Active Fit Tracker



Bruksanvisningen finns tillgänglig online på följande språk:

- Danska: <u>iform.dk/tracker</u>
- Svenska: <u>iform.se/tracker</u>
- Norska: iform.nu/tracker
- Finska: kuntoplus.fi/tracker

Grattis till din Active Fit Tracker med pulsmätare! Alla aktiviteter visas i appen efter att den har synkroniserat med data från din Active Fit Tracker. Läs igenom den här informationen noga.

Säkerhetsvarning

Följ din läkares råd för att fastställa eventuell diagnos och behandling. Personer med problem med blodcirkulationen eller blodsjukdomar ska använda produkten i samråd med läkare. Mätresultaten från denna produkt ska endast användas som riktlinjer och får inte användas för medicinskt bruk.

OBS: skärmvisningen skiljer sig åt mellan olika versioner av appen på grund av uppdateringar av de nyare versionerna.

Aktivera och ladda enheten

Ladda Active Fit Tracker i minst 2 timmar innan användning. Active Fit Tracker måste vara laddad för att fungera korrekt. När Active Fit Tracker har lågt batteri ska du ladda den genom att dra loss remmen från enheten. Enheten kan anslutas till en vanlig port (5 V/1 A) i en laddare eller direkt i USB-porten på en dator.



0000000

Huvudenhet

dra i samma riktning som remmens välvning i änden med en grå knapp.

När Active Fit Tracker är laddad kopplar du den till appen "HITFIT PRO" så att klockan kan synkroniseras. Sedan är Active Fit Tracker redo att användas.

Om du har problem med Active Fit Tracker kan du alltid testa att synkronisera den med appen.

Kompatibel med följande versioner:

Apple Store: iOS 10.0 och högre Google Play Store: Android 5.0 och högre Stödjer Bluetooth 4.0 Språk: Engelska Innan du ansluter till appen, se till att Bluetooth är aktiverat på din telefon. Telefonen måste vara ansluten till internet via Wi-Fi/4G/3G för att du ska kunna använda Active Fit Tracker.







iOS 10.0 och högre 4.0

Android 5.0 och högre

Stöd för Bluetooth



HitFit Pro



För Android 5.0 och högre

För iOS 10.0 och högre

1. Ladda ner appen

Ladda ner appen genom att skanna QR-koden på presentboxen eller genom att söka på "HITFIT PRO" och ladda ner den i Apple Store eller Google Play Store.

1. Apple iPhone (iOS 10.0 och högre): sök på "HITFIT PRO" i App Store för att ladda ner och installera.

2. Android-telefon (5.0 och högre): sök på "**HITFIT PRO**" i Google Play Store för att ladda ner och installera.

2. Parkoppla Active Fit Tracker

Öppna appen när den har laddats ner. Kontrollera att Bluetooth är aktiverat innan du parkopplar din Active Fit Tracker.

Fyll i din e-postadress och tryck på "obtain" (hämta) så får du ett mejl med en fyrsiffrig kod som du ska ange i fältet nedan. Kom ihåg att kolla i skräpposten om mejlet inte dyker upp.



Öppna navigeringsmenyn högst upp till vänster -> klicka på "Device" (Enhet) och välj din enhet. Appen börjar söka efter enheter -> hitta din enhet och klicka på "Binding" (Anslut) för att ansluta din Active Fit Tracker -> vänta tills den är ansluten.



Observera: Du kan se namnet/enheten för parkoppling så snart du startar din Active Fit Tracker och fram tills du går till skärmen "AV"



Om du använder en iPhone kommer en dialogruta om att parkoppla via Bluetooth visas. Tryck på "parkoppla".



Om du inte får något meddelande om genomförd parkoppling, upprepa ovanstående steg.

Observera: Håll din Active Fit Tracker nära mobiltelefonen när du parkopplar dem, och aktivera Bluetooth på din telefon.

