

# SILVERCREST®



[www.lidl-service.com](http://www.lidl-service.com)



## ACTIVITY TRACKER SAS 82

(HU)

### AKTIVITÁSÉRZÉKELŐ

Használati utasítás és Biztonsági útmutató

(CZ)

### FITNESS NÁRAMEK

Návod k použití a bezpečnostní upozornění

(DE) (AT) (CH)

### AKTIVITÄTSENSOR

Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise

(SI)

### SENZOR AKTIVNOSTI

Navodila za uporabo in varnostni napotki

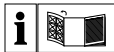
(SK)

### SENZOR AKTIVITY

Návod na používanie a bezpečnostné upozornenia

IAN 297928

(HU) (SI) (CZ) (SK)



**HU**

Olvasás előtt kattintson az ábrákat tartalmazó mindkét oldalra és végezetül ismerje meg a készülék mindegyik funkcióját.

---

**SI**

Pred branjem obe strani s slikami odprite navzven in se nato seznanite z vsemi funkcijami naprave.

---

**CZ**

Před čtením si odklopte obě dvě strany s obrázky a potom se seznámte se všemi funkcemi přístroje.

---

**SK**

Pred čítaním si odklopte obidve strany s obrázkami a potom sa oboznámte so všetkými funkciami prístroja.

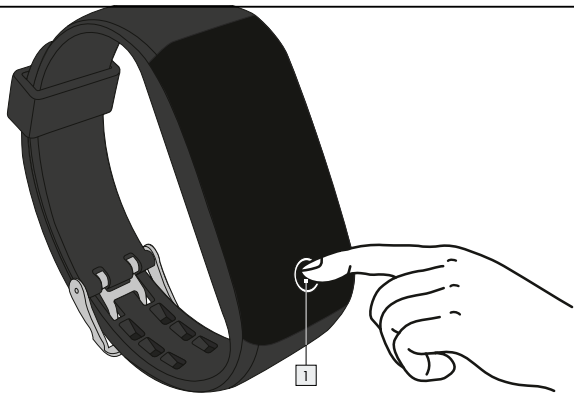
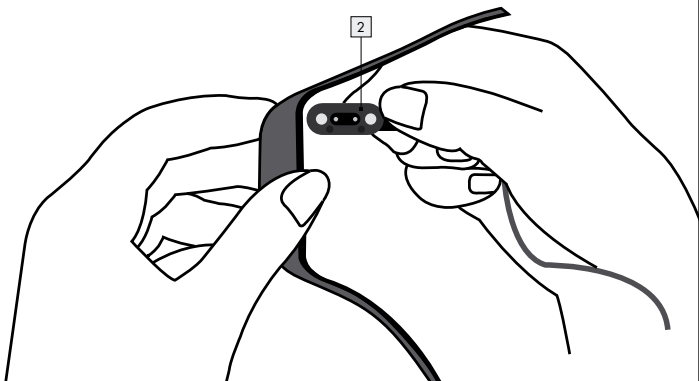
---

**DE AT CH**

Klappen Sie vor dem Lesen die beiden Seiten mit den Abbildungen aus und machen Sie sich anschließend mit allen Funktionen des Gerätes vertraut.

---











HU	Használati utasítás és Biztonsági útmutató	Oldal	5
SI	Navodila za uporabo in varnostni napotki	Stran	29
CZ	Návod k použití a bezpečnostní upozornění	Strana	55
SK	Návod na používanie a bezpečnostné upozornenia	Strana	79
DE/AT/CH	Gebrauchsanleitung und Sicherheitshinweise	Seite	103

**A****B**



<b>Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata</b> .....	Oldal	6
<b>Bevezető</b> .....	Oldal	7
A csomagolás tartalma.....	Oldal	7
Rendeltetésszerű használata.....	Oldal	8
Alkatrész leírás.....	Oldal	10
Műszaki adatok.....	Oldal	10
<b>Fontos biztonsági tudnivalók</b> .....	Oldal	11
<b>Üzembe helyezés</b> .....	Oldal	12
Az akkumulátor töltése.....	Oldal	13
<b>Funkciók</b> .....	Oldal	14
Funkcionális áttekintés.....	Oldal	14
Pontos idő/ dátum/ akkumulátor állapot.....	Oldal	15
Lépések/ mozgások.....	Oldal	15
Kalória felhasználás.....	Oldal	15
Megtett távolság.....	Oldal	16
Aktív idő.....	Oldal	16
Haladás a napi cél eléréséhez.....	Oldal	16
Napi cél állapot.....	Oldal	17
Riasztás.....	Oldal	17
Üzenetek.....	Oldal	17
Hívás.....	Oldal	18
Alvó mód.....	Oldal	18
Mozgás emlékeztető.....	Oldal	19
<b>Adatátvitel az okostelefonra</b> .....	Oldal	20
<b>Tartalék és kopott alkatrész</b> .....	Oldal	20
<b>Gyakran ismételt kérdések</b> .....	Oldal	20
<b>Megsemmisítés</b> .....	Oldal	25
<b>Garancia/ szerviz</b> .....	Oldal	27

## Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata

 <b>FIGYELMEZTETÉSI</b>	Sérülésveszélyre, vagy egészségügyi kockázatra vonatkozó figyelmeztetés
	A készülék / tartozék lehetséges sérüléseire vonatkozó biztonsági utasítás
	Biztonsági utasítások
	Kezelési utasítások
	Tartsa be a használati útmutatót
	Egyenáram 5V, 2A
	Gyártó
	Ez a termék megfelel az érvényes európai és nemzeti irányelvek követelményeinek.
	Az elemek helytelen megsemmisítése környezeti károkat okozhat!
<b>IP 67</b>	Állja a port és a rövid ideig tartó vízbe merítést
	A csomagolást és az aktivitás mérőt környezetbarát módon ártalmatlanítsa!

# Aktivitásérzékelő SAS 82

## ● Bevezető



Ismerkedjen az aktivitásmérővel az első használat és az üzembe helyezés előtt. Ebből a célból olvassa el figyelmesen a következő használati útmutatót és a fontos biztonsági tudnivalókat.

Csak a leírtak szerint és a megadott alkalmazási területeken használja az aktivitásmérőt. Őrizze meg a használati útmutatót. Az aktivitásmérő harmadik félnék történő továbbadása esetén adja át a teljes dokumentációt is.

## ● A csomagolás tartalma

Ellenőrizze a karton csomagolás külső épségét és a csomag teljes belső tartalmát. Használat előtt bizonyosodjon meg róla, hogy az eszközön és a tartozékain illetve a csomagolóanyagon nincsenek sérülések. Amennyiben kétsége támad, ne használja a terméket és forduljon a forgalmazóhoz vagy a megadott ügyfélszolgálathoz.

1 x aktivitásmérő karkötő  
1 x USB töltő kábel

1 x használati útmutató  
1 x rövid útmutató

## ● Rendeltetésszerű használat

Az egészséges élet alap követelménye a mozgás. A testmozgás fitten tartja, és csökkenti a szív és keringési megbetegedések kockázatát. A mozgás segíti a súlycsökkenést és javítja a közérzetet. A fizikai aktivitás az összes, energiát felhasználó mozgásra vonatkozik. A napi mozgás jelentős részét teszi ki a gyaloglás, a biciklizés, a lépcsőzés és a házimunka. A napi mozgásának objektív megbecsülésében és rögzítésében segít a Silvestercrest „SAS 82” aktivitás mérő. Ily módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is.

Az ingyenes „HealthForYou” applikáció segítségével a mozgás aktivitását könnyen továbbbíthatja az aktivitásmérőről az okostelefonjára. Így bármikor könnyen megnézheti az okostelefonján az összes rögzített adatot.

### **Az aktivitásmérő és a „HealthForYou” applikáció a következő funkciókkal rendelkezik:**

- Óra és dátum kijelző
- Kijelzi a naponta megtett lépések számát, távolságot, kalóriafelhasználást, az aktív időt és a haladást a napi cél eléréséhez (%-ban)
- Ábrzolja az egyes alvás fázisokat
- Rezgő jelzés
- Mozgás emlékeztető
- Értesítés a hívásokról és üzenetekről (pl. SMS vagy WhatsApp).

Rendszer követelmények  
a „HealthForYou”-  
webes verzióhoz

- MS Internet Explorer
  - MS Edge
  - Mozilla Firefox
  - Google Chrome
  - Apple Safari
- (minden aktuális verzióban)

Rendszer követelmények a  
„HealthForYou” applikációhoz

iOS 9.0 verziótól, Android™ 5.0  
verziótól, *Bluetooth*® 4.0.

Adatátvitel *Bluetooth*®  
wireless technology

keresztül: Az aktivitásmérő *Bluetooth*®  
low energy technology, frekvenciasávja  
2,402-2,480 GHz, az ebben a frekven-  
ciasávban sugárzott maximális küldési  
teljesítmény <20 dBm, kompatibilis a  
*Bluetooth*® 4.0 okostelefonnal / tablettel



A kompatibilis okostelefonok listáját és az  
információkat a „HealthForYou” appliká-  
cióhoz és szoftverhez, valamint a részle-  
teket a készülékekről az alábbi link alatt  
találja: [www.healthforyou.lidl](http://www.healthforyou.lidl)

A műszaki adatok értesítés nélküli megváltoztatásának jogát fenntartjuk.

## ● Alkatrész leírás

1 „Touch” gomb

2 mágneses USB kábel

## ● Műszaki adatok

Súly:	kb. 34 g (kábellel)
A következő csuklókerületre Használható:	kb. 14,5-től 19,5 cm-ig
Akkumulátor:	70 mAh Li-Ion polimer
Akkumulátor élettartama:	max. 15 nap készenléti üzemmód
Megengedhető üzemeltetési Feltételek:	10–40° C
Tárolókapacitás:	15 nap
Áramellátás:	5V, 2A
Védettségi osztály:	IP67
Bluetooth® low energy technology, frekvenciasáv 2,4 GHz	



## Fontos biztonsági tudnivalók

**⚠ FIGYELMEZTETÉS!** Kerülje el a naptejzel vagy más hasonló anyaggal való érintkezést, mivel ezek kárt okozhatnak a műanyag részben.

- Tartsa távol a gyermekeket a csomagolóanyagtól. Fulladás veszélye áll fenn!
- Az aktivitásmérő állja a vízcseppeket, az esőt, a zuhanyt és a rövid idejig tartó vízbe merítést, 1 méter mélyen, akár 30 percen keresztül. Úszás közben ne használja az aktivitásmérőt!
- Az aktivitásmérő mágneset tartalmaz. Az aktivitásmérő használata előtt kérdezze meg orvosát, ha pészmeékert, defibrillátort vagy más elektromos implantátumot visel.

### **Útmutatás az akkumulátor kezeléséhez**

- Ha az akkumulátor cellából folyadék kerül a bőrre vagy a szembe, mossa le az érintett területet és forduljon orvoshoz.
- Óvja az akkumulátort a túlzott melegtől.




**ROBBANÁSVESZÉLY!** Ne dobja az akkumulátort a tűzbe.

- Töltse fel teljesen az akkumulátort az első üzembehelyezés előtt (lásd: „Akkumulátor feltöltés” fejezet).
- Az akkumulátort ne szedje szét, nyissa ki vagy szedje darabokra.

- Csak a használati útmutatóban megadott töltőt használja.
- Használat előtt az akkumulátort megfelelően fel kell tölteni. A gyártó útmutatója vagy a az információk ebben a használati útmutatásban, a megfelelő töltésről mindig megfelelőek.
- Töltse fel teljesen az akkumulátort, legalább 6 havonta.


## ● Üzembe helyezés



Az aktivitásmérő üzembe helyezéséhez csatlakoztassa az aktivitásmérőt a töltőkábelhez. Ezután az aktivitásmérő magától aktiválódik. Ha az aktivitásmérő nem kapcsol be, akkor az aktivitásmérő akkumulátora üres. Töltse fel az akkumulátort, az „Akkumulátor feltöltése” fejezetben leírtak alapján.

- Győződjön meg róla, hogy az okostelefon kapcsolódik az internethez.
- Aktiválja a *Bluetooth*® alkalmazást az okostelefonján.
- Töltse le az ingyenes „HealthForYou” applikációt az Apple App Store -ból (iOS) vagy a Google Play (Android™) -ből.
-  Az okostelefonon való beállítások után az internet kapcsolat vagy az adatátvitel többletköltséggént merülhet fel.
- Indítsa el a „HealthForYou” applikációt és kövesse az utasításokat. Az applikáció beállítás menüjében válassza ki a „SAS 82”-at és csatlakozzon. Az aktivitás mérőn egy véletlenszerűen generált hatjegyű PIN-kód jelenik meg, ezzel egyidőben az okostelefonon megjelenik

egy sor, ahová be kell írni ezt a hatjegyű számot. A sikeres csatlakozás után beállíthatja a személyes adatait. Kívánság szerint riasztásokat aktiválhat / állíthat be, hogy a hívásokról / üzenetekről értesítéseket kapjon vagy aktiválhasson / beállíthasson egy mozgás emlékeztetőt.

## ● Az akkumulátor töltése

Amikor az aktivitásmérő akkumulátorának a töltöttségi szintje  lemerült akkumulátort mutat, akkor fel kell töltenie az akkumulátort. Az akkumulátor feltöltéséhez a következőképpen járjon el:

- Csatlakoztassa az USB töltőkábel  USB csatlakozóját a bekapcsolt számítógép USB csatlakozójába.
- Csatlakoztassa a mágneses USB kábelt az USB töltő kábelhez , amint megjelenik az aktivitásmérőn. Ügyeljen arra, hogy a töltőkábel csatlakoztatva legyen. Csak azután kezd az akkumulátor tölteni.
- Az aktuális töltöttségi állapotot az akkumulátor jelzésénél látja. Normál esetben a teljes akkumulátor töltése kb. 3 óráig tart. Amikor a készülék akkumulátora teljesen fel van töltve, a kijelzőn megjelenik a „FULL” szó.

**⚠ FIGYELMEZTETÉS!** NE töltsse fel az akkumulátort, ha a termék hátulján mindkét töltő csatlakozója nedves. Esetlegesen törölgesse meg óvatosan mindkettő töltő csatlakozót egy száraz ronggyal.

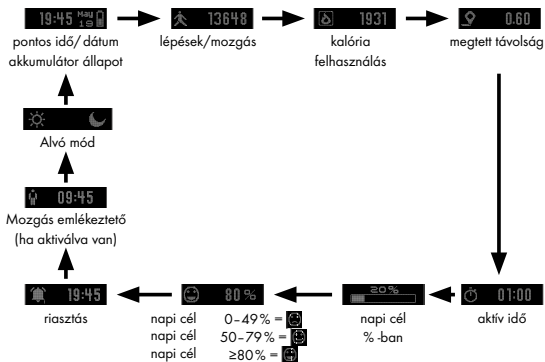
## ● Funkciók

### ● **Funkcionális áttekintés**

Az aktivitásóra a következő funkciókkal rendelkezik: pontos idő dátummal és akkumulátor töltöttségi szinttel, lépésszámláló, kalória felhasználás, megtett távolság, aktív idő, napi cél, riasztás, alvó mód, tevékenység riasztó és üzenetek / hívás értesítések.

Az értékek mindennap 0 órákor visszaállnak nullára. A számlálás ekkor újra visszaáll.

Ha váltani szeretne az egyes funkciók közt, nyomja meg az aktivitásmérőn a „Touch” gombot 1.



## ● Pontos idő / dátum / akkumulátor állapot

Az aktivitásmérő mutatja az aktuális időt, a dátumot és az akkumulátor töltöttségi szintjét. Amint az aktivitásmérő az okostelefonnal szinkronizál, úgy az aktivitásmérő az okostelefonon beállított időt és dátumot mutatja majd.

## ● Lépések / mozgások

Az aktivitásmérő a mozgást a lépések alapján mutatja. A lépéseket az aktivitásmérő házában belsejében lévő 3D-s szenzor segítségével számlálja.

## ● Kalória felhasználás

Az aktivitásmérő kiszámítja a kalóriaégetést az applikációban megadott információk (test magasság, kor, nem, súly) és a megtett lépések alapján. Ha reggel felébred, az aktivitásmérő azonnal kijelzi az elégetett kalóriák számát, mivel a test nyugalmi állapotban is használ fel kalóriát. A készülék automatikusan kiszámolja a nyugalmi állapotban felhasznált kalóriákat.

## ● **Megtett távolság** 0.60

Az applikációban megadott testmagasság segítségével az aktivitásmérő kiszámolja a lépéshosszt. A lépéshosszt egyénileg is meg tudja változtatni. A lépéshossz és a lépések száma alapján az aktivitásmérő kiszámolja a most megtett távolságát. A megjelent távolság egy hozzávetőleges érték és nem feltétlenül egyezik a tényleges távolsággal.

## ● **Aktív idő** 01:00

Az aktív idő megmutatja Önnek, milyen hosszan végzett aktív mozgást. Az aktív idő kizárólagosan azt az időt számlálja, amikor Ön ténylegesen mozgást végzett.

## ● **Haladás a napi cél eléréséhez**

A „HealthForYou” applikáció beállításában tudja a napi célt meghatározni. (pl. 10.000 lépés). Az aktuális haladást a beállított napi célnál (% -ban) tudja az aktivitásmérő kijelzőjéről leolvasni.

## ● Napi cél állapot 80% 51% 0%

Ha Ön 0–49% között elvégzi a beállított napi célt, az megjelenik a kijelzőn 😊. Ha Ön 50–79% között elvégzi a beállított napi célt, az megjelenik a kijelzőn 😐.

Ha Ön 80%-ot vagy annál többet végzett el a beállított napi célból, az megjelenik a kijelzőn 😄.

## ● Riasztás 19:45



Az „HealthForYou” applikáción keresztül különböző riasztás időket tud beállítani.

Amikor a riasztás ideje eljön, elkezd az aktivitásmérő rezegni.

## ● Üzenetek SMS WhatsApp

Ha az okostelefonjára (pl. SMS vagy WhatsApp) Push-on keresztül érkezett üzenete, az aktivitásmérő kijelzőjén keresztül tud üzenetet hagyni. Ennek előfeltételei, hogy az aktivitásmérő az okostelefonnal a Bluetooth®-on keresztül legyen csatlakozva és a „HealthForYou” applikáció telepítve legyen.

