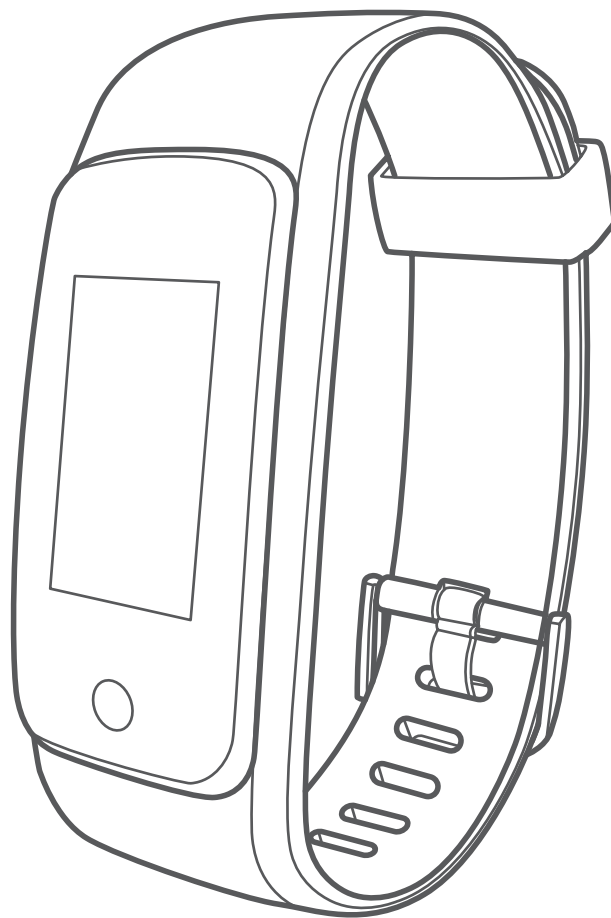




Smart Fitness-Tracker

Modell: EST00

Bedienungsanleitung



Fragen oder Probleme?
support.eu@etekcity.com

Vielen Dank für Ihren Kauf des Smart Fitness-Trackers von Etekcitizens.

Bei Fragen oder Problemen wenden Sie sich bitte an unser hilfsbereites Team vom Kundendienst unter **support.eu@etekcity.com**. Wir hoffen, dass Sie Freude an Ihrem neuen Smart Fitness-Tracker haben werden!

Werden Sie Etekcitizen

Exklusive Angebote, Geschenkartikel und Produktregistrierungen.
Bessere Produkte für bessere Lebensqualität.
Sie finden uns unter **etekcity.com**

Inhaltsverzeichnis

Lieferumfang	4	Nutzung der App	15
Technische Daten	4	• Einrichten eines Benutzers	15
Funktionsdiagramm	5	• Sport	16
Vor dem ersten Gebrauch	6	• Schlaf	18
Benutzung Ihres Fitness-Trackers	7	• Herzfrequenz	20
• Trainingsmodi	8	• Aktivität	22
• Achtsamkeitstraining	9	• Historie	24
• Mehr	9	• Geräteeinstellungen	25
• Erinnerungen	10	• Profilbearbeitung	26
• Anruferinnerung	10	• Ziel	27
• Nachrichtenerinnerung	10	• Benachrichtigungen	28
• Wecker	11	• Anruf	29
• Erinnerung bei sitzender Tätigkeit	11	• APP-Benachrichtigungen	30
Einrichten der VeSync-App	12	• Sitzend	31
• Konfiguration	13	• Mein Telefon finden	32
		• Wecker	34
		• Mehr	35
		Mit anderen Fitness-Apps verbinden	36
		• Apple Health®	36
		• Google Fit™	37
		Pflege und Wartung	38
		• Reinigung	38
		Problembehandlung	39
		Informationen zur Garantie	41
		Kundendienst	41

