

My **Musthaves**

Fashionable Fitness Tracker

Nederlandse Handleiding



Inhoudsopgave

1. Voordat u begint	3
1.1 Waarschuwing.....	3
1.2 Smartphone ondersteuning.....	3
1.3 Opladen	3
2. Koppelen met uw smartphone	3
1.1 De tracker aanzetten	3
1.2 De app downloaden	3
1.3 Het koppelen van uw tracker.....	3
3. Functionaliteit van de App	4
3.1 Home scherm.....	4
3.2 Slaapmodus.....	4
3.3 Exercise.....	4
3.3.1 Outdoor (Excercise)	4
3.3.2 Indoor (Exercise)	4
3.4 Device	4
3.5 Personal	4
3.5.1 Exercise Setting	4
3.6 Beheren van functionaliteiten van uw tracker/Device	4
3.6.1 Wekker instellen	4
3.6.2 Overige instellingen/More settings.....	5
4. Functionaliteit van de Fitness Tracker.....	5

1. Voordat u begint

Bedankt voor het aanschaffen van de Fitness Tracker. Voordat u begint met de tracker te gebruiken, leest u alstublieft de korte handleiding aandachtig door.

1.1 Waarschuwing De Fitness Tracker is geen medisch apparaat. De hartmonitor houdt accuraat uw hartslag bij, maar mag nooit gebruikt worden medische doeleinden. Uw huisarts kan u adviseren over uw hartslag en sportactiviteit/gezondheid in het algemeen.

1.2 Smartphone ondersteuning De Fitness Tracker is geschikt voor Android (4.3 of hoger) en iOS (7.0.4.0 of hoger) smartphones. Dit zijn bijna alle iPhones, Samsung telefoons, Huawei telefoons etc.

1.3 Opladen Wanneer u de tracker ontvangt moet u deze eerst volledig opladen. U kunt het losse onderdeel aan de behuizing van de tracker vast klikken. De contactpuntjes van het losse onderdeel moeten overeenkomen met die in de aansluiting. De tracker is in 3 uur volledig opgeladen.

2. Koppelen met uw smartphone

Het downloaden en verbinding maken met de app.

1.1 De tracker aanzetten Wanneer u de tracker heeft opgeladen heeft is deze automatisch ingeschakeld. Als u hem heeft uitgezet kunt u hem weer aanzetten door de knop op de tracker ingedrukt te houden totdat hij aan gaat.

1.2 De app downloaden Gebruik de QR code in de Engelse variant van de handleiding of zoek naar de app: "Smart Wristband" op de Google Play Store of Apple App Store, afhankelijk van uw smartphone.

1.3 Het koppelen van uw tracker Eenmaal gedownload, open de app op uw smartphone. U wordt gevraagd een account te maken. Klik voor nu op "skip", u heeft geen account nodig en kunt er later nog een aanmaken. Daarna wordt gevraagd uw tracker te koppelen. Tik op het bluetooth icoon dat op het scherm verschijnt. U ziet uw tracker verschijnen in het overzicht eronder. Tik op het plusje om uw tracker te koppelen. Let op: Wanneer de app toestemming vraagt uw bluetooth verbinding te gebruiken, tikt u op toestaan.

3. Functionaliteit van de App Onderaan in de app vindt u een menu met 4 items: Home, Exercise, Device en Personal.

3.1 Home scherm Rechtsboven vindt u twee icoontjes. De eerste is voor het synchroniseren van de tracker met de app. Data zoals uw stappen van de dag worden dan gesynchroniseerd in de app. Het tweede icoontje is om uw prestaties te delen op social media.

Het scherm geeft weer hoeveel stappen u heeft gezet op een dag, hoeveel km u heeft gelopen en hoeveel extra kcal u daarmee heeft verbrand.

3.2 Slaapmodus De tracker houdt automatisch uw slaap bij. Het kan een paar dagen duren voordat uw slaappatroon wordt opgenomen, omdat de tracker moet leren wat u overdag en 's nachts doet. U kunt dit proces versnellen door de wekkerfunctie te gebruiken (Setting menu).

3.3 Exercise Dit scherm geeft u een overzicht van uw activiteiten die u met de app gestart heeft (Activity) en uw slaappatroon opgenomen met de app (Sleep).

3.3.1 Outdoor (Exercise) Dit scherm wordt gebruikt om een (hard)loop sessie te starten of een fiets sessie te starten. De tracker en de app gebruiken de GPS van uw smartphone om een route bij te houden en allerlei data op te slaan wat bij uw activiteit past.

U kunt uw geschiedenis terug vinden door rechtsboven te tikken op "History".

