

 fitbit charge 2™



Használati utasítás
1.0 verzió

Tartalom

| | |
|---|----|
| Bevezetés | 1 |
| Mit talál a csomagolásban | 1 |
| Mit talál ebben a dokumentumban | 1 |
| A Fitbit Charge 2 beállítása | 2 |
| A karkötő beállítása az Ön mobilkészülékén | 2 |
| A karkötő beállítása Windows 10-et használó PC-n | 2 |
| A karkötő beállítása Mac számítógépen | 3 |
| A karkötő szinkronizálása a Fitbit fiókkal | 4 |
| Megismerkedés a Fitbit Charge 2 karkötővel | 5 |
| Felhelyezés a csuklóra | 5 |
| Egész napos viselés és edzés | 5 |
| A csukló és a domináns kéz kiválasztása | 6 |
| Felhasználói környezet | 6 |
| Az elsötétült kijelző bekapcsolása | 6 |
| Óra és menü használata | 7 |
| Koppintson a fitness karkötőre | 8 |
| Akku üzemidő és töltés | 8 |
| Az akku aktuális állapotának meghatározása | 8 |
| A karkötő töltése | 9 |
| A karkötő ápolása | 10 |
| Szíjcseré | 10 |
| A szíj levétele | 10 |
| Az új szíj felhelyezése | 11 |
| Automatikus tevékenységfigyelés a Fitbit Charge 2 segítségével | 12 |
| Egész napos statisztikák megtekintése | 12 |

| | |
|---|-----------|
| Pulzusszám megjelenítése | 12 |
| A pulzustartományok használata | 12 |
| Alapértelmezett pulzustartományok | 13 |
| Saját pulzustartományok | 14 |
| Alváskövetés | 14 |
| A tevékenység napi erőnléti céljainak figyelemmel követése | 14 |
| Erőnléti cél meghatározása | 14 |
| Az erőnléti cél felé haladás megjelenítése | 14 |
| Óránkénti tevékenységek figyelemmel követése | 15 |
| Edzés a Fitbit Charge 2 karkötővel | 16 |
| A SmartTrack használata | 16 |
| Az Exercise (Edzés) menü használata | 16 |
| GPS-szel szemben támasztott követelmények | 16 |
| Edzés figyelemmel követése | 17 |
| Légzőgyakorlatok végzése a Charge 2-vel | 18 |
| Csendes riasztás használata | 19 |
| Csendes riasztás engedélyezése vagy tiltása | 19 |
| A csendes riasztás beállítása | 19 |
| Hívások, szöveges üzenetek és naptári értesítések fogadása | 20 |
| Naptárral szemben támasztott követelmények | 20 |
| Értesítések aktiválása | 20 |
| Fitbit for iOS alkalmazás | 20 |
| Fitbit for Android alkalmazás | 21 |
| Bejövő értesítések megjelenítése | 21 |
| A Fitbit Charge 2 testreszabása | 23 |
| Az óra számlapjának megváltoztatása | 23 |
| A Quick View funkció használata | 23 |
| A pulzus figyelése | 23 |

| | |
|--|-----------|
| A Fitbit Charge 2 frissítése | 24 |
| A Fitbit Charge 2-vel kapcsolatos problémamegoldás | 25 |
| Hiányzó pulzusjel | 25 |
| Váratlan viselkedés | 25 |
| Általános Fitbit Charge 2 információk és műszaki adatok | 27 |
| Érzékelők | 27 |
| Anyagok | 27 |
| Vezeték nélküli technológia | 27 |
| Tapintásos visszacsatolás | 27 |
| Akku | 27 |
| Memória | 27 |
| Kijelző | 28 |
| Méret | 28 |
| Környezeti feltételek | 28 |
| További információk | 28 |
| Áruvisszaadás és jótállás | 28 |
| Törvényi és biztonsági figyelmeztetések | 29 |
| Európai Unió (EU) | 29 |
| Termékbiztonsági nyilatkozat | 29 |

Bevezetés

Üdvözljük a kitűzött erőnléti célok stílusos elérését segítő intelligens Fitbit Charge 2™ fitness karkötő világában. Szánjon rá egy kis időt, és olvassa el a <http://www.fitbit.com/safety> oldalon a teljes biztonsági tájékoztatót.

Mit talál a csomagolásban

A Fitbit Charge 2 csomagolása a következőket tartalmazza:



Intelligens karkötő



Tápkábel

A karkötő felső és alsó része más színű és más anyagból készül, önállóan forgalmazott karkötőkre cserélhető.

Mit talál ebben a dokumentumban

Segítséget nyújtunk abban, hogy gyorsan létrehozassa Fitbit® fiókját, és meggyőződhessen arról, hogy a karkötő képes a gyors adatátvitelre, és az adatok kezelőpanelen történő összegyűjtésére. A kezelőpanel az erőnléti célok beállítására, a korábbi adatok elemzésére, a trendek beazonosítására, az ételek és italok rögzítésére, a barátokkal való lépéstartásra, és még sok másra szolgál. Amint végzett a fitness karkötő beállításával, indulásra kész.

Alább ismertetjük az Önt érdeklő funkciók kikeresésének és használatának, valamint a karkötő testre szabásának módját. Ha további információkat, tippeket szeretne kapni, illetve probléma-megoldási javaslatokról szeretne olvasni, kérjük, lapozza át a help.fitbit.com oldalon található terjedelmes cikkeket.

A Fitbit Charge 2 beállítása

A legjobb élmény érdekében iOS, Android vagy Windows 10 operációs rendszerekhez készült Fitbit alkalmazások használatát javasoljuk. Ha nem rendelkezik mobilkészüléssel, Windows 10 operációs rendszert futtató PC-t vagy Mac asztali számítógépet is használhat, bekapcsolt Bluetooth® funkcióval. A Bluetooth nélküli használat érdekében látogasson el a help.fitbit.com oldalra.

Fitbit fiókja elkéri az Ön magasságra, testsúlyra, nemre, stb. vonatkozó adatait annak érdekében, hogy különböző számításokat végezhesen, például a lépéshossza segítségével számolja ki a távolságot, az alap anyagcsere adat pedig segít megbecsülni, hány kalóriát égetett el. Tetszés szerint megoszthatja barátaival a Fitbiten az életkorát, a magasságát és a testsúlyát, ám ezek az Ön által megadott adatok alapértelmezett beállításnál védett személyes adatoknak minősülnek.

A karkötő beállítása az Ön mobilkészülékén

Az ingyenes Fitbit alkalmazás több mint 200 különböző iOS, Android és Windows 10 operációs rendszert támogató mobilkészüléssel kompatibilis.

A készülék használata:

1. A <http://www.fitbit.com/devices> oldalon ellenőrizze le, hogy az a Fitbit alkalmazás kompatibilis az Ön mobilkészülékével.
2. A Fitbit alkalmazást készüléke függvényében az alábbi helyek egyikén találja:
 - Apple® App Store® az olyan iOS-t használó készülékekhez, mint pl. az iPhone® vagy iPad®.
 - Google Play™ Store az Androidot használó készülékek esetében, pl. Samsung® Galaxy® S5 és Motorola Droid Turbo.
 - Microsoft® Windows Store a Windows 10 operációs rendszert használó mobilkészülékek esetében, pl. Lumia™ vagy Surface™ tablet.
3. Telepítse az alkalmazást. Kérjük, vegye figyelembe, hogy az ingyenes Fitbit alkalmazás letöltéséhez saját fiókra lesz szüksége az adott áruházban.
4. Amint telepítette az alkalmazást, kezdéshez koppintson a **Join Fitbit-re (Csatlakozás a Fitbithez)**. Egy sor kérdést megválaszolva létrehozhatja saját Fitbit fiókját, vagy bejelentkezhet a már meglévő Fitbit fiókjába.
5. Kövesse a képernyőn látható, és a Charge 2 mobilkészülékhez csatlakoztatására vagy az eszközzel való összepárosítására vonatkozó utasításokat. Az összepárosítás biztosítja a fitness karkötő és a mobilkészülék kölcsönös kommunikációját (adatszinkronizálást).

