranje baterije (stanje baterije) (glejte tudi točko 3. *Polnjenje baterije*).

## **Prikaz dnevnih aktivnosti na sledilniku aktivnosti**

Z dotikom senzorske tipke lahko prav tako prekla-

pljate med različnimi dnevnimi aktivnostmi, na primer srčnim utripom **(5.2)**, koraki **(5.3)**, porabo kalorij **(5.4)** ter razdaljo v kilometrih **(5.5)**. Vaš sledilnik aktivnosti je opremljen z občutljivim senzorjem gibanja, ki zazna vzorce gibanja, tipične za korake, in jih šteje kot korake. Prikazana razdalja na napravi Fit Connect 200 HR temelji na podlagi števila korakov v povezavi z dolžino koraka, določeno v aplikaciji Soehnle Connect. Uporabljeno dolžino koraka lahko po potrebi prilagodite v nastavitvah naprave Fit Connect 200 HR v aplikaciji Soehnle Connect, privzeta dolžina koraka ob dobavi je 70 cm.

## Merjenje srčnega utripa

---

Za merjenje srčnega utripa si namestite sledilnik aktivnosti in ga preklopite v način za merjenje srčnega utripa **(5.2)**. Nato držite senzorsko tipko približno 5 sekund. Naprava bo zaznala vaš utrip in ga prikazala na ustreznem zaslonu. Začetek zaznavanja utripa lahko na začetku traja nekaj sekund. Sledilnik nosite neposredno na koži, sicer merjenje ni mogoče. Srčni utrip (srčni utrip na minuto) lahko odčitate z zaslona naprave Soehnle Fit Connect 200 HR ali ob povezavi *Bluetooth*® z aplikacijo Soehnle Connect tudi v ustrezni ikoni kot grafiko v realnem času. Tam lahko prav tako nastavite maksimalen srčni utrip, ob katerem vas bo pametni telefon opozoril z zvokom ali vibriranjem, odvisno od na-

stavitve naprave. Poleg tega vas sledilnik aktivnosti ob vključeni funkciji srčnega utripa po pet in 10 minutah z vibracijskim alarmom opozori, da je aktivno merjenje utripa. Ta alarm se samodejno izključi po nekaj sekundah. Za deaktiviranje funkcije utripa držite približno 5 sekund pritisnjeno senzorsko tipko, medtem ko je vključeno merjenje utripa. Ko spustite tipko, se merjenje utripa izključi. Upoštevajte, da sledilnik aktivnosti podatkov o utripu ne shrani na napravi. Če želite shraniti podatke o utripu, je treba na primer pri vadbenih enotah v aplikaciji Soehnle Connect odpreti ikono za funkcijo Live, sledilnik aktivnosti pa mora biti povezan.

---

*Merjenje srčnega utripa vpliva na življenjsko dobo baterije naprave. Zato po uporabi ali vadbi izklopite funkcijo merjenja utripa.*

---

## Način spanja

---

Beleženje spanja je treba zagnati z vklopom načina spanja. Rezultati meritev spanja so prikazani izključno v aplikaciji Soehnle Connect. V načinu spanja naprava med premikanjem ne šteje korakov, temveč analizira podatke gibanja v smislu kakovosti spanja.

### Aktiviranje načina spanja ☀️ → 🌙:

Za zagon funkcije spanja najprej preklopite na način spanja, tako da se dotaknete senzorske tipke na prikazu načina spanja **(5.10)**. Nato držite senzorsko tipko približno 5 sekund. Način spanja je vključen. To prepoznate po tem, da je na sledilniku vključen in prikazan le še prikaz z luno in časom.

### Deaktiviranje načina spanja 🌙 → ☀️:

Če želite znova izključiti način spanja, se dotaknite senzorske tipke, da aktivirate zaslon. Nato se znova dotaknite senzorske tipke in jo držite pritisnjeno približno 5 sekund. Ko spustite tipko, se način spanja znova deaktivira.

### Samodejni vklop in izklop načina spanja:

Poleg ročnega vklopa načina spanja lahko aktivirate tudi samodejni vklop in izklop funkcije spanja. V tem primeru sledilnik aktivnosti samodejno vklopi in izklopi način spanja ob izbranem času. Samodejno funkcijo spanja najdete v aplikaciji Soehnle Connect v nastavitvah naprave. V aplikaciji Soehnle Connect lahko spremljate dnevno traja-



nje spanja, različne faze spanja in trajanje faz(-e) globokega spanca.

## Funkcije obvestil

---

Prikaz **(5.9)** se samodejno prikaže v primeru dohodnega klica ali SMS-a. Če na vašem pametnem telefonu prejmete telefonski klic ali sporočilo SMS in je sledilnik aktivnosti v dosegu (*Bluetooth*), se na zaslону prikaže telefonska številka dohodnega klica. Če imate številko klicatelja shranjeno v telefonskem imeniku svojega pametnega telefona, se prikaže ime klicatelja. Pogoji je, da ste aplikaciji Soehnle Connect omogočili dostop do stikov, telefona in SMS-ov. To morate izrecno dovoliti pri dodajanju sledilnika aktivnosti v apli-

kaciji Soehnle Connect med zagonom (Onboarding). Če tega niste dovolili, lahko na pametnih telefonih z operacijskim sistemom Android™ od različice 6.0 naprej to omogočite naknadno v nastavitvah v operacijskem sistemu, pod možnostjo »Aplikacije«. Lahko pa tudi še enkrat odstranite napravo iz aplikacije Soehnle Connect in iz menija *Bluetooth*® v operacijskem sistemu svojega pametnega telefona (najdete ga v nastavitvah) in znova dodate sledilnik aktivnosti v aplikacijo (prva povezava z aplikacijo Soehnle Connect).