Lieferumfang

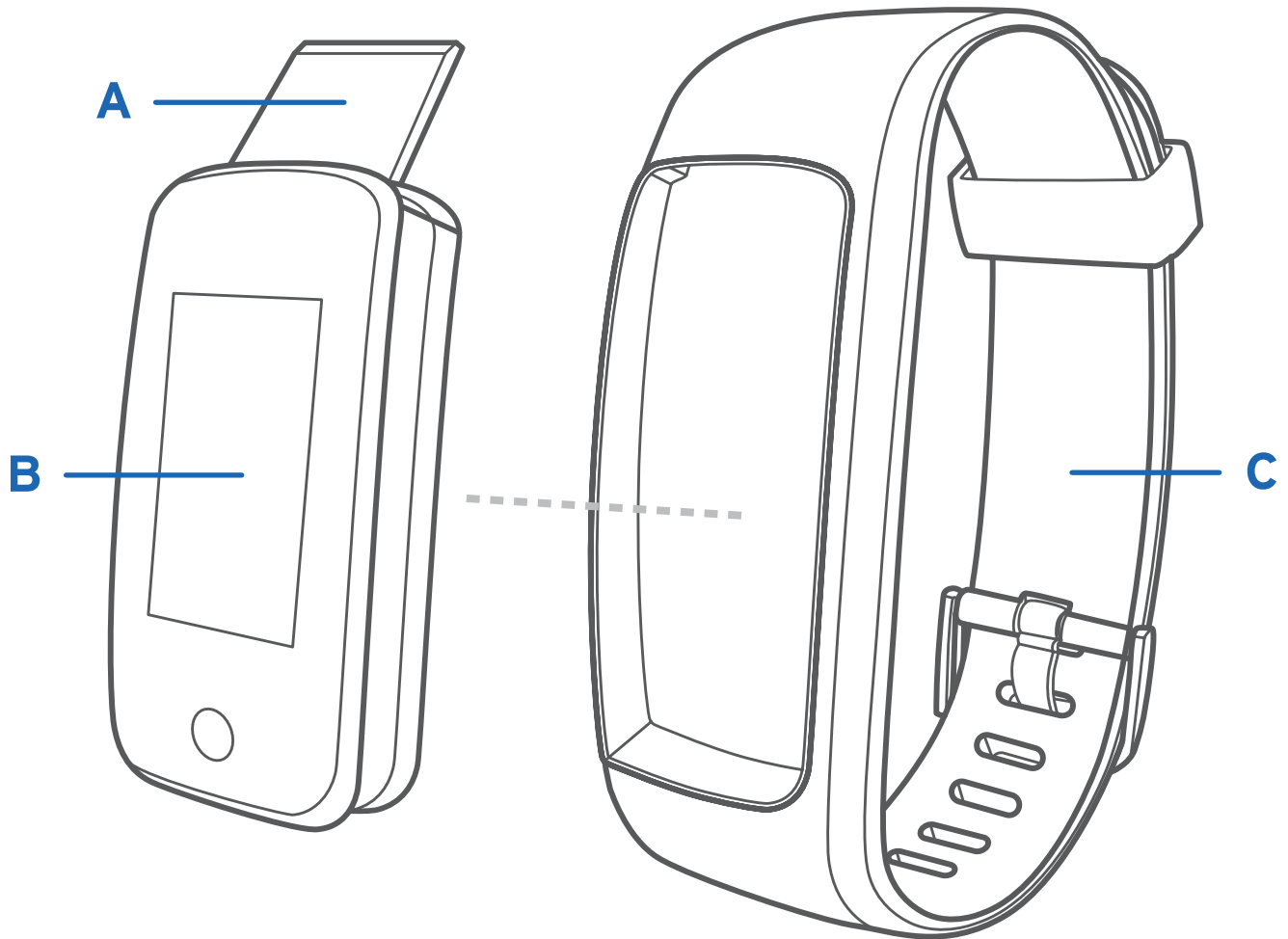
1 Smart Fitness-Tracker

1 Kurzanleitung

Technische Daten

Spannung	4,35 V
Maximale Übertragungsleistung	0,72 dBm
Gewicht	22 g / 0,8 Unzen
Batterie	90 mAh Lithium-Ionen-Polymer-Batterien
Batterielebensdauer	Ca. 7 Tage / 168 Stunden
Ladedauer	1-2 Stunden
Display	2,44 cm / 0,96 Zoll LCD-Touchscreen
Schutzart	IP68
Sync	Bluetooth® 4.2
Frequenzband	2402-2480 MHz
Betriebsumgebung	-20 °C-40 °C / -4 °F-104 °F

Funktionsdiagramm



- A.** USB-Ladegerät (eingebaut)
- B.** Tracker
- C.** Armband

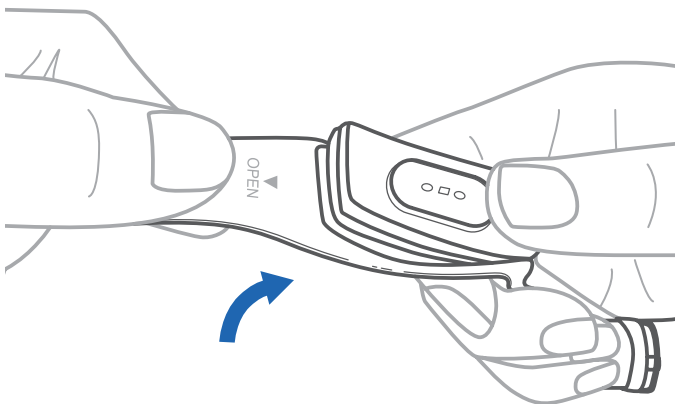
Vor dem ersten Gebrauch

Der Fitness-Tracker muss vor dem ersten Gebrauch aufgeladen werden. Während des Aufladens schaltet sich der Tracker automatisch ein.