3.3.2 Indoor (Exercise) Dit zijn activiteiten die u bijvoorbeeld uitvoert in de sportschool. Wanneer u de activiteit start in de app, zal de tracker zo ingesteld worden om zo'n activiteit op te nemen. (Jumping Rope = Springtouwen, Treadmill = Loopband.)

U kunt uw geschiedenis terug vinden door rechtsboven te tikken op "History".

3.4 Device Het instellingen menu verschilt per platform. Op Android smartphones kunt u notificaties per app beheren, op een iPhone is dit gelimiteerd en kunt u dit niet in de app beheren. Notificaties worden weergegeven op basis van de instellingen op uw smartphone zelf. Voorbeeld: WhatsApp berichtjes die een melding geven op uw smartphone, worden ook weergegeven op de tracker.

3.5 Personal Dit scherm wordt gebruikt om uw persoonlijke gegevens in te vullen. Deze gegevens helpen bij het berekenen van gegevens zoals het aantal verbrande kcal bij activiteiten.

3.5.1 Exercise Setting Hier worden uw dagelijkse doelstellingen ingesteld. De doelstellingen komen terug in de verschillende activiteiten van de app.

3.6 Beheren van functionaliteiten van uw tracker/Device Het Device Menu bevat opties op functionaliteit, met name notificaties (Android) in en uit te schakelen.

3.6.1 Wekker instellen en notificaties om te gaan bewegen "Set clock" gebruikt u voor het instellen van een of meerdere wekkers. De tracker zal dan trillen op de gegeven tijd.

"Sedentary Reminder Settings" zijn notificaties die u instelt om te gaan bewegen. U stelt in wat de maximale periode is dat u stil zit. De tracker helpt u dan om op te staan en wat te gaan doen.

[3.6.2 Overige instellingen/More settings](#) Verder kunt u in het setting menu uw verbonden trackers beheren, de Engelse handleiding raadplegen, de software van de tracker updaten en de applicatie "Smart Wristband" afsluiten zodat deze niet meer op de achtergrond draait.

[4. Functionaliteit van de Fitness Tracker](#) De tracker heeft een knop die op twee manieren gebruikt wordt. U kunt er kort en lang op drukken. De algemene regel is dat met kort drukken u navigeert door het menu of functies en lang drukken een activiteit start, functie activeert of een menu in gaat.

Na het synchroniseren met de app staat automatisch de tijd en datum ingesteld op de tracker. Dit is tevens het eerste scherm van waaruit we gaan werken.

Tik eenmaal kort op de knop en u ziet het scherm waar u uw aantal Gelopen stappen van de dag kunt inzien.

Tik nogmaals kort en u zit in het menu om [De fietsmodus](#) in te schakelen. De data in de fietsmodus vindt u na het synchroniseren terug in de app onder "Exercise". U schakelt de fietsmodus in of uit door de knop lang ingedrukt te houden (de timer zal dan lopen of stoppen).

Tik kort om naar het scherm te gaan waar uw [Hartslag](#) (realtime) wordt gemeten. Na het lang ingedrukt houden van de knop gaat de modus in werking. Het duurt een paar seconden voordat de eerste meting zichtbaar is, daarna wordt deze continue ververst. Houdt de knop lang ingedrukt om te stoppen met het meten van uw hartslag.

Tikt u nogmaals kort, dan komt u weer terecht op het scherm met de [Tijd en datum](#). Als u nu de knop lang indrukt komt u in het menu van de tracker. Hierin vindt u de volgende functies, in de volgorde van weergave op de tracker:

houdt de knop lang ingedrukt en scroll in [Het menu](#) door meerdere keren te klikken.

- Terugkeren: ga terug naar het scherm van tijd en datum door eenmaal weer lang te drukken met uw vinger.

- Muziek: houdt de knop lang ingedrukt en scroll naar het muziek icoontje door meerdere keren te klikken. speel muziek af met de standaard muziekspeler op uw smartphone.

- Camera: houdt de knop lang ingedrukt en scroll naar het camera icoontje door meerdere keren te klikken. gebruik de tracker om foto's te maken met uw smartphone.

- Smartphone zoeker: houdt de knop lang ingedrukt en scroll naar het smartphone icoontje door meerdere keren te klikken. wanneer uw smartphone verbonden is via bluetooth kunt u de tracker gebruiken om uw smartphone te vinden.

- Vibratie instelling: het in of uitschakelen van het trillen van de tracker.

- Uitschakelen: de tracker uitzetten.

- Fabrieksinstellingen herstellen: het resetten van de tracker.