Amint az üzenet megérkezik, megjelenik a kijelzőn a feladó.




Ha a „Touch” gombot  megnyomja, megjelenik a kijelzőn az üzenet egy része. Ha újra megnyomja a „Touch” gombot , tovább tudja olvasni az üzenetet. Hosszabb üzeneteknél nem fogja mutatni a teljes tartalmát.

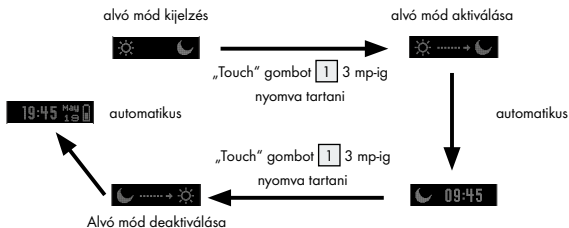


## ● Hívás John Smith

A „HealthForYou” applikáció beállításainál tudja beállítani, hogy mutassa hívásokat az aktivitásmérőn. Ennek előfeltételei, hogy az aktivitásmérő az okostelefonnal a *Bluetooth*<sup>®</sup>-on keresztül legyen csatlakozva és a „HealthForYou” applikáció telepítve legyen.



## ● Alvó mód

Az alvás közbeni mozgás méréshez lefekvés előtt kapcsolja be a készüléken az alvó módot. Ehhez nyomja meg az alvó üzemmód kijelzésén 3 másodpercig a „Touch” gombot . A kijelzőn röviden megjelenik . Egy másodperc után az aktivitásmérő automatikusan alvó üzemmódra kapcsol. Ha reggel felébred, nyomja a „Touch” gombot  kb. 3 másodpercig, hogy az aktivitásmérő ismét felébressze az alvó üzemmódból.



Opcionálisan megadhat egy időintervallumot az applikáción keresztül, amíg az aktivitásmérő automatikusan alvó módba áll és azután újra aktivitás módra vált. Továbbá beállíthat egy alvás emlékeztetőt.

## ● Mozgás emlékeztető 09:45

A „HealthForYou” applikációban be tud állítani egy mozgás emlékeztetőt. Beállíthat egy kezdeti- és befejező időpontot, amíg a mozgás emlékeztető aktív, például 09:00– 18:00 óráig. Továbbá meghatározhatja az inaktivitás időtartamát. Amennyiben a beállított inaktivitás időtartama alatt nem mozog, elkezd az aktivitás mérő rezegni és a kijelzőn megjelenik  -> .

## ● Adatátvitel az okostelefonra

Az aktivitásmérőjén megjelenített adatok „HealthForYou” applikáción keresztül i átviteléhez kövesse a következő lépéseket:

- Aktiválja a Bluetooth® alkalmazást az okostelefonján.
- Nyissa meg a „HealthForYou” applikációt.
- Csatlakoztassa a „SAS 82” aktivitásmérőjét az applikációval. Az Ön adatait automatikusan továbbítja az okostelefonjára.

## ● Tartalék és kopott alkatrész

Alkatrészeket a webáruházon keresztül tud utánrendelni:  
[www.shop.sanitas-online.de](http://www.shop.sanitas-online.de)

Megnevezés	Cikk- vagy rendelési szám
USB töltőkábel	163.164

## ● Gyakran ismételt kérdések

### **Hogyan hordom helyesen az aktivitásmérőt?**

Ha Ön jobbkezes, akkor az aktivitásmérőt a bal csuklóján hordja, vagy a jobb csuklóján, ha Ön balkezes. Ehhez húzza át a karszalag egyik végét a másik végén lévő nyíláson keresztül. Majd nyomja be a kapcsot

a karszalag nyílásaiba és dugja a karszalag végét a bújfatóba, amíg az érezhetően nem rögzül.

### **Miért hasznos az aktivitásmérő?**

Az egészséges élet alap követelménye a mozgás. A testmozgás fitten tartja, és csökkenti a szív és keringési megbetegedések kockázatát. A mozgás segíti a súlycsökkenést és javítja a közérzetet. A fizikai aktivitás az összes, energiát felhasználó mozgásra vonatkozik. A napi mozgás jelentős részét teszi ki a gyaloglás, a biciklizés, a lépcsőzés és a házimunka. Ahhoz, hogy a napi mozgás tervékenységet objektíven meg tudjuk becsülni és rögzíteni, használja az aktivitásmérőt. Ily módon a mindennapokban tudja motiválni Önt az intenzívebb mozgásra is. Napi legalább 7.000–10.000 lépés vagy 30 percnyi aktivitást az optimális. (Forrás: WHO után, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

### **Hogyan rögzíti az aktivitásmérő a lépéseimet?**

Az aktivitásmérő a beépített 3D szenzor segítségével folyamatosan ábrázolja a fizikai aktivitását. Miközben minden fizikai mozgást lépésként értelmez. A megtett táv adata eltérhet a ténylegesen megtett távtól.

### **Hogyan tudom az aktivitás/alvás adatokat kiértékelni?**


A Bluetooth® csatlakozási felületén keresztül az aktivitásmérője az elmentett adatokat egy okostelefonra (Android™ és iOS) tudja továbbítani és azon kiértékelni. Ehhez csupán az ingyenes „HealthForYou” applikációra van szüksége az okostelefonján.

## Hogyan szinkronizálom az adataimat az applikációval?

A rögzítette adatokat az aktivitásmérőjéről a „HealthForYou” applikációra továbbítja, kövesse az utasításokat a „Adatátvitel okostelefonra” fejezetben.

## Az adatátvitel az okostelefonra nem működik.

Ennek több oka lehet:

- Ellenőrizze, hogy az okostelefonja / tablete a „HealthForYou” applikációval kompatibilis.
- Az aktivitásmérő „Alvó üzemmódban” van. Az „Alvó üzemmód” elhagyásához tartsa 3 másodpercig lenyomva a „Touch” gombot. Az aktivitásmérő kijelzőjén megjelenik .
- *Bluetooth*<sup>®</sup> nincs aktiválva az Ön okostelefonján. Aktiválja a *Bluetooth*<sup>®</sup> alkalmazást az okostelefon beállításainál.
- Az aktivitásmérő akkumulátora üres. Ha az aktivitásmérő nem kapcsol be, töltsse fel a hozzátartozó USB töltőbábellet.
- Ellenőrizze, hogy a megfelelő applikációt használja-e. Adatátvitel kizárólag a „HealthForYou” applikációval működik.
- Az aktivitásmérő egy másik okostelefonnal van csatlakoztatva. Először szakítsa meg a csatlakozást, mielőtt az aktivitásmérőt egy másik okostelefonnal csatlakoztatja.
- **iPhone:**  
Amennyiben iPhone-t használ és nincs *Bluetooth*<sup>®</sup> kapcsolat, akkor csatlakoztassa le a *Bluetooth*<sup>®</sup> kapcsolatot a „HealthForYou”-applikációban.



Végül az iPhone beállításáiban válassza a *Bluetooth*<sup>®</sup> és törölje a „SAS 82”-at a beállított *Bluetooth*<sup>®</sup> eszközök közül.

Csatlakoztassa ismét *Bluetooth*<sup>®</sup> on keresztül a „SAS 82”-at a „HealthForYou”-applikációban.

- **Android<sup>™</sup>:**

Amennyiben Android<sup>™</sup> okostelefont használ és nincs *Bluetooth*<sup>®</sup> kapcsolat, csatlakoztassa le a *Bluetooth*<sup>®</sup> kapcsolatot a „HealthForYou”-applikációban és végül csatlakoztassa ismét a „SAS 82”-at.

### **Mikor kell az aktivitásmérő akkumulátorát feltölteni?**

Töltse fel az aktivitásmérő akkumulátorát, ha a gombnyomásnál a kijelzőn  látható. Amikor a ki kijelzőn  jelenik meg, az akkumulátor teljesítménye még maximum 24 órát bír. Soha ne hagyja, hogy az akkumulátor teljesen lemerüljön, mert csak akkor folyamatos az adatrögzítés.

### **Az aktivitásmérő akkumulátorát hogyan töltöm fel megfelelően?**

Az aktivitásmérő megfelelő feltöltéséhez kövesse a következő utasításokat, ahogy az „Akkumulátor feltöltés” fejezetben le van írva.

### **Viselhetem az aktivitásmérőt biciklizés közben?**

Biciklizés közben is tudja az aktivitásmérőt hordani. Ennek a feltétele, hogy a szenzort megfelelő helyen hordja. Helyezze a szenzort a lábához vagy egy szűk ill. oldalsó nadrágzsebbe, az övön nincs megfelelő helyen. A

megtett táv és a ténylegesen megtett táv alapvetően különbözik egymástól, mert az aktivitásmérő minden fizikai mozgást lépésként értelmez.

## **Hány napon / éjszakán keresztül tud az aktivitásmérő adatot rögzíteni?**

Az aktivitásmérő 15 napot és 15 éjszakát tud rögzíteni. Amikor az összes memória hely megtelik, a legrégebbi feljegyzéseket automatikusan felülírja. Ezért ajánljuk, hogy legalább egyszer egy héten hajtsa végre az adatátvitelt.

## **Hogyan aktiválom az alvómódot?**

Ügyeljen a „Alvó mód” fejezetben szereplő utasításokra

## **Hogyan tudom a rezgő funkciót aktiválni?**

Adja meg a kívánt risztás idejét a „HealthForYou” applikáció segítségével. A riasztási idő megadása / megváltoztatása után szinkronizálja az aktivitásmérőt és az applikációval.

## **Tusolás közben viselhetem az aktivitásmérőt ?**

Az aktivitásmérő állja a rövid alámerülést 1 méter mély vízben 30 percen keresztül (IP67). Zuhanyzás vagy alámerítés közben elvéve előrdul, hogy az uralkodó víznyomás túl magas és az aktivitásmérő ezáltal megsérül. Úszás közben a használatát nem javasolják.

## **Hogyan semmisítem meg megfelelően az aktivitásmérőt?**

Figyeljen az erre vonatkozó utasításokra a „Megsemmisítés” fejezetben.

## **Hogyan tudom az aktivitásmérőt megtisztítani?**

Néha tisztítsa meg az aktivitásmérőt egy nedves törlőkendővel.

## **Honnan tudok USB töltőkábelt utánrendelni?**

Lásd „Csere- és kó alkatrészek”.

## **Mit tartalmaz a csomagolás?**

Az alapfelszereltségben van egy aktivitásmérő és egy USB töltőkábel.

## **Mit jelent a rajz az aktivitásmérőn és a csomagoláson?**

Figyeljen az erre vonatkozó fejezetre „Az alkalmazott piktogramok jelmagyarázata”.

## **● Megsemmisítés**

A csomagolás környezetbarát anyagokból készült, amelyeket a helyi újrahasznosító helyeken adhat le ártalmatlanítás céljából.



A hulladék elkülönítéséhez vegye figyelembe a csomagolóanyagon található jelzéseket. Ezek rövidítéseket (a) és számokat (b) tartalmaznak a következő jelentéssel: 1–7: műanyagok / 20–22: papír és karton / 80–98: kötőanyagok.



A elektromos és elektronikus elhasználódott készülékekről szóló európai irányelv és annak a nemzeti jogszabályokba való átültetése értelmében az elhasznált elektromos készülékeket külön kell összegyűjteni és egy környezetbarát újrahasznosítóhoz eljuttatni.



A kiszolgált termék megsemmisítési lehetőségeiről lakóhelye illetékes önkormányzatánál tájékozódhat.

A hibás vagy elhasznált elemeket a 2006/66/EC irányelv és módosításai értelmében újra kell hasznosítani. Szolgáltassa vissza az elemeket és / vagy a terméket az ajánlott gyűjtőállomásokon keresztül.



### **Az elemek helytelen megsemmisítése miatt környezeti károsodások keletkeznek!**

Az elemeket nem szabad a háztartási szemétbe dobni. Mérgező hatású nehézfémeket tartalmazhatnak és ezért különleges kezelést igénylő hulladéknak számítanak. A nehézfémek vegyjelei a következők: Cd = kadmium, Hg = higany, Pb = ólom. Ezért juttassa el az elhasznált elemeket egy közösségi gyűjtőhelyre.

## ● Garancia / szerviz

3 év garanciát biztosítunk a vásárlás dátumától az aktivitásmérő anyagára és a gyártási hibára.

A garancia nem vonatkozik:

- a szakszerűtlen használatból eredő károkra.
- az elhasználódott részekre.
- a vevő saját hibájából eredő károsodásokra.
- ha az eszközbe egy nem engedélyezett műhelyben belenyúltak.

A garancia nem befolyásolja a vásárlónak a törvényes szavatossági jogait. A garanciaesetnek a garancia időn belüli érvényesítéséhez a vásárlónak a vásárlást igazolnia kell. A garancia a Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NÉMETORSZÁG nál a vásárlás dátumától számított 3 éves időtartamig érvényes.

**Kérjük, hogy rekalmációval forduljon szervízünkhöz az alábbi elérhetőségeken:**

**Szerviz-forródrót (díjmentes):**

(HU)

☎ **0680 106 886 (H-P: 8–18 óra)**

✉ **service-hu@sanitas-online.de**

Amennyiben azt kérjük, hogy küldje vissza nekünk a terméket, úgy azt az alábbi címre tegye:

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
NÉMETORSZÁG











**IAN 297928**

Ezúton kijelentjük, hogy ez a termék megfelel a(z) RED 2014/53/EU Irányelvnek.

A termék CE megfelelőségi nyilatkozata ezen oldalon található:  
<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/declarationofconformity.php>

<b>Legenda uporabljenih piktogramov</b> .....	Stran 30
<b>Uvod</b> .....	Stran 31
Obseg dobave .....	Stran 31
Predvidena uporaba .....	Stran 32
Opis delov .....	Stran 34
Tehnični podatki .....	Stran 34
<b>Pomembni varnostni napotki</b> .....	Stran 35
<b>Začetek uporabe</b> .....	Stran 36
Polnjenje akumulatorja.....	Stran 37
<b>Funkcije</b> .....	Stran 38
Pregled funkcij .....	Stran 38
Čas / datum / stanje akumulatorja.....	Stran 39
Koraki / gibi .....	Stran 39
Poraba kalorij .....	Stran 39
Prehojena razdalja.....	Stran 40
Aktivni čas.....	Stran 40
Napredek do dnevnega cilja.....	Stran 40
Stanje dnevnega cilja.....	Stran 41
Opozorilo .....	Stran 41
Obvestila.....	Stran 41
Klici.....	Stran 42
Način spanja .....	Stran 42
Opomnik za gibanje.....	Stran 43
<b>Prenos podatkov na pametni telefon</b> .....	Stran 44
<b>Nadomestni in obrabni deli</b> .....	Stran 44
<b>Pogosta vprašanja</b> .....	Stran 44
<b>Odstranjevanje</b> .....	Stran 49
<b>Garancija / Servis</b> .....	Stran 51
<b>Garancijski list</b> .....	Stran 53

## Legenda uporabljenih piktogramov

 <b>OPOZORILO!</b>	Opozorilni napotek za nevarnost telesnih poškodb ali nevarnosti za zdravje
	Varnostni napotek za morebitne poškodbe naprave / pribora
	Varnostni napotki
	Navodila za rokovanje
	Upoštevajte navodila za uporabo
	Enosmerni tok 5 V, 2 A
	Proizvajalec
	Ta izdelek izpolnjuje zahteve veljavnih evropskih in nacionalnih direktiv.
	Škoda na okolju zaradi napačnega odstranjevanja baterij!
<b>IP 67</b>	Odporen na prah in zaščiteno pred vplivi pri začasnem potopu v vodo
	Embalazo in senzor aktivnosti zavržite na okolju primeren način!

# **Senzor aktivnosti SAS 82**

## **● Uvod**



Pred začetkom obratovanja in pred prvo uporabo se seznanite s senzorjem aktivnosti. V ta namen pozorno preberite naslednja navodila za uporabo in pomembne varnostne napotke. Senzor aktivnosti uporabljajte samo skladno z opisom in le za navedena področja uporabe. Dobro shranite to navodilo za uporabo. Če senzor aktivnosti predate tretji osebi, ji izročite tudi vse dokumente.

## **● Obseg dobave**

Preverite obseg dobave glede zunanje nepoškodovanosti kartonske embalaže in popolnosti vsebine. Pred uporabo morate zagotoviti, da naprava in pribor nista vidno poškodovana in da je odstranjen ves embalažni material. V primeru dvoma naprave ne uporabljajte in se obrnite na svojega prodajalca ali navedeni servisni naslov.

1 x zapestnica s senzorjem  
aktivnosti

1 x USB polnilni kabel

1 x navodila za uporabo

1 x kratka navodila

## ● Predvidena uporaba

Gibanje je pogoj za zdravo življenje. Telesna aktivnost vas ohranja v formi in zmanjšuje tveganje za bolezni srca in ožilja. Kadar se gibate, vam to pomaga pri zmanjševanju telesne teže in ugotovili boste, ali se vaše dobro počutje izboljšuje. Telesna aktivnost se nanaša na vsako gibanje, pri katerem se porablja energija. Pri tem bistveni delež odpade na dnevne aktivnosti, kot so hoja, kolesarjenje, vzpenjanje po stopnicah in gospodinjska opravila. Da boste lahko objektivno ocenili in zajeli svojo dnevno aktivnost gibanja, vam je na voljo senzor aktivnosti Silvercrest „SAS 82“. Na ta način vas lahko motivira k več gibanju v vsakodnevem življenju.

S pomočjo brezplačne aplikacije »HealthForYou« se vaše aktivnosti gibanja udobno prenesejo iz senzorja aktivnosti v vaš pametni telefon. Tako lahko kadar koli svoje zapise preprosto in pregledno vidite na svojem pametnem telefonu.