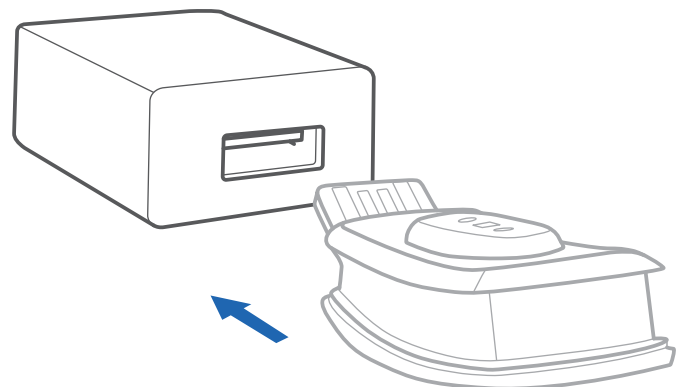
1. Drehen Sie das Armband um und entfernen Sie den Tracker von dem Ende, das mit „OPEN“ gekennzeichnet ist. [\[Abbildung 1.1\]](#)
2. Schließen Sie das USB-Ladegerät an einen Adapter mit DC 5 V, 0,5 A an. [\[Abbildung 1.2\]](#)

Hinweis: Sie können den Tracker auch über eine USB-Stromsteckdose aufladen.

3. Sobald der Tracker voll aufgeladen ist, setzen Sie ihn wieder in das Tracker-Armband ein.



[Abbildung 1.1](#)



[Abbildung 1.2](#)



Benutzung Ihres Fitness-Trackers

1. Passen Sie die Armbandlänge Ihrem Handgelenk an. Achten Sie darauf, dass das Armband fest, aber nicht zu fest sitzt.
2. Berühren Sie den Ring, um das Display zu aktivieren.
3. Berühren Sie die Zeit, um Ihre Herzfrequenz und die Tagesdaten aufzurufen. Berühren Sie wiederholt die Bildschirmmitte, um durch die Daten zu scrollen.
4. Streichen Sie nach oben oder unten, um durch die anderen Hauptseiten zu scrollen: Training, Achtsamkeitstraining, Benachrichtigungen und Mehr.
5. Berühren Sie den Ring, um zurückzukehren.

Hinweis:

- *Können Sie auf einer Funktion nicht weiter streichen oder enthält eine Funktion keinen Inhalt, wackelt der Bildschirm und der Tracker vibriert.*
- *Funktionen und Betrieb des Produkts variieren je nach Updates und Verbesserungen.*



Trainingsmodi

Ihr Fitness-Tracker verfügt über acht Standard-Trainingsmodi: Gehen, Laufen, Radfahren, Wandern, Laufband, Training, Basketball und Federball. Weitere sechs Modi können Sie in der VeSync-App hinzufügen (siehe **Mehr**, Seite 35): Tennis, Fußball, Klettern, Spinning, Yoga und Tanzen.

1. Wählen Sie auf der Seite „Training“ einen Trainingsmodus aus und halten Sie ► gedrückt, bis der Countdown abgelaufen ist.
2. Sie können einen Trainingsmodus durch Berühren des Rings pausieren. Fahren Sie fort, indem Sie ► berühren. Stoppen Sie ihn, indem Sie ■ gedrückt halten, bis der Countdown abgelaufen ist.
3. Dauert die Trainingseinheit weniger als fünf Minuten, fragt Sie der Fitness-Tracker, ob die Ergebnisse gespeichert werden sollen. Berühren Sie X, um im Trainingsmodus fortzufahren, oder ✓, um die Daten zu speichern und die Endergebnisse anzuzeigen.







Hinweis: *Je nach ausgewähltem Trainingsmodus unterscheidet sich der angezeigte Inhalt leicht von anderen Trainingsmodi.*

Achtsamkeitstraining

Ihr Fitness-Tracker verfügt über ein Achtsamkeitstrainingsprogramm. Berühren Sie **Achtsamkeitstraining** und befolgen Sie die Schritte auf dem Bildschirm. Berühren Sie  , um die Schritte beliebig oft zu wiederholen, oder  , um das Training zu beenden. Sie können den Ring jederzeit berühren, um zurückzukehren.

Mehr

Berühren Sie auf dem Fitness-Tracker **Mehr** , um folgende Optionen aufzurufen:

-  Stoppuhr
-  Uhranzeige
-  Alarme
-  Mein Telefon finden
-  Produktinformation
-  Fitness-Tracker neu starten

Erinnerungen

Anruferinnerung

- Zum Einrichten von Anrufbenachrichtigungen siehe **Anruf** (Seite 29).
- Sie können eine Anruferinnerung beenden, indem Sie ■ berühren oder den Ring drücken.

Nachrichtenerinnerung

- Zum Einrichten von Nachrichtenerinnerungen siehe **APP-Benachrichtigungen** (Seite 30).
- Berühren Sie den Bildschirm, um zur nächsten Seite zu wechseln.
- Streichen Sie nach oben oder unten, um zur nächsten Nachricht zu wechseln.