Az összepárosítás befejezését követően olvassa el új fitness karkötője használati útmutatóját, majd tanulmányozza át a Fitbit kezelőpanelt.

A karkötő beállítása Windows 10-et használó PC-n

Ha nem rendelkezik mobilkészüléssel, fitness karkötőjét bekapcsolt Bluetooth® funkcióval, Windows 10-et használó PC segítségével állíthatja be és szinkronizálhatja. Számítógépén a Windows 10-et használó mobilkészülékek rendelkezésre álló Fitbit alkalmazást használhatja. Ha szeretné a számítógépére telepíteni a Fitbit alkalmazást:

1. Kattintson a számítógépen Start gombra, és nyissa meg a Windows áruházat (Store-t).

2. Kattintson a számítógépen Start gombra, és nyissa meg a Windows áruházat (Store-t) **Free** gombra, és töltsse le az alkalmazást a számítógépére.
3. Ha korábban még soha nem töltött le alkalmazást a számítógépére, a rendszer felszólítja, hogy hozza létre saját Windows Store fiókját.
4. Kattintson a **Microsoft account** opcióra, és jelentkezzen be a már meglévő Microsoft fiókja segítségével. Ha még rendelkezik Microsoft fiókkal, kövesse a képernyőn látható utasításokat.
5. A letöltés befejeződését követően nyissa meg az alkalmazást.
6. Kattintson a **Join Fitbit** opcióra, majd a megjelenő kérdéseket megválaszolva hozza létre saját Fitbit fiókját, vagy jelentkezzen be a már meglévő Fitbit fiókjába.
7. Kövesse a képernyőn látható, és a Windows 10 alkalmazáshoz való csatlakoztatására, vagy a vele való összepárosítására vonatkozó utasításokat. Az összepárosítás biztosítja a fitness karkötő és az alkalmazás kölcsönös kommunikációját (adatszinkronizálást).

Az összepárosítás befejezését követően olvassa el új fitness karkötője használati útmutatóját, majd tanulmányozza át a Fitbit kezelőpanelt.

A karkötő beállítása Mac számítógépen

Ha nem rendelkezik mobilkészülékkel, fitness karkötőjét bekapcsolt Bluetooth® funkciók Mac számítógépe segítségével állíthatja be és szinkronizálhatja, és a statisztikai figyelemmel követéséhez használja a fitbit.com-ot. E módszer használata esetén első lépésben telepítse az ingyenes Fitbit Connect alkalmazást amely lehetővé teszi a Charge 2 számára, hogy szinkronizálja az adatokat a fitbit.com kezelőpanellel.

Ha szeretné telepíteni a Fitbit Connect alkalmazást, és be szeretné állítani a fitness karkötőjét:

1. Látogasson el a <http://www.fitbit.com/setup> oldalra.
2. Léptessen lefelé, majd kattintson a letöltés gombra. Ha a gomb nem jeleníti meg helyesen a számítógépe típusát (például ha „Download for Mac“-et mutat („Letöltés Mac-re")), először válassza ki a megfelelő típust, majd kattintson a gombra.
3. A felkínált fájl megnyitása vagy fájl elmentése opciók közül válassza a fájl megnyitását. Néhány másodperc múlva megjelenik a Fitbit Connect telepítése opciót.



4. Kattintson kétszer az Install Fitbit Connect.pkg opcióra. Bekapcsol a Fitbit Connect telepítőprogram.
5. A telepítőprogram utasításai közötti léptetéshez koppintson a **Continue (Tovább)** gombra.
6. A felszólítást követően válassza a **Set up a New Fitbit Device (Új Fitbit készülék beállítása)** opciót.
7. A Fitbit fiók létrehozásához kövesse a képernyőn olvasható utasításokat, vagy jelentkezzen be már létező fiókjába, és csatlakoztassa össze a fitness karkötőjét a Fitbit Connect-tel.

Miután befejezte a telepítési lépéseket, a Fitbit végigvezeti a Charge 2 elején, majd megjelenik a fitbit.com kezelőpanel.

A karkötő szinkronizálása a Fitbit fiókkal

Miután elkezdte használni a Charge 2-t, le kell ellenőriznie, hogy rendszeresen szinkronizálásra kerülnek az adatai a Fitbit kezelőpulttal. A kezelőpanel az a hely, ahol nyomon követheti az elért eredményeit, megtekintheti az edzések előzménylistáját, figyelemmel követheti az alvás üzemmódokat, kihívásokban vehet részt, és még sok más t csinálhat. Ajánlott legkevesebb naponta egyszer elvégezni az adatok szinkronizálását.

A Fitbit és Fitbit Connect alkalmazások a Fitbit fitness karkötővel végzett szinkronizáláshoz Bluetooth Low Energy (BLE) technológiát használnak.

Ha a közelben összepárosított fitness karkötő található, az alkalmazás minden megnyitásakor szinkronizálásra kerül sor. Az alkalmazás keretén belül bármikor igénybe veheti a **Sync Now (szinkronizálás most)** opciót is.

Ha a karkötő legfeljebb 6 méterre van a számítógéptől, a Fitbit Connect 15 percenként szinkronizál. Ha szeretné kikényszeríteni a szinkronizálást, kattintson a számítógépén a dátum és az idő közelében található Fitbit Connect, majd válassza a **Sync Now** opciót.

Megismerkedés a Fitbit Charge 2 karkötővel

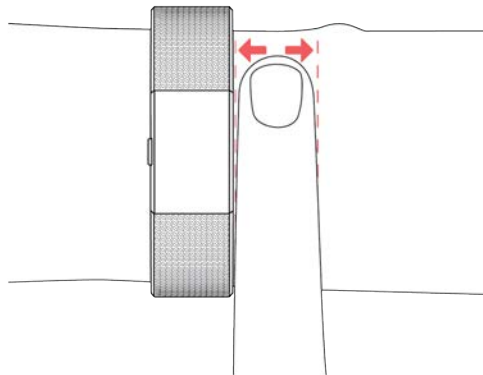
Ebben a fejezetben ismertetjük, hogy a legjobb viselni, tölteni és használni az fitness karkötőt. Ha beszerzett egy tartalék szíjat, itt megtalálja annak leírását is, miként veheti le az eredeti szíjat, és helyettesítheti a másikkal.

Felhelyezés a csuklóra

Tekintse meg ezeket a tippeket annak érdekében, hogy megbizonyosodhasson arról, hogy a karkötőjét optimális eredményeket nyújtó módon viseli.