### **Senzor aktivnosti ponuja skupaj z aplikacijo »HealthForYou« naslednje funkcije:**

- prikaz časa in datuma
- prikaz dnevno opravljenih korakov, razdalje, porabe kalorij, aktivnega časa in napredka do dnevnega cilja (v %)
- prikaz posameznih faz spanja
- alarme z vibriranjem
- opomnik za gibanje
- sporočila o klicih in sporočilih (npr. SMS ali WhatsApp).

Sistemske zahteve za  
Spletna različica  
»HealthForYou«

- MS Internet Explorer
  - MS Edge
  - Mozilla Firefox
  - Google Chrome
  - Apple Safari
- (v najnovejši različici)

Sistemske zahteve za  
aplikacijo »HealthForYou«

iOS od različice 9.0, Android™ od različice 5.0, *Bluetooth*® 4.0.

Prenos podatkov *Bluetooth*®  
wireless technology:

senzor aktivnosti *Bluetooth*® low energy technology, frekvenčni pas 2,402 – 2,480 GHz, največja moč oddajanja, izsevana v frekvenčnem pasu < 20 dBm, združljiv s pametnimi telefoni / tabličnimi računalniki s funkcijo *Bluetooth*® 4.0



Seznam združljivih pametnih telefonov, informacije o aplikaciji »HealthForYou« in programski opremi ter podrobno o napravah najdete na spodnji povezavi: [www.healthforyou.lidl](http://www.healthforyou.lidl)

Zaradi posodabljanja si pridržujemo pravico do tehničnih sprememb brez predhodnega obvestila.

## ● Opis delov

1 Tipka »Touch«

2 USB magnetni priključek

## ● Tehnični podatki

Teža:	pribl. 34 g (vklj. s kablom)
Primeren za obseg zapestja:	pribl. 14,5 do pribl. 19,5 cm
Akumulator:	70 mAh Li-ionski, polimerni
Čas delovanja akumulatorja:	maks. 15 dni obratovanja v stanju pripravljenosti
Dovoljeni obratovalni pogoji:	10–40 °C
Kapaciteta pomnilnika:	15 dni
Napajanje:	5V, 2 A
Zaščitni razred:	IP67
<i>Bluetooth®</i> low energy technology, frekvenčni pas 2,4 GHz	




## Pomembni varnostni napotki

**A OPOZORILO!** Izogibajte se stiku s sončnimi kremami in podobnimi izdelki, saj lahko poškodujejo dele iz umetne mase.

- Otrok ne pustite v bližino embalažnega materiala. Obstaja nevarnost zadušitve!
- Senzor aktivnosti je zaščiten pred škropljenjem vode, dežjem, vodo iz prhe in pred začasnim potopom v vodo do globine 1 metra do 30 minut. Senzorja aktivnosti ne uporabljajte med plavanjem!
- Senzor aktivnosti vsebuje magnete. Zato se pred uporabo senzorja aktivnosti posvetujte s svojim zdravnikom, če nosite srčni spodbujevalnik, defibrilator ali podobni elektronski vsadek.


### **Napotki za ravnanje z akumulatorji**

- Če pride tekočina iz akumulatorske celice v stik s kožo ali z očmi, sperite prizadeto mesto z vodo in poiščite zdravniško pomoč.
- Akumulatorje zaščitite pred čezmerno toploto.
-  **NEVARNOST EKSPLOZIJE!** Akumulatorjev ne mečite v ogenj.
- Pred prvim zagonom povsem napolnite akumulator (glejte poglavje »Polnjenje akumulatorja«).
- Akumulatorjev ne razstavljajte, odpirajte ali režite.
- Uporabljajte le polnilnike, navedene v navodilih za uporabo.

- Akumulatorje je treba pred uporabo pravilno napolniti. Vedno upoštevajte napotke proizvajalca oz. podatke v teh navodilih za uporabo za pravilno polnjenje.
- Akumulator povsem napolnite vsaj vsakih 6 mesecev.


## ● Začetek uporabe



Za vklop senzorja aktivnosti priključite senzor aktivnosti na polnilni kabel. Nato se senzor aktivnosti samodejno aktivira. Če senzorja aktivnosti ni mogoče vklopiti, je akumulator izpraznjen. Akumulator napolnite, kot je opisano v poglavju »Polnjenje akumulatorja«.

- Poskrbite, da bo vaš pametni telefon povezan z internetom.
- Na svojem pametnem telefonu vklopite funkcijo *Bluetooth®*.
- Naložite brezplačno aplikacijo »HealthForYou« iz trgovine Apple App Store (iOS) ali Google Play (Android™).
-  Glede na nastavitve pametnega telefona lahko pri vzpostavitvi internetne povezave ali prenosu podatkov nastanejo dodatni stroški.
- Zaženite aplikacijo »HealthForYou« in sledite navodilom. V meniju z nastavitvami aplikacije izberite „SAS 82“ in povežite. Na senzorju aktivnosti se prikaže naključna šestmestna koda PIN, sočasno pa se na pametnem telefonu prikaže vnosno polje, v katerega morate vnesti to šestmestno kodo PIN. Po uspešni povezavi lahko nastavite svoje osebne podatke. Po želji lahko aktivirate / nastavite opozorila,

obvestila o klicih / sporočilih ali aktivirate / nastavite opomnik za gibanje.

## ● Polnjenje akumulatorja

Ko prikaz stanja akumulatorja senzorja aktivnosti  prikazuje prazen akumulator, ga morate napolniti. Za polnjenje akumulatorja postopajte tako:

- Vstavite USB vtič USB polnilnega kabla  v USB vhod vključenega računalnika.
- Povežite magnetni priključek USB polnilnega kabla  s senzorjem aktivnosti, kot je prikazano na sliki. Poskrbite, da se bo kabel pravilno prilegal. Le tako se bo akumulator polnil.
- Trenutno stanje napolnjenosti lahko vidite na prikazu stanja akumulatorja.

V običajnem primeru traja polnjenje akumulatorja pribl. 3 ure. Ko je akumulator naprave povsem napolnjen, se na zaslonu prikaže beseda »FULL«.

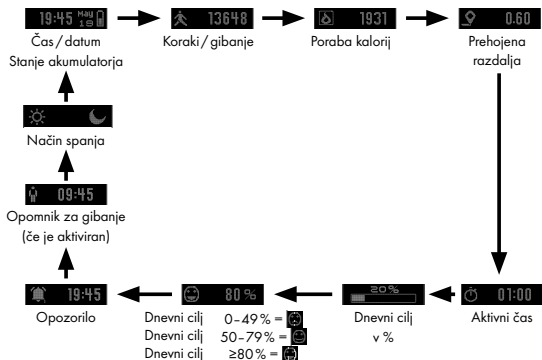
**⚠ OPOZORILO!** Senzorja aktivnosti NE polnite, če sta oba polnilna kontakta na hrbtni strani naprave mokra. S krpo po potrebi previdno in do suhega otrite oba polnilna kontakta.

## ● Funkcije

### ● Pregled funkcij

Ura za aktivnost ima naslednje funkcije: čas in datum ter stanje akumulatorja, števec korakov, poraba kalorij, prehojena razdalja, aktivni čas, dnevni cilj, alarm, spalni način, opozorilo za aktivnost in obvestila o sporočilih / klicih.

Vrednosti se dnevno ob polnoči nastavijo na 0. Štetje se nato začne znova. Za preklop med posameznimi funkcijami na senzorju aktivnosti pritisnite tipko »Touch« 1.



## ● Čas / datum / stanje akumulatorja

Senzor aktivnosti prikazuje trenutni čas, datum in stanje akumulatorja. Ko senzor aktivnosti sinhronizirate s pametnim telefonom, se trenutni čas in datum pametnega telefona preneseta v senzor aktivnosti.

## ● Koraki / gibi

Senzor aktivnosti prikazuje gibanje po korakih. Koraki se zajemajo s pomočjo 3D senzorja v notranjosti ohišja senzorja aktivnosti.

## ● Poraba kalorij

Senzor aktivnosti izračuna vašo porabo kalorij na osnovi podatkov, navedenih v aplikaciji (telesna višina, starost, spol, teža), in opravljenih korakov. Ko se zjutraj zbudite, kaže senzor aktivnosti že porabljene kalorije, saj telo med mirovanjem tudi porablja kalorije. Naprava samodejno prišteje porabo kalorij med mirovanjem.

## ● Prehojena razdalja 0.60

Senzor aktivnosti s pomočjo telesne višine, ki ste jo vnesli prek aplikacije, določi dolžino vašega koraka. Dolžino koraka lahko tudi sami spremenite. Na osnovi dolžine koraka in števila korakov izračuna senzor aktivnosti prehojeno razdaljo. Prikazana razdalja je samo okvirna referenčna vrednost in ni nujno, da se ujema z dejansko razdaljo.

## ● Aktivni čas 01:00

Aktivni čas prikazuje, kako dolgo se že aktivno gibate. Aktivni čas meri izključno čas, ko se gibate.

## ● Napredek do dnevnega cilja 20%

V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko določite dnevni cilj (npr. 10.000 korakov). Trenutni napredek nastavljenega dnevnega cilja (v %) lahko odčitata z zaslona senzorja aktivnosti.

## ● Stanje dnevnega cilja 80% 51% 0%

Ko dosežete od 0 do 49% nastavljenega dnevnega cilja, se na zaslonu prikaže 😞. Ko dosežete od 50 do 79% nastavljenega dnevnega cilja, se na zaslonu prikaže 😐.

Ko dosežete od 80% ali več nastavljenega dnevnega cilja, se na zaslonu prikaže 😊.



## ● Opozorilo 19:45

Prek aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite različne čase za opozorila. Ko je dosežen čas opozorila, začne senzor aktivnosti vibrirati.

## ● Obvestila SMS WhatsApp

Če so v vaš pametni telefon prispela obvestila (npr. SMS ali WhatsApp) prek funkcije Push, lahko o tem prejmete obvestilo prek zaslona senzorja aktivnosti. Pogoji za to je, da je senzor aktivnosti povezan s pametnim telefonom prek funkcije *Bluetooth*<sup>®</sup> in da je nameščena aplikacija »HealthForYou«.

Ko sporočilo prispe, se na zaslonu najprej prikaže pošiljatelj.




Če pritisnete tipko »Touch« , se na zaslonu prikaže del sporočila. S ponovnim pritiskom na tipko »Touch«  lahko nadaljujete z branjem sporočila. Pri daljših sporočilih se ne prikaže celotna vsebina.

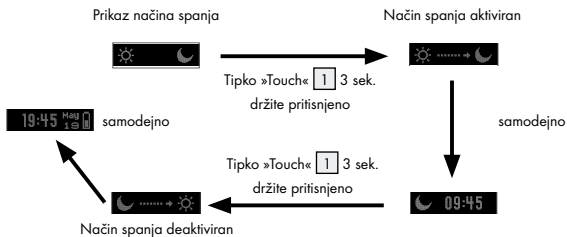


## ● **Klici** John Smith

V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite, da boste o klicih obveščeni prek senzorja aktivnosti. Pogoji za to je, da je senzor aktivnosti povezan s pametnim telefonom prek funkcije *Bluetooth*<sup>®</sup> in da je nameščena aplikacija »HealthForYou«.

## ● **Način spanja**

Za merjenje gibov med spanjem morate pred spanjem napravo preklopiti v način spanja. Za to v prikazu načinu spanja za 3 sekunde pritisnete tipko »Touch« . Na zaslonu se za kratek čas prikaže . Po eni sekundi senzor aktivnosti samodejno preklopi v način spanja. Ko se zjutraj zbudite, pritisnete tipko »Touch«  za pribl. 3 sekunde, da prebudite senzor aktivnosti iz načina spanja.



Izbirno lahko prek aplikacije nastavite časovni interval, v katerem senzor aktivnosti samodejno preklopi v način spanja in nato znova preide v način aktivnosti. Dodatno lahko nastavite opomnik za spanje.

## ● Opomnik za gibanje 09:45

V nastavitvah aplikacije »HealthForYou« lahko nastavite opomnik za gibanje. Nastavite lahko začetni in končni čas, medtem ko je opomnik za gibanje aktiven, npr. od 09.00–18.00 ure. Dodatno lahko nastavite trajanje neaktivnosti. Če se zdaj med nastavljenim obdobjem neaktivnosti ne premikate, začne senzor aktivnosti vibrirati in na zaslonu se prikaže



## ● Prenos podatkov na pametni telefon

Za prenos zapisanih podatkov sensorja aktivnosti v aplikacijo »HealthForYou«, izvedite naslednje korake:

- Na svojem pametnem telefonu aktivirajte funkcijo *Bluetooth*<sup>®</sup>.
- Odprite aplikacijo »HealthForYou«.
- Povežite svoj senzor aktivnosti „SAS 82“ z aplikacijo. Vaši podatki se bodo samodejno prenesli v pametni telefon.

## ● Nadomestni in obrabni deli

Dele pribora lahko naročite prek spletne trgovine na naslovu:  
[www.shop.sanitas-online.de](http://www.shop.sanitas-online.de)

Oznaka	Številka izdelka oz. za naročanje
USB polnilni kabel	163.164

## ● Pogosta vprašanja

### **Kako pravilno nosim senzor aktivnosti?**

Senzor aktivnosti nosite na levem zapestju, če ste desničar, ali na desnem zapestju, če ste levičar. Pri tem povlecite konec zapestnice skozi odprtino

na drugem koncu. Zdaj pritisnite zaponko v odprtinah zapestnice in potisnite konec zapestnice skozi zanko, da se občutno zaskoči.

### **Kako mi senzor aktivnosti koristi?**

Gibanje je pogoj za zdravo življenje. Telesna aktivnost vas ohranja v formi in zmanjšuje tveganje za bolezni srca in ožilja. Kadar se gibate, vam to pomaga pri zmanjševanju telesne teže in ugotovili boste, ali se vaše dobro počutje izboljšuje. Telesna aktivnost se nanaša na vsako gibanje, pri katerem se porablja energija. Pri tem bistveni delež odpade na dnevne aktivnosti, kot so hoja, kolesarjenje, vzpenjanje po stopnicah in gospodinjska opravila. Da boste lahko objektivno ocenili in zajeli svojo dnevno aktivnost gibanja, vam je na voljo senzor aktivnosti. Na ta način vas lahko motivira k več gibanju v vsakodnevem življenju. Dnevni penzum najmanj 7.000–10.000 korakov ali 30 minut aktivnosti je optimalen.

(Vir: skladno z WHO, dr. Catrine Tudor-Locke, dr. David R. Bassett jr.)

### **Kako senzor aktivnosti zajema moje korake?**

Senzor aktivnosti s pomočjo vgrajenega 3D senzorja neprekinjeno zapiše vašo telesno aktivnost. Pri tem se vsi vaši fizični gibi prevedejo v korake. Podatek o opravljeni poti lahko zaradi tega odstopa od dejanske poti.

### **Kako lahko ovrednotim svoje podatke o aktivnosti / spanju?**

Prek vmesnika *Bluetooth*<sup>®</sup> senzorja aktivnosti lahko shranjene podatke prenesete v pametni telefon (Android<sup>™</sup> in iOS) in jih tam ovrednotite. Za


to potrebujete le brezplačno aplikacijo »HealthForYou« na svojem pametnem telefonu.

## **Kako sinhroniziram svoje podatke z aplikacijo?**

Za prenos zapisanih podatkov senzorja aktivnosti v aplikacijo »HealthForYou«, sledite navodilom v poglavju »Prenos podatkov na pametni telefon«.

## **Prenos podatkov v pametni telefon ne deluje.**

Za to je lahko več vzrokov:

- preverite, ali je vaš pametni telefon / tablični računalnik združljiv z aplikacijo »HealthForYou«.
- senzor aktivnosti je v »načinu spanja«. Za izhod iz »načina spanja« za 3 sekunde pritisnite tipko »Touch«. Na zaslonu senzorja aktivnosti se prikaže .
- funkcija *Bluetooth*<sup>®</sup> na vašem pametnem telefonu ni aktivirana. V nastavitvah pametnega telefona vklopite funkcijo *Bluetooth*<sup>®</sup>.
- akumulator senzorja aktivnosti je prazen. Če senzorja aktivnosti ni mogoče vklopiti, ga napolnite s pomočjo priloženega USB polnilnega kabla.
- preverite, ali uporabljate pravo aplikacijo. Prenos podatkov je mogoč izključno prek aplikacije »HealthForYou«.
- senzor aktivnosti je povezan z drugim pametnim telefonom. Najprej prekinite povezavo in šele nato povežite senzor aktivnosti z drugim pametnim telefonom.



- **iPhone:**

Če uporabljate iPhone in povezava *Bluetooth*<sup>®</sup> ni več vzpostavljena, najprej prekinite povezavo *Bluetooth*<sup>®</sup> v aplikaciji »HealthForYou«. Nato odprite nastavitve svojega iPhones za funkcijo *Bluetooth*<sup>®</sup> in izbrišite „SAS 82“ s seznama povezanih naprav prek funkcije *Bluetooth*<sup>®</sup>. Zdaj znova povežite „SAS 82“ v aplikaciji »HealthForYou« prek funkcije *Bluetooth*<sup>®</sup>.

- **Android™:**

Če uporabljate pametni telefon z operacijskim sistemom Android™ in povezava *Bluetooth*<sup>®</sup> ni več vzpostavljena, najprej prekinite povezavo *Bluetooth*<sup>®</sup> v aplikaciji »HealthForYou« in znova vzpostavite povezavo s „SAS 82“.

### **Kdaj moram napolniti akumulator senzorja aktivnosti?**

Akumulator senzorja aktivnosti napolnite, ko se ob pritisku na tipko na zaslonu prikaže . Ko se na zaslonu prikaže , je zmogljivost akumulatorja še največ za 24 ur. Akumulatorja nikoli povsem ne izpraznite, saj je le tako lahko mogoče neprekinjeno zajemanje podatkov.

### **Kako pravilno napolnim akumulator senzorja aktivnosti?**

Za pravilno polnjenje senzorja sledite navodilom, opisanim v poglavju »Polnjenje akumulatorja«.