Hinweis:

- *Der Bildschirm schaltet sich nach fünf Sekunden aus.*
- **Nur** die letzten fünf Nachrichten werden angezeigt.

Wecker

- Zum Einrichten eines Alarms siehe **Wecker** (Seite 34).
- Der Alarm schaltet sich nach zehn Sekunden automatisch aus. Weckrufe schalten sich nach 45 Sekunden automatisch aus.
- Stellen Sie einen Alarm ab, indem Sie den Ring berühren oder mit dem Finger nach oben oder unten über den Bildschirm streichen.

Erinnerung bei sitzender Tätigkeit

- Wenn Sie sich über einen festgelegten Zeitraum nicht bewegt haben, erhalten Sie eine Erinnerung vom Tracker. Zum Einrichten dieser Erinnerung siehe **Sitzend** (Seite 31).
- Stellen Sie die Erinnerung ab, indem Sie den Ring berühren oder mit dem Finger nach oben oder unten über den Bildschirm streichen.
- Die Erinnerung schaltet sich nach 15 Sekunden automatisch aus.



Einrichten der VeSync-App

Hinweis: Aufgrund ständiger Updates und Verbesserungen kann die VeSync-App etwas anders aussehen als abgebildet. Folgen Sie im Falle eines Unterschieds den Anweisungen in der App.

1. Um die VeSync-App herunterzuladen, scannen Sie den QR-Code oder suchen Sie „VeSync“ im Apple App Store® oder Google Play™ Store.

Hinweis: Wählen Sie als Android™-Benutzer bei Aufforderung „Zulassen“, um VeSync zu verwenden.



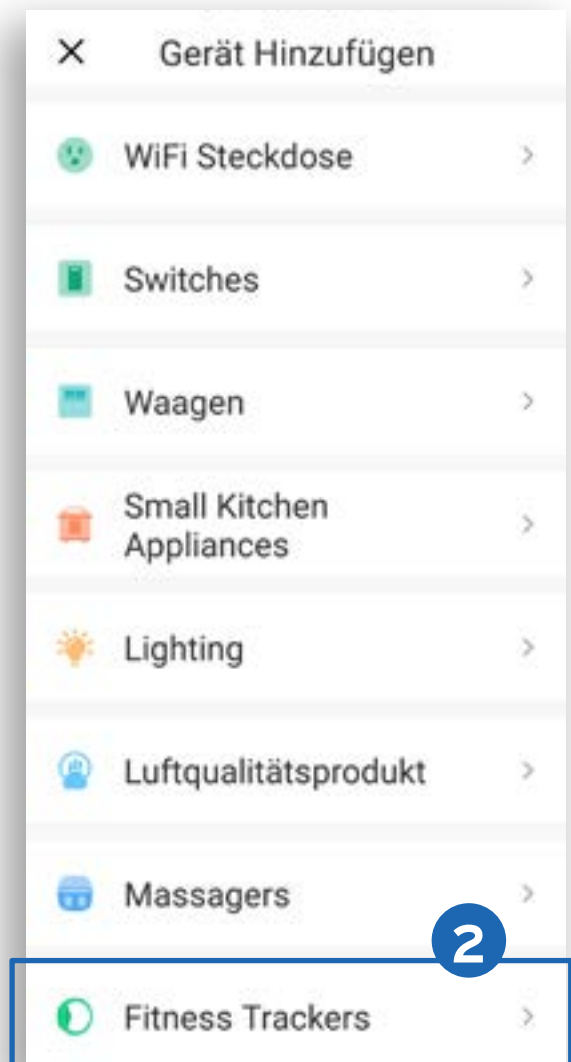
2. Öffnen Sie die VeSync-App. Wenn Sie bereits ein Konto haben, berühren Sie **Anmelden**. Um ein neues Konto einzurichten, berühren Sie **Registrieren**.

Hinweis: Stellen Sie sicher, dass das Betriebssystem über iOS™ 9.0+ oder Android™ 5.0+ läuft.

Konfiguration

Koppeln des Trackers mit VeSync:


1. Berühren Sie **+**, um Ihren Fitness-Tracker hinzuzufügen.
2. Berühren Sie **Fitness Trackers** und wählen Sie dann Ihren Fitness Tracker aus.



3. Vergewissern Sie sich, dass in Ihren Handy-Einstellungen Bluetooth® aktiviert ist. Berühren Sie **Weiter**.

Hinweis: Wecken Sie den Fitness-Tracker, wenn Sie ihn zum ersten Mal benutzen.

4. Befolgen Sie die Anweisungen der App, um Ihren Fitness-Tracker hinzuzufügen.

Hinweis: Nach Abschluss der Einrichtung können Sie den Namen und das Symbol jederzeit ändern, indem Sie den Bildschirm des Fitness-Trackers öffnen und  berühren.