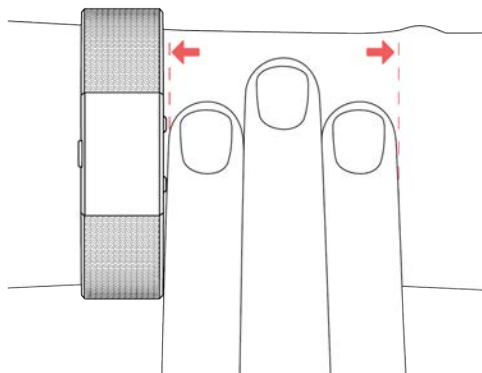
Egész napos viselés és edzés

Ha a karkötőt egész nap viseli, de nem edz, a Charge 2-nek általában a csuklócsont alatt egy hüvelykujjnyira kell lennie, mintha csak karórát viselne.



A pulzusszám optimális nyomon követése érdekében a következő tippeket tartsa szem előtt:

1. Edzés közben a csuklóján magasabban viselje a karkötőjét. Tekintettel arra a tényre, hogy minél magasabbra helyezi a karkötőt, annál intenzívebb a véráramlás, már néhány centiméterrel feljebb helyezése is pontosíthatja a pulzusszám kijelzést. A sok olyan gyakorlat, mint a kerékpározás vagy súlyemelés, amely során intenzíven mozog a csuklója, zavarhatja a pulzusjelet, ha a karkötő lejjebb található a csuklóján.



2. Ne viselje túl szorosan a fitness karkötőt; a szoros szíj korlátozza a véráramlást, és potenciálisan befolyásolhatja a pulzusszámot. Amint már említettük, ajánlott a karkötőt sportoláskor kissé szorosabban viselni (de kényelmesen, ne szorítson), mint egyébként a nap folyamán.
3. Nagy intenzitású intervallum-edzés vagy más tevékenységek esetén, amikor a csuklója intenzíven és nem ritmikusan mozog, ez a fajta mozgás megakadályozhatja, hogy az érzékelő pontosan meghatározza a pulzusszámot. Ugyanígy az olyan gyakorlatok során, mint például a súlyemelés vagy evezés, a csuklóizmok úgy mozoghatnak, hogy az óraszíj a gyakorlat közben összehúzódik majd meglazul. Ha a karkötő nem mutatja a pulzusszámot, próbálja meg rövid ideig (kb. 10 másodpercig) pihentetni a csuklóját, ekkor meg kellene jelenniük a pulzusszám adatoknak.

A csukló és a domináns kéz kiválasztása

A nagyobb pontosság és a lehető legegyszerűbb használat érdekében a karkötőnek tudnia kell, hogy melyik csuklóján fogja viselni (bal vagy jobb), valamint hogy Ön melyik kezét tartja dominánsnak (bal vagy jobb). A domináns keze az, amellyel általában ír, vagy amellyel dobni szokott.

A telepítés közben a rendszer felkéri, hogy válassza ki azt a csuklóját, amelyen majd viselni kívánja a karkötőt. Ha később úgy dönt, hogy a karkötőt a másik csuklóján viseli inkább, változtassa meg a Wrist (Csukló) opció beállításait. A Handedness (Viselési oldal) opció segítségével szintén bármikor megváltoztathatja a beállított domináns kezét. Mindkét beállítás a Fitbit alkalmazás Account (Fiók) részében, vagy a fitbit.com kezelőpanel Personal Info (Személyes adatok) beállítások részében található.

Felhasználói környezet

A Charge 2 kopogtatásra érzékeny OLED kijelzővel és egy gombbal rendelkezik.

Az elsötétült kijelző bekapcsolása

Ha nem használja a Charge 2-t, a kijelzője kikapcsol. Ha be szeretné kapcsolni:

- Nyomja meg a gombot.

- Fordítsa el önmaga felé a csuklóját. A fitness karkötő e Quick View (Gyors Nézet) néven ismert funkciója kikapcsolható.
- Koppintson kétszer a fitness karkötőre.

Óra és menü használata

Az induló, vagy "fő" képernyőn a több stílusban rendelkezésre álló óra látható. Ha a kijelző az órát mutatja, a következőkre nyílik lehetősége:

- Koppintson, ha látni szeretné a megtett lépések számát, a pulzusszámot, a távolságot, az elégetett kalóriákat, megmászott emeletek és aktív mozgással töltött percek számát.
- A menün belüli léptetéshez nyomja meg a gombot.



Mind a statisztikákat, mint a karkötő menüjét testre szabhatja. További információk itt: help.fitbit.com.

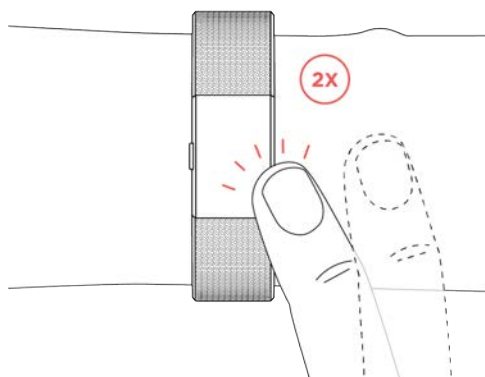
Az órát ábrázoló képernyő után ciklikusan léptethet az egyes menük között, és megtekintheti fitness karkötőjén az egyes információkat, vagy használhatja a különböző funkciókat. A következő menük állnak rendelkezésre:

- Pulzusszám - az aktuális pulzusszám megjelenítése. A rákoppintást követően a nyugalmi pulzusszám látható.
- Edzés - koppintson, ha az egyes gyakorlatok között szeretne léptetni, majd ha el kívánja kezdeni a kiválasztott gyakorlatot, nyomja meg és tartsa benyomva a gombot. A befejezéshez ismét nyomja meg és tartsa benyomva a gombot.
- Elengedés - koppintson, ha a légzésgyakorlat sűgőt szeretné kiválasztani. Nyomja meg és tartsa benyomva a gombot, ha szeretné elkezdni a kiválasztott gyakorlatot.
- Stopper - a stopper elindításához nyomja meg és tartsa benyomva a gombot. Ha meg akarja állítani a stoppert, nyomja meg a gombot, és folytassa az időmérést. A stopper lenullázásához ismét nyomja meg és tartsa benyomva a gombot.
- Riasztások - koppintson, ha az Ön által előre beállított riasztások között szeretne léptetni. Bármely riasztó aktiválásához és deaktiválásához nyomja meg és tartsa benyomva a gombot. A riasztás képernyő csupán abban az esetben jelenik meg, ha be vannak állítva riasztások.



Koppintson a fitness karkötőre

A lehető legjobb eredmények érdekében az ábrának megfelelően ott koppintson a karkötőre, ahol a kijelző és az szíj összeér. A karkötő bekapcsolásához koppintson rá kétszer; a statisztikák vagy menük közötti léptetéshez pedig egyszer.



A Charge 2 nem reagál, ha végighúzza az ujját. Használja a gombot, vagy koppintson határozottan és gyorsan a kijelzőre.

Akku üzemidő és töltés

A teljesen feltöltött Charge 2 akku akár öt napig is működhet utántöltés nélkül. Az akkumulátor üzemi és feltöltési ideje a használat módja és más tényezők függvényében eltérő; a tényleges eredmények eltérőek lehetnek.