Uppdatering av programvara:

Vi uppdaterar och förbättrar kontinuerligt. Om det visas en dialogruta med rubriken "System Hints" (systemtips) som beskriver en uppdatering av programvaran ska du alltid trycka på "Yes" (ja) för att se till att Active Fit Tracker alltid är uppdaterad. **Obs:** skärmen på trackern blir svart under uppdateringen. Rör inte skärmen förrän uppdateringen är avslutad.



Ta på dig armbandet och bär det enligt bilden nedan.

3. Navigering och gester

Armbandet har en pekskärm och en knapp. Tryck och håll in knappen för att välja.

När du inte använder armbandet är skärmen inaktiv.

För att aktivera den: Tryck på knappen eller vrid handleden mot dig enligt bilderna nedan:





4. Ikoner



Message Meddelanden

Stopwatch Tidtagaru

Find Hitta



5. Active Fit Tracker – funktioner

Tryck på knappen för att välja.

Klocka	
Daglig	
aktivitet	
Steps 28000 Steps Mileage 028 км Calorie 280 кcal Activity	Visar dagens totala antal steg, kalorier och avstånd. Detta kan också visas i appen när Active Fit Tracker har synkroniserats
Puls	Gå till den här skärmen och håll knappen intryckt i 5 sekunder. Ikonen
12-00 PM BPM 068 Heart rate result	kommer att andras dynamiskt och lampan på baksidan av armbandet kommer att börja blinka, vilket indikerar att mätningen startar. 2. Under mätningen kommer din pulsdata att visas i realtid efter cirka 15 sekunder. Efter 40 sekunder avslutas mätningen automatiskt. Armbandet återgår automatiskt till hemskärmen.
Blodtryck	1. Gå till den här skärmen och håll knappen intryckt i 5 sekunder.
L2-00 PM 128 075 Blood Pres -sure result	 2. Efter ungefär 1 minut avslutas mätningen automatiskt. Armbandet återgår automatiskt till hemskärmen. Håll dig stilla och växla inte till någon annan skärm.

Träning	Träningsfunktionen har stöd för promenad, löpning, klättring och cykling
Hitta min telefon 12-00 PM Find	Om du går till den här skärmen och håller knappen intryckt ringer telefonen. Observera: se till att Bluetooth är aktiverat när du använder den här funktionen.
Stäng av	Gå till den här skärmen och håll knappen intryckt i 5 sekunder. Armbandet stängs av.

6. Anpassa appen

När enheten har parkopplats/anslutits kan du anpassa appen utifrån dina personliga uppgifter (kön, längd, vikt, födelsedatum). Gå till navigeringsmenyn och klicka på profilen högst upp för att gå till skärmen för inställning av personliga uppgifter.

Genom att ange dina personliga uppgifter kan du beräkna din kaloriförbrukning och mäta ditt blodtryck.



7. Synkronisera data

Armbandet synkroniserar data automatiskt när den har parkopplats/anslutits till din mobiltelefon. Synkroniseringen av data omfattar steg, kalorier, avstånd, datum och tid, puls och träning. Klicka på den gröna runda knappen längst ner till höger för att synkronisera manuellt. Det tar 1–2 minuter. Om det inte går att synkronisera data, koppla från Bluetooth och försök ansluta igen.

8. Sömnmätning

Om du har på dig armbandet på natten analyserar/registrerar det din sömnkvalitet baserat på hur du rör dig under natten.