Nutzung der App


Einrichten eines Benutzers

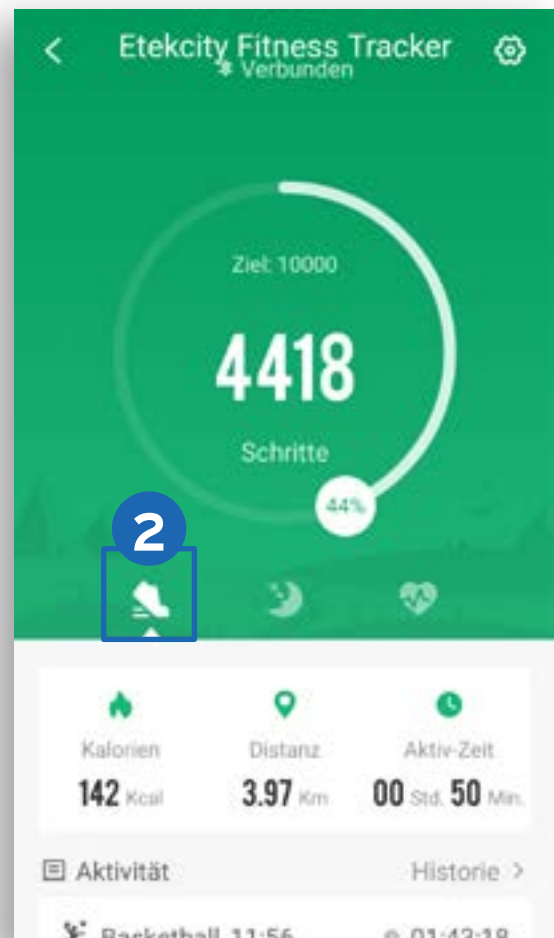
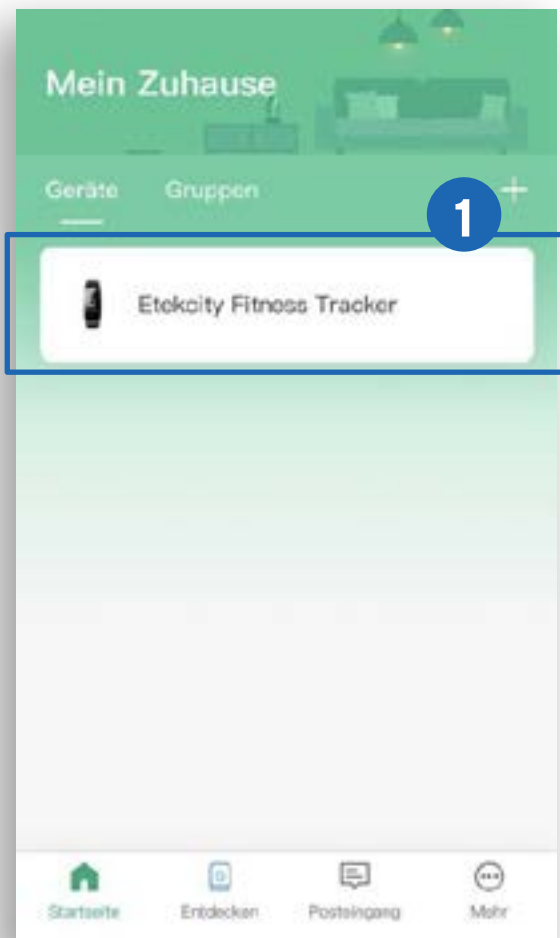
Wenn Sie ein neuer Benutzer sind, müssen Sie Informationen zu Ihrem Körper eingeben, damit der Tracker Ihre Körpermetrik berechnen kann.


Hinweis:

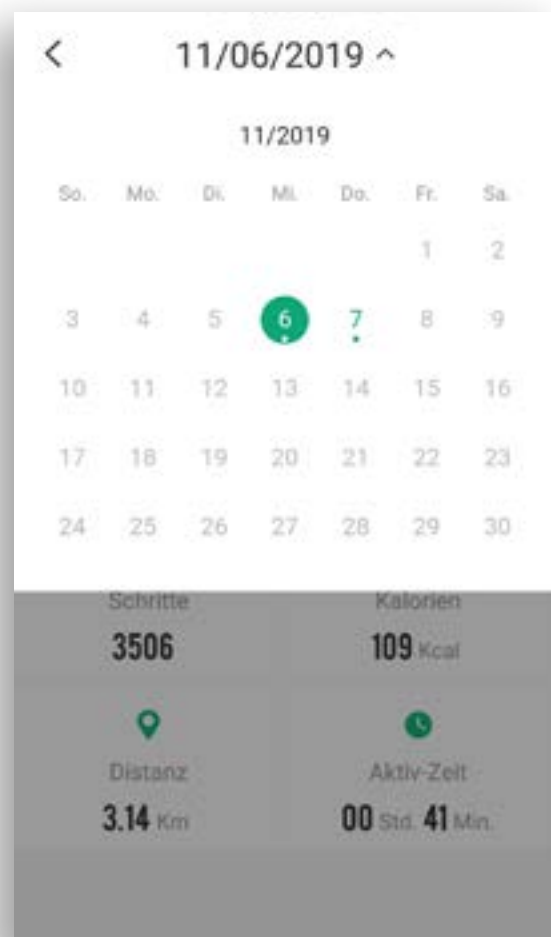
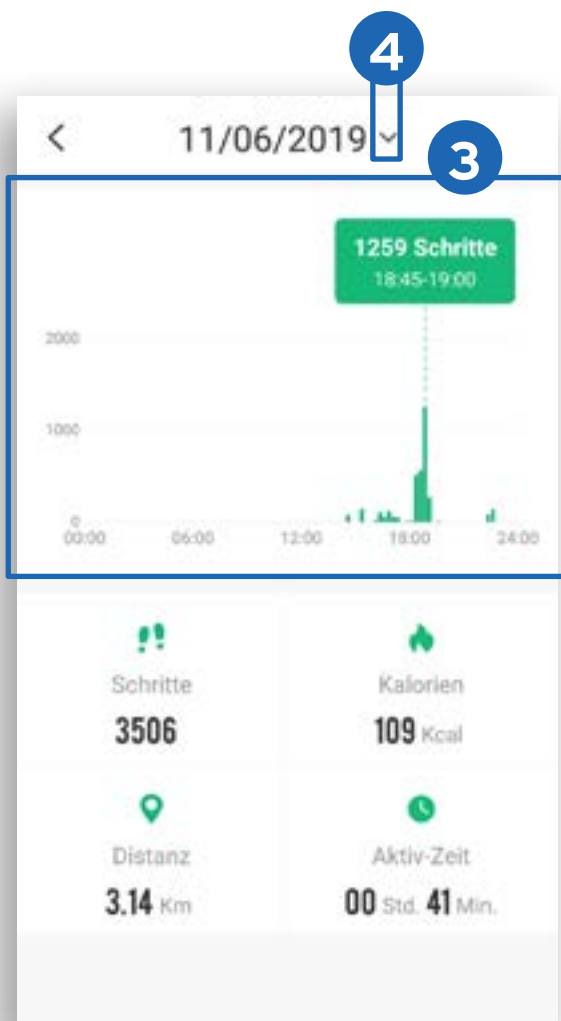
- *Die Eingabe von falschen Informationen beeinträchtigt die Genauigkeit der Funktionen wie Kalorien, Schrittgröße, usw.*
- *Wenn Sie keine der angebotenen Geschlechtsoptionen auswählen möchten oder nicht sicher sind, wählen Sie die Option, die Ihrem Körpertyp am besten entspricht. Diese Angaben werden für physikalische Messungen wie Kalorien, Schrittgröße und andere Indikatoren verwendet.*

Sport

1. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Berühren Sie  , um die gegangenen Schritte, verbrannten Kalorien, zurückgelegte Wegstrecke und Aktivzeit anzuzeigen. Weitere Einzelheiten werden angezeigt, wenn Sie eine der Statistiken berühren.

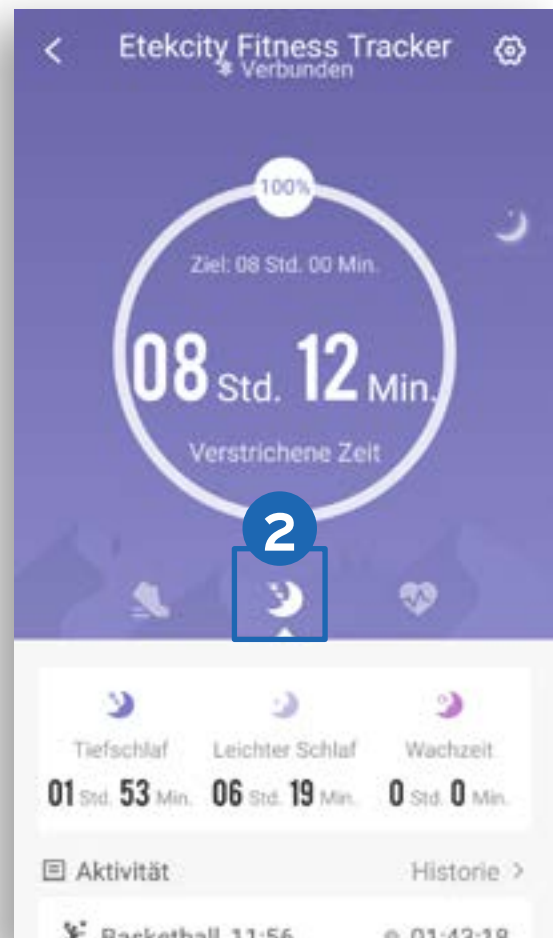
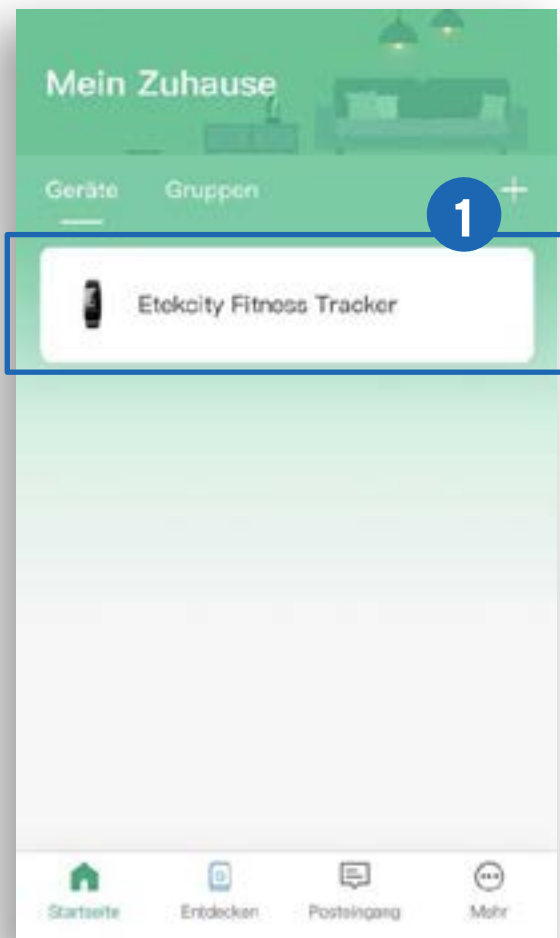