Az akku aktuális állapotának meghatározása

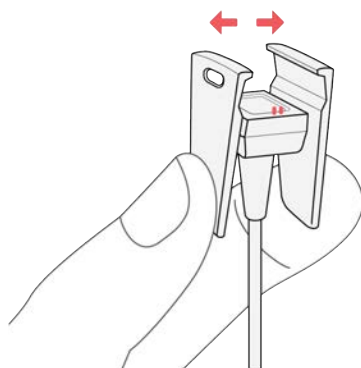
Ha az akku lemerült, néhány másodperccel a Charge 2 bekapcsolását követően a képernyőn lemerült akku ikon látható. Ha megjelenik a kritikus akkuállapot ikon, nem tud léptetni a fitness karkötő képernyői között mindaddig, amíg fel nem tölti az akkut. A karkötő továbbra is figyelemmel kíséri a tevékenységét egészen addig, amíg az akku teljesen le nem merül.

Az akkumulátor töltöttség állapotot a Fitbit kezelőpanelen is leellenőrizheti.

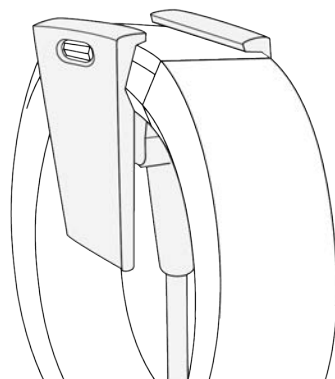
A karkötő töltése

A fitness karkötő feltöltése:

1. Csatlakoztassa a tápkábelt a számítógép USB bemenetébe, vagy UL tanúsítással rendelkező hálózati USB töltőbe.
2. Csatlakoztassa a tápkábel másik végét a karkötő hátlapján található bemenetbe. A tápkábel csatlakozódugóját biztonságosan rögzítse a portban.



3. Győződjön meg róla, hogy a karkötő gombja illeszkedik a tápkábelen található gombnyílásba. Azt, hogy a kapcsolat biztonságos onnan tudható, hogy a karkötő megrezeg, és a kijelzőn megjelenik az akkut ábrázoló ikon. Az akku ikon három másodperc után eltűnik.



Egy teljes feltöltés egy-két órát vesz igénybe. A töltési folyamat során is rákoppinthat a karkötőre, és leellenőrizheti az akkumulátor állapotát. A teljesen feltöltött karkötőt az kitöltött akku ikon jelzi.

A karkötő ápolása

Fontos, hogy rendszeresen tisztítsa a Charge 2 fitness karkötőt, és hagyja megszáradni. További információkért lásd: <http://www.fitbit.com/productcare>.

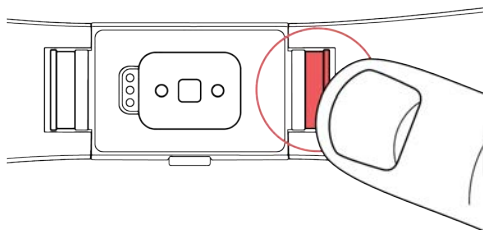
Szíjcsere

A karkötő két külön szíjellemmel (alsó és felső) rendelkezik, amelyeket önálló tartozékként forgalmazott szíjakra cserélhet.

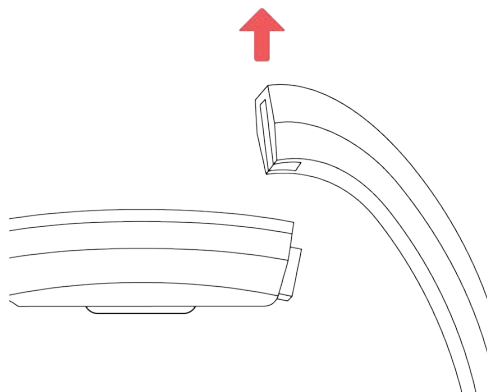
A szíj levétele

A szíj levétele:

1. Fordítsa el a Charge 2 karkötőt, és keresse meg a két végén található zárópeceket ott, ahol a szíj a készülékházhoz csatlakozik.
2. A zárópecket a szíj lapos fémgombját lenyomva oldhatja ki.



3. Felfelé csúsztatva a szíjat kiveheti a karkötőből.



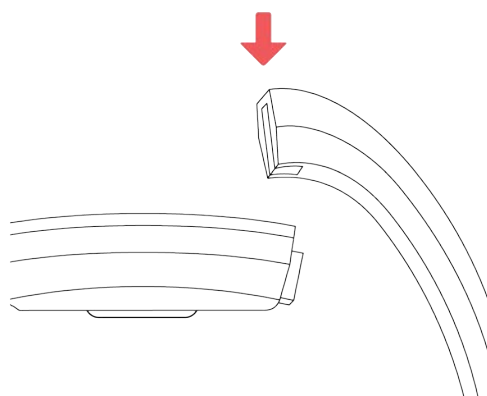
4. Azonos módon járjon el a másik oldalon is.

Ha nem sikerül levenni a szíjat, esetleg beszorult, óvatos előre-/hátrahúzással szabadítsa ki.

Az új szíj felhelyezése

Az új szíj felhelyezése előtt először ellenőrizze le, hogy a szíj melyik oldala az alsó és melyik a felső része. A szíj felső részének végén található a csat. Az alsó részén kivágások találhatóak, és a töltőbemenethez közelebb lévő oldalhoz kell csatlakoztatni.

A szíjat a keret végéig lefelé csúsztatva rögzítheti a helyére, amíg azt nem érzi, hogy rögzült a helyén.



Automatikus tevékenységfigyelés a Fitbit Charge 2 segítségével

Akárhol is viseli, Charge 2 karkötője mindenhol számos statisztikát követ automatikusan figyelemmel. Az információk a karkötő minden szinkronizálásakor továbbításra kerülnek a kezelőpanelre.

Egész napos statisztikák megtekintése

A Charge 2 bekapcsolásához nyomja meg a gombot, és megjelenik a pontos idő. Koppintson a kijelzőre, ha látni szeretné az egész nap statisztikáit:

- Lépések száma
- Aktuális pulzusszám
- Megtett távolság
- Elégetett kalória
- Leküzdött emeletek
- Aktív mozgás percek
- Mozcás / óra

A Fitbit kezelőpanelen a fitness karkötő által elmentett olyan további információkat talál, mint például:

- Alvás-előzmények, beleértve az alvással töltött órák számát, és az alvásmódokat is
- A nap folyamán az aktív tevékenységekhez (legalább 250 lépés megtétele) mérten nyugalmi állapotban töltött órák száma
- Edzés-előzmények és a heti erőnléti célok elérése terén elért eredmények
- Percenkénti pulzusszám (BPM), átlagos nyugalmi pulzusszám, valamint a pulzusszám zónákban töltött idő

Megjegyzés: A Charge 2 éjfélkor lenullázódik, és egy új nap mérései kezdődnek.

Pulzusszám megjelenítése

A Charge 2 lehetővé teszi a pulzusszám és a nyugalmi pulzusszám élőben történő megjelenítését a karkötőn. Ha szeretné megjeleníteni a pulzusszámát, addig nyomja meg ismételten a gombot, amíg a pulzusszám képernyőre nem jut, amelyen megtekintheti az aktuális pulzusszámát. A rákoppintást követően a nyugalmi pulzusszám látható.


