

Schrittzähler 3D mit 7-Tage-Speicher

Art.-Nr.5906268

BEDIENUNGSANLEITUNG

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



Einleitung

Dieser praktische und modische Schrittzähler 3D ist für jedermann geeignet und kann den ganzen Tag über benutzt werden. Das Gerät zählt fortwährend Ihre Schrittzahl, die dabei zurückgelegte Strecke, die Zeit, die Sie während Ihrer täglichen Aktivitäten dafür benötigt haben, und die verbrauchten Kalorien. Dank des integrierten Gravitationsensors können Sie den Schrittzähler ganz einfach in Ihre Hosentasche oder Ihren Geldbeutel oder Rucksack stecken und müssen das Gerät nicht unbedingt am Gürtel befestigen oder um den Hals hängen. Ärzte empfehlen, täglich ca. 10.000 Schritte zu gehen, um gesund zu bleiben und Gewicht zu verlieren. Dies ist normalerweise durch Ihre gewohnten täglichen Aktivitäten erreichbar. Falls dies nicht der Fall sein sollte, können Sie dieses Ziel ganz einfach durch einen zusätzlichen Spaziergang erreichen.

Der Schrittzähler 3D ist genau für diesen Zweck geeignet. Sie können das Gerät ganz einfach den ganzen Tag mit sich tragen. Ohne weitere Umstände überprüft es Ihre Bewegungsaktivität und zählt die Schritte. Durch zusätzliche, intelligente Berechnungsfunktionen zeigt das Gerät auch die verbrauchten Kalorien und die durch Ihre Schritte zurückgelegte Distanz an. Darüberhinaus zieht es falsche Bewegungen ab, die z.B. beim Sitzen durch Auf- und Abbewegung erzeugt werden. Der 7-Tage-Speicher zeichnet sämtliche Daten auf und hilft Ihnen so dabei, bequem Ihre Fitness-Ziele zu erreichen und zu kontrollieren.

Hinweis: Dieses Gerät ist ein intelligenter Schrittzähler. Um das Zählen von sogenannten falschen Schritten zu vermeiden, die z.B. durch Körperbewegungen oder Stoßeinwirkung auf Fahrzeuge hervorgerufen werden, zählt und speichert das Gerät erst die Schritte, nachdem es zehn aufeinanderfolgende Schritte erkannt hat.

Kundenservice:

Sollten Sie Fragen zu dem Artikel haben, wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice: Weltbild GmbH & Co. KG, Werner-von-Siemens Str. 1, 86159 Augsburg

Deutschland **Telefon:** 01806 354 360 **E-Mail:** info@weltbild.com
(Mo. – Fr. 7:00 - 22:00 Uhr; Sa. 7:00 - 20:00 Uhr;
20 Cent/Anruf Festnetz; max. 60 Cent/Anruf Mobilfunk)