3. Berühren Sie das Datenschaubild, um weitere Einzelheiten anzuzeigen.
4. Berühren Sie  neben dem Datum, um ein Datum auszuwählen.



Schlaf

1. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Berühren Sie 🌙 , um die verstrichene Schlafzeit, die Zeit im Tiefschlaf, die Zeit im leichten Schlaf und die Wachzeit anzuzeigen. Weitere Einzelheiten werden angezeigt, wenn Sie eine der Statistiken berühren.




[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)

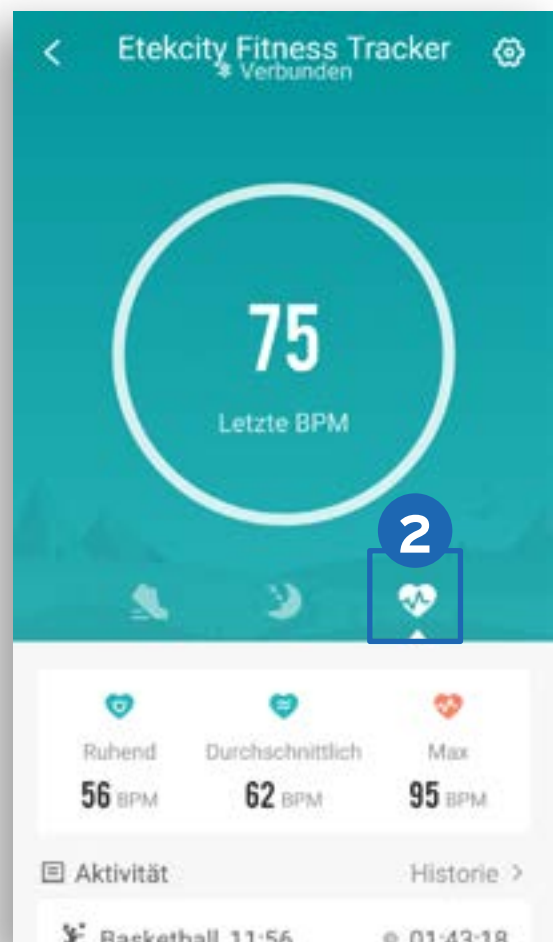
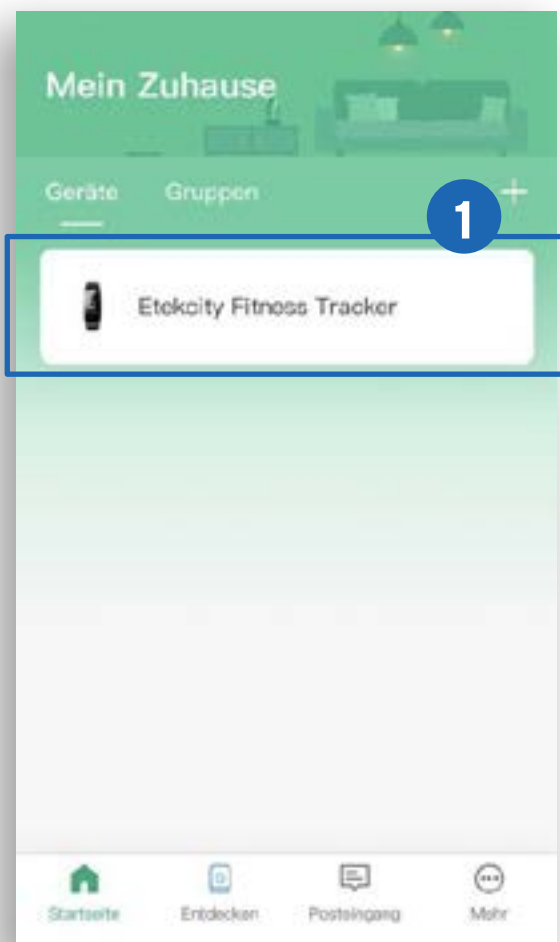