## Prenos podatkov na pametni telefon/tablični računalnik

Vaš sledilnik aktivnosti Soehnle ima en pomnilnik. Ta hrani podatke zadnjih 14 dni. Sledilnik aktivnosti v tem času redno povežite, če želite shranjene podatke prenesti v aplikacijo Soehnle Connect in jih uporabljati dlje časa. Zaženite aplikacijo Soehnle Connect. Če je naprava v bližini, se podatki samodejno prenesejo v aplikacijo prek funkcije *Bluetooth*®. Ali pa podrsajte navzdol na glavnem zaslonu (nadzorni plošči) aplikacije (povlecite za osvežitev). Prepričajte se, da je na vašem pametnem telefonu/tabličnem računalniku vključena funkcija *Bluetooth*®. Podatki se zdaj prenašajo in so nato prikazani v aplikaciji na ustreznih področjih.

## Vklop in izklop funkcije Bluetooth® (način letenja)

Funkcijo *Bluetooth*® lahko izklopite v katerem koli načinu, razen v načinu prikaza časa **(5.1)** ali načinu merjenja srčnega utripa **(5.2)**. To storite tako, da, se npr. v prikazu korakov **(5.3)** dotaknete senzorske tipke in jo pridržite približno 5 sek. Nato lahko funkcijo *Bluetooth*® vključite ali izključite s ponovnim dotikom tipke. Sledilnik se samodejno izključi po 10 sekundah.

Ob dobavi je funkcija *Bluetooth*® standardno aktivirana in je ni treba najprej aktivirati.

---

*Najnovejše informacije o vašem izdelku najdete na internetni strani*  
**[www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)**

---

## 6. Čiščenje in nega

Sledilnik aktivnosti čistite z mehko, vlažno krpo. Napravo pustite, da se posuši na zraku, preden jo znova namestite, pospravite ali napolnite baterijo. Nepravilno ravnanje z napravo lahko povzroči škodo. Ne uporabljajte agresivnih čistil, ščetk s trdimi ščetinami ali ostrih predmetov. Z njimi lahko poškodujete površine. Zato zaslona ne potaplajte v vodo ali druge tekočine.

## 7. Služba za pomoč strankam

Če imate vprašanja in predloge, se obrnite na našo službo za pomoč strankam:

Telefon: 00 800 538 38 383 (brezplačna številka)  
Po.–pet., 8.00–18.00

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Dodatne informacije

Za več informacij obiščite našo spletno stran:

**[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**.

## 9. Tehnični podatki

Št. izdelka:	68118
Različica <i>Bluetooth</i> ®:	4.0
Priključek USB:	2.0, tip A
Frekvenčni pas:	2,4 GHz
Maks. oddajna moč:	1 mW
Tip baterije:	litij-polimerna
Tip zaslona:	OLED
Dimenzije zaslona:	40,5 x 11,5 mm
Zaščitni razred:	IP x 4
Pomnilnik podatkov:	pribl. 14 dni
Življenjska doba baterije:	do 10 dni
<i>(odvisno od intenzivnosti uporabe in funkcije merjenja utripa)</i>	

## Popis sadržaja

1. Obim isporuke
2. Opis proizvoda
3. Napomene
4. Prvo puštanje u režim rada
5. Uređaj i rukovanje
6. Čišćenje i nega
7. Potrošački servis
8. Ostale informacije
9. Tehnički podaci

## 1. Obim isporuke

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (fitness tracker)
- 1x USB kabl za punjenje
- 1x uputstvo za rukovanje

## 2. Opis proizvoda

Vaš lični Soehnle fitness tracker Fit Connect 200 HR beleži Vaše dnevne aktivnosti kao što je frekvencija pulsa, broj koraka, prevaljena distanca, trajanje aktivnosti, potrošnja kalorija i dostizanje Vašeg dnevnog cilja kretanja, kako bi Vam pružio podršku u oblasti fitnesa i zdravlja. Pomoću režima sna beleže se trajanje sna kao i faze sna. Preko *Bluetooth*®

podaci se prenose na Vašu Soehnle Connect aplikaciju i tamo mogu da se evaluiraju.

### 3. Napomene

Pažljivo pročitajte instrukciju za upotrebu i sledeće napomene, pre nego što koristite uređaj, pa sačuvajte ovu instrukciju za upotrebu.

**UPOZORENJE!** Postoji opasnost da mala deca progutaju! Deca ne smeju da se igraju s uređajem. Držite daleko od domašaja dece.

**UPOZORENJE!** Opasnost od požara/eksplozije ili povrede kiselinom! Artikel sadrži litijum- polimersku bateriju. Ne sme da se demontira, vadi, baca u vatru ili kratko spaja. Bateriju nemojte da puniti na

temperaturama ispod 5 ili iznad 40 stepeni Celzijusa. **PAŽNJA!** Moguće materijalne štete! Uređaj je zaštićen od prskanja vode, ali nije vodootporan. Uređaj nemojte da držite pod vodom.

**PAŽNJA!** Moguće materijalne štete! Nemojte da dozvolite da uređaj padne i zaštitite ga od udara. Uređaj nemojte da izlažete ekstremnim temperaturama ili jakim kolebanjima temperature. Uređaj takođe zaštitite od direktnog sunčevog zračenja i prašine. Za čišćenje nemojte da upotrebljavate jake hemikalije, agresivna ili abrazivna sredstva za čišćenje. Displej zaštitite od tvrdih i predmeta koji grebu.