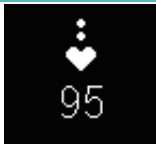
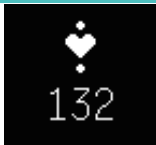
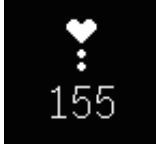
A pulzustartományok használata

A pulzustartományok segítenek saját választása szerint bemérni az edzésintenzitást. A fitness karkötő megjeleníti a pulzusszáma fölötti aktuális sávot, és a Fitbit kezelőpanelen megtekintheti a bizonyos nap vagy edzés során az egyes tartományokban töltött időt. Alapértelmezett helyzetben az Amerikai Kardiológiai Szövetség által ajánlott három pulzustartomány áll rendelkezésre, de ha van egy konkrét pulzustartomány, amelyre fókuszálni szeretne, ennek a beállítására is lehetőség nyílik.

Alapértelmezett pulzustartományok

Az alapértelmezett pulzustartományok a becsült maximális pulzusszám alapján kerülnek kiszámításra. A Fitbit a maximális pulzusszámot az általános 220 mínusz kor képletből számolja ki.

Az aktuális pulzusszám fölött látható szív ikon a pulzustartományt mutatja: A különböző pulzustartományok magyarázatát a következő táblázatban találja.

| Ikon | Tartomány | Számítás | Leírás |
|---|-------------------------|--|--|
|  | Pulzustartományon kívül | A maximális pulzusszám 50 %-a alatt. | A pulzusszáma lehet fokozott, de nem kell feltétlenül elégnie ahhoz, hogy a karkötő a mozgást edzésnek tekintse. |
|  | Zsírégetés | A maximális pulzusszám 50% - 69%-a között. | Kisebb-közepes intenzitású edzés. Ez a sáv megfelelő kiindulási pont lehet az edzeni kezdők számára. Azért hívják zsírégető tartománynak, mivel magasabb a zsírokból elégetett kalóriák száma, ám a teljes kalóriaégetési arány alacsonyabb. |
|  | Cardio | A maximális pulzusszám 70% - 84%-a között. | Közepes-fokozott intenzitású edzés. Ebben a tartományban Ön igyekszik, de nem ad ki magából mindent. A legtöbb ember számára ez az edzési céltartomány. |
|  | Csúcs (Peak) | A maximális pulzusszám több, mint 85%-a. | Fokozott edzésintenzitás sáv. Ez a tartomány teljesítmény- és sebességnövelő intenzív rövid szakaszokban érhető el. |

Saját pulzustartományok

Ha valamilyen konkrét célt tűzött ki maga elé, a kezdeti pulzusszám-sávok használata helyett saját sávot vagy saját maximális pulzusszámot állíthat be. Például az élsportolók az Amerikai Kardiológiai Társaság által az átlagemberek számára ajánlott értékektől eltérő értékekkel dolgoznak. Ha ebben a saját egyéni zónában van, a karkötőjén teli szív ikont lát. Ha nem ebben a tartományban van, csak a szív körvonalát látja.

A pulzusszám figyelemmel kísérésevel kapcsolatosan további információkat, illetve az Amerikai Kardiológiai Szövetség ezzel kapcsolatos tájékoztatását a következő oldalon találja: help.fitbit.com.

Alváskövetés

Az alvással töltött idő, valamint az alvás minőségének nyomon követése érdekében viselje az ágyban is a Charge 2 karkötőt. Ha szeretne tájékoztatást kapni az alvásával kapcsolatosan, szinkronizálja a karkötőt amikor felébred, és ellenőrizze le a kezelőpanelt.

A Fitbit kezelőpanel javaslatokat tehet az alvási és ébredési időkre vonatkozóan, javítva ezzel az alvási ciklusát. Akár az is beállítható, hogy a karkötő este jelezze, ha más ideje ágyba bújni.

Az alváskövetéssel kapcsolatosan további információkat a help.fitbit.com oldalon talál.

A tevékenység napi erőnléti céljainak figyelemmel kísérése

A Charge 2 figyelemmel követi, hogyan halad a tetszőlegesen kitűzött napi erőnléti célok irányában. Ha eléri a kitűzött erőnléti célt, a fitness karkötő megrezeg, és a kijelzőjén ünnepi képernyő látható.

Erőnléti cél meghatározása

Az alapértelmezett beállítás napi 10.000 lépés. Az erőnléti cél módosítható megtett távolságra, elégetett kalóriára, aktív mozgással töltött percekre, vagy leküzdött emeletekre, és kiválasztható az Ön által kívánt érték. Meghagyhatja például célként a lépések számát, de módosíthatja 10.000 lépésről 20.000 lépésre.

Az erőnléti cél felé haladás megjelenítése

Az erőnléti célok felé haladásról tájékoztató mutató segít megőrizni a motivációját. Az mutató alább kiszínezett része azt jelzi, hogy az erőnléti cél felé haladva már félúton jár.



Óránkénti tevékenységek figyelemmel követése

A Charge 2 segít egész nap aktívnak lenni azzal, hogy figyelemmel követi a nyugalmi állapotait, és emlékezteti arra, hogy mozognia kell.

Ha az adott óra folyamán nem tett meg legalább 250 lépést, akkor tíz perccel az óra vége előtt sétára felszólító enyhe rezgést érez. Ha a figyelmeztetést követően teljesíti a 250 lépésként meghatározott erőnléti célt, másodszor is rezgést érez, a kijelzőn pedig gratulációt tartalmazó üzenetet olvashat. Ha minden órában eléri a kitűzött erőnléti célt, a kijelzőn megjelenik a napi gratuláció.



Óránkénti
gratuláció



Napi
gratuláció

Edzés a Fitbit Charge 2 karkötővel

A Charge 2 az egyes edzések detektálásához és rögzítéséhez SmartTrack™ funkciót használ. A nagyobb pontosság érdekében, vagy ha valós idejű statisztikákat és az edzés összefoglalását szeretné látni a csuklóján, közölheti a karkötővel az edzés kezdetét végét. A komolyabb elemzéshez és összehasonlításhoz minden edzés megjelenik az edzés-előzmények között.

A SmartTrack használata

A SmartTrack biztosítja, hogy a karkötő figyelembe veszi a nap legaktívabb pillanatait. A SmartTrack™ funkció segítségével Ön a beazonosításra került edzést követően a fitness karkötő szinkronizálása során az edzés-előzmények között - egyebek mellett az időtartamra, az elégetett kalóriákra, az Ön napjára kifejtett hatásukra stb. vonatkozóan - számos statisztikát találhat.

Alapértelmezett beállítás esetén a SmartTrack felismeri a legalább 15 percen keresztül tartó folyamatos mozgást. Egy vagy több edzésfajta esetében a SmartTrack minimális időtartama növelhető vagy csökkenthető, és akár ki is kapcsolható. A SmartTrack testre szabásával és használatával kapcsolatosan további információkat a help.fitbit.com oldalon talál.

Az Exercise (Edzés) menü használata

Ha ki szeretné az Exercise menüt bővíteni a kedvenc sportjával, tíznél több sport közül választhat. Egyes sportok, mint például a futás, kerékpározás, túrázás esetében GPS használatra is lehetőség nyílik.

Az Exercise menü testre szabásával kapcsolatos további információkat a help.fitbit.com oldalon talál.

Megjegyzés: A Charge 2 nem rendelkezik beépített GPS-szel. A *csatlakoztatott GPS* funkció a közelben található mobilkészülék GPS érzékelőit használja, és így tájékoztat a sebességről és a távolságról, valamint a megtett útvonalról. A csatlakoztatott GPS bekapcsolása lehetővé teszi az edzés-statisztikák pontosabb figyelemmel követését.

GPS csatlakoztatására a Fitbit for Windows 10 alkalmazás esetén nem nyílik mód.