3. Die verschiedenen Arten von Schlaf werden in farblich unterschiedlichen Balken angezeigt.



Herzfrequenz

1. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Berühren Sie  , um den zuletzt gemessenen Blutdruckwert, die Ruheherzfrequenz, die durchschnittliche Herzfrequenz und die maximale Herzfrequenz anzuzeigen. Weitere Einzelheiten werden angezeigt, wenn Sie eine der Statistiken berühren.

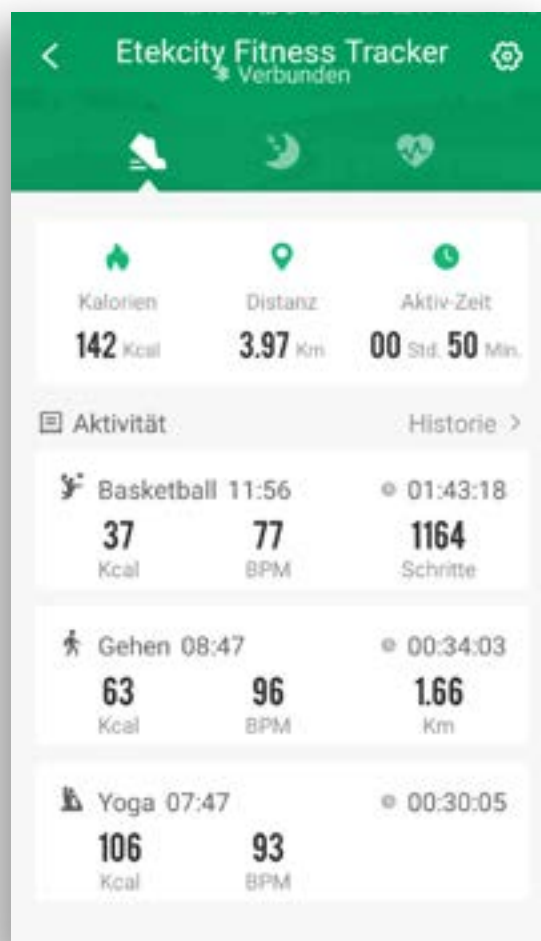
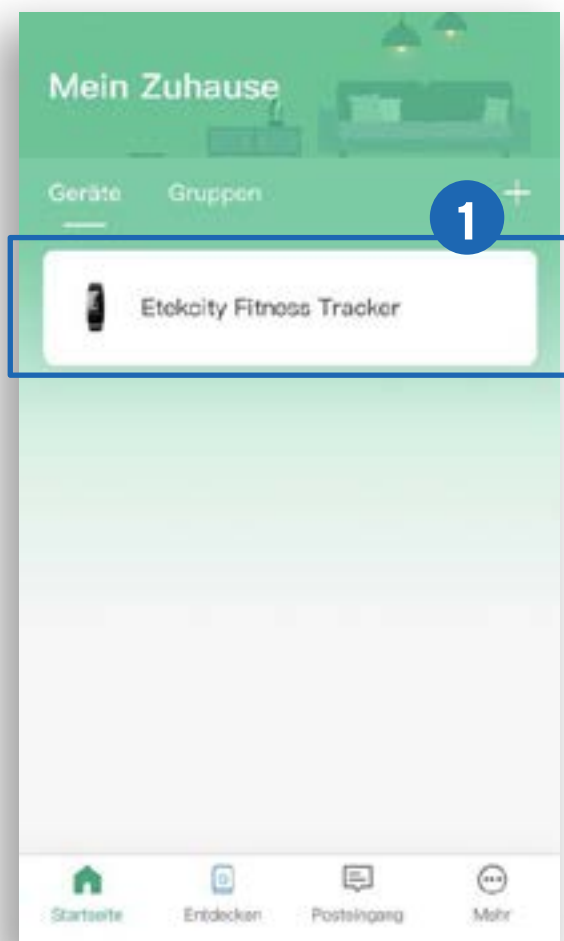


3. Berühren Sie das Datenschaubild, um weitere Einzelheiten anzuzeigen.



Aktivität

1. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Ihre aufgezeichneten Aktivitäten für den jeweiligen Tag werden in der Aktivitätstabelle unter Ihrer Statistik angezeigt.