## **Ali lahko senzor aktivnosti nosim tudi med vožnjo s kolesom?**

Senzor aktivnosti lahko nosite tudi med kolesarjenjem. Pogoji za to je, da senzor nosite na ustreznem mestu. Nameščanje senzorja na nogo ali v ozek oz. stranski hlačni žep je primerno, ni pa primerna nošnja na pasu. Vseeno pa se podatek o opravljeni poti razlikuje od dejanske poti, saj senzor aktivnosti prevede vse vaše fizične gibe v korake.

## **Koliko dni / noči lahko senzor aktivnosti zapiše?**

Senzor aktivnosti lahko zapiše do 15 dni in 15 noči. Če so vsa pomnilniška mesta polna, se najstarejši zapisi samodejno preprišejo. Zato priporočamo, da prenos podatkov izvedete vsaj enkrat tedensko.

## **Kako aktiviram način spanja?**

Za to upoštevajte navodila v poglavju »Način spanja«.

## **Kako lahko aktiviram alarm z vibriranjem?**

Želeni čas alarma vnesite v aplikacijo »HealthForYou«. Po vnosu / spremembi sinhronizirajte čas alarma senzorja aktivnosti z aplikacijo.

## **Ali lahko senzor aktivnosti nosim tudi med prhanjem ali plavanjem?**

Senzor aktivnosti je zaščiten pred začasnim potopom v vodo do globine 1 metra do 30 minut (IP 67). V posameznih primerih med prhanjem ali potapljanjem se lahko zgodi, da je prevladujoči tlak vode previsok in se

senzor aktivnosti zaradi tega poškoduje. Odsvetujemo pa uporabo med plavanjem.

### **Kako pravilno zavržem senzor aktivnosti?**

Za to upoštevajte napotke v poglavju »Odstranjevanje«.

### **Kako lahko čistim senzor aktivnosti?**

Senzor aktivnosti občasno skrbno očistite z vlažno krpo.

### **Kje lahko naknadno naročim USB polnilni kabel?**

Glejte poglavje »Nadomestni in obrabni deli«.

### **Kaj vse spada v obseg dobave?**

V obseg dobave spadata senzor aktivnosti in USB polnilni kabel.

### **Kaj pomenijo znaki na senzorju aktivnosti in embalaži?**

Za to si oglejte poglavje „Legenda uporabljenih piktogramov“.

## **● Odstranjevanje**

Embalaža je narejena iz okolju primernih materialov, ki jih lahko oddate za recikliranje na lokalnih zbirališčih odpadkov.



Upoštevajte oznake embalažnih materialov za ločevanje odpadkov, ki so označene s kraticami (a) in številkami (b) z naslednjim pomenom: 1-7: umetne mase / 20-22: papir in karton / 80-98: vezni materiali.



V skladu z evropsko direktivo o starih električnih napravah in njenem izvajanjem v nacionalnem pravu je treba električne naprave zbirati ločeno in jih oddati za okolju primerno ponovno predelavo.



○ možnostih odstranjevanja odsluženega izdelka se lahko pozanimате pri svoji občinski ali mestni upravi.

Pokvarjene ali iztrošene baterije je treba reciklirati v skladu z Direktivo 2006/66/EC in njenimi spremembami. Baterije in / ali izdelek vrnite na ponujenih zbirnih mestih.



### **Škoda na okolju zaradi napačnega odstranjevanja baterij!**

Baterij ne smete odstraniti skupaj z gospodinjskimi odpadki. Vsebujejo lahko strupene težke kovine in so podvržene določbam za ravnanje z nevarnimi odpadki. Kemični simboli težkih kovin so naslednji: Cd = kadmij, Hg = živo srebro, Pb = svinec. Zato iztrošene baterije oddajte na komunalnem zbirnem mestu.

## ● Garancija / Servis

Za tovarniške napake in napake v materialu dajemo 3 letno garancijo od datuma nakupa senzorja aktivnosti.

Garancija ne velja:

- v primeru škode, ki je posledica neprimerne uporabe.
- za dele, ki se hitro obrabijo.
- v primeru lastne krivde stranke.
- če je napravo odprla nepooblaščen delavnik.

Ta garancija ne omejuje zakonskih pravic stranke iz naslova jamstva. Kupec mora v primeru uveljavljanja garancije v garancijskem času predložiti dokazilo o nakupu. Garancija se lahko uveljavlja v obdobju 3 let od datuma nakupa pri podjetju Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NEMČIJA.

**Prosimo, da se v primeru reklamacij glede naših storitev obrnete na naš servis na naslednjem naslovu:**

**Servisna telefonska linija (brezplačna):**

SI

☎ **0800 81496 (pon. – pet.: 8–18 ure)**

✉ **service-slo@sanitas-online.de**

Če od vas želimo pošiljanje okvarjenega izdelka, ga pošljite na naslednji naslov:

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
NEMČIJA

**IAN 297928**

S tem potrjujemo, da izdelek ustreza Evropski RED direktivi 2014/53/EU.  
Izjavo o skladnosti CE za ta izdelek najdete na naslovu:  
[http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/  
cedecclarationofconformity.php](http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedecclarationofconformity.php)



### **Pooblaščeni serviser:**

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
NEMČIJA

Servisna telefonska številka: 0800 81496  
service-slo@sanitas-online.de

### **Garancijski list**

1. S tem garancijskim listom Hans Dinslage, Nemčija jamčimo, da bo izdelek v garancijskem roku ob normalni in pravilni uporabi brezhibno deloval in se zavezujemo, da bomo ob izpolnjenih spodaj navedenih pogojih odpravili morebitne pomanjkljivosti in okvare zaradi napak v materialu ali izdelavi oziroma po svoji presoji izdelek zamenjali ali vrnili kupnino.
2. Garancija je veljavna na ozemlju Republike Slovenije.
3. Garancijski rok za proizvod je 3 leta od datuma izročitve blaga. Datum izročitve blaga je razviden iz računa.
4. Kupec je dolžan okvaro javiti pooblaščenemu servisu oziroma se informirati o nadaljnjih postopkih na zgoraj navedeni telefonski številki. Svetujemo vam, da pred tem natančno preberete navodila o sestavi in uporabi izdelka.











5. Kupec je dolžan pooblaščenemu servisu predložiti garancijski list in račun, kot potrdilo in dokazilo o nakupu ter dnevu izročitve blaga.
6. V primeru, da proizvod popravlja nepooblaščen servis ali oseba, kupec ne more uveljavljati zahtevkov iz te garancije.
7. Vzroki za okvaro oziroma nedelovanje izdelka morajo biti lastnosti stvari same in ne vzroki, ki so zunaj proizvajalčeve oziroma prodajalčeve sfere. Kupec ne more uveljavljati zahtevkov iz te garancije, če se ni držal priloženih navodil za sestavo in uporabo izdelka ali če je izdelek kakorkoli spremenjen ali nepravilno vzdrževan.
8. Jamčimo servis in rezervne dele še 3 leta po preteku garancijskega roka.
9. Obrabni deli oz. potrošni material so izvzeti iz garancije.
10. Vsi potrebni podatki za uveljavljanje garancije se nahajajo na dveh ločenih dokumentih (garancijski list, račun).
11. Ta garancija proizvajalca ne izključuje pravic potrošnika, ki izhajajo iz odgovornosti prodajalca za napake na blagu.

Prodajalec:

Lidl Slovenija d.o.o. k.d., Pod lipami 1, SI-1218 Komenda

<b>Legenda použitých piktogramů</b> .....	Strana 56
<b>Úvod</b> .....	Strana 57
Obsah dodávky.....	Strana 57
Použití ke stanovenému účelu.....	Strana 58
Popis dílů.....	Strana 60
Technická data.....	Strana 60
<b>Důležitá bezpečnostní upozornění</b> .....	Strana 61
<b>Uvedení do provozu</b> .....	Strana 62
Nabíjení akumulátoru.....	Strana 63
<b>Funkce</b> .....	Strana 64
Přehled funkcí.....	Strana 64
Čas / Datum / Stav akumulátoru.....	Strana 65
Kroky / Pohyb.....	Strana 65
Spotřeba kalorií.....	Strana 65
Překonaná vzdálenost.....	Strana 66
Doba aktivity.....	Strana 66
Vývoj plnění denního cíle.....	Strana 66
Stav denního cíle.....	Strana 67
Alarm.....	Strana 67
Zprávy.....	Strana 67
Volání.....	Strana 68
Režim spánku.....	Strana 68
Upomínka k pohybu.....	Strana 69
<b>Přenos dat na Smartphon</b> .....	Strana 70
<b>Náhradní a opotřebitelné díly</b> .....	Strana 70
<b>Často kladené otázky</b> .....	Strana 70
<b>Odstranění do odpadu</b> .....	Strana 75
<b>Záruka a servis</b> .....	Strana 76

## Legenda použitých piktogramů

 <b>VÝSTRAHA!</b>	Výstražné upozornění na nebezpečí zranění nebo nebezpečí ohrožení Vašeho zdraví
	Bezpečnostní upozornění na možná poškození výrobku nebo příslušenství
	Bezpečnostní upozornění
	Pokyny k zacházení
	Řídit se návodem k použití
	Stejnoseměrný proud 5V, 2A
	Výrobce
	Tento výrobek splňuje požadavky platných evropských a národních směrnic.
	Škody na životním prostředí způsobené nesprávným odstraněním baterií do odpadu!
<b>IP 67</b>	Vodotěsné provedení a chráněné proti následkům krátkého potopení do vody
	Obal a senzor aktivity odstraňujte do odpadu ekologicky!

# **Fitness náramek SAS 82**

## **● Úvod**



Před uvedením do provozu a prvním použitím se se senzorem aktivity seznámete. K tomu si pozorně přečtete následující návod k obsluze a důležité bezpečnostní pokyny. Používejte senzor aktivity jen popsáním způsobem a pouze pro uvedené oblasti použití. Tento návod k obsluze dobře uložte. Při předání výrobku k němu současně připojte i všechny jeho podklady.

## **● Obsah dodávky**

Zkontrolujte neporušenost obalu a úplnost obsahu. Před použitím je třeba kontrolovat, jestli nemá výrobek a příslušenství viditelná poškození a je zapotřebí odstranit veškerý obalový materiál. V případě pochyb se obraťte na Vašeho prodejce nebo na uvedenou adresu zákaznického servisu.

1 x senzor aktivity na pásku

1 x USB nabíjecí kabel

1 x návod k použití

1 x krátký návod

## ● Použití ke stanovenému účelu

Pohyb je předpokladem pro zdravý život. Tělesná aktivita Vás udržuje fit a snižuje riziko onemocnění srdce a krevního oběhu. Jestliže se budete pohybovat pomůže Vám pohyb při snížení tělesné váhy a zjistíte, že se cítíte zdravě a jste spokojení. Tělesnou aktivitou jsou všechny pohyby, které spotřebovávají energii. K tomu patří s podstatným podílem i denní aktivity jako chůze, jízda na kole, stoupání do schodů a domácí práce. Pro objektivní odhadnutí denní aktivity a její záznam Vám slouží Silvercrest senzor aktivity „SAS 82“. Tímto způsobem Vás může motivovat k intenzivnějšímu pohybu ve všední dnu.

Pomocí bezplatné aplikace „HealthForYou“ se pohodlně přenáší Vaše pohybové aktivity od senzoru na Váš Smartphon. Tak můžete kdykoliv jednoduše a přehledně vidět Vaše záznamy na Vašem Smartphonu.

### **Senzor aktivity, spolu s aplikací „HealthForYou“, poskytuje následující funkce:**

- zobrazení času a data
- ukazatel denně provedených kroků, překonané vzdálenosti, spotřeby kalorií, dobu aktivit a vývoj při plnění denního cíle (v %)
- zobrazení jednotlivých fází spánku
- vibrační alarmy
- upomínka k pohybu
- oznámení telefonátů a zpráv (např. SMS nebo WhatsApp).

Požadavky na systém pro

Webová verze „HealthForYou“ - MS Internet Explorer

- MS Edge
  - Mozilla Firefox
  - Google Chrome
  - Apple Safari
- (vždy v aktuální verzi)

Systémové požadavky pro aplikaci „HealthForYou“

iOS od verze 9.0, Android™ od verze 5.0, *Bluetooth*® 4.0.

Přenos dat prostřednictvím *Bluetooth*® wireless technology:

Výrobek používá *Bluetooth*® low energy technology, frekvenční pásmo 2,402 – 2,480 GHz, ve frekvenčním pásmu maximální vyzařovaný vysílací výkon < 20 dBm, kompatibilní s *Bluetooth*® 4.0 Smartphoneu/ Tabletů



Seznam kompatibilních Smartphoneů, informace k App „HealthForYou“ a softwaru a bližší informace k přístrojům, najdete pod následujícím odkazem: [www.healthforyou.lidl](http://www.healthforyou.lidl)

Změny technických dat jsou bez oznámení z důvodu aktualizace vyhrazeny.

## ● Popis dílů

1 Dotykové tlačítko

2 USB magnetická přípojka

## ● Technická data

Váha:	cca 34 g (včetně kabelu)
Vhodné pro Obvod zápěstí od:	cca 14,5 do cca 19,5 cm
Akumulátor:	70 mAh Li-Ion polymerový
Doba provozu akumulátoru:	max. 15 dní stand by
Přípustné provozní podmínky:	10–40 °C
Kapacita paměti:	15 dní
Napájení proudem:	5V, 2A
Třída ochrany:	IP67
<i>Bluetooth®</i> low energy technology, frekvenční pásmo 2,4 GHz	



## Důležitá bezpečnostní upozornění

**⚠ VÝSTRAHA!** Zabraňte kontaktu s opalovacím krémem nebo podobnými prostředky, umělohmotné díly se mohou poškodit.

- Držte neustále obalový materiál mimo dosah dětí. Hrozí nebezpečí udušení!
- Sensor aktivit je chráněný před stříkající vodou, deštěm, vodou při sprchování a 30 minut před ponořením do vody, do hloubky 1 metru. Nepoužívejte sensor aktivit při plavání!
- Sensor aktivity obsahuje magnety. Jestliže máte kardiostimulátor, defibrilátor nebo jiný elektronický implantát konzultujte před použitím senzoru aktivity nejdříve Vašeho lékaře.

### **Pokyny k zacházení s akumulátory**

- Po kontaktu tekutiny z akumulátoru s pokožkou nebo očima vymyjte postižené místo vodou a vyhledejte lékařskou pomoc.
- Chraňte akumulátory před nadměrným teplem.




**NEBEZPEČÍ VÝBUCHU!** Nevhazujte akumulátory do ohně.

- Před uvedením do provozu akumulátor úplně nabijte (viz kapitola „Nabíjení akumulátoru“).
- Akumulátory nerozebírejte, neotevírejte ani nedrťte.
- Používejte jen nabíječky uvedené v návodu k použití.

- Akumulátory se musí před použitím nabíjet správně. Ke správnému nabíjení je třeba se vždy řídit pokyny výrobce resp. podle údajů v návodu k použití.
- Nejméně po 6 měsících akumulátor úplně nabijte.

## ● Uvedení do provozu



K uvedení senzoru aktivit do provozu ho připojte na nabíjecí kabel. Potom se senzor aktivit aktivuje samostatně. V případě, že se senzor aktivit nedá zapnout je jeho akumulátor vybitý. Nabijte akumulátor podle popisu v kapitole „Nabíjení akumulátoru“.


- Přesvědčte se, že je Váš Smartphon spojený s internetem.
- Aktivujte *Bluetooth*® Vašeho Smartphonu.
- Stáhněte si bezplatnou aplikaci „HealthForYou“ z Apple App Store (iOS) nebo u Google Play (Android™).
-  V závislosti na nastavení Vašeho Smartphonu může dojít k nárůstku poplatků za spojení s internetem nebo za přenos dat.
- Nastartujte aplikaci „HealthForYou“ a řiďte se pokyny. V menu nastavení aplikace zvolit „SAS 82“ a spojit. Na senzoru aktivit se ukáže náhodně vytvořený šestimístný kód PIN, současně se objeví na Smartphonu políčko, do kterého musíte tento kód napsat. Po úspěšném spojení můžete nastavit Vaše osobní data. Podle přání si můžete

aktivovat alarmy/nastavit, nechat se informovat o volání/zprávách nebo aktivovat/nastavit alarm pro aktivity.

## ● Nabíjení akumulátoru

Jakmile ukazatel stavu akumulátoru  ukáže vybitý akumulátor, musíte ho nabít. Při nabíjení akumulátoru postupujte následujícím způsobem:

- Zastrčte USB zástrčku Vašeho USB nabíjecího kabelu  do USB přípojky Vašeho zapnutého počítače.
- Spojte podle obrázku magnetický uzávěr USB nabíjecího kabelu  s Vaším senzorem aktivit. Dejte pozor na správné držení nabíjecího kabelu. Jen potom se bude akumulátor nabíjet.
- Aktuální stav nabíjení můžete vidět na ukazateli stavu akumulátoru. V normálním případě trvá nabíjení akumulátoru cca 3 hodiny. Jakmile je akumulátor výrobku úplně nabitý, objeví se na displeji slovo „FULL“.

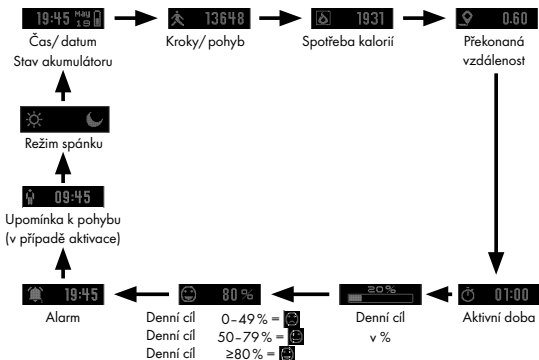
 **VÝSTRAHA!** NENABÍJEJTE senzor aktivit s mokřými kontakty pro nabíjení na zadní straně výrobku. Popřípadě opatrně vysušte oba nabíjecí kontakty hadrem.

## ● Funkce

### ● Přehled funkcí

Hodiny aktivit mají následující funkce: čas s datem a stav akumulátoru, krokoměr, spotřebu kalorií, překonanou vzdálenost, aktivní dobu, denní cíl, alarm, režim spánku, upomínka k pohybu a oznámení zpráv/volání. Hodnoty se denně v 0 hodin vrací na nulu. Po- čítání potom startuje zase od začátku.