GPS-szel szemben támasztott követelmények

GPS csatlakoztatására iOS-t és Androidot használó mobilkészülékek esetén nyílik mód. A csatlakoztatott GPS beállításával kapcsolatos további információkat lásd itt: help.fitbit.com.

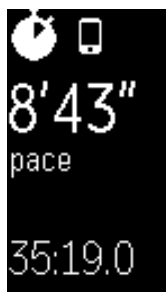
1. Ha csatlakoztatott GPS-t kíván használni, győződjön meg róla, hogy a telefonján be vannak kapcsolva a Bluetooth és a GPS, valamint hogy a fitness karkötő össze van párosítva a telefonjával.
2. Győződjön meg róla, hogy a Fitbit alkalmazás jogosult a GPS vagy a helymeghatározó szolgáltatások használatára.
3. Ellenőrizze le, hogy a Fitbit alkalmazás edzéseire bekapcsolt GPS csatlakoztatásra került.
 - a. Keresse meg a Fitbit alkalmazás Exercise (Edzés) opciókat. További információk itt: help.fitbit.com.

- b. Koppintson a követni kívánt edzésre, és ellenőrizze le, hogy a GPS be van kapcsolva.

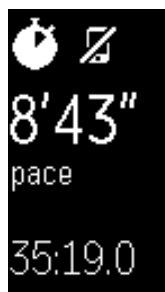
Edzés figyelemmel követése

Ha figyelemmel szeretné követni az edzést:

1. Nyomja meg többször a fitness karkötőn a gombot, amíg az Exercise (Edzés) képernyőre nem jut, majd koppintson a kívánt edzés kikereséséhez.
2. Az edzés kezdetén nyomja meg és tartsa benyomva gombot. Ha fent megjelenik a telefon ikon, a kiválasztott edzés GPS csatlakoztatását is felkínálja, és a készüléke rácsatlakozik a GPS-jelre. Ha a telefon ikon át van húzva, GPS-kapcsolat nem áll rendelkezésre. Az animált szaggatott vonal azt jelenti, hogy a készülék megpróbál GPS jelet találni.



Csatlakoztatott GPS-jel



Lecsatlakoztatott GPS-jel



GPS jel keresése

3. Az edzés során nyomja meg többször a gombot, ha a valós idejű statisztikák között kíván léptetni, vagy le kívánja ellenőrizni az aktuális időt.
4. Az edzés befejezését követően az adatok rögzítésének leállításához nyomja meg és tartsa benyomva a gombot. Megjelenik a zászló ikon és egy gratulációt tartalmazó üzenet.
5. Az eredmények összefoglalásához nyomja meg a gombot. A gomb minden lenyomásával ciklikusan a következő statisztikacsoport jelenik meg. Még egyszer megtekintheti az edzései összefoglalását.

A fitness karkötő szinkronizálása elmenti az edzést az edzések előzménylistába. Ott további statisztikákat talál, ha bekapcsolt GPS-t használt.

Légzőgyakorlatok végzése a Charge 2-vel

A Charge 2 testre szabott, irányított légzőgyakorlatokat kínál a karkötőn annak érdekében, hogy elősegítse a nap folyamán megtalálni a nyugalom perceit. Ön két és öt perces rövid légzőgyakorlat között választhat.

Ha szeretne elkezdni az légzőgyakorlatot:

1. Addig nyomja a fitness karkötőn a gombot, amíg meg nem jelenik a Relax (Lazítás) képernyő.
2. Az első választható opció a két perces légzőgyakorlat. Koppintson, ha az ötperces légzőgyakorlatot szeretné választani.
3. Az elindításhoz nyomja meg és tartsa benyomva gombot.
4. A 30-40 másodpercig tartó kalibrálás során maradjon nyugodt helyzetben, és lélegezzen mélyeket. A kijelzőn a „sensing your breathing” („légzés érzékelése”) felirat olvasható.
5. Az erre vonatkozó felszólítást követően vegyen mély lélegzetet, majd lélegezzen ki.



A karkötő kijelzőjén megjelenő csillagok jelzik, milyen alaposan tartja be az utasításokat. Ha szédülni kezd, vagy rosszul érzi magát, fejezze be a légzésgyakorlatot.

6. A légzésgyakorlat befejezését követően nyomja meg az a gombot, és visszalép az órára.

A légzésgyakorlat során minden értesítés automatikusan le van tiltva. Ha beállította a csendes riasztást, a Charge 2 a megadott időben rezeg.

A légzőgyakorlattal kapcsolatos további információkat, beleértve az előnyeinek az ismertetését és a biztonsági rendelkezéseket is a help.fitbit.com oldalon találja.

Csendes riasztás használata

A Charge 2 finom rezgéssel riaszthatja, vagy csendes riasztás funkció segítségével figyelmeztetheti. Akár nyolc különböző riasztást is beállíthat, amelyek naponta vagy csak a hét bizonyos napjain ismétlődhetnek.

A csendes riasztás testre szabásáról és használatáról bővebben itt olvashat: help.fitbit.com.

Csendes riasztás engedélyezése vagy tiltása

Beállítását követően a riasztást közvetlenül a Charge 2 karkötőjén anélkül is kikapcsolhatja vagy bekapcsolhatja, hogy meg kellene nyitnia az alkalmazást. A riasztás beállítására kizárólag a Fitbit alkalmazásban nyílik mód.

1. Nyomja meg többször a gombot a karkötőjén, amíg meg nem találja az Alarms (Riasztás) képernyőt.



2. Koppints a karkötőre, amíg meg nem találja a keresett riasztást.
3. A riasztás letiltásához vagy engedélyezéséhez nyomja meg és tartsa lenyomva a gombot.

A csendes riasztás beállítása

Amikor megszólal a riasztás, a fitness karkötő villog és rezeg. A riasztás kikapcsolásához nyomja meg a karkötőn lévő gombot, vagy tegyen meg gyalog 50 lépést. Ha a riasztás közben nem nyomja meg a gombot, a riasztás még egyszer automatikusan megismétlődik.

Hívások, szöveges üzenetek és naptári értesítések fogadása

Közelben található mobilkészülék esetén a Charge 2 karkötőn több mint 2 iOS és Android operációs rendszert alkalmazó mobilkészülék segítségével fogadhat értesítéseket hívásokról, szöveges üzenetokről és naptári eseményekről. Ha tudni szeretné, hogy az Ön mobilkészüléke támogatja-e ezt a funkciót, látogasson el a <http://www.fitbit.com/devices> oldalra. Vegye figyelembe, hogy Fitbit for Windows 10 rendszerű készülékek esetében az értesítések nem állnak rendelkezésre.

Naptárral szemben támasztott követelmények

A fitness karkötő megmutatja a naptáralkalmazásból a mobilkészülékébe továbbított valamennyi naptári eseményt és információt. Vegye figyelembe, hogy ha a naptár alkalmazása nem küld értesítéseket a mobilkészüléknek, azokat nem kapja meg a karkötő sem.



Amennyiben iOS operációs rendszert használó készüléket használ, a Charge 2 az iOS alapértelmezett naptári alkalmazásával szinkronizált összes naptárból kapott értesítést jelzi. Ha harmadik fél olyan naptári alkalmazását használja, amely nincs szinkronizálva az iOS naptár alkalmazással, a szóban forgó naptári alkalmazás értesítései nem láthatók.

