

IFIT[®] CLASSIC



NORSK BRUKERVEILEDNING

INNHold

Viktige forholdsregler	3
Spørsmål	4
Innhold	4
Oppstart	4
Installering av applikasjon og oppsett av teller	5
Lading av teller	6
Hvordan bære teller	7
Rengjøring av teller	7
Bruk av teller	8
Service	9

FORHOLDSREGLER

Vennligst les gjennom forholdsreglene og instruksjonene i denne brukerveiledningen før du benytter deg av apparatet.

1. Det er eierens ansvar å forsikre seg om at alle brukerne av dette apparatet er kjent med disse forholdsreglene.
2. Du bør prate med en lege før du påbegynner dette eller et hvilket som helst annet treningsprogram. Dette er særdeles viktig dersom du er over 35 år gammel eller har kjente helseproblemer.
3. Bruk dette produktet kun som beskrevet i brukerveiledningen.
4. Barn under 13 år og kjæledyr bør ikke ha tilgang til dette apparatet.
5. Benytt kun den inkluderte laderen til å lade apparatet.
6. Ikke forsøk å åpne eller demontere apparatet – batteriet kan ikke byttes ut.
7. Ikke rengjør apparatet med slipemidler.
8. Ikke benytt dette apparatet i badstue, i dusjen eller mens du bader. Ikke senk produktet i vann. Ikke plasser produktet i vaskemaskin eller tørketrommel.
9. Ta av deg apparatet dersom du opplever hudirritasjoner som følge av det.
10. Ikke utsett apparatet for ekstremt høye eller lave temperaturer – ikke la det ligge i direkte sollys over lenger tid.
11. Overtrening kan virke mot sin hensikt. Dersom du føler ubehag under treningen, avslutt økten umiddelbart.

SPØRSMÅL?

Dersom du har spørsmål etter å ha lest gjennom denne brukerveiledningen, gå til support.iFit.com eller send en epost til support@iFit.com.

Ønsker du informasjon om din produktgaranti, vennligst send en epost til support@iFit.com.

INNHold



Teller, USB-kabel, lader

OPPSTART

1. Installer iFit Track-applikasjonen på din iOS- eller Android-smarttelefon.

Bruk denne applikasjonen til å sette opp en iFit-konto, koble telleren, klargjøre telleren for bruk, tilpasse innstillingene, stille inn treningsmål, samt å skrive inn og holde oversikt over tellerinformasjonen. Se neste side for mer informasjon.

2. Lær hvordan du lader telleren.

Benytt den inkluderte laderen til å lade telleren. Se side 6 for mer informasjon.

3. Lær hvordan du ifører deg telleren.

Ikle på deg telleren ved hjelp av det medfølgende armbåndet. Se side 7 for mer informasjon.

4. Lær hvordan du benytter deg av telleren.

Bruk telleren til å telle og synkronisere kaloriinformasjon, steg og annen aktivitet på iFit Track-applikasjonen. Se side 8 for mer informasjon.

INSTALLERING OG TILPASSING AV TELLEREN

Hvordan installere iFit-applikasjonen

Koble til, tilpass og synkroniser klokken med ditt iOS-apparat (iPhone 4s eller senere) eller ditt Android-apparat (Android 4.3 eller senere). Apparatet må støtte Bluetooth 4.0.

På ditt iOS- eller Android-apparat, åpne *App Store* eller *Google Play*, og søk etter gratis-applikasjonen fra iFit. Installer applikasjonen og forsikre deg om at Bluetooth er skrudd på.

Hvordan stille klokken på telleren

Still klokken første gang du benytter deg av apparatet. Dra først den midtre dreieknappen ut av klokken (se diagram på side 8). Skru deretter dreieknappen til klokken viser riktig tid. Dytt deretter den midtre dreieknappen tilbake inn på klokken.

Hvordan skru av fraktmodus

Første gang du benytter deg av apparatet, trykk og hold den nedre knappen nede i ett sekund. Etter omtrent tre sekunder vil fraktmodus skrues av, og tallskiven vil begynne å bevege på seg.

Hvordan koble til, stille inn og synkronisere klokken

Åpne iFit-applikasjonen og følg instruksjonene for hvordan du skal opprette en iFit-konto og koble klokken til applikasjonen på ditt iOS- eller Android-apparat.

For å koble klokken til applikasjonen, trykk og hold den øvre knappen nede i tre sekunder (se diagram på side 8). Den røde LED-lampa på tallskiven vil nå blinke. Gå deretter til iFit-applikasjonen og velg din klokke fra listen over oppdagede apparater.

Dersom koblingen var suksessfull vil LED-lampen på tallskiven blinke grønt. Klokken vil deretter synkronisere automatisk hver gang du åpner iFit-applikasjonen med Bluetooth skrudd på. Du kan også synkronisere klokken manuelt i iFit-applikasjonen.

Følg instruksjonene i iFit-applikasjonen for å tilpasse innstillingene på klokken, skrive inn og telle informasjon, samt å sette opp målverdier.

LADING AV KLOKKEN

Batteriets levetid

Klokken inneholder et oppladbart litium-ion batteri. Ved normal bruk vil en fulladet klokke gå syv dager før den trenger å lades opp.

Når batterinivået er nede på 15% vil både røde og grønne LED-lamper blinke i fem sekunder for å varsle deg om at klokken må lades. Dette vil fortsette hvert femte minutt til batteriet er flatt eller til du lader klokken. **Merk: Pass på å synkronisere klokken til iFit-applikasjonen når batterinivået er lavt – all informasjon på klokken vil slettes når batteriet er flatt.**

Lading av klokken

Koble først USB-kabelen til laderen.