Schweiz **Telefon:** 0848 840 131 **E-Mail:** kundendienst@weltbild.ch

Österreich **Telefon:** 0662 / 65 75 88 **E-Mail:** kundenservice@weltbild.at

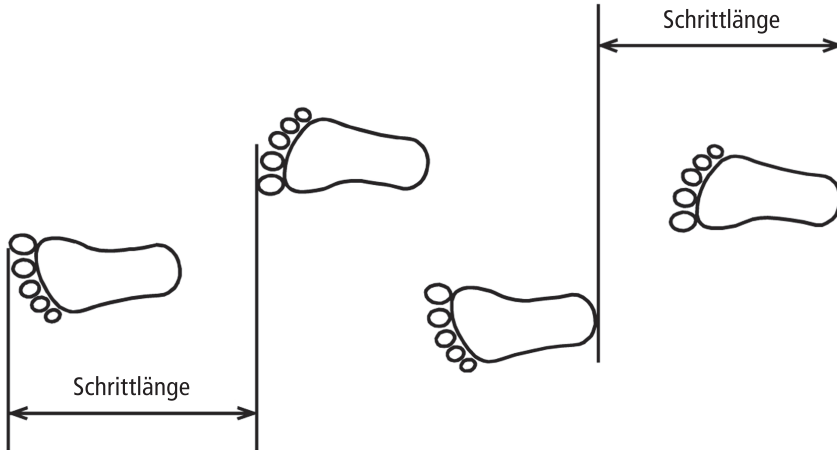
Weltbild



Funktionen

- 7-Tage-Speicher**
 Der Schrittzähler 3D speichert 7 Tage lang automatisch zurückgelegte Schritte, Strecke, verbrannte Kalorien und die Zeit, die Sie für Gehen und Joggen benötigt haben.
- Automatisches Löschen**
 Im Normalbetrieb wird die tägliche Aufzeichnung der Gesamtzahl an Schritten, Strecke, verbrannten Kalorien und benötigter Zeit um 00:00 Uhr im 7-Tage-Speicher abgespeichert und dann im Display gelöscht.
- Tastensperre**
 Falls 30 Sekunden lang keine Taste benutzt wurde, aktiviert sich automatisch die Tastensperre. Falls Sie 30 Sekunden lang nicht gehen oder joggen, schaltet sich das Gerät automatisch in den Schlafmodus und das Display erlischt. Sobald Sie wieder gehen, schaltet sich das Display automatisch ein. Wenn die Tastensperre aktiviert ist, halten Sie einfach die + / Entsperren-Taste 2 Sekunden lang gedrückt, um die Sperre zu deaktivieren.
- Hintergrundbeleuchtung**
 Die helle, orange-farbene Hintergrundbeleuchtung erleichtert Ihnen das Ablesen der Schrittzahl im Monitor.

Messung der Schrittweite



Um die zurückgelegte Wegstrecke und die verbrannten Kalorien zu berechnen, müssen Sie Ihre persönliche Schrittlänge (-weite) und Ihr Gewicht eingeben. Bitte messen Sie Ihre Schrittlänge, bevor Sie den Schrittzähler einstellen.

• Wie messe ich die Schrittweite?

Messen Sie Ihre Schrittlänge von Zehe zu Zehe oder von Ferse zu Ferse. Für ein möglichst genaues Messergebnis messen Sie bitte die Strecke von 10 Schritten und berechnen dann den Durchschnitt, indem Sie die gemessene Strecke durch zehn teilen. Das Ergebnis ist Ihre persönliche Schrittlänge. Die durchschnittliche Schrittlänge eines gewöhnlichen Menschen beträgt ca. 55,9 cm (22 Inch).

Bedienung

• Maßeinheit auswählen

1. Deaktivieren Sie die Tastensperre, indem Sie die Plus/Entsperren-Taste 2 Sekunden lang gedrückt halten.
2. Halten Sie die Modus-Taste gedrückt, bis im Display die Maßeinheit angezeigt wird. Dann können Sie durch Drücken der Plus/Entsperren-Taste die Maßeinheit zwischen metrischem (cm/kg) und englischem (Inch/Pfund) System umstellen.

• Schrittlänge und Gewicht einstellen

1. Nachdem Sie die gewünschte Maßeinheit eingestellt haben, drücken Sie die Modus-Taste erneut. Nun können Sie die Schrittlänge eingeben.
2. Durch Drücken der Plus/Entsperren- oder Minus Löschen-Taste können Sie Ihre persönliche Schrittlänge zwischen 10 cm (7") und 120 cm (80") eingeben.
3. Drücken Sie nun nochmals die Modus-Taste, um das Gewicht einzugeben.
4. Durch Drücken der Plus/Entsperren- oder Minus/Löschen-Taste können Sie Ihr persönliches Gewicht zwischen 20 kg (40 Pfund) und 150 kg (300 Pfund) eingeben.

- **Zeitformat und Zeit einstellen**

1. Nachdem Sie Ihr persönliches Gewicht eingegeben haben, drücken sie nochmals die Modus-Taste, um das Zeitformat einzugeben.
2. Durch Drücken der Plus/Entsperren-Taste können Sie das Zeitformat zwischen 12-Stunden- und 24-Stunden-Anzeige umschalten.
3. Drücken Sie nochmals die Modus-Taste, um die aktuelle Zeit einzustellen. Mit der Plus/Entsperren-Taste können Sie dann die Stunde und mit der Minus/Löschen-Taste die Minute einstellen.
4. Drücken Sie abschließend nochmals die Modus-Taste, um sämtliche eingegebenen Daten abzuspeichern und wieder in den normalen Anzeigemodus zu gelangen.

Hinweise:

1. Beim Einstellen der Zeit können Sie die Plus/Entsperren- oder Minus/Löschen-Taste gedrückt halten, um den Ziffernwechsel zu beschleunigen (Schnellvor-/rücklauf).
2. Wenn während des Einstellvorgangs länger als 30 Sekunden lang keine Taste gedrückt wird, schaltet das Gerät automatisch in den normalen Anzeigemodus zurück.