Amennyiben Androidos eszközt használ, a Charge 2 a telepítés során kiválasztott naptári alkalmazás értesítéseit mutatja. Ön választhat a mobilkészülék alapértelmezett naptári alkalmazásai és harmadik felel naptári alkalmazásai között.

Értesítések aktiválása

Mielőtt bekapcsolná a Fitbit alkalmazás értesítések funkcióját, ellenőrizze le, hogy a Bluetooth bekapcsolt állapotú, és a mobilkészüléke képes értesítéseket küldeni (gyakran a Beállítások > Értesítések).

Bővebb információkat arról, hogy a mobilkészüléke lehetővé teszi-e az értesítést a help.fitbit.com oldalon talál.

Fitbit for iOS alkalmazás

A hívásokról és szöveges üzenetokről szóló értesítések megjelenítése alapértelmezett állapotban be van kapcsolva. Ha be szeretné kapcsolni a naptári értesítések funkciót:

1. A közelben található karkötővel kattintson a Fitbit kezelőpanelén az **Account (Fiók)** opcióra.
2. Kattintson a Charge 2 csempére.
3. Kattintson a **Notifications (Értesítések)** opcióra, majd kapcsolja be vagy ki a szöveges üzenetek, hívások vagy naptári értesítések bármilyen kombinációját.
4. A mobilkészülék és a fitness karkötő közötti kapcsolat (kötés) létrehozása során kövesse a képernyőn látható utasításokat.

Az értesítések aktiválását követően a mobilkészülékével összepárosított Bluetooth-eszközök listáján megjelenik a „Charge 2”.

Fitbit for Android alkalmazás

Ha szeretné bekapcsolni a bejövő hívások, szöveges vagy naptári értesítések funkciót:

1. A közelben található karkötővel kattintson a Fitbit alkalmazás kezelőpanel felső részében a Charge 2 opcióra.
2. Kattintson ismét a Charge 2 csempére.
3. Kattintson a **Notifications (Értesítések)** opcióra, majd kapcsolja be vagy ki a szöveges üzenetek, hívások vagy naptári értesítések bármilyen kombinációját.
4. A mobilkészülék és a fitness karkötő közötti kapcsolat (kötés) létrehozása során kövesse a képernyőn látható utasításokat.

Megjegyzés: Ha ez Androidos készüléken először állítja be az értesítések funkciót, a részletes utasításokat itt olvashatja: help.fitbit.com

Az értesítések aktiválását követően a mobilkészülékével összepárosított Bluetooth-eszközök listáján megjelenik a „Charge 2”.

Bejövő értesítések megjelenítése

Ha a fitness karkötő és a mobilkészülék egymástól 9 méterre van, a hívások, szöveges üzenetek vagy naptári események következtében a karkötő rezegni kezd. A kijelző kikapcsolt állapotban marad mindaddig, amíg Ön be nem kapcsolja. Az értesítés megtekintéséhez fordítsa maga felé a csuklóját, vagy nyomja meg a gombot. Az értesítés csupán a beérkezését követő egy percre áll rendelkezésre.

Bejövő hívás esetén az értesítés a hívó fél neve vagy telefonszáma négyszer végigfut a kijelzőn, és ezzel egyidejűleg egy animáció látható. Az értesítések kikapcsolásához nyomja meg a gombot.



Szöveges üzenetek és naptári események esetén a feladó neve vagy az esemény egyszer fut végig, majd mozdulatlan marad. A szöveges üzenet vagy esemény egyszer fut végig, majd eltűnik. Abban az esetben, ha a feladó vagy az esemény neve, esetleg a szöveges üzenet elég rövid a kijelzőn való megjelenítéshez, az információk nem gördülnek tovább. Az értesítések karaktereinek maximális száma 40.



A Fitbit Charge 2 testreszabása

Ez a fejezet azt ismerteti, hogyan módosítható az óra számlapja, valamint miként módosíthatók a fitness karkötő bizonyos viselkedési formái.

Az óra számlapjának megváltoztatása

A Charge 2 több óralappal rendelkezik. Néhány példa:



Az óralap a Fitbit alkalmazás vagy a kezelőpanel segítségével változtatható meg. További információk itt olvashatók: help.fitbit.com.

A Quick View funkció használata

Az akku üzemidejének meghosszabbítása érdekében a nem használt kijelző kikapcsol. A kijelző automatikusan bekapcsol, ha elfordítja maga felé a csuklóját (Quick View funkció), vagy a gomb benyomásával, illetve kettős koppintással lehet kapcsolható be.

A Quick View bekapcsolásával vagy kikapcsolásával kapcsolatosan bővebb információkat itt olvashat: help.fitbit.com

A pulzus figyelése

A Charge 2 a pulzusszám automatikus és folyamatos figyeléséhez PurePulse® technológiát használ. Alább három különböző pulzusszám beállítási lehetőség olvasható:

- Auto (alapértelmezett beállítás) – a pulzus figyelése opció csak a karkötő viselésekor bekapcsolt állapotú.
- Off (kikapcsolt) – a pulzus figyelése kikapcsolt állapotú.
- On (bekapcsolt) – a pulzus figyelése opció a karkötő viselésétől függetlenül bekapcsolt állapotú.

A pulzusszám figyelésével kapcsolatos további információk itt olvashatók: help.fitbit.com

A Fitbit Charge 2 frissítése

A firmware frissítés időnként lehetővé teszi az ingyenes funkcióbővítést és termékjavítást. Javasoljuk Charge 2 karkötőjének folyamatos frissítését.

Ha a firmware új verziója áll rendelkezésre, a Fitbit alkalmazásban egy értesítés jelenik meg, amelyben a rendszer felszólítja Önt a frissítés elvégzésére. A frissítés beindítását követően a karkötőjén, valamint a Fitbit alkalmazásban látszik a folyamat egészen a befejezéséig.

A frissítés során tartsa egymáshoz közel a karkötőt és a mobilkészüléket.

Megjegyzés: A Charge 2 frissítése pár percig tart, és megterhelheti az akkut. Ez okból kifolyólag azt javasoljuk, hogy a karkötőt teljesen feltöltött vagy a táphoz kapcsolt állapotban frissítse.

A Fitbit Charge 2-vel kapcsolatos problémamegoldás

Ha a fitness karkötő nem működik megfelelően, kérjük, olvassa el a problémák megoldására irányuló alábbi utasításokat.

További kapcsolódó tájékoztatást itt olvashat: help.fitbit.com.

Hiányzó pulzusjel

A Charge 2 mind az edzés, mind az egész nap folyamán figyelemmel kíséri a pulzusszámot. Időnként a pulzus megfigyelés nem talál megfelelő minőségű jelet. Ha erre kerül sor, az általában az aktuális pulzusszám megjelenítésére szolgáló ponton szaggatott vonalak láthatók.



Hiányzó pulzusjel

Ha hiányzik a pulzusjel, először győződjön meg róla, hogy a karkötőt helyesen viseli, azaz húzza feljebb vagy tolja lejjebb a csuklóján, esetleg húzza vagy lazítsa meg az óraszíjat. Ha rövid ideig nyugalmi helyzetben hagyja a kiegyenesített karját, ismét megjelenik a pulzusszám. Ha a pulzusszám-jelek továbbra is hiányoznak, ellenőrizze le a pulzus beállításokat a Fitbit kezelőpanelen, és ellenőrizze le, hogy On vagy Auto állásban van.