Pro přechod mezi jednotlivými funkcemi stiskněte na senzoru aktivit doty-  
kové tlačítko **1**.



## ● Čas/Datum / Stav akumulátoru

Senzor aktivit ukazuje aktuální čas, datum a stav akumulátoru. Po synchronizaci senzoru aktivit se Smartphonem se přenáší aktuální čas a datum Smartphonu na senzor aktivit.

## ● Kroky / Pohyb

Senzor aktivit ukazuje pohyb počtem kroků. Kroky se zaznamenávají pomocí 3D-senzoru v tělese senzoru.

## ● Spotřeba kalorií

Senzor aktivit vypočítává Vaši spotřebu kalorií na základě zaznamenaných údajů v aplikaci (tělesná výška, stáří, pohlaví, váha) a Vámi provedenými kroky. Po probuzení Vám senzor aktivit ukáže již spotřebované kalorie, protože i za klidu tělo kalorie spotřebovuje. Výrobek vypočítává automaticky kalorie spotřebované za klidu.

## ● Překonaná vzdálenost 0.60

Pomocí udané tělesné výšky zaznamenané v aplikaci určuje senzor aktivit délku Vašeho kroku. Délku kroku můžete individuálně měnit. Na základě délky kroku a počtu kroků vypočítává senzor aktivit Vámi překonanou vzdálenost. Zobrazená vzdálenost je jen hrubá hodnota a nesouhlasí absolutně se skutečnou vzdáleností.

## ● Doba aktivity 01:00

Doba aktivity Vám ukazuje jak dlouho jste již aktivně v pohybu. Doba aktivity je doba, po kterou jste v pohybu.

## ● Vývoj plnění denního cíle 20%

V nastavení aplikace „HealthForYou“-App můžete zadat Váš denní cíl (např. 10.000 kroků). Aktuální vývoj k dosažení denního cíle (v %) můžete vidět na displeji senzoru aktivit.

## ● Stav denního cíle 80% 51% 0%

Jestliže jste splnili 0–49% nastaveného denního cíle, objeví se na displeji 😞.

Jestliže jste splnili 50–79% nastaveného denního cíle, objeví se na displeji 😐.

Jestliže jste splnili 80% nastaveného denního cíle, objeví se na displeji 😊.

## ● Alarm 19:45



V aplikaci „HealthForYou“ můžete nastavit různé alarmy.

Aktivní alarm se projeví vibrací senzoru aktivit.

## ● Zprávy SMS WhatsApp

O zprávách na Vašem Smartphonu (např. SMS nebo WhatsApp) se můžete nechat informovat na displeji senzoru aktivit. Předpokladem k tomu je, že je senzor aktivit spojený přes *Bluetooth*<sup>®</sup> se Smartphonem a zařízená aplikace „HealthForYou“.

Jakmile dojde zpráva objeví se na displeji nejdříve odesílatel.




Při stisknutí dotykového tlačítka  ukáže displej díl zprávy. Po dalším stisknutí dotykového tlačítka  můžete číst další díl zprávy. U delších zpráv se celý obsah nezobrazuje.



## ● Volání

V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete určit, že chcete být informováni na senzoru aktivit o přicházejících hovorech. Předpokladem k tomu je, že je senzor aktivit spojený přes *Bluetooth*<sup>®</sup> se Smartphonem a zařízená aplikace „HealthForYou“.



## ● Režim spánku

Pro měření Vašich pohybů ve spánku přepněte výrobek před spaním do spánkového režimu. K tomu stiskněte v zobrazeném spánkovém režimu na 3 vteřiny dotykové tlačítko . Na displeji se krátce objeví . Za vteřinu se senzor aktivit automaticky přepne do spánkového režimu. Ráno, po probuzení, stiskněte na cca 3 vteřiny dotykové tlačítko  k probuzení senzoru aktivit ze spánkového režimu.



Opcionálně můžete v aplikaci určit časový interval, ve kterém senzor aktivit automaticky přejde do spánkového režimu a potom zase zpět do režimu aktivit. Přídavně můžete nastavit upomínku ke spánku.

## ● Upomínka k pohybu 09:45

V nastavení aplikace „HealthForYou“ můžete nastavit upomínku k pohybu. Můžete nastavit začáteční a konečný čas doby během které je upomínka k pohybu aktivní, například od 9:00 do 18:00 Uhr. Přídavně můžete nastavit dobu trvání aktivity. Jestliže se v nastavené době nepohybujete začne senzor aktivit vibrovat a na displeji se objeví  -> .

## ● Přenos dat na Smartphon

Pro přenos dat zaznamenaných Vaším senzorem aktivit do aplikace „HealthForYou“ postupujte následujícím způsobem:

- Aktivujte *Bluetooth*® Vašeho Smartphonu.
- Otevřete aplikaci „HealthForYou“.
- Spojte Váš senzor aktivit „SAS 82“ s aplikací, Vaše data se automaticky přenesou na Smartphon.

## ● Náhradní a opotřebitelné díly

Díly příslušenství můžete dodatečně objednat ve webovém shopu na stránce: [www.shop.sanitas-online.de](http://www.shop.sanitas-online.de)

Název	Artikl resp. objednávací číslo
USB nabíjecí kabel	163.164

## ● Často kladené otázky

### **Jak mám senzor aktivit správně nosit?**

Noste senzor aktivit a levém zápěstí, pokud jste praváci nebo na pravém zápěstí jako leváci. K tomu protáhněte jeden konec pásku otvorem druhého

konce. Zatlačte přezku do otvorů pásku a protáhněte konec pásku smyčkou až slyšitelně zaskočí.

## **K čemu je senzor aktivit pro mě dobrý?**

Pohyb je předpokladem pro zdravý život. Tělesná aktivita Vás udržuje fit a snižuje riziko onemocnění srdce a krevního oběhu. Jestliže se budete pohybovat pomůže Vám pohyb při snížení tělesné váhy a zjistíte, že se cítíte zdravě a jste spokojeni. Tělesnou aktivitou jsou všechny pohyby, které spotřebovávají energii. K tomu patří s podstatným podílem i denní aktivity jako chůze, jízda na kole, stoupaní do schodů a domácí práce. Senzor aktivit Vám slouží k dennímu objektivnímu odhadnutí a záznamu Vaší pohybové aktivity. Tímto způsobem Vás může motivovat k intenzivnějšímu pohybu ve všední dnu. Optimální je denní penzum nejméně 7.000 až 10.000 kroků nebo 30 minut aktivity.

(zdroj: podle WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

## **Jak zaznamenává senzor aktivit moje kroky?**

Senzor aktivit zaznamenává nepřetržitě Vaši tělesnou aktivitu pomocí vestavěného 3D-senzoru. Přitom se všechny Vaše fyzické pohyby interpretují jako kroky. Proto se může údaj o překonané vzdálenosti odchýlovat od skutečné vzdálenosti.

## **Jak mohu vyhodnotit data aktivit nebo spánku?**


Přes rozhraní *Bluetooth*<sup>®</sup> můžete data uložená do paměti senzoru aktivit přenést na Smartphon (Android<sup>™</sup> a iOS) a tam vyhodnotit. Potřebujete k tomu pouze bezplatnou aplikaci „HealthForYou“ na Vašem Smartphonu.

## **Jak mohu pomocí aplikace moje data synchronizovat?**

Pro přenos dat zaznamenaných Vaším senzorem aktivit do aplikace „HealthForYou“ postupujte podle pokynů v kapitole „Přenos dat na Smartphon“.

## **Přenos dat na Smartphon nefunguje.**

To může mít mnoho příčin:

- zkontrolujte, jestli je Váš Smartphon nebo tablet kompatibilní s aplikací „HealthForYou“.
- senzor aktivit je v režimu „Sleep“. Pro opuštění režimu „Sleep“ stiskněte na 3 vteřiny dotykové tlačítko. Na displeji senzoru aktivit se objeví .
- *Bluetooth*<sup>®</sup> není na Vašem Smartphonu aktivován. Aktivujte *Bluetooth*<sup>®</sup> v nastavení Vašeho Smartphonu.
- akumulátor senzoru aktivit je vybitý. Jestliže nelze senzor aktivit zapnout, nabijte ho dodaným USB nabíjecím kabelem.
- zkontrolujte, jestli používáte správnou aplikaci. Přenos dat je možný jen s aplikací „HealthForYou“.
- senzor aktivit je spojen s jiným Smartphonem. Než spojíte senzor aktivit se Smartphonem, přerušte nejdříve stávající spojení.

### - **iPhone:**

Jestliže používáte iPhone a *Bluetooth*® spojení nefunguje, přerušete nejdříve *Bluetooth*® spojení v aplikaci „HealthForYou“.



Potom přejděte v nastavení Vašeho iPhone na *Bluetooth*® a smažte „SAS 82“ ze seznamu spojených *Bluetooth*® přístrojů.

Nyní spojte znovu „SAS 82“ v aplikaci „HealthForYou“ přes *Bluetooth*®.

### - **Android™:**

Jestliže používáte Android™-Smartphone a *Bluetooth*® spojení nefunguje, přerušete nejdříve *Bluetooth*® spojení v aplikaci „HealthForYou“ a potom znovu „SAS 82“ spojte.

## **Kdy musím akumulátor senzoru aktivit nabít?**

Akumulátor nabijte, jestliže se po stisknutí tlačítka na displeji objeví . Jakmile se na displeji objeví  stačí výkon akumulátoru ještě na 24 hodin. Nikdy nenechte akumulátor úplně vybit, jen tak je kontinuální záznam dat možný.

## **Jak mám akumulátor senzoru aktivit správně nabíjet?**

Pro správné nabíjení senzoru aktivit se řiďte pokyny v kapitole „Nabíjení akumulátoru“.

## **Mohu nosit senzor aktivit i při jízdě na kole?**

Ano, senzor aktivit můžete nosit i při jízdě na kole. Předpokladem je, že nosíte senzor na vhodném místě. Umístění senzoru na noze nebo v těsné resp. postranní kapse kalhot je vhodné, nevhodné je jeho připevnění na

opasku. Ovšem v tomto případě se odchyluje údaj o překonané vzdálenosti od skutečné vzdálenosti, protože senzor aktivit interpretuje všechny Vaše fyzické pohyby jako kroky.

### **Kolik dní resp. nocí může senzor aktivit zaznamenávat data?**

Senzor aktivit může zaznamenávat data 15 dní a 15 nocí. Jestliže je paměť obsazená, přepisují se automaticky nejstarší záznamy. Proto doporučujeme provádět přenos dat nejméně jednou týdně.

### **Jak mohu aktivovat spánkový režim?**

Řiďte se k tomu pokyny v kapitole „Režim spánku“.

### **Jak mohu aktivovat alarm vibrací?**

Požadovaný čas alarmu zadejte v aplikaci „HealthForYou“. Synchronizujte po zadání nebo změně nastaveného času alarmu senzor aktivit s aplikací.

### **Mohu nosit senzor aktivit i při sprchování nebo plavání?**

Senzor aktivit je chráněn před vodou 30 minut při ponoření do hloubky 1 metru (IP67). V ojedinělých případech se může při sprchování nebo ponoření stát, že je tlak vody příliš vysoký a senzor aktivit se poškodí. Používání při plavání se nedoporučuje.

### **Jak mám senzor aktivit správně odstranit do odpadu?**

Řiďte se k tomu pokyny v kapitole „Odstranění do odpadu“.

## **Jak mám senzor aktivit čistit?**

Čas od času senzor aktivit pečlivě vyčistěte navlhčeným hadrem.

## **Kde mohu dodatečně objednat USB nabíjecí kabel?**

Viz kapitola „Náhradní a opotřebitelné díly“.

## **Co všechno je v obsahu dodávky?**

V obsahu dodávky je senzor aktivit a USB nabíjecí kabel.

## **Co znamenají značky na senzoru aktivit a na obalu?**

O významu značek se informujte v kapitole „Legenda použitých piktogramů“.

## **● Odstranění do odpadu**

Obal se skládá z ekologických materiálů, které můžete zlikvidovat prostřednictvím místních sběrů recyklovatelných materiálů.



Při třídění odpadu se řiďte podle označení obalových materiálů zkratkami (a) a čísly (b), s následujícím významem: 1–7: umělé hmoty / 20–22: papír a lepenka / 80–98: složené látky.



Podle Evropské směrnice o vysloužilých elektrických a elektronických zařízeních a realizace národního práva se musí opotřebené elektrické spotřebiče odděleně sebrat a odevzdat k ekologicky vhodnému opětovnému zužitkování.



O možnostech likvidace vysloužilých zařízení se informujte u správy vaší obce nebo města.

Vadné nebo vybité baterie se musí, podle směrnice 2006/66/EC a jejích příslušných změn, recyklovat. Baterie nebo výrobek odevzdejte zpět do nabízených sběrů.



### **Škody na životním prostředí způsobené nesprávným odstraněním baterií do odpadu!**

Baterie se nesmí vyhazovat do domovního odpadu. Mohou obsahovat jedovaté těžké kovy a musí se zpracovávat jako zvláštní odpad. Chemické symboly těžkých kovů: Cd = kadmium, Hg = rtuť, Pb = olovo. Proto odevzdejte vybité baterie do komunální sběrně.

## **● Záruka a servis**

Poskytujeme záruku po dobu 3 let od data zakoupení na chyby materiálů a výroby senzoru aktivit.

Záruka se nevztahuje:

- na škody způsobené nesprávnou obsluhou.
- na opotřebitelné díly.
- na škody způsobené vlastním zaviněním.
- jakmile byl výrobek otevřen neautorizovanou dílnou.

Zákonné nároky zákazníka zůstávají zárukou nedotknutelné. Pro uplatnění nároku ze záruky během záruční doby musí zákazník prokázat zakoupení výrobku. Nároky ze záruky se musí uplatnit do 3 let po zakoupení u firmy Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NĚMECKO.

**Prosíme, v případě reklamace kontaktujte náš servis na:**

**Servisní horká linka (bezplatná):**

**CZ**

**☎ 0800 555 013 (Po–Pá: od 8 do 18 hod.)**

**✉ service-cz@sanitas-online.de**

Jestliže Vás požádáme o zaslání vadného výrobku pak ho zašlete na následující adresu:

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
NĚMECKO

**IAN 297928**











Tímto potvrzujeme provedení výrobku odpovídající evropské RED směrnici 2014/53/EU.

CE prohlášení o konformitě k tomuto výrobku najdete pod:

<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedeclarationofconformity.php>

<b>Legenda použitých piktogramov</b> .....	Strana	80
<b>Úvod</b> .....	Strana	81
Obsah dodávky.....	Strana	81
Používanie v súlade s určeným účelom.....	Strana	82
Popis častí.....	Strana	84
Technické údaje.....	Strana	84
<b>Dôležité bezpečnostné upozornenia</b> .....	Strana	85
<b>Uvedenie do prevádzky</b> .....	Strana	86
Nabíjanie akumulátorovej batérie.....	Strana	87
<b>Funkcie</b> .....	Strana	88
Prehľad funkcií.....	Strana	88
Čas / Dátum / Stav akumulátorovej batérie.....	Strana	89
Kroky / Pohyby.....	Strana	89
Spotreba kalórií.....	Strana	89
Prejdená vzdialenosť.....	Strana	90
Aktívny čas.....	Strana	90
Denný cieľ pokrok.....	Strana	90
Denný cieľ status.....	Strana	91
Alarm.....	Strana	91
Správy.....	Strana	91
Hovory.....	Strana	92
Režim spánku.....	Strana	92
Pripomenka pohybu.....	Strana	93
<b>Prenos údajov na smartfón</b> .....	Strana	94
<b>Náhradné diely a diely podliehajúce opotrebovaniu</b> .....	Strana	94
<b>Často kladené otázky</b> .....	Strana	94
<b>Likvidácia</b> .....	Strana	99
<b>Záruka / Servis</b> .....	Strana	101

## Legenda použitých piktogramov

 <b>VAROVANIE!</b>	Výstražné upozornenie z dôvodu nebezpečenstva poranenia alebo nebezpečenstiev pre Vaše zdravie
	Bezpečnostné upozornenie z dôvodu možného poškodenia prístroja / príslušenstva
	Bezpečnostné upozornenia
	Manipulačné pokyny
	Rešpektujte návod na používanie
	Jednosmerný prúd 5 V, 2 A
	Výrobca
	Tento výrobok spĺňa požiadavky platných európskych a národných smerníc.
	Nesprávna likvidácia batérií poškodzuje životné prostredie!
<b>IP 67</b>	Prachotesný a chránený pred pôsobením pri dočasnom ponorení pod vodu
	Obal a senzor aktivity zlikvidujte ekologicky!

# Senzor aktivity SAS 82

## ● Úvod



Pred prvým uvedením do prevádzky a prvým použitím sa oboznámte so senzorom aktivity. Za týmto účelom si pozorne prečítajte nasledujúci návod na používanie a dôležité bezpečnostné upozornenia. Senzor aktivity používajte len v súlade s popisom a v uvedených oblastiach používania. Tento návod na používanie si dobre uschovajte. Ak senzor aktivity odovzdávate tretím osobám, priložte k nemu aj všetky podklady.

## ● **Obsah dodávky**

Skontrolujte obsah dodávky ohľadom vonkajšej neporušenosti kartónového balenia a úplnosti obsahu. Pred používaním sa uistite, že prístroj a príslušenstvo nevykazujú žiadne viditeľné poškodenia a všetok obalový materiál je odstránený. V prípade pochybností ho nepoužívajte a obráťte sa na Vášho predajcu alebo na uvedenú servisnú adresu.

1 x náramkový senzor aktivity

1 x USB nabíjací kábel

1 x návod na používanie

1 x krátky návod

## ● Používanie v súlade s určeným účelom

Pohyb je predpoklad pre zdravý život. Telesná aktivita Vás udržiava v zdravom stave a znižuje riziko srdcových ochorení a ochorení krvného obehu. Keď sa hýbete, napomáha to redukcii hmotnosti a zistíte, že sa cítite lepšie. Telesná aktivita sa vzťahuje na všetky pohyby spotrebávajúce energiu. Podstatný podiel pritom zaberajú denné aktivity ako chôdza, bicyklovanie, výstup po schodoch a domáce práce. Aby ste dokázali objektívne odhadnúť a zaznačiť Vašu pohybovú aktivitu, pomôže Vám Silvercrest senzor aktivity „SAS 82“. Týmto spôsobom Vás môže motivovať k zvýšenému každodennému pohybu.

Pomocou bezplatnej aplikácie „HealthForYou“ sú Vaše pohybové aktivity pohodlne prenášané zo senzora aktivity na Váš smartfón. Tak môžete jednoducho a prehľadne kedykoľvek pozorovať Vaše záznamy na Vašom smartfóne.

### **Senzor aktivity ponúka spolu s aplikáciou „HealthForYou“ nasledujúce funkcie:**

- Zobrazenie času a dátumu
- Ukazovateľ denne absolvovaných krokov, vzdialenosti, spotreby kalórií, aktívneho času a pokrok denného cieľa (v%)
- Zobrazenie jednotlivých spánkových fáz
- Vibračné alarmy

- Pripomienka pohybu
- Správy o hovoroch a textových správach (napr. SMS alebo WhatsApp).

Systémové predpoklady pre

„HealthForYou“ webovú verziu - MS Internet Explorer  
- MS Edge  
- Mozilla Firefox  
- Google Chrome  
- Apple Safari  
(vždy v aktuálnej verzii)

Systémové predpoklady pre

„HealthForYou“ aplikáciu iOS od verzie 9.0, Android™ od verzie 5.0, Bluetooth® 4.0.

Prenos údajov cez

Bluetooth® wireless technology: Senzor aktivity používa Bluetooth® low energy technology, frekvenčné pásmo 2,402 – 2,480 GHz, maximálny vysielací výkon vo frekvenčnom pásme < 20 dBm, kompatibilné s Bluetooth® 4.0 smartfóny / tablety



Zoznam kompatibilných smartfónov, informácie o „HealthForYou“ aplikácii a software ako aj bližšie informácie

ohľadom prístrojov nájdete na nasledujúcom odkaze: [www.healthforyou.lidl](http://www.healthforyou.lidl)

Zmeny technických údajov bez oznámenia sú z aktualizáčnych dôvodov vyhradené.

## ● Popis častí

1 Dotykové tlačidlo

2 USB magnetové pripojenie

## ● Technické údaje

Hmotnosť:	cca. 34 g (vrát. kábla)
Vhodné pre obvod zápästia:	cca. 14,5 až cca. 19,5 cm
Akumulátorová batéria:	70 mAh lítium-iónová polymérová batéria
Doba prevádzky akumulátorovej batérie:	max. 15 dní v stand-by-prevádzke
Prípustné prevádzkové podmienky:	10–40 °C
Pamäťová kapacita:	15 dní
Napájanie prúdom:	5 V, 2 A
Trieda ochrany:	IP67
<i>Bluetooth®</i> low energy technology, frekvenčné pásmo 2,4 GHz	



## Dôležité bezpečnostné upozornenia


**⚠ VAROVANIE!** Zabráňte kontaktu s krémami na opaľovanie alebo pod., pretože môžu poškodiť plasty.

- Obalový materiál držte vždy mimo dosahu detí. Hrozí nebezpečenstvo zadusenía!
- Senzor aktivity je chránený proti striekajúcej vode, dažďu, sprchovej vode a proti dočasnému ponoreniu do vody do hĺbky 1 meter až do 30 minút. Nepoužívajte senzor aktivity pri plávaní!
- Senzor aktivity obsahuje magnety. Pred používaním senzora aktivity sa preto poraďte s Vaším lekárom, ak nosíte kardiostimulátor, defibrilátor alebo iný elektronický implantát.

### **Pokyny pre zaobchádzanie s akumulátorovými batériami**

- Ak sa tekutina z akumulátorového článku dostane do kontaktu s pokožkou alebo očami, postihnuté miesto vypláchnite vodou a vyhľadajte lekára.

- Chráňte akumulátorové batérie pred nadmerným teplom.


-  **NEBEZPEČENSTVO EXPLÓZIE!** Akumulátorové batérie nehádzte do ohňa.

- Akumulátorovú batériu pred uvedením do prevádzky úplne nabite (pozri kapitolu „Nabíjanie akumulátorovej batérie“).
- Akumulátorové batérie nerozkladajte, neotvárajte ani nerozoberajte.

- Používajte iba nabíjacie prístroje uvedené v návode na používanie.
- Akumulátorové batérie musia byť pred používaním správne nabité. Vždy je potrebné dodržiavať pokyny výrobcu resp. pokyny v tomto návode na používanie pre správne nabíjanie.
- Akumulátorovú batériu aspoň raz za 6 mesiacov úplne nabite.

## ● Uvedenie do prevádzky

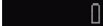
Pre uvedenie senzora aktivity do prevádzky zapojte senzor aktivity na nabíjací kábel. Potom sa senzor aktivity aktivuje sám. Ak nie je možné zapnúť senzor aktivity, je jeho akumulátorová batéria vybitá. Nabite akumulátorovú batériu podľa kapitoly „Nabíjanie akumulátorovej batérie“.



- Uistite sa, že je Váš smartfón spojený s internetom.
- Aktivujte *Bluetooth*® na Vašom smartfóne.
- Stiahnite si bezplatnú aplikáciu „HealthForYou“ v Apple App Store (iOS) alebo Google Play (Android™).
-  Závisle od nastavení Vášho smartfónu môžu za internetové pripojenie alebo prenos údajov vzniknúť dodatočné náklady.
- Spustite aplikáciu „HealthForYou“ a riad'te sa pokynmi. V nastavovacom menu aplikácie zvolte „SAS 82“ a spojte. Na senzore aktivity sa zobrazí náhodne vygenerovaný šesťmiestny PIN-kód, súčasne sa na smartfóne objaví políčko, do ktorého musíte zadať tento šesťmiestny PIN-kód. Po úspešnom spojení môžete nastaviť Vaše osobné údaje.

Podľa Vášho želania môžete aktivovať / nastaviť alarmy, nechať si oznamovať hovory / správy alebo aktivovať / nastaviť pripomienku pohybu.


## ● Nabíjanie akumulátorovej batérie

Akonáhle ukazovateľ stavu akumulátorovej batérie senzora aktivity

 zobrazí prázdnu akumulátorovú batériu, musíte nabiť akumulátorovú batériu. Pre nabitie akumulátorovej batérie postupujte nasledujúco:

- Zastrčte USB-zástrčku Vášho USB-nabíjacieho kábla  do USB-pripojenia Vášho zapnutého počítača.
- Spojte magnetický uzáver USB nabíjacieho kábla  s Vaším senzorom aktivity ako je zobrazené. Dbajte na to, aby nabíjací kábel správne priliehal. Iba vtedy je akumulátorová batéria nabíjaná.
- Aktuálny stav nabitosti vidíte na ukazovateli stavu akumulátorovej batérie.

V normálnom prípade trvá úplné nabíjanie akumulátorovej batérie cca. 3 hodiny. Akonáhle je akumulátorová batéria prístroja úplne nabitá, na displeji sa objaví slovo „FULL“.

** VAROVANIE!** Senzor aktivity NENABÍJAJTE, ak sú oba nabíjacie kontakty na zadnej strane prístroja vlhké. V danom prípade opatrne vysušte oba nabíjacie kontakty pomocou handričky.

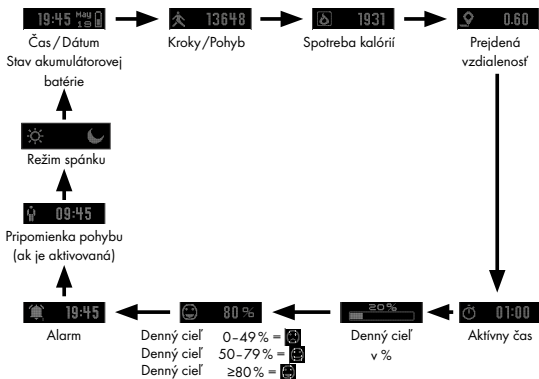
## ● Funkcie

### ● Prehľad funkcií

Senzor aktivity disponuje nasledujúcimi funkciami: čas a dátum a stav akumulátorovej batérie, počítač krokov, spotreba kalórií, prejdená vzdialenosť, aktívny čas, denný cieľ, alarm, režim spánku, pripomienka pohybu a upovedomenie o správach / hovoroch.

Hodnoty sú denne o 0 hod. vynulované. Počítanie potom začne znova od nuly.

Pre prepínanie medzi jednotlivými funkciami stlačte na senzore aktivity dotykové tlačidlo **1**.



## ● Čas / Dátum / Stav akumulátorovej batérie

Senzor aktivity ukazuje aktuálny denný čas, dátum a stav akumulátorovej batérie. Akonáhle bol senzor aktivity zosynchronizovaný so smartfónom, je na senzor aktivity prenesený aktuálny čas a dátum.

## ● Kroky / Pohyby

Senzor aktivity zobrazuje pohyby v krokoch. Kroky sú snímané prostredníctvom 3D-senzora vo vnútri schránky senzora aktivity.

## ● Spotreba kalórií

Senzor aktivity vypočíta Vašu spotrebu kalórií na základe Vašich údajov zadaných v aplikácii (výška, vek, hmotnosť) a Vašich prejdenných krokov. Keď sa ráno zobudíte, zobrazí senzor aktivity už spotrebované kalórie, pretože telo spaľuje kalórie i v stave pokoja. Prístroj automaticky započíta kalórie spálené v stave pokoja.

## ● **Prejdená vzdialenosť**

Pomocou Vašej telesnej výšky zadanej v aplikácii vypočíta senzor aktivity dĺžku Vášho kroku. Dĺžku kroku môžete i individuálne zmeniť. Na základe dĺžky kroku a počtu krokov teraz senzor aktivity vypočíta Vami prejdenú vzdialenosť. Zobrazená vzdialenosť je iba hrubá smerová hodnota a nemusí sa zhodovať so skutočne prejdenou vzdialenosťou.



## ● **Aktívny čas**


Aktívny čas Vám ukazuje, ako dlho ste už v aktívnom pohybe. Aktívny čas počíta výlučne čas, v ktorom sa nachádzate v pohybe.

## ● **Denný cieľ pokrok**

V nastaveniach aplikácie „HealthForYou“ si môžete stanoviť denný cieľ (napr. 10.000 krokov). Aktuálny pokrok nastaveného denného cieľa (v %) môžete vidieť na displeji senzora aktivity.

## ● Denný cieľ status

Ak ste absolvovali medzi 0–49 % nastaveného denného cieľa, objaví sa na displeji . Ak ste absolvovali medzi 50–79 % nastaveného denného cieľa, objaví sa na displeji .

Ak ste absolvovali 80 % alebo viac nastaveného denného cieľa, objaví sa na displeji .

## ● Alarm



Prostredníctvom aplikácie „HealthForYou“ môžete nastaviť rôzne časy alarmov.

Akonáhle je dosiahnutý čas alarmu, začne senzor aktivity vibrovať.

## ● Správy

Ak ste na Váš smartfón dostali správy (napr. SMS alebo WhatsApp) prostredníctvom Push, môžete sa nechať upovedomiť prostredníctvom displeja senzora aktivity. Predpokladom preto je, aby bol senzor aktivity spojený cez *Bluetooth*<sup>®</sup> so smartfónom a zriadená aplikácia „HealthForYou“.

Akonáhle je doručená správa, objaví sa na displeji odosielateľ.




Keď stlačíte dotykové tlačidlo , objaví sa na displeji časť správy. Novým stlačením dotykového tlačidla  môžete správu čítať ďalej. Pri dlhších správach nie je zobrazený celý obsah.

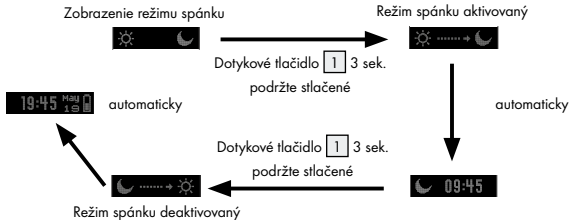


## ● Hovory John Smith

V nastaveniach aplikácie „HealthForYou“ môžete nastaviť, že chcete na senzore aktivity dostávať správy o hovoroch. Predpokladom preto je, aby bol senzor aktivity spojený cez *Bluetooth*<sup>®</sup> so smartfónom a zriadená aplikácia „HealthForYou“.



## ● Režim spánku

Pre meranie Vašich pohybov v spánku prepnete prístroj pred spaním do režimu spánku. Preto na 3 sekundy stlačte v režime spánku dotykové tlačidlo . Na displeji sa krátko objaví . Po jednej sekunde sa senzor aktivity automaticky prepne do režimu spánku. Keď sa ráno zobudíte, stlačte dotykové tlačidlo  na cca. 3 sekundy, aby ste senzor aktivity opäť zobudili z režimu spánku.



Prípadne môžete prostredníctvom aplikácie zadať časový interval, v ktorom sa senzor aktivity automaticky prepne do režimu spánku a následne opäť prejde do režimu aktivity. Dodatočne môžete zriadiť pripomienku spánku.

## ● Pripomienka pohybu 09:45

V nastaveniach aplikácie „HealthForYou“ môžete nastaviť pripomienku pohybu. Môžete nastaviť čas začiatku a konca, zatiaľčo je pripomienka pohybu aktívna, napríklad od 09:00–18:00 hod. Dodatočne môžete zriadiť dĺžku inaktivity. Ak sa teraz počas nastavenej doby inaktivity nepohybujete, začne senzor aktivity vibrovať a na displeji sa objaví  -> .

## ● Prenos údajov na smartfón

Pre prenos zaznamenaných údajov z Vášho senzora aktivity na aplikáciu „HealthForYou“ sa riadte nasledujúcimi krokmi:

- Aktivujte *Bluetooth*<sup>®</sup> na Vašom smartfóne.
- Otvorte aplikáciu „HealthForYou“.
- Spojte Váš „SAS 82“ senzor aktivity s aplikáciou. Vaše údaje budú automaticky prenášané na smartfón.

## ● Náhradné diely a diely podliehajúce opotrebovaniu

Príslušenstvo si môžete dodatočne objednať na webovom shope:  
[www.shop.sanitas-online.de](http://www.shop.sanitas-online.de)

Označenie	Č. výrobku resp. obj. číslo
USB nabíjací kábel	163.164

## ● Často kladené otázky

### **Ako nosím senzor aktivity správne?**

Noste senzor aktivity na ľavom zápästí, ak ste pravák alebo na pravom zápästí, ak ste ľavák. Pretiahnite preto jeden koniec náramku cez otvor

druhého konca. Teraz zatlačte sponu do otvorov náramku a prevlečte koniec náramku cez sponu, až kým počutelne nezapadne.

### **Aký prínos má pre mňa senzor aktivity?**

Pohyb je predpoklad pre zdravý život. Telesná aktivita Vás udržiava v zdravom stave a znižuje riziko srdcových ochorení a ochorení krvného obehu. Keď sa hýbete, napomáha to redukcii hmotnosti a zistíte, že sa cítite lepšie. Telesná aktivita sa vzťahuje na všetky pohyby spotrebávajúce energiu. Podstatný podiel pritom zaberajú denné aktivity ako chôdza, bicyklovanie, výstup po schodoch a domáce práce. Aby ste dokázali objektívne odhadnúť a zaznačiť Vašu pohybovú aktivitu, pomôže Vám senzor aktivity. Týmto spôsobom Vás môže motivovať k zvýšenému každodennému pohybu. Denné penzum minimálne 7.000 – 10.000 krokov alebo 30 minút aktivity sú ideálne.

(Zdroj: podľa WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

### **Ako meria senzor aktivity moje kroky?**

Senzor aktivity nepretržite zachytáva pomocou zabudovaného 3D-senzora Vašu telesnú aktivitu. Pritom sú všetky Vaše fyzické pohyby premietané do krokov. Údaj o prejdenej vzdialenosti sa preto môže odlišovať od skutočnej trasy.

### **Ako môžem vyhodnotiť moje údaje o aktivite / spánku?**

Prostredníctvom *Bluetooth*<sup>®</sup> rozhrania Vášho senzora aktivity môžete preniesť Vaše uložené hodnoty na smartfón (Android<sup>™</sup> a iOS) a tu ich


vyhodnotiť. Na to potrebujete iba bezplatnú aplikáciu „HealthForYou“ na Vašom smartfóne.

## **Ako zosynchronizujem moje údaje s aplikáciou?**

Pre prenos zaznamenaných údajov z Vášho senzora aktivity na aplikáciu „HealthForYou“ sa riadte krokmi v kapitole „Prenos údajov na smartfón“.

## **Prenos údajov na smartfón nefunguje.**

Môže to mať viaceré dôvody:

- Skontrolujte, či je Váš smartfón / tablet kompatibilný s aplikáciou „HealthForYou“.
- Senzor aktivity sa nachádza v „Sleep“ režime. Pre opustenie režimu „Sleep“ podržte dotykové tlačidlo na 3 sekundy stlačené. Na displeji senzora aktivity sa objaví .
- Bluetooth® na Vašom smartfóne nie je aktivovaný. V nastaveniach Vášho smartfónu aktivujte Bluetooth®.
- Akumulátorová batéria senzora aktivity je vybitá. Ak nie je možné zapnúť senzor aktivity, nabite ho pomocou priloženého USB nabíjacieho kábla.
- Skontrolujte, či používate správnu aplikáciu. Prenos údajov je možný výlučne s aplikáciou „HealthForYou“.
- Senzor aktivity je spojený s iným smartfónom. Najskôr zrušte spojenie, až potom senzor aktivity spojte s iným smartfónom.



- **iPhone:**

Ak používate iPhone a *Bluetooth*<sup>®</sup> spojenie už nie je vytvorené, odpojte najskôr *Bluetooth*<sup>®</sup> spojenie v aplikácii „HealthForYou“. Následne choďte v nastaveniach Vášho iPhone na *Bluetooth*<sup>®</sup> a vymažte „SAS 82“ zo zoznamu pripojených *Bluetooth*<sup>®</sup> prístrojov. Teraz nanovo pripojte „SAS 82“ v aplikácii „HealthForYou“ cez *Bluetooth*<sup>®</sup>.

- **Android™:**

Ak používate Android™-smartfón a *Bluetooth*<sup>®</sup> spojenie už nie je vytvorené, odpojte *Bluetooth*<sup>®</sup> spojenie v aplikácii „HealthForYou“ a následne nanovo pripojte „SAS 82“.

## **Kedy musím nabiť akumulátorovú batériu senzora aktivity?**

Nabíte akumulátorovú batériu senzora aktivity, ak sa pri stlačení tlačidla na displeji objaví . Akonáhle sa na displeji objaví , má akumulátorová batéria výkon ešte maximálne 24 hodín. Nikdy nenechajte úplne vybiť akumulátorovú batériu, iba vtedy je možné kontinuálne zaznamenávanie údajov.

## **Ako nabijem akumulátorovú batériu senzora aktivity správne?**

Pre správne nabitie senzora aktivity sa riadte pokynmi kapitoly „Nabíjanie akumulátorovej batérie“.

## **Možem nosiť senzor aktivity aj počas jazdy bicyklom?**

Senzor aktivity môžete nosiť aj počas jazdy bicyklom. Predpokladom pre to je, že senzor nosíte na vhodnom mieste. Vhodné je umiestnenie senzora na nohe alebo na úzkom resp. bočnom vrecku nohavíc, nevhodné je nosenie na opasku. Údaj o prejdenej trase sa však každopádne odlišuje od skutočnej trasy, pretože senzor aktivity interpretuje všetky Vaše fyzické pohyby v krokoch.

## **Koľko dní / nocí dokáže senzor aktivity zaznamenať?**

Senzor aktivity dokáže zaznamenať až 15 dní a 15 nocí. Ak sú všetky pamäťové miesta obsadené, budú najstaršie záznamy automaticky prepísané. Preto odporúčame minimálne raz týždenne uskutočniť prenos údajov.

## **Ako aktivujem režim spánku?**

Riadte sa preto pokynmi z kapitoly „Režim spánku“.

## **Ako môžem aktivovať vibračný alarm?**

Zadaťte želaný čas alarmu do aplikácie „HealthForYou“. Po zadaní / zmene času alarmu zosynchronizujte senzor aktivity s aplikáciou.

## **Možem nosiť senzor aktivity aj počas sprchovania alebo plávania?**

Senzor aktivity je chránený proti dočasnému ponoreniu do vody do hĺbky 1 meter až do 30 minút (IP67). Počas sprchovania alebo ponorenia

senzora aktivity sa v ojedinelých prípadoch môže stať, že prevažujúci tlak vody je príliš vysoký a senzor aktivity sa tým poškodí. Používanie pri plávaní sa neodporúča.

### **Ako správne zlikvidujem senzor aktivity?**

Riadte sa pokynmi kapitoly „Likvidácia“.

### **Ako môžem senzor aktivity správne vyčistiť?**

Senzor aktivity z času na čas dôkladne očistite vlhkou handričkou.

### **Kde môžem doobjednať USB nabíjací kábel?**

Pozri kapitolu „Náhradné diely a diely podliehajúce opotrebovaniu“.

### **Čo je súčasťou dodávky?**

Súčasťou dodávky je senzor aktivity a USB nabíjací kábel.

### **Čo znamenajú znaky na senzore aktivity a na obale?**

Nahliadnite do kapitoly „Legenda použitých piktogramov“.

## **● Likvidácia**

Obal pozostáva z ekologických materiálov, ktoré môžete odovzdať na miestnych recyklačných zberných miestach.



Všímajte si prosím označenie obalových materiálov pre triedenie odpadu, sú označené skratkami (a) a číslami (b) s nasledujúcim významom: 1–7: Plasty / 20–22: Papier a kartón / 80–98: Spojené látky.



V súlade s európskou smernicou o odpade z elektrických a elektronických zariadení a jej implementáciou do národného práva sa musia vyradené elektrické spotrebiče zbierať oddelene a odovzdať na ekologickú recykláciu.



○ možnostiach likvidácie opotrebovaného výrobku sa môžete informovať na Vašej obecnej alebo mestskej správe.

Defektné alebo použité batérie musia byť odovzdané na recykláciu podľa smernice 2006/66/EC a jej zmien. Batérie a/alebo výrobok odovzdajte prostredníctvom dostupných zberných stredísk.



### **Nesprávna likvidácia batérií poškodzuje životné prostredie!**

Batérie nesmiete likvidovať spolu s domovým odpadom. Môžu obsahovať jedovaté ťažké kovy a je potrebné zaobchádzať s nimi ako s nebezpečným odpadom. Chemické značky ťažkých kovov sú nasledovné: Cd = kadmium, Hg = ortuť, Pb = olovo. Opatrované batérie preto odovzdajte na komunálnom zbernom mieste.

## ● Záruka / Servis

Na materiálne a výrobné chyby senzora aktivity poskytujeme záruku 3 roky od dátumu kúpy.

Záruka sa nevzťahuje:

- Na škody, ktoré vznikli v dôsledku neodbornej obsluhy.
- Na diely podliehajúce opotrebovaniu.
- Na škody zavinené zákazníkom.
- Akonáhle bol prístroj otvorený neautorizovaným servisným pracovníkom.

Zákonné nároky zákazníka na záruku nie sú touto zárukou nijako ovplyvnené. Pri uplatnení záruky v prípade poškodenia v záručnej lehote je zákazník povinný predložiť doklad o kúpe. Záruku je potrebné uplatniť v časovom období 3 rokov od dátumu kúpy voči Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, NEMECKO.

**V prípade reklamácie sa prosím obráťte na náš servis na nasledujúcom tel. čísle:**

**Servisná hotline (bezplatne):**

SK

☎ **0800 60 60 18 (Po.–Pi.: 8–18 hod)**

✉ **service-sk@sanitas-online.de**

Ak Vás vyzveme k odoslaniu defektného produktu, pošlite výrobok na nasledujúcu adresu:

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
NEMECKO











**IAN 297928**

Týmto potvrdzujeme, že tento výrobok zodpovedá európskej RED smernici 2014/53/EU.

CE konformitné prehlásenie k tomuto výrobku nájdete na:  
[http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/  
declarationofconformity.php](http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/declarationofconformity.php)

<b>Legende der verwendeten Piktogramme</b> .....	Seite 104
<b>Einleitung</b> .....	Seite 105
Lieferumfang.....	Seite 105
Bestimmungsgemäßer Gebrauch.....	Seite 106
Teilebeschreibung.....	Seite 108
Technische Daten.....	Seite 109
<b>Wichtige Sicherheitshinweise</b> .....	Seite 109
<b>Inbetriebnahme</b> .....	Seite 111
Akku aufladen.....	Seite 112
<b>Funktionen</b> .....	Seite 113
Funktionsübersicht.....	Seite 113
Uhrzeit / Datum / Akkustand.....	Seite 114
Schritte / Bewegungen.....	Seite 114
Kalorienverbrauch.....	Seite 114
Zurückgelegte Distanz.....	Seite 115
Aktive Zeit.....	Seite 115
Tagesziel Fortschritt.....	Seite 115
Tagesziel Status.....	Seite 116
Alarm.....	Seite 116
Nachrichten.....	Seite 116
Anrufe.....	Seite 117
Schlafmodus.....	Seite 117
Bewegungserinnerung.....	Seite 118
<b>Datenübertragung auf Smartphone</b> .....	Seite 119
<b>Ersatz- und Verschleißteile</b> .....	Seite 119
<b>Häufig gestellte Fragen</b> .....	Seite 120
<b>Entsorgung</b> .....	Seite 125
<b>Garantie / Service</b> .....	Seite 127

## Legende der verwendeten Piktogramme

 <b>WARNING!</b>	Warnhinweis auf Verletzungsgefahren oder Gefahren für Ihre Gesundheit
	Sicherheitshinweis auf mögliche Schäden am Gerät / Zubehör
	Sicherheitshinweise
	Handlungsanweisungen
	Gebrauchsanweisung beachten
	Gleichstrom 5V, 2A
	Hersteller
	Dieses Produkt erfüllt die Anforderungen der geltenden europäischen und nationalen Richtlinien.
	Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!
<b>IP 67</b>	Staubdicht und geschützt gegen die Wirkungen beim zeitweiligem Untertauchen in Wasser
	Verpackung und Aktivitätssensor umweltgerecht entsorgen!

# **Aktivitätssensor SAS 82**

## ● **Einleitung**



Machen Sie sich vor der Inbetriebnahme und dem ersten Gebrauch mit dem Aktivitätssensor vertraut. Lesen Sie hierzu aufmerksam die nachfolgende Bedienungsanleitung und die wichtigen Sicherheitshinweise. Benutzen Sie den Aktivitätssensor nur wie beschrieben und für die angegebenen Einsatzbereiche. Bewahren Sie diese Bedienungsanleitung gut auf. Händigen Sie alle Unterlagen bei Weitergabe des Aktivitätssensors an Dritte ebenfalls mit aus.

## ● **Lieferumfang**

Überprüfen Sie den Lieferumfang auf äußere Unversehrtheit der Kartonverpackung und auf die Vollständigkeit des Inhalts. Vor dem Gebrauch ist sicherzustellen, dass das Gerät und Zubehör keine sichtbaren Schäden aufweisen und jegliches Verpackungsmaterial entfernt wird. Benutzen Sie es im Zweifelsfall nicht und wenden Sie sich an Ihren Händler oder an die angegebene Kundendienstadresse.

1 x Aktivitätssensor-Armband  
1 x USB-Ladekabel

1 x Gebrauchsanweisung  
1 x Kurzanleitung

## ● Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen der Silvercrest Aktivitätssensor „SAS 82“. Er kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren.

Mit Hilfe der kostenlosen „HealthForYou“-App werden Ihre Bewegungsaktivitäten bequem vom Aktivitätssensor auf Ihr Smartphone übertragen. So können Sie Ihre Aufzeichnungen einfach und übersichtlich jederzeit auf Ihrem Smartphone betrachten.

## **Der Aktivitätssensor bietet zusammen mit der „HealthForYou“-App die folgenden Funktionen:**

- Anzeige Uhrzeit und Datum
- Anzeige täglich zurückgelegte Schritte, Distanz, Kalorienverbrauch, aktive Zeit und Fortschritt des Tagesziels (in %)
- Darstellung der einzelnen Schlafphasen
- Vibrationsalarme
- Bewegungserinnerung
- Benachrichtigungen über Anrufe und Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp).

Systemvoraussetzungen für die

- „HealthForYou“-Web-Version
- MS Internet Explorer
  - MS Edge
  - Mozilla Firefox
  - Google Chrome
  - Apple Safari
- (in jeweils aktueller Version)

Systemvoraussetzungen für  
die „HealthForYou“-App

iOS ab Version 9.0, Android™ ab  
Version 5.0, Bluetooth® 4.0.

Datenübertragung per  
*Bluetooth*<sup>®</sup> wireless  
technology:

Der Aktivitätssensor verwendet *Bluetooth*<sup>®</sup> low energy technology, Frequenzband 2,402–2,480 GHz, die in dem Frequenzband abgestrahlte maximale Sendeleistung <20 dBm, kompatibel mit *Bluetooth*<sup>®</sup> 4.0 Smartphones / Tablets



Die Liste der kompatiblen Smartphones, Informationen zur „HealthForYou“-App und Software sowie Näheres zu den Geräten, finden Sie unter folgendem Link: [www.healthforyou.lidl](http://www.healthforyou.lidl)

Änderungen der technischen Angaben ohne Benachrichtigung sind aus Aktualisierungsgründen vorbehalten.

## ● **Teilebeschreibung**

1 „Touch“-Taste

2 USB-Magnetanschluss

## ● Technische Daten

Gewicht:	ca. 34 g (inkl. Kabel)
Geeignet für	
Handgelenkumfänge:	von ca. 14,5 bis ca. 19,5 cm
Akku:	70 mAh Li-Ion Polymer
Akkulaufzeit:	max. 15 Tage Stand-by-Betrieb
Zulässige Betriebsbedingung:	10–40 °C
Speicherkapazität:	15 Tage
Stromversorgung:	5V, 2A
Schutzklasse:	IP67
Bluetooth® low energy technology, Frequenzband	2,4 GHz



### **Wichtige Sicherheitshinweise**

**⚠️ WARNUNG!** Vermeiden Sie Kontakt mit Sonnencremes oder ähnlichem, da diese die Kunststoffteile beschädigen könnten.

- Halten Sie Kinder von Verpackungsmaterial fern. Es besteht Erstickungsgefahr!
- Der Aktivitätssensor ist geschützt gegen Spritzwasser, Regen, Duschwasser und gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten. Verwenden Sie den Aktivitätssensor nicht während des Schwimmens!

- Der Aktivitätssensor enthält Magnete. Befragen Sie daher vor der Benutzung des Aktivitätssensors Ihren Arzt, wenn Sie einen Herzschrittmacher, Defibrillator oder ein anderes elektronisches Implantat tragen.

## Hinweise zum Umgang mit Akkus

- Wenn Flüssigkeit aus einer Akkuzelle mit Haut oder Augen in Kontakt kommt, die betroffene Stelle mit Wasser auswaschen und ärztliche Hilfe aufsuchen.
- Schützen Sie Akkus vor übermäßiger Wärme.


-  **EXPLOSIONSGEFAHR!** Keine Akkus ins Feuer werfen.




- Laden Sie den Akku vor der ersten Inbetriebnahme vollständig auf (siehe Kapitel „Akku aufladen“).
- Keine Akkus zerlegen, öffnen oder zerkleinern.
- Nur in der Gebrauchsanweisung aufgeführte Ladegeräte verwenden.
- Akkus müssen vor dem Gebrauch korrekt geladen werden. Die Hinweise des Herstellers bzw. die Angaben in dieser Gebrauchsanweisung für das korrekte Laden sind stets einzuhalten.
- Laden Sie den Akku mindestens alle 6 Monate vollständig auf.



## ● Inbetriebnahme

Um den Aktivitätssensor in Betrieb zu nehmen, schließen Sie den Aktivitätssensor an das Ladekabel an. Danach aktiviert sich der Aktivitätssensor selbstständig. Falls sich der Aktivitätssensor nicht einschalten lässt, ist der Akku des Aktivitätssensors leer. Laden Sie den Akku wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben auf.

- Vergewissern Sie sich, dass Ihr Smartphone mit dem Internet verbunden ist.
- Aktivieren Sie *Bluetooth*® auf Ihrem Smartphone.
- Laden Sie die kostenlose App „HealthForYou“ im Apple App Store (iOS) oder bei Google Play (Android™) herunter.
-  Je nach Einstellungen des Smartphones können für die Internetverbindung oder Datenübertragung zusätzliche Kosten anfallen.
- Starten Sie die „HealthForYou“-App und folgen Sie den Anweisungen. Im Einstellungsmenü der App den „SAS 82“ auswählen und verbinden. Auf dem Aktivitätssensor wird ein zufallsgenerierter sechsstelliger PIN Code angezeigt, zeitgleich erscheint auf dem Smartphone ein Eingabefeld in das Sie diesen sechsstelligen PIN Code eingeben müssen. Nach erfolgreicher Verbindung können Sie Ihre persönlichen Daten einstellen. Auf Wunsch können Sie Alarmer aktivieren/einstellen, sich über Anrufe/Nachrichten benachrichtigen lassen oder eine Bewegungserinnerung aktivieren/einstellen.

## ● Akku aufladen

Sobald die Akkustandsanzeige des Aktivitätssensors  einen leeren Akku anzeigt, müssen Sie den Akku aufladen. Um den Akku aufzuladen, gehen Sie wie folgt vor:

- Stecken Sie den USB-Stecker Ihres USB-Ladekabels  in den USB-Anschluss Ihres eingeschalteten Computers.
- Verbinden Sie den Magnetverschluss des USB-Ladekabels  wie abgebildet mit Ihrem Aktivitätssensor. Achten Sie darauf, dass das Ladekabel richtig sitzt. Nur dann wird der Akku geladen.
- Den aktuellen Ladezustand sehen Sie an der Akkustandsanzeige. Im Normalfall dauert eine vollständige Aufladung des Akkus ca. 3 Stunden. Sobald der Akku des Geräts vollständig geladen ist, erscheint auf dem Display das Wort „FULL“.

**⚠️ WARNUNG!** Laden Sie den Aktivitätssensor NICHT, wenn die beiden Ladekontakte auf der Rückseite des Geräts nass sind. Tupfen Sie gegebenenfalls die beiden Ladekontakte vorsichtig mit einem Tuch trocken.

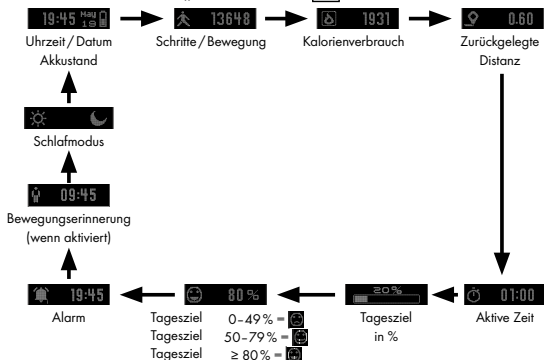
## ● Funktionen

### ● Funktionsübersicht

Der Aktivitätssensor besitzt folgende Funktionen: Uhrzeit mit Datum und Akkustand, Schrittzähler, Kalorienverbrauch, zurückgelegte Distanz, Aktive Zeit, Tagesziel, Alarm, Bewegungserinnerung, Schlafmodus und Nachrichten-/Anrufbenachrichtigung.

Die Werte werden täglich um 0 Uhr auf Null gesetzt. Die Zählung startet daraufhin wieder von vorne.

Um zwischen den einzelnen Funktionen zu wechseln, drücken Sie am Aktivitätssensor die „Touch“-Taste **1**.



## ● Uhrzeit / Datum / Akkustand

Der Aktivitätssensor zeigt die aktuelle Uhrzeit, das Datum und den Akkustand an. Sobald der Aktivitätssensor mit dem Smartphone synchronisiert wurde, wird die aktuelle Uhrzeit und Datum des Smartphones auf den Aktivitätssensor übertragen.

## ● Schritte / Bewegungen

Der Aktivitätssensor zeigt die Bewegungen in Schritte an. Die Schritte werden mittels eines 3D-Sensors im Gehäuseinneren des Aktivitätssensors erfasst.

## ● Kalorienverbrauch

Der Aktivitätssensor errechnet Ihren Kalorienverbrauch anhand Ihrer in der App angegebenen Angaben (Körpergröße, Alter, Geschlecht, Gewicht) und Ihrer getätigten Schritte. Wenn Sie morgens aufwachen, zeigt der Aktivitätssensor bereits eine Anzahl an verbrauchten Kalorien an, da der Körper auch im Ruhezustand Kalorien verbraucht. Das Gerät rechnet die im Ruhezustand verbrauchten Kalorien automatisch mit.

## ● Zurückgelegte Distanz 0.60

Mittels Ihrer in der App angegebenen Körpergröße ermittelt der Aktivitätssensor Ihre Schrittlänge. Sie können die Schrittlänge auch individuell ändern. Anhand der Schrittlänge und der Anzahl der Schritte berechnet der Aktivitätssensor nun Ihre zurückgelegte Distanz. Die angezeigte Distanz ist nur ein grober Richtwert und stimmt nicht unbedingt mit der tatsächlichen Distanz überein.




## ● Aktive Zeit 01:00

Die aktive Zeit zeigt Ihnen an, wie lange Sie bereits aktiv in Bewegung sind. Die aktive Zeit zählt ausschließlich die Zeit in der Sie sich in Bewegung befinden.

## ● Tagesziel Fortschritt 20%

In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie ein Tagesziel festlegen (z. B. 10.000 Schritte). Den aktuellen Fortschritt des eingestellten Tagesziels (in %) können Sie auf dem Display des Aktivitätssensors ablesen.

## ● Tagesziel Status 80% 51% 0%

Wenn Sie zwischen 0–49% des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display . Wenn Sie zwischen 50–79% des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display . Wenn Sie 80% oder mehr des eingestellten Tagesziels absolviert haben, erscheint im Display .

## ● Alarm 19:45


Sie können über die „HealthForYou“-App verschiedene Alarmzeiten einstellen.

Sobald die Alarmzeit erreicht ist, beginnt der Aktivitätssensor zu vibrieren.

## ● Nachrichten Status WhatsApp

Wenn auf Ihrem Smartphone Nachrichten (z. B. SMS oder WhatsApp) über Push eingegangen sind, können Sie sich über das Display des Aktivitätssensors benachrichtigen lassen. Voraussetzungen hierfür sind, dass der Aktivitätssensor über *Bluetooth*<sup>®</sup> mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.

Sobald die Nachricht eintrifft, erscheint zunächst der Absender im Display.

Wenn Sie die „Touch“-Taste  drücken erscheint im Display ein Teil der



Nachricht. Durch erneutes Drücken der „Touch“-Taste **1** können Sie die Nachricht weiterlesen. Bei längeren Nachrichten wird nicht der komplette Inhalt angezeigt.

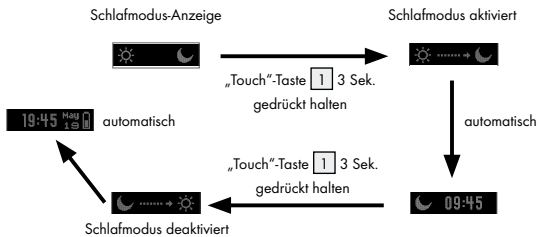


## ● Anrufe John Smith

In den Einstellungen der „HealthForYou“-App können Sie einstellen, dass Sie über Anrufe am Aktivitätssensor benachrichtigt werden. Voraussetzungen hierfür sind, dass der Aktivitätssensor über *Bluetooth*<sup>®</sup> mit dem Smartphone verbunden ist und die „HealthForYou“-App eingerichtet ist.



## ● Schlafmodus

Um Ihre Bewegungen im Schlaf zu messen, schalten Sie das Gerät vor dem Schlafen gehen in den Schlafmodus. Drücken Sie dazu in der Schlafmodus-Anzeige 3 Sekunden lang die „Touch“-Taste **1**. Im Display erscheint kurz  . Nach einer Sekunde schaltet der Aktivitätssensor automatisch in den Schlafmodus. Wenn Sie morgens aufwachen, drücken Sie die „Touch“-Taste **1** für ca. 3 Sekunden, um den Aktivitätssensor wieder aus dem Schlafmodus zu wecken.



Optional können Sie über die App ein Zeitintervall festlegen indem sich der Aktivitätssensor automatisch in den Schlafmodus versetzt und anschließend wieder in den Aktivitätsmodus übergeht. Zusätzlich können Sie eine Schlaferinnerung festlegen.

## ● **Bewegungserinnerung** 09:45

Sie können in den Einstellungen der „HealthForYou“-App eine Bewegungserinnerung einstellen. Sie können eine Start- und Endzeit einstellen während die Bewegungserinnerung aktiv ist, beispielsweise von 09:00– 18:00 Uhr. Zusätzlich können Sie die Inaktivitätsdauer festlegen. Wenn Sie sich nun während der eingestellten Inaktivitätsdauer nicht bewegen, beginnt der Aktivitätssensor zu vibrieren und im Display erscheint  -> .

## ● Datenübertragung auf Smartphone

Um die aufgezeichneten Daten von ihrem Aktivitätssensor auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, befolgen Sie die folgenden Handlungsschritte:

- Aktivieren Sie *Bluetooth*<sup>®</sup> auf Ihrem Smartphone.
- Öffnen Sie die „HealthForYou“-App.
- Verbinden Sie Ihren „SAS 82“ Aktivitätssensor mit der App. Ihre Daten werden automatisch auf das Smartphone übertragen.

## ● Ersatz- und Verschleißteile

Zubehörteile können über den Webshop nachbestellt werden unter:  
[www.shop.sanitas-online.de](http://www.shop.sanitas-online.de)

Bezeichnung	Artikel- bzw. Bestellnummer
USB-Ladekabel	163.164

## ● Häufig gestellte Fragen

### **Wie trage ich den Aktivitätssensor korrekt?**

Tragen Sie den Aktivitätssensor am linken Handgelenk wenn Sie Rechtshänder sind oder am rechten Handgelenk wenn Sie Linkshänder sind. Ziehen Sie hierbei das eine Ende des Armbands durch die Öffnung des anderen Endes. Drücken Sie nun die Schnalle in die Öffnungen des Armbands und schieben Sie das Ende des Armbands durch die Schlaufe, bis es spürbar einrastet.

### **Was für einen Nutzen hat der Aktivitätssensor für mich?**

Bewegung ist Voraussetzung für ein gesundes Leben. Körperliche Aktivität hält Sie fit und senkt das Risiko für Herz- und Kreislauferkrankungen. Wenn Sie sich bewegen, hilft Ihnen das bei einer Gewichtsreduzierung und Sie werden feststellen, dass sich Ihr Wohlbefinden verbessert. Körperliche Aktivität bezieht sich auf alle energieverbrauchenden Bewegungen. Dabei kommt den täglichen Aktivitäten wie Gehen, Radfahren, Treppensteigen und Hausarbeit ein wesentlicher Anteil zu. Um Ihre tägliche Bewegungsaktivität objektiv einschätzen zu können und zu erfassen, nutzt Ihnen der Aktivitätssensor. Er kann Sie auf diese Weise auch zu verstärkter Bewegung im Alltag motivieren. Ein tägliches Pensum von mindestens 7.000–10.000 Schritten oder 30 Minuten Aktivität sind optimal. (Quelle: nach WHO, Dr. Catrine Tudor-Locke, Dr. David R. Bassett jr.)

## Wie erfasst der Aktivitätssensor meine Schritte?

Der Aktivitätssensor zeichnet mittels des eingebauten 3D-Sensors Ihre körperliche Aktivität ununterbrochen auf. Dabei werden all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert. Die Angabe der zurückgelegten Strecke kann daher von der tatsächlichen Strecke abweichen.

## Wie kann ich meine Aktivitäts / Schlaf-Daten auswerten?


Über die *Bluetooth*® Schnittstelle Ihres Aktivitätssensors können Sie Ihre gespeicherten Daten an ein Smartphone (Android™ und iOS) übertragen und dort auswerten. Sie benötigen hierzu lediglich die kostenlose „HealthForYou“-App auf Ihrem Smartphone.

## Wie synchronisiere ich meine Daten mit der App?

Um die aufgezeichneten Daten von ihrem Aktivitätssensor auf die „HealthForYou“-App zu übertragen, folgen Sie den Anweisungen in Kapitel „Datenübertragung auf Smartphone“.



## Die Datenübertragung auf das Smartphone funktioniert nicht.

Dies kann mehrere Gründe haben:

- Überprüfen Sie, ob Ihr Smartphone / Tablet mit der „HealthForYou“-App kompatibel ist.
- Der Aktivitätssensor befindet sich im „Sleep-Modus“. Um den „Sleep-Modus“ zu verlassen, halten Sie die „Touch“-Taste für 3 Sekunden gedrückt. Auf dem Display des Aktivitätssensors erscheint .

- *Bluetooth*® ist auf Ihrem Smartphone nicht aktiviert. Aktivieren Sie *Bluetooth*® in den Einstellungen Ihres Smartphones.
- Der Akku des Aktivitätssensors ist leer. Wenn sich der Aktivitätssensor nicht einschalten lässt, laden Sie ihn mit dem mitgelieferten USB-Ladekabel auf.
- Überprüfen Sie, ob Sie die korrekte App verwenden. Eine Datenübertragung ist ausschließlich mit der „HealthForYou“-App möglich.
- Der Aktivitätssensor ist mit einem anderen Smartphone verbunden. Trennen Sie die Verbindung zuerst, bevor Sie den Aktivitätssensor mit einem anderen Smartphone verbinden.
- **iPhone:**  
Wenn Sie ein iPhone verwenden und die *Bluetooth*® Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie zuerst die *Bluetooth*® Verbindung in der „HealthForYou“-App.  
Gehen Sie anschließend in den Einstellungen Ihres iPhones auf *Bluetooth*® und löschen Sie den „SAS 82“ aus der Liste der verbundenen *Bluetooth*® Geräte.  
Verbinden Sie nun den „SAS 82“ in der „HealthForYou“-App erneut über *Bluetooth*®.
- **Android™:**  
Wenn Sie ein Android™-Smartphone verwenden und die *Bluetooth*® Verbindung nicht mehr aufgebaut wird, trennen Sie die *Bluetooth*® Verbindung in der „HealthForYou“-App und verbinden Sie den „SAS 82“ anschließend erneut.

## **Wann muss ich den Akku des Aktivitätssensors aufladen?**

Laden Sie den Akku des Aktivitätssensors wenn bei Tastendruck auf dem Display  angezeigt wird. Sobald  auf dem Display angezeigt wird, beträgt die Akkuleistung noch maximal 24 Stunden. Lassen Sie den Akku nie ganz leer werden, nur dann ist eine kontinuierliche Datenerfassung möglich.

## **Wie lade ich den Akku des Aktivitätssensors korrekt auf?**

Um den Aktivitätssensor korrekt aufzuladen, folgen Sie den Anweisungen wie in Kapitel „Akku aufladen“ beschrieben.

## **Kann ich den Aktivitätssensor auch während des Fahrradfahrens tragen?**

Sie können den Aktivitätssensors auch während des Fahrradfahrens tragen. Voraussetzung dafür ist, dass Sie den Sensor an geeigneter Stelle tragen. Eine Platzierung des Sensors am Bein oder in einer engen bzw. seitlichen Hosentasche ist gut geeignet, nicht geeignet ist das Tragen am Gürtel. Allerdings weicht die Angabe der zurückgelegten Strecke von der tatsächlichen Strecke ab, weil der Aktivitätssensor all Ihre physischen Bewegungen in Schritte interpretiert.

## **Wie viele Tage / Nächte kann der Aktivitätssensor aufzeichnen?**

Der Aktivitätssensor kann bis zu 15 Tage und 15 Nächte aufzeichnen. Sind alle Speicherplätze voll, werden die ältesten Aufzeichnungen

automatisch überschrieben. Daher empfehlen wir, die Datenübertragung mindestens einmal wöchentlich durchzuführen.

### **Wie aktiviere ich den Schlafmodus?**

Beachten Sie hierzu die Anweisungen aus Kapitel „Schlafmodus“.

### **Wie kann ich den Vibrationsalarm aktivieren?**

Die gewünschte Alarmzeit geben Sie in der „HealthForYou“-App ein. Synchronisieren Sie nach Eingabe / Änderung der Alarmzeit den Aktivitätssensor mit der App.

### **Kann ich den Aktivitätssensor auch während dem Duschen oder Schwimmen tragen?**

Der Aktivitätssensor ist geschützt gegen zeitweiliges Untertauchen im Wasser in einer Tiefe von 1 Meter bis zu 30 Minuten (IP67). Es kann während dem Duschen oder Untertauchen des Aktivitätssensors in vereinzelten Fällen vorkommen, dass der vorherrschende Wasserdruck zu hoch ist und der Aktivitätssensor dadurch beschädigt wird. Vor der Verwendung beim Schwimmen wird abgeraten.

### **Wie entsorge ich den Aktivitätssensor korrekt?**

Beachten Sie hierzu die Hinweise in Kapitel „Entsorgung“.

## Wie kann ich den Aktivitätssensor reinigen?

Reinigen Sie den Aktivitätssensor von Zeit zu Zeit sorgfältig mit einem feuchten Tuch.

## Wo kann ich ein USB-Ladekabel nachbestellen?

Siehe Kapitel „Ersatz- und Verschleißteile“.

## Was ist alles im Lieferumfang enthalten?

Im Lieferumfang ist ein Aktivitätssensor und ein USB-Ladekabel enthalten.

## Was bedeuten die Zeichen auf dem Aktivitätssensor und auf der Verpackung?

Beachten Sie hierzu das Kapitel „Legende der verwendeten Piktogramme“.

## ● Entsorgung

Die Verpackung besteht aus umweltfreundlichen Materialien, die Sie über die örtlichen Recyclingstellen entsorgen können.



Beachten Sie die Kennzeichnung der Verpackungsmaterialien bei der Abfalltrennung, diese sind gekennzeichnet mit Abkürzungen (a) und Nummern (b) mit folgender Bedeutung: 1-7: Kunststoffe / 20-22: Papier und Pappe / 80-98: Verbundstoffe.



Gemäß Europäischer Richtlinie über Elektro- und Elektronik-Altgeräte und Umsetzung in nationales Recht, müssen verbrauchte Elektrogeräte getrennt gesammelt und einer umweltgerechten Wiederverwertung zugeführt werden.



Möglichkeiten zur Entsorgung des ausgedienten Produkts erfahren Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Defekte oder verbrauchte Batterien müssen gemäß Richtlinie 2006/66/EC und deren Änderungen recycelt werden. Geben Sie Batterien und / oder das Produkt über die angebotenen Sammeleinrichtungen zurück.



### **Umweltschäden durch falsche Entsorgung der Batterien!**

Batterien dürfen nicht über den Hausmüll entsorgt werden. Sie können giftige Schwermetalle enthalten und unterliegen der Sondermüllbehandlung. Die chemischen Symbole der Schwermetalle sind wie folgt: Cd = Cadmium, Hg = Quecksilber, Pb = Blei. Geben Sie deshalb verbrauchte Batterien bei einer kommunalen Sammelstelle ab.

## ● Garantie / Service

Wir leisten 3 Jahre Garantie ab Kaufdatum für Material- und Fabrikationsfehler des Aktivitätssensors.

Die Garantie gilt nicht:

- Im Falle von Schäden, die auf unsachgemäßer Bedienung beruhen.
- Für Verschleißteile.
- Bei Eigenverschulden des Kunden.
- Sobald das Gerät durch eine nicht autorisierte Werkstatt geöffnet wurde.

Die gesetzlichen Gewährleistungen des Kunden bleiben durch die Garantie unberührt. Für Geltendmachung eines Garantiefalles innerhalb der Garantiezeit ist durch den Kunden der Nachweis des Kaufes zu führen. Die Garantie ist innerhalb eines Zeitraumes von 3 Jahren ab Kaufdatum gegenüber der Hans Dinslage GmbH, Uttenweiler, DEUTSCHLAND geltend zu machen.

**Bitte wenden Sie sich im Falle von Reklamationen an unseren Service unter folgendem Kontakt:**

**Service-Hotline (kostenfrei):**

DE

☎ **0800 72 42 355 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-de@sanitas-online.de**

AT

☎ **0800 21 22 88 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-at@sanitas-online.de**

CH

☎ **0800 200 510 (Mo.–Fr.: 8–18 Uhr)**

✉ **service-ch@sanitas-online.de**

Fordern wir Sie zur Übersendung des defekten Aktivitätssensors auf, ist das Produkt an folgende Adresse zu senden:

NU Service GmbH  
Lessingstraße 10b  
DE-89231 Neu-Ulm  
DEUTSCHLAND

**IAN 297928**

Wir bestätigen hiermit, dass dieses Produkt der europäischen RED Richtlinie 2014/53/EU entspricht.

Die CE-Konformitätserklärung zu diesem Produkt finden Sie unter:

<http://www.sanitas-online.de/web/de/landingpages/cedeclarationofconformity.php>

The *Bluetooth*<sup>®</sup> word mark and logos are registered trademarks owned by Bluetooth SIG, Inc. and any use of such marks by Hans Dinslage GmbH is under license. Other trademarks and trade names are those of their respective owners.

Apple 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.

Google Play and the Google Play logo are trademarks of Google LLC. Android<sup>™</sup> is a trademark of Google LLC.



**Hans Dinslage GmbH**

Riedlinger Str. 28  
DE-88524 Uttenweiler  
GERMANY

Információk állása · Stanje informacij  
Stav informací · Stav informácií  
Stand der Informationen: 05/2018  
Ident.-No.: 677.74\_SAS82\_2018-03-  
22\_01\_IM\_Lidl\_LB4\_HU-SI-CZ-SK-4

IAN 297928