**NAPOMENA!** Upotreba u skladu s odredbama: proizvod je namenjen isključivo za privatnu,

nekomercijalnu upotrebu u domaćinstvu. Ne radi se medicinskom uređaju.

**NAPOMENA!** Ukoliko uređaj ne upotrebljavate duži vremenski period, na svakih 3-6 meseci ipak u potpunosti napunite bateriju, kako biste obezbedili funkcionalnost baterije.



### **Odlaganje akumulatora na otpad EZ direktiva 2008/12/EC**

Akumulatori i baterije ne spadaju u kućni otpad. Svoje stare akumulatore ili baterije morate da predate u javne sabirne centre u Vašoj opštini ili svuda gde se prodaju akumulatori takve vrste.



### **Odlaganje električnih i elektronskih uređaja na otpad EZ direktiva 2012/19/EU**

Ovaj proizvod ne može da se tretira kao normalan otpad iz domaćinstva, nego mora da se preda u prijemni centar za reciklažu električnih i elektronskih uređaja. Ostale informacije dobićete preko svoje opštine, komunalnih preduzeća za odlaganje na otpad ili prodavnice, u kojoj ste kupili proizvod.





Soehnle izjavljuje da je ovaj uređaj proizveden u saglasnosti sa osnovnim zahtevima i ostalim dotičnim odredbama Direktive 2014/53/EU. EU izjavu o usklađenosti nalazite na **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Prvo puštanje u režim rada

### Punjene baterije

---

Pre prvog puštanja u režim rada u potpunosti napunite fitness tracker **(A)**. Radi toga utaknite USB kabl za punjenje u konvencionalni, aktivni USB priključak i povežite kabl pomoću kontakata na unutrašnjoj strani Tracker-a **(4.1)**. Veza je magnetna i automatski se uspostavlja, ako kontakti pravilno naležu jedan na drugi. Molimo da obratite pažnju na to da se tracker tokom procesa punjenja nalazi na bezbednom mestu i da se veza kontakata ne prekida, u suprotnom se uređaj ne puni. Na displeju

**(5.1)** se prikazuje status napunjenosti baterije (  = napunjena u potpunosti /  = baterija prazna).

### Instaliranje Soehnle Connect aplikacije

---



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

Za potpunu funkcionalnost na svom pametnom telefonu ili tabletu instalirajte besplatnu Soehnle Connect aplikaciju. Skenirajte QR kod kako biste



dospeli do aplikacije u prodavnici za aplikacije. Aplikaciju za Vaš Android™ uređaj ćete naći na Google Play ili za Vaš Apple® uređaj u Apple prodavnici za aplikacije. Molimo da prilikom pretrage obratite pažnju na tačan naziv aplikacije: "Soehnle Connect".

## **Prvo povezivanje s Soehnle Connect aplikacijom**

Aktivirajte *Bluetooth*® na svom pametnom telefonu ili tabletu i pokrenite Soehnle Connect aplikaciju. Kada aplikaciju pokrenete, po prvi put, automatski bivate vođeni kroz proces povezivanja Soehnle uređaja.

Ako ste Soehnle Connect aplikaciju već koristili

sa Soehnle proizvodima, za povezivanje fitness tracker-a u Soehnle Connect aplikaciji idite u „Glavni meni“ i dodirnite „Moji uređaji“ pa onda „Dodavanje uređaja“. Automatski bivate vođeni kroz proces instalacije.

## **Setovanje Vašeg fitness tracker-a**

Sva podešavanja Vašeg fitness tracker-a vrše se ugodno preko korisničke površine Soehnle Connect aplikacije. Tačno vreme i datum automatski se podešavaju u skladu s vremenom u sistemu pametnog telefona ili tableta. Osim toga u meniju "Moji uređaji" u odgovarajućim podešavanjima uređaja utvrdite vremena za do pet vibrirajućih

alarma (budilnik), odredite automatska vremena uključivanja i isključivanja režima sna i napravite svoj izbor prikaza koji treba da se prikažu na uređaju. Ukoliko ste u aplikaciji utvrdili dnevni cilj za korake, Fit Connect 200 HR ga preuzima, kako bi Vam prilikom dostizanja istih na to ukazala pomoću vibrirajućeg alarma.

## **Kompatibilnost**

---

Soehnle Connect aplikacija kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Soehnle Connect aplikacija kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Pošto su uređaji preneli podatke u Soehnle Connect aplikaciju, po želji automatski mogu da se

presnime u dotično upotrebljeni App Google Fit® / Apple Health®. Radi toga u meniju „Više o aplikaciji“ postavite odgovarajuću kvačicu. Eventualno je neophodno da u Google Fit® / Apple Health® ili prilikom podešavanja aplikacije na svom pametnom telefonu kao izvor odobrite upotrebu Soehnle aplikacije. Radi toga pogledajte u uputstva eksternih aplikacija odnosno svog operativnog sistema.

## 5. Uređaj i rukovanje

Pomoću Soehnle fitness tracker-a mogu da se beleže različiti podaci i da se delimično prikazuju direktno na displeju. Ostale prikaze, grafikone i savete nalazite u Soehnle Connect aplikaciji. Tamo takođe možete da koristite ostale funkcije, da vodite i administrirate svoje zabeležene podatke. Podešavanja za ciljeve, vibrirajući alarm (budilnik), itd. uvek moraju da se izvrše u aplikaciji.

Sl.	Standardni režim
5.1	Tačno vreme, datum, status napunjenosti baterije
5.2	Frekvencija pulsa

5.3	Brojač koraka*
5.4	Potrošnja kalorija*
5.5	Prevaljena deonica*
5.6	Trajanje aktivnosti u časovima i minutima*
5.7	Postavljeni dnevni cilj* u % (varijante prikaza)
5.8	Vibrirajući alarm (budilnik)
5.9	Dolazni pozivi i poruke
5.10	Režim sna: trajanje sna, faze sna

Pomoću fitness tracker-a mogu da se beleže i prikazuju različiti podaci. Dodirivanjem tastera senzora pokreće se prikaz displeja u režimu tačnog vremena **(5.1)**. Ponovnim dodirivanjem tastera senzora mogu da se prelistaju različite

funkcije **(5.2 - 5.10)**, ukoliko su aktivirane u Soehnle Connect aplikaciji. Izbor prikaza, koji mogu da se prikažu na uređaju, izvršite u meniju "Moji uređaji" u odgovarajućim podešavanjima uređaja. Preko Soehnle Connect aplikacije možete da koristite ostale funkcije, da vodite i administrirate svoje zabeležene podatke.

### Tačno vreme, datum i status napunjenosti baterije

Režim tačnog vremena **(5.1)** pokreće se dodirivanjem tastera senzora. Ovde se takođe prikazuje datum kao i status napunjenosti interne baterije (status akumulatora) (takođe videti pod 3. *Punjenje baterije*).

### Prikaz dnevnih aktivnosti na fitness tracker-u

Dodirivanjem tastera senzora isto tako možete da menjate različite dnevne aktivnosti frekvenciju pulsa **(5.2)**, korake **(5.3)**, potrošnju kalorija **(5.4)** i distancu u kilometrima **(5.5)**. Vaš fitness tracker je opremljen senzorom koji je osetljiv na pokret, on identifikuje model pokreta koji je tipičan za korak i broji ga kao korake. Prikazana prevaljena deonica kod Fit Connect 200 HR rezultat je broja koraka u vezi s dužinom koraka, koja je generisana u Soehnle Connect aplikaciji. Upotrebljena dužina koraka po potrebi može da se prilagodi u podešavanjima uređaja Fit Connect-a 200 HR u Soehnle Connect aplikaciji, prilikom isporuke dužina koraka iznosi 70 cm.

## Utvrđivanje frekvencije pulsa

---

Kako biste utvrdili svoj puls, namestite fitness tracker i pređite u režim frekvencije pulsa **(5.2)**. Taster senzora držite pritisnut na otprilike 5 sekundi. Sada se puls utvrđuje i prikazuje na odgovarajućem displeju. Identifikovanje pulsa može da potraje nekoliko sekundi. Tracker nanesite direktno na kožu, pošto merenje inače nije moguće. Frekvenciju pulsa (otkucaje srca u minutu) na prikazu Soehnle Fit Connect 200 HR ili, ako postoji *Bluetooth*<sup>®</sup> veza s Soehnle Connect aplikacijom, možete da očitete na odgovarajućem ekranu kao grafikon u realnom vremenu. Tamo isto tako možete da podesite maksimalnu frekvenciju pulsa, u slučaju koje Vas Vaš

pametni telefon upozorava akustično ili vibracijom u zavisnosti od podešavanja uređaja. Uz to Vas fitness tracker posle pet do 10 minuta pomoću vibrirajućeg alarma, ako je funkcija pulsa uključena, podseća na to da je aktivirano merenje pulsa. Ovaj alarm se automatski isključuje posle nekoliko sekundi. Radi deaktiviranja funkcije pulsa, ako je merenje pulsa uključeno, taster senzora zadržite na otprilike 5 sekundi. Posle otpuštanja isključuje se merenje pulsa. Molimo da obratite pažnju na to da fitness tracker na uređaju ne memoriše podatke o puls. Kako biste memorisali podatke o puls, npr. u slučaju jediničnih treninga, mora da bude otvoren ekran uživo u Soehnle Connect aplikaciji i da bude povezan fitness tracker.

---

*Merenje frekvencije pulsa negativno utiče na vreme rada baterije uređaja. Zato posle upotrebe ili treniga isključite funkciju pulsa.*

---

## Režim sna

---

Registracija sna mora da se pokrene aktiviranjem režima sna. Rezultati merenja sna prikazuju se isključivo u Soehnle Connect aplikaciji. U režimu sna u slučaju pokreta uređaj ne broji korake, nego podatke pokreta analizira u pogledu kvaliteta sna.

### **Aktiviranje režima sna ☀️ → 🌙 :**

radi pokretanja funkcije sna najpre pomoću dodirivanja tastera senzora pređite u prikaz režima

sna **(5.10)**. Sada taster senzora zadržite na otprilike 5 sekundi. Režim sna se aktivira. To identifikujete po tome što tracker aktivira i prikazuje prikaz s mesecom i tačnim vremenom.

### **Deaktiviranje režima sna 🌙 → ☀️ :**

kako biste ponovo isključili režim sna, dodirnite taster senzora kako biste aktivirali displej. Sada iznova dodirnite taster senzora i zadržite ga na otprilike 5 sekundi. Po otpuštanju se sada ponovo deaktivira režim sna.

### **Automatsko uključivanje i isključivanje režima sna:**

Alternativno manuelnom aktiviranju režima sna takođe možete da aktivirate automatsko

uključivanje i isključivanje funkcije sna. U tom slučaju fitness tracker automatski uključuje i isključuje režim sna u izabrana tačna vremena. Automatsku funkciju sna nalazite u Soehnle Connect aplikaciji kod podešavanja uređaja. U Soehnle Connect aplikaciji možete da pratite dnevno trajanje sna, različite faze sna i trajanje faze(-a) dubokog sna.

## Funkcije obaveštavanja

Prikaz **(5.9)** se automatski prikazuje kod dolaznog poziva ili dolaznog SMS-a. Ukoliko na Vaš pametni telefon dolazi telefonski poziv ili SMS, a fitness tracker se nalazi u dometu (*Bluetooth*), prikaz prikazuje broj telefona dolaznog poziva. Ukoliko ste broj onoga

koji poziva memorisali u telefonski imenik svog pametnog telefona, prikazuje se ime onoga koji poziva. Preduslov za to je da ste Soehnle Connect aplikaciji dodelili pravo na pristup kontaktima, telefonu i SMS-u. Odobrenje za njih se isključivo traži prilikom dodavanja fitness tracker-a pomoću Soehnle Connect aplikacije tokom puštanja u režim rada (onboarding). Ukoliko to niste odobrili, kod pametnih telefona s Android™ operativnim sistemom od verzije 6.0, odobrenje možete naknadno da dodelite u podešavanjima u operativnom sistemu pod "Aplikacije". Alternativno još jednom uklonite uređaj iz Soehnle Connect aplikacije i takođe iz *Bluetooth*® menija operativnog sistema Vašeg pametnog telefona (može da se pronađe pod podešavanjima)

i iznova dodajte fitness tracker u aplikaciju (prvo povezivanje s Soehnle Connect aplikacijom).

## **Prenos podataka na pametni telefon / tablet**

---

Vaš Soehnle fitness tracker raspolaže memorijom. Ona čuva podatke od poslednjih 14 dana. Molimo da fitness tracker tokom tog vremena redovno povezujete, kako biste memorisane podatke prenosili na Soehnle Connect aplikaciju i koristili ih na duže vreme. Pokrenite Soehnle Connect aplikaciju. Ukoliko se uređaj nalazi u blizini, podaci se automatski prenose na aplikaciju preko *Bluetooth*®-a. Ili na glavnom ekranu (dashboard) aplikacije prevucite na dole (pull to refresh). Pazite

na to da *Bluetooth*® na Vašem pametnom telefonu / tabletu bude aktiviran. Podaci se sada prenose, pa zatim mogu da se vide u aplikaciji u odgovarajućim zonama.

## **Isključivanje i uključivanje Bluetooth®-a (režim letenja)**

---

Možete da isključite *Bluetooth*® u svakom režimu, osim u režimu tačnog vremena **(5.1)** ili režimu frekvencije pulsa **(5.2)**. Radi toga dodirnite i zadržite taster senzora, npr. u prikazu koraka **(5.3)** na otprilike 5 sekundi. Zatim *Bluetooth*® možete da isključite ili uključite ponovnim dodirivanjem tastera. Tracker se automatski isključuje posle 10



sekundi. Prilikom isporuke *Bluetooth*<sup>®</sup> je standardno aktiviran i najpre ne mora da se aktivira.

---

*Najaktuelnije informacije o Vašem proizvodu nalazite na internetu na [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Čišćenje i nega

Fitness tracker očistite mekom, vlažnom krpom. Uređaj ostavite na vazduhu da se u potpunosti osuši, pre nego što ga ponovo stavite u upotrebu, odložite na čuvanje ili napunite bateriju. Nestručno postupanje s uređajem može da dovede do oštećenja. Nemojte da upotrebljavate agresivna

sredstva za čišćenje, četke s tvrdim čekinjama, ili oštre predmete. Mogu da oštete površine. Displej nemojte da uranjate u vodu i druge tečnosti.

## 7. Potrošački servis

U slučaju pitanja i sugestija na raspolaganju Vam rado stoji naš potrošački servis:

vruća linija: 00 800 538 38 383 (besplatna)

po – pet, 8 – 18 časova

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ostale informacije

Za ostale informacije posetite našu internet stranicu  
**[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 9. Tehnički podaci

Broj artikla:	68118
Bluetooth® verzija:	4.0
USB priključak:	2.0 tip A
Frekvencija:	2,4 GHz
Maks. snaga odašiljanja:	1 mW
Tip akumulatora:	litijum polimer
Tip displeja:	OLED
Dimenzije displeja:	40,5 x 11,5 mm
Klasa zaštite:	IPx4
Memorija za podatke:	otprilike 14 dana
Vreme rada baterije:	do 10 dana
<i>(zavisno od intenziteta korišćenja i funkcije pulsa)</i>	

## Sadržaj

1. Opseg isporuke
2. Opis proizvoda
3. Upute
4. Puštanje u rad
5. Uređaj i rukovanje
6. Čišćenje i njega
7. Servis
8. Ostale informacije
9. Tehnički podaci

## 1. Opseg isporuke

- 1x Soehnle Fit Connect 200 HR (Fitness Tracker)
- 1x USB-punjač
- 1x Uputa za uporabu

## 2. Opis proizvoda

Vaš osobni Soehnle Fitness Tracker Fit Connect 200 prati vaše svakodnevne aktivnosti kao što su broj koraka, pređena udaljenost, trajanje aktivnosti, potrošene kalorije i postizanje vaših svakodnevnih ciljeva tjelesne aktivnosti kako biste pomogli svome fizičkom stanju i zdravlju. Način mirovanja obuhvaća trajanje i faze spavanja. Putem *Bluetooth*<sup>®</sup> podaci

se prenose na vašu aplikaciju Soehnle Connect i mogu se tamo procijeniti.

### 3. Upute

Pročitajte upute za uporabu i pažljivo slijedite upute u nastavku prije korištenja uređaja te spremite ove upute za uporabu.

**UPOZORENJE!** Rizik od gutanja od strane male djece! Djeca se ne smiju igrati s uređajem. Držite ga dalje od djece.

**UPOZORENJE!** Opasnost od požara / eksplozije ili kemijskih opekлина! Proizvod sadrži litij-polimersku bateriju. Nju se ne smijete ukloniti, razdvojiti, baciti u vatru ili kratko spojiti. Nemojte puniti bateriju na

temperaturama ispod 5 ili iznad 40 stupnjeva Celzija. **OPREZ!** Moguća oštećenja imovine! Uređaj je nepropustan, ali ne i vodonepropusan. Ne držite uređaj pod vodom.

**OPREZ!** Moguća oštećenja imovine! Nemojte ispustiti uređaj te ga zaštititi od udarca. Nemojte izlagati uređaj ekstremnim temperaturama ili ekstremnim oscilacijama temperature. Zaštitite uređaj od izravnog sunčevog svjetla i prašine. Za čišćenje nemojte koristiti oštećene kemikalije, agresivne ili abrazivne sredstva za čišćenje. Zaštitite zaslon od čvrstih i grebanja.

**NAPOMENA!** Namjena: Proizvod je namijenjen samo za privatnu, nekomercijalnu uporabu kućanstva. To nije medicinski uređaj.

**NAPOMENA!** Ako nećete koristiti uređaj dulje vri-

jeme, napunite bateriju jednom svakih 3-6 mjeseci kako biste bili sigurni da baterija radi ispravno.



**Zbrinjavanje baterija EZ-Direktiva  
2008/12/EC**

Baterije i punjive baterije ne pripadaju kućanskom otpadu. Stare akumulatore ili punjive baterije morate predati na javne sabirne točke u vašoj zajednici ili gdje god se baterije te vrste prodaju.



**Zbrinjavanje električnih i elektroničkih uređaja EZ-Direktiva 2012/19/EU**

Ovaj proizvod ne bi trebao biti tretiran kao uobičajeni kućanski otpad, već isporučan u centar za recikliranje električne i elektroničke opreme. Dodatne informacije potražite u lokalnoj



zajednici, upravljanju komunalnim otpadom ili trgovini u kojoj ste kupili proizvod.



Ovime Soehnle izjavljuje da je ova oprema u skladu s bitnim zahtjevima i drugim relevantnim odredbama Direktiva 2014/53 / EU. Izjavu o sukladnosti EU možete pronaći na **[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)**

## 4. Puštanje u rad

### Punjenje baterije

Potpuno napunite Fitness Tracker **(A)** prije korištenja po prvi put. Da biste to učinili, priključite USB kabel za punjenje u uobičajeni, aktivni USB priključak i spojite kabel na kontakte na unutrašnjosti Trackera **(4.1)**. Veza je magnetska i automatski se zaključava kada su kontakti ispravno poravnati. Imajte na umu da je Tracker siguran tijekom postupka punjenja i da veza kontakata nije prekinuta, jer u protivnom uređaj neće napuniti. Na zaslonu **(5.1)** je prikazano stanje punjenja baterije (  = potpuno napunjeno /  = baterija prazna).

### Soehnle Connect-instalacija aplikacije



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

Za punu funkcionalnost instalirajte besplatnu aplikaciju Soehnle Connect na pametnom telefonu ili tabletu. Skenirajte QR kôd da biste pristupili aplikaciji u Appstoreu. Alternativno, pronađite aplikaciju za svoj Android™ uređaj na Google Play ili vašem Apple® uređaju u trgovini Apple App Store. Imajte

na umu točno ime aplikacije prilikom pretraživanja: "Soehnle Connect".

## **Prvo se povežite s aplikacijom Soehnle Connect**

Uključite *Bluetooth*® na pametnom telefonu ili tabletu i pokrenite aplikaciju Soehnle Connect. Kada prvi put pokrenete aplikaciju, automatski će Vas voditi kroz postupak povezivanja Soehnle uređaja.

Ako ste već koristili ovu SOEHNLE Connect aplikaciju sa SOEHNLE proizvodima, idite na spajanje fitness trackera u SOEHNLE Connect aplikaciju u „glavnom izborniku“ i pritisnite „Moji uređaji“, a zatim „Dodaj uređaj“. Bit ćete automatski vođeni kroz postupak instalacije.

## **Postavite svoj fitness tracker**

Sve postavke Fitness Trackera jednostavno se vrše putem sučelja Soehnle Connect aplikacije. Vrijeme i datum automatski se postave nakon povezivanja prema vremenu sustava pametnog telefona ili tableta. U izborniku „Moji uređaji“ možete postaviti do pet vibracijskih alarma (budilica), odrediti automatsko uključivanje i isključivanje u mirovanju te odabrati svoju vrstu prikaza. Ako ste postavili dnevni cilj za korake u aplikaciji, Fit Connect 200 će se pobrinuti za to da vas upozori kada zavibrira.

## Kompatibilnost

---

Aplikacija Soehnle Connect kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Aplikacija Soehnle Connect kompatibilna je s Google Fit® i Apple Health®. Nakon što su uređaji prenijeli podatke u aplikaciju Soehnle Connect, oni se mogu automatski prenijeti na odgovarajuću aplikaciju Google Fit / Apple Health®. Da biste to učinili, postavite kvačicu u izborniku "Više o aplikaciji". Može biti potrebno dopustiti upotrebu Soehnle aplikacije kao izvora u Google Fit® / Apple Health® ili u postavkama aplikacije na vašem pametnom telefonu. Pogledajte upute aplikacija trećih strana ili operacijskog sustava.



## 5. Uređaj i rukovanje

Pomoću Soehnle Fitness Tracker-a mogu se snimati razni podaci i djelomično prikazati na zaslonu. Za više načina prikaza, grafike i savjeta posjetite aplikaciju Soehnle Connect. Tamo možete koristiti i druge funkcije, spajanje i upravljanje prikupljenim podacima. U aplikaciji uvijek mora biti postavljena postavka ciljeva, alarma za vibracije (budilica) itd.

Sl.	Standardni modus
5.1	Sat, datum, status baterije
5.2	Frekvencija pulsa
5.3	Brojač koraka*

5.4	Potrošnja kalorija*
5.5	pređena udaljenost*
5.6	Trajanje aktivnosti u satima i minutama.*
5.7	postavljeni dnevni cilj* u % (varijacije prikaza)
5.8	Vibracijski alarm (budilica)
5.9	Dolazni pozivi i poruke
5.10	Stanje mirovanja: Trajanje spavanja, faze spavanja

Pomoću Fitness Trackera mogu se snimati i prikazati različiti podaci. Dodirivanje gumba senzora započinje prikaz u vremenskom načinu rada (**5.1**). Ponovnim dodirivanjem gumba senzora, različite funkcije se mogu (**5.2-5.10**) prebaciti ako su aktivirane u aplikaciji Soehnle Connect. Da biste odabrali prikazi

\* Dnevni podaci automatski se vraćaju na nulu u 24 sata. Koraci, kalorije, itd., koji se vide tijekom dana, stoga se broje od 0 sati dnevno.

za prikaz na uređaju, idite u izborniku na "Moj uređaji" u odgovarajućim postavkama uređaja. Aplikacija Soehnle Connect omogućuje vam iskorištavanje drugih značajki, spajanje i upravljanje napravljenim podacima.

## **Sat, datum i status baterije**

---

Modus prikaza sata **(5.1)** se pokreće dodiranjem senzora tipke. Ovdje se također prikazuju datum i status punjenja unutarnje baterije (stanje baterije) (vidi također pod 3. *Punjenje baterije*).

## **Prikaz dnevne aktivnosti na fitness trackeru**

---

Također dodiranjem senzora tipke možete mijenjati između različitih aktivnosti frekvencije pulsa **(5.2)**, koraka **(5.3)**, potrošnje kalorija **(5.4)** i udaljenosti u kilometrima **(5.5)**. Vaš fitness tracker opremljen je osjetljivim senzorom kretanja koji prepoznaje korak po korak i broji ih kao korake. Prikazana udaljenost obuhvaćena Fit Connect 200 rezultat je broja koraka povezanih s veličinom koraka pohranjenih u aplikaciji Soehnle Connect. Širina koraka koja se upotrebljava može se prilagoditi prema potrebi u postavkama uređaja Fit Connect 200 u aplikaciji Soehnle Connect, a širina koraka pri isporuci iznosi 70 cm.

## Određivanje brzine pulsa

---

Da biste dobili brzinu otkucaja srca, stavite Fitness Tracker i prebacite se na pulsni način rada **(5.2)**. Držite tipku senzora 5 sekundi. Puls se sada određuje i prikazuje na odgovarajućem zaslonu. Prepoznavanje pulsa u početku može potrajati nekoliko sekundi. Nosite tracker izravno na koži, jer inače nije moguće mjerenje. Možete vidjeti u realnom vremenu stope grafikona pulsa (otkucaja u minuti) na zaslonu SOEHNLE Fit Connect 200 HR ili putem postojeće *Bluetooth*<sup>®</sup> veze s aplikacijom SOEHNLE Connect u odgovarajućoj pločici u obliku grafikona. Tamo također možete postaviti maksimalnu brzinu otkucaja srca na kojoj vas pametni telefon upozorava akustički ili vibracijama,

ovisno o postavkama uređaja. Osim toga, Fitness Tracker vas podsjeća kada je uključena funkcija impulsa da se puls mjerenja aktivira nakon pet i deset minuta pomoću alarma za vibracije. Ovaj se alarm automatski isključuje nakon nekoliko sekundi. Da biste deaktivirali funkciju impulsa, držite gumb za senzore otprilike 5 sekundi dok je puls uključen. Nakon otpuštanja mjerač pulsa se isključuje. Napominjemo da Fitness Tracker ne pohranjuje podatke o otkucaji srca na uređaju. Kako bi se pohranili podaci o impulsu, npr. tijekom rada, živa pločica bit će otvorena u aplikaciji Soehnle Connect i Fitness Tracker će biti povezan.

---

*Mjerenje brzine impulsa utječe na trajanje baterije uređaja. Zato isključite pulsnu funkciju nakon uporabe ili obuke.*

---

## Stanje mirovanja

---

Zapis spavanja mora se pokrenuti aktiviranjem načina mirovanja. Rezultati mjerenja spavanja prikazani su samo u aplikaciji Soehnle Connect. U stanju mirovanja uređaj ne bilježi korake prilikom premještanja, već analizira podatke o pokretu kvalitete sna.

### Uključivanje stanja mirovanja ☀️ → 🌙 :

Da biste pokrenuli funkciju spavanja, prvo se prebacite na zaslon mirovanja tako da dodirnete tipku senzora **(5.9)**. Držite tipku senzora 5 sekundi. Stanje mirovanja je uključeno. To je naznačeno činjenicom da alat za praćenje samo aktivira i prikazuje zaslon s mjesecom i vremenom.

### Isključivanje stanja mirovanja 🌙 → ☀️ :

Da biste isključili način mirovanja, dodirnite gumb senzora za aktivaciju zaslona. Sada dodirnite tipku senzora i držite ju oko 5 sekundi. Nakon otpuštanja modusa mirovanja ponovno se isključuje.

### Automatsko uključivanje i isključivanje Stanje mirovanja:

Kao alternativu ručnom načinu mirovanja, možete uključiti i isključiti automatsko isključivanje. U tom slučaju, Fitness Tracker automatski uključuje i isključuje način mirovanja u odabranom vremenu. Automatska funkcija spavanja može se naći u aplikaciji Soehnle Connect u postavkama uređaja. Aplikacija Soehnle Connect omogućuje pratiti

dnevno trajanje spavanja, različite faze spavanja i trajanje faze dubokog sna.

## **Funkcije obavijesti**

---

Pregled **(5.9)** automatski se prikazuje kada se radi o dolaznom pozivu ili dolaznom SMS-u. Ako se na vašem pametnom telefonu primaju telefonski pozivi ili SMS poruka, a Fitness Tracker je u dometu, (*Bluetooth*), na zaslonu se prikazuje telefonski broj dolaznog poziva.. Ako ste spremili broj pozivatelja u imenik svog pametnog telefona, prikazat će se ime pozivatelja. Pretpostavka za to je da ste dodijelili aplikaciji Soehnle Connect pristup kontaktima, telefonima i SMS-ovima. To je izričito zatraženo kao

odobrenje pri dodavanju Fitness Trackera s Soehnle Connect aplikacijom tijekom puštanja u rad (onboarding). Ako to niste odobrili, na pametnim telefonima možete odobriti Android™, operativni sustav, inačica 6.0 ili noviji, u postavkama operacijskog sustava pod "Aplikacije". Alternativno, ponovno uklonite uređaj iz aplikacije Soehnle Connect i također iz *Bluetooth*® izbornika operacijskog sustava vašeg pametnog telefona (pronađen pod Postavke) i ponovno dodajte Fitness Tracker u aplikaciji (prva veza s aplikacijom Soehnle Connect).

## Prijenos podataka na smartphone / tablet

Vaš Soehnle Fitness Tracker ima memoriju. Ona čuva podatke u posljednjih 14 dana. U tom vremenu redovito povežite Fitness Tracker kako biste pohranjene podatke prebacili na aplikaciju Soehnle Connect na duže vrijeme.

Pokrenite aplikaciju Soehnle Connect. Ako se uređaj nalazi u blizini, podaci se automatski prenose putem *Bluetooth*® na aplikaciju. Ili prijedite prstom prema glavnoj nadzornoj ploči aplikacije (povuci za osvježavanje). Pripazite da je *Bluetooth*® uključen na pametnom telefonu ili tabletu. Podaci se sada prenose i mogu se vidjeti u aplikaciji u odgovarajućim područjima.

## Bluetooth® isključivanje i uključivanje (u zrakoplovu)

Možete isključiti *Bluetooth*® u svakom modusu, osim u satu- **(5.1)** ili u modudu frekvencije pulsa **(5.2)**. Da biste to učinili, dodirnite i držite, na pr. u prikazu koraka **(5.3)**, tipku senzora otprilike 5 sekundi. Zatim možete isključiti *Bluetooth*® tako da ponovno dodirnete tipku Tragač se automatski isključuje nakon 10 sekundi.

Kod isporuke je *Bluetooth*® omogućen prema zadanim postavkama i ne mora se najprije aktivirati.

---

*Najnovije informacije o vašem proizvodu možete naći na Internetu na adresi [www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/](http://www.soehnle.de/en/products/details/fit-connect-200/)*

---

## 6. Čišćenje i njega

Očistite Fitness Tracker mekom, vlažnom krpom. Prije zamjene, pohrane ili punjenja baterije ostavite uređaj da se osuši na suhome. Nepravilno rukovanje uređajem može uzrokovati oštećenja. Nemojte koristiti agresivna sredstva za čišćenje, četke s tvrdom čekinjama ili oštrim predmetima. To može oštetiti površine. Stoga ne uranjajte zaslon u vodu ili druge tekućine.

## 7. Servis

Za pitanja i prijedloge kontaktirajte naš potrošački servis.

Hotline: 00 800 538 38 383 (besplatno)  
Pon-pet, 8 - 18 sati

Internet: [soehnle.com](http://soehnle.com)

## 8. Ostale informacije

Za ostale informacije posjetite našu stranicu  
[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

## 9. Tehnički podaci

Broj artikla:	68118
Bluetooth® Verzija:	4.0
USP priključak	2.0 Tip-A
Frekvencijski remen:	2,4 GHz
Maks. Snaga odašiljanja:	1 mW
Vrsta baterije:	Litijsko-polimerska
Vrsta zaslona:	OLED
Mjere zaslona:	40,5 x 11,5 mm
Zaštitni razred:	IPx4
Memorija:	cca. 14 dana
Trajanje baterije:	do 10 dana

*(sl. intenziteta korištenja i funkcije pulsa)*



---

# SOEHNLE



## *CONNECT*

*measure, collect, analyse, advise*

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

[www.soehnle.com](http://www.soehnle.com)