Váratlan viselkedés

Ha a következő problémák valamelyikét tapasztalja, a fitness karkötő újraindításával küszöbölheti ki őket:

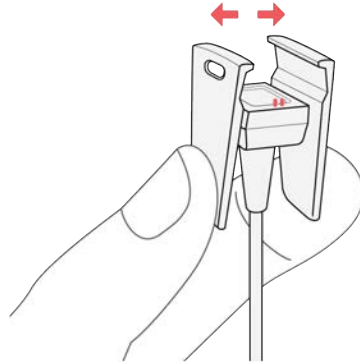
- A sikeres telepítés ellenére nem kerül sor szinkronizálásra
- Feltöltött állapota ellenére sem reagál a gombok megnyomására sem a koppintásokra
- A karkötő nem követi nyomon a lépéseket vagy más egyéb adatokat

Megjegyzés: A karkötő újraindítása ismét bekapcsolja a készüléket, de semmilyen adat nem törlődik.

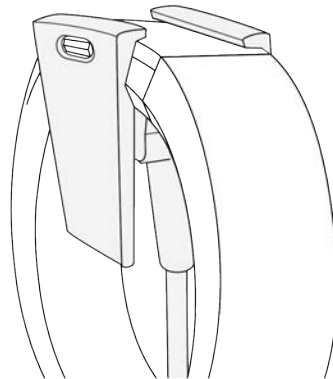
Ha újra szeretné indítani a karkötőjét:

1. Csatlakoztassa a tápkábelt számítógépe USB bemenetébe, vagy UL tanúsítással rendelkező hálózati USB töltőbe.

2. Csatlakoztassa a tápkábel másik végét a karkötő hátlapján található bemenetbe. A tápkábel csatlakozódugóját biztonságosan rögzítse a portban.



3. Győződjön meg róla, hogy a karkötő gombja illeszkedik a tápkábelen található gombnyílásba. Azt, hogy a kapcsolat biztonságos onnan tudható, hogy a karkötő megrezeg, és a kijelzőn megjelenik az akkut ábrázoló ikon. A Charge 2 ekkor tölteni kezd.



4. Nyomja meg, majd tartsa négy másodpercig benyomva a karkötőn található gombot. Ha meglátja a Fitbit logót, és a karkötő megrezeg, az azt jelenti, hogy a karkötő újra lett indítva.

Újraindítását követően lecsatlakoztathatja a karkötőt a tápkábelről, és ismét felhelyezheti a csuklójára. A további problémamegoldással vagy az ügyfélszolgálattal kapcsolatosan bővebb tájékoztatást itt talál: help.fitbit.com.

Általános Fitbit Charge 2 információk és műszaki adatok

Érzékelők

Az Ön Charge 2 karkötője a következő érzékelőket tartalmazza:

- Háromtengelyes MEMS gyorsulásmérő, amely nyomon követi a mozgás mintákat
- Magasságmérő, amely nyomon követi a tengerszint feletti magasság változását
- Optikai pulzusfigyelő

Anyagok

A Charge 2 fitness karkötővel szállított óraszíj a sport karórákhoz kínált fokozott ellenállású, rugalmas elasztomerből készül. Nem tartalmaz latexet. A tartozékként kínált óraszíjak valódi bőrből készülnek.

Az óraszíj csatja és a Charge 2 tokja egészségügyi felhasználású rozsdamentes acélból készülnek. Míg az összes rozsdamentes acél nyomokban nikkelt is tartalmaz, és a nikkellel allergiás személyeknél allergiás reakciót válthatnak ki, a Fitbit termékek tartalmazta nikkelenyiség megfelel a nikkeltartalomra vonatkozó szigorú európai uniós irányelveknek.

Vezeték nélküli technológia

A Charge 2 Bluetooth 4.0 jeladót tartalmaz.

Tapintásos visszacsatolás

A Charge 2 riasztáshoz, erőnléti célok eléréséhez, értesítések fogadásához és emlékeztetőkhez használt rezgőmotorral van felszerelve.

Akku

A Charge 2 újratölthető lítium-polimer akkut tartalmaz.

Memória

A Charge 2 percről percre tartalmazza az utolsó hét nap edzéseinek statisztikáit és adatait. A SmartTrack funkció adatait három napig és az összefoglalókat 30 napig tárolja. A pulzusra vonatkozó információk edzéskor egy másodperces, minden más esetben öt másodperces időközönként kerülnek elmentésre.

A rögzített adatok tartalmazzák a megtett lépések számát, a megtett távolságot, elégetett kalóriát, leküzdött emeletet, aktív tevékenységek időtartamát, pulzusértékeket, edzés- és alvásfigyelés adatokat. A Charge 2 legfeljebb 10 órányi edzésadatot ment el. Ez nem jelenti azt, hogy ha 10 óránál hosszabb edzésen vesz részt, és nem szinkronizálja a fitness karkötőjét, az edzések előzményei nem tartalmaznak majd mindent. Javasoljuk, hogy a karkötőjét legalább naponta egyszer szinkronizálja.

Kijelző

A Charge 2 kopogtatásra érzékeny OLED kijelzővel rendelkezik.

Méret

A karkötőszíjak méretei alább láthatók. Kérjük, vegye figyelembe, hogy a tartozékként önállóan forgalmazott óraszíjak méretei kis mértékben eltérhetnek.

| | |
|------------------------|---|
| Kis óraszíj | 14 és 17 cm közötti kerülettel rendelkező csuklókra |
| Nagy óraszíj | 17 és 20,5 cm közötti kerülettel rendelkező csuklókra |
| Rendkívül nagy óraszíj | 20,5 és 23,5 cm közötti kerülettel rendelkező csuklókra |

Környezeti feltételek

| | |
|--|--|
| Üzemi hőmérséklet | -10°-tól + 45°C-ig |
| Nem üzemi hőmérséklet | -20°-tól + 60°C-ig |
| Vízálló kivitel | Fröccsenő vízzel szemben ellenálló. Ne zuhanyozzon a készülékkel, és ne merítse vízbe. |
| Maximális üzemi tengerszint feletti magasság | 10.000 m |

További információk

Ha szeretne többet megtudni a fitness karkötőjéről és a kezelőpanelről, látogasson el a help.fitbit.com oldalra.

Áruvisszaadás és jótállás

Az áru visszaadásával és a nyújtott jótállással kapcsolatos fitbit.com szabályok a <http://www.fitbit.com/returns> oldalon olvashatók.

Törvényi és biztonsági figyelmeztetések

A modell neve: FB407

Európai Unió (EU)

1999/5/EK irányelv szerinti egyszerűsített megfelelőségi nyilatkozat:

A Fitbit Inc. ezúton kijelenti, hogy a Fitbit Charge 2 (FB407 modell) megfelel a 1999/5/EK irányelv alapvető követelményeinek és egyéb előírásainak. A termékre vonatkozó CE megfelelőségi nyilatkozat megtalálható a <http://www.fitbit.com/safety> oldalon.

Termékbiztonsági nyilatkozat

A készülék vizsgálatai során igazolást nyert, hogy megfelel a következő EN szabványok követelményeinek megfelelő biztonsági rendelkezéseknek: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011 + A2:2013.

©2016 Fitbit, Inc. Minden jog fenntartva A Fitbit és a Fitbit logó a Fitbit társaság USA-ban és más országokban használt védjegye vagy bejegyzett védjegye. A Fitbit védjegyek teljes listája megtalálható a <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list> oldalon. A harmadik felek említett védjegyei az érintett tulajdonosok tulajdonát képezik.