Lätt sömn = mycket rörelser

Djup sömn = få rörelser

●●●● Carrier 중	4:34 PM	●●●●○ Carrier 🗟	4:34 PM 💿 100%	
< Sleep monitor			Sleep monitor	
 30−² 	12 to 05-01 🕟	0	30-12 to 05-01 🕟	
Deep sleep	Light sleep	Deep sle	ep 🔳 Light sleep	
3 hours 30 mins	5 hours 10 mins		No sleep data	
Mon	Mon 05-01-2019		Mon 05-01-2019	
Sleep time the week		Sleep time the week		
Sun	08 hours 21 mins		08 hours 21 mins	
Mon	08 hours 40 mins	Mon	08 hours 40 mins	
Tue	10 hours 25 mins		10 hours 25 mins	
Wed	09 hours 50 mins		09 hours 50 mins	
Thu	06 hours 58 mins		06 hours 58 mins	
Fri	05 hours 48 mins		05 hours 48 mins	
Sat	05 hours 48 mins		05 hours 48 mins	

9. Puls/blodtryck

Manuell avkänning: gå till appen, klicka på "Synchronize" (Synkronisera) eller "Measuring" (Mät) för att mäta i hälsofunktionen. Mätningen tar 2 minuter. Eftersom appen inte kan mäta puls och blodtryck samtidigt ska du inte växla mellan skärmar medan du mäter din puls. Om du växlar till en annan skärm slutar armbandet mäta.

Bilderna nedan visar pulsskärmen. Mätningen av blodtryck ser likadan ut som pulsmätningen.





10. Notiser om samtal och meddelanden

Inkommande samtal/meddelanden (WhatsApp, sms, etc.) visas på Active Fit Trackers skärm och gör att armbandet vibrerar. Namnet på uppringaren visas på skärmen. Om det är ett meddelande kommer sändarens namn och meddelandets innehåll att visas.

Du kan aktivera den här funktionen genom att gå till navigeringsmenyn, klicka på "Device" (Enhet) och välja "Message push" (Pushnotiser).



11. Påminnelse om stillasittande

Om du vill att armbandet ska påminna dig om att röra på dig efter en viss tid av inaktivitet kan du aktivera "Påminnelse om stillasittande". Du kan ställa in larmet genom att gå till navigeringsmenyn och välja "Device" (Enhet) och sedan "Sedentary alert" (Påminnelse om stillasittande). Armbandet kommer nu att vibrera för att påminna dig, enligt dina inställningar.



12. Påminnelse om att dricka

Om du vill att armbandet ska påminna dig om att dricka kan du aktivera "Påminnelse om att dricka". Du kan ställa in larmet genom att gå till navigeringsmenyn. Välj "Drinking water setting" (Inställning för att dricka vatten) Armbandet kommer nu att vibrera för att påminna dig, enligt dina inställningar.



13. Larminställning

Du kan ställa in larmet genom att gå till navigeringsmenyn och klicka på "Alarm setting" (Larminställning).

Ställ in ett nytt larm så vibrerar armbandet för att påminna dig. Du kan ställa in ett dagligt larm eller välja en specifik veckodag. Du kan ställa in upp till 5 larm.



14. Fjärrstyrning av kamera

För att fjärrstyra kameran går du till navigeringsmenyn och trycker på "Device" (Enhet) -> "Photo switch" (Fotoknapp). Kameran aktiveras. Tryck på knappen på Active Fit Tracker för att ta en bild.





15. Feedback

Du får gärna kontakta oss om du har några förslag eller problem. Skicka din feedback genom att gå till navigeringsmenyn och välj "About" (Om) -> Feedback

Vi arbetar kontinuerligt med att förbättra vår produkt.

4 🖾	Q ≉ 🕾 .al 4% 🖬 5.2	22 PM
<	Feedback	
Details		
Please desc	ribe the problem you encountered.	
		- 1
P		
E-mail		
Please leave	e your mail address.	
	Confirm	
	Committe	

16. Delningsfunktion

Du kan dela dina uppmätta data. Appen har stöd för Strava, Google Fit, Apple Health och delning till tredjepartsappar genom att ta bilder. Du hittar denna funktion i navigeringsmenyn.