Fest deretter laderen til klokken ved å justere kontaktene bak på klokken med pinnene på laderen. Før deretter klokken inn på laderen.

Når klokken og laderen er koblet sammen, koble laderen til en USB-port på din datamaskin. Klokken vil bruke mellom fire og åtte timer på å lades helt opp til 100%.

Merk: Ønsker du å lade klokken raskere, kan du koble laderen til en USB-kompatibel veggadapter (ikke inkludert) eller en USB-kompatibel bil-lader (ikke inkludert).

Den røde LED-lampen vil blinke mens klokken lader. Når klokken er fulladet vil den grønne LED-lampen lyse til laderen er koblet fra.



HVORDAN BÆRE KLOKKEN



Hvordan feste armbåndet

Før armbåndet rundt håndleddet, og fest med spennen som du fester en vanlig klokke.

Forsikre deg om at armbåndet har litt slakk rundt håndleddet.

Merk: I likhet med andre klokker og smykker kan enkelte brukere oppleve hudirritasjon mens de har på seg klokken. Dersom du opplever dette, bør du ta av deg klokken. Dersom du har spørsmål, vennligst send en epost til support@iFit.com.

RENGJØRING AV KLOKKEN

Rengjør armbåndet regelmessig med vann og noen få dråper mild flytende såpe. Pass på at armbåndet er helt tørt før du fester det til håndleddet ditt.

Dersom du finner smuss på tallskiven eller i ladeporten, kan du rense disse med en fuktig klut og en liten mengde mild såpe. Pass på at armbåndet er helt tørt før du fester det til håndleddet ditt.

Merk: Ikke sprut væsker direkte på tallskiven. Ikke plasser klokken i oppvaskmaskin, vaskemaskin eller tørketrommel.

BRUK AV KLOKKEN

Bruk bildet under for å gjøre deg kjent med de forskjellige delene på klokken før du lærer om hvordan den fungerer.



Følg instruksjonene under for å skrive inn kalorier, telle daglige steg, holde oversikt over forbrente kalorier, forstå vibrasjonsvarslene og nullstille klokken.

Du kan telle kalorier manuelt på klokken. Trykk og hold den nedre knappen i tre sekunder. Viseren vil bevege seg til 03:00-posisjonen og deretter tilbake til 12:00-posisjonen. Trykk deretter den øvre knappen gjentatte ganger for å skrive inn kalorier med en økning på 50 pr trykk. Hold knappen nede dersom du ønsker å øke kaloriene raskere. Når du er fornøyd med antallet, trykk nedre knapp for å bekrefte mengden. Du kan skrive inn maks 9000 kalorier pr dag.

Klokken vil automatisk kalkulere og lagre hvor mange steg du går hver dag. Dette vil vises på tallskiven over daglige steg. Én runde på tallskiven representerer 10.000 steg. Dersom antallet steg overstiger dette vil viseren gå forbi 0-markøren, mens klokken vil fortsette å telle steg. Det totale antallet steg kan ses på iFit-applikasjonen.

Klokken vil automatisk kalkulere netto kalorier basert på antallet kalorier du skriver inn manuelt, antallet daglige steg og kalorier du forbrenner i løpet av dagen. Denne informasjonen vises på tallskiven over net. kalorier. 12:00-posisjonen representerer 0 net. kalorier; 06:00-posisjonen representerer +2.000 net. kalorier når viseren beveger seg med klokken; og -2.000 net. kalorier når viseren beveger seg mot klokken. Kalorier kan skrives inn på klokken, gjennom iFit-applikasjonen eller på nettsiden.

Klokken vil vibrere for å varsle om viss informasjon. Dersom du ikke har beveget deg på en stund (en tidsperiode du selv kan stille inn på applikasjonen), vil klokken vibrere to ganger for å varsle deg om dette. Standardinnstillingen er på 30 minutter. Dersom du når et av målene du har stilt inn på applikasjonen – for eksempel dersom du når 10.000 daglige steg – vil klokken vibrere fire ganger samtidig som de røde og grønne LED-lampene vil blinke for å varsle om dette.

Dersom du ønsker å nullstille klokken kan du holde den øvre og nedre knappen nede samtidig i ti sekunder. LED-lampene vil lyse, sekundviseren vil slutte å bevege seg og alle de små tallskivene vil bevege seg til 12:00-posisjonen. Trykk nedre knapp for å gjenoppta vanlig klokke drift.

Viktig: Klokken kan holde på opptil 30 dagers informasjon. Dersom du ikke synkroniserer klokken på 30 dager vil den eldste informasjonen slettes for å gi plass til nyere datafiler.

VIKTIG VEDRØRENDE SERVICE

Om det skulle oppstå problemer av noe slag, ber vi deg om å kontakte Mylna Servicesenter. Våre konsulenter har lang erfaring og vil hjelpe deg med spørsmål om produkter, montering, bestilling av reservedeler eller ved eventuelle feil og mangler.

Vi vil gjerne at du kontakter oss før du kontakter butikken slik at vi kan tilby deg best mulig hjelp.

Besøk vår hjemmeside www.mylناسport.no – her vil du finne informasjon om produktene og brukermanualer. På vår hjemmeside finner du ett kontaktskjema, ved å fylle ut dette gir du oss den informasjonen vi trenger for å kunne hjelpe deg så effektivt som mulig.