Speicher löschen

Wenn Sie sämtliche gespeicherten Aktivitätsdaten aus dem 7-Tage-Speicher löschen möchten, halten Sie die Minus/Löschen-Taste 3 Sekunden lang gedrückt.

- **7-Tage-Speicher ansehen**

Drücken Sie im normalen Anzeigemodus die Plus/Entsperren- oder Minus/Löschen-Taste, um die gespeicherten Aufzeichnungen der letzten 7 Tage in normaler oder umgekehrter Reihenfolge anzusehen. Durch wiederholtes Drücken der Modus-Taste können Sie die gespeicherten Schritte, Strecke, verbrannte Kalorien und benötigte Zeit eines Tages ansehen. Wenn Sie länger als 3 Sekunden keine Taste drücken, kehrt das Gerät automatisch in den normalen Anzeigemodus zurück.

- **Walking, Jogging oder normale Bewegung**

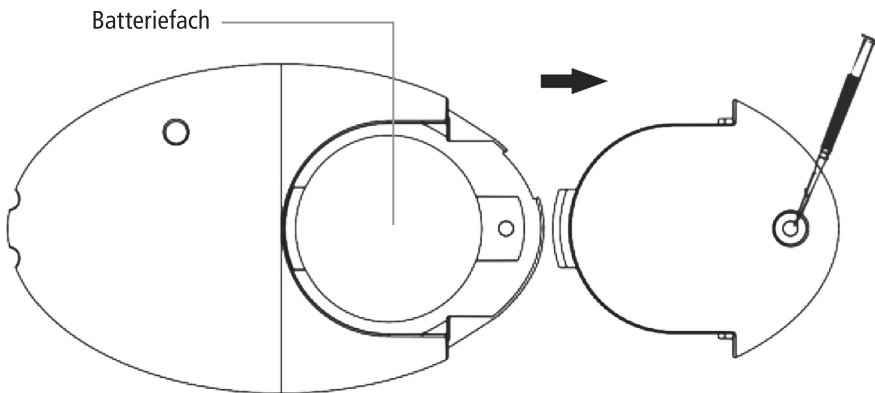
Sie können den Schrittzähler einfach den ganzen Tag lang bei sich tragen. Das Gerät zählt Ihre Schritte und die benötigte Zeit und berechnet die zurückgelegte Strecke und die verbrannten Kalorien, die sich aus Ihren täglichen Aktivitäten ergeben.

Batterie auswechseln

Vorsicht: Die Batterie in diesem Gerät darf nur von einer erwachsenen Person entnommen und ersetzt werden.

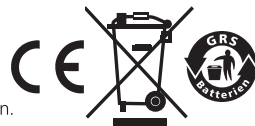
1. Lösen Sie mit einem Schraubenzieher (nicht in der Lieferung enthalten) die Schraube des Batteriefachdeckels auf der Rückseite des Geräts.
2. Öffnen Sie den Batteriefachdeckel.
3. Legen Sie eine CR2032-Knopfzelle in das Batteriefach ein und achten Sie dabei auf die korrekte +/- Polarität, wie im Fach markiert.
4. Setzen Sie den Deckel wieder ein.
5. Schrauben Sie die Schraube wieder am Deckel fest.

Hinweis: Falls die Anzeige im Display schwach wird oder das Symbol für schwache Batterie angezeigt wird, sollten Sie umgehend die Batterie auswechseln.



Altgeräte-Entsorgung

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



Kundenservice:

Sollten Sie Fragen zu dem Artikel haben, wenden Sie sich bitte an unseren Kundenservice: Weltbild GmbH & Co. KG, Werner-von-Siemens Str.1, 86159 Augsburg

Deutschland **Telefon:** 01806 354 360 **E-Mail:** info@weltbild.com
(Mo. – Fr. 7:00 - 22:00 Uhr; Sa. 7:00 Uhr - 20:00 Uhr;
20 Cent/Anruf Festnetz; max. 60 Cent/Anruf Mobilfunk)

Schweiz **Telefon:** 0848 840 131 **E-Mail:** kundendienst@weltbild.ch
(Mo. – So. 7:00 - 22:00 Uhr)

Österreich **Telefon:** 0662 / 65 75 88 **E-Mail:** kundenservice@weltbild.at

Weltbild