Försiktighetsåtgärder

- Vissa användare kan drabbas av hudirritation eller allergiska reaktioner vid långvarig exponering. Ta av dig armbandet eller bär det över ett klädesplagg om du upplever rodnad, svullnad, klåda eller andra allergiska symtom. Även om symtomen försvinner kan de återkomma eller förvärras om du fortsätter att använda armbandet. Uppsök läkare om symtomen kvarstår.
- Produkten innehåller elektroniska komponenter som kan orsaka skador om de hanteras felaktigt.
- Produkten är inte avsedd för diagnosticerande, behandlande eller förebyggande ändamål.
- Detta är inte en leksak. Produkten består av små delar som kan orsaka kvävning. Håll utom räckhåll för barn.

Instruktioner för skötsel och användning

- Rengör produkten regelbundet, särskilt de delar som har kontakt med huden. Använd en ren, fuktad trasa.
- Bär produkten löst, så att luft kan cirkulera.
- Ladda inte produkten när den är blöt.
- Om du känner att produkten blir varm, ta av den.
- Ha inte på dig armbandet i duschen.

Försiktighetsåtgärder för inbyggt batteri

- Produkten har ett inbyggt batteri som inte kan bytas ut av användaren. Felaktig hantering av batterierna kan leda till läckage av batterivätska, överhettning eller explosion.
- Plocka inte isär produkten och avlägsna inga delar.
- Använd inte produkten i närheten av värmekällor och utsätt den inte för höga temperaturer.
- Använd inte produkten i närheten av starka elektromagnetiska vågor. Starka elektromagnetiska vågor skadar produkten.
- Håll produkten borta från direkt solljus, fukt, smuts eller slipande kemiska produkter (rengöringsprodukter, etc.). Att skada produkten eller försöka öppna den kommer att göra garantin ogiltig och kan utgöra en säkerhetsrisk.
- Använd endast en godkänd dator, hubb eller strömkälla för att ladda armbandets batteri.
- Ladda batteriet enligt instruktionerna i den här manualen.

Vanliga frågor

När jag ansluter till appen slutförs synkroniseringen av data, men tiden på enhetens skärm stämmer inte.

- Starta om armbandet och försök att synkronisera datan igen, eller klicka på funktionen för att synkronisera tid i enhetsinställningarna (Device setting).

Varför visar inte mitt armband något uppringnings-ID?

- Android: Anslut armbandet till appen, tillåt att "HitFit Pro" får åtkomst till samtal, sms, kontakter och kör "HitFit Pro" i bakgrunden. Om det finns säkerhetsrelaterad programvara på din telefon, ange att programvaran "HitFit Pro" är betrodd.
- iOS: Om armbandet inte visar något uppringnings-ID, starta om din mobiltelefon och återanslut armbandet. När det har anslutits, vänta tills telefonen visar en förfrågan om att parkoppla via Bluetooth. Parkoppla enheten. Uppringnings-ID kommer då att visas.

Varför kan inte appen synkronisera data, trots att armbandets ikon visar att Bluetooth är ansluten?

- Detta beror på att Bluetooth har inaktiverats på telefonen. Stäng först av appen, starta sedan om Bluetooth och parkoppla på nytt. Om detta inte fungerar, starta om telefonen och försök igen.

Varför kopplas min Active Fit Tracker upprepade gånger från min telefon?

- Kontrollera att din telefon eller annan säkerhetsrelaterad programvara har "HitFit Pro" angiven som en betrodd app. Om så inte är fallet, ange den som betrodd och försök igen.

Allmänna specifikationer

Vattentäthet IP67

(Den här klassificeringen innebär att produkten är skyddas mot damm och kan tåla att sänkas ner i vatten på mellan 15 cm och 1 meters djup i högst 30 minuter. Detta innebär dock inte att du kan förutsätta att armbandet är helt vattentätt)

Batteri: 105 mAh Bluetooth: 4.0 Laddningstid: 2 timmar Arbetstemperatur: -10 °C~+50 °C

Active Fit Tracker



HitFit Pro







För Android 5.0 och högre För iOS 10.0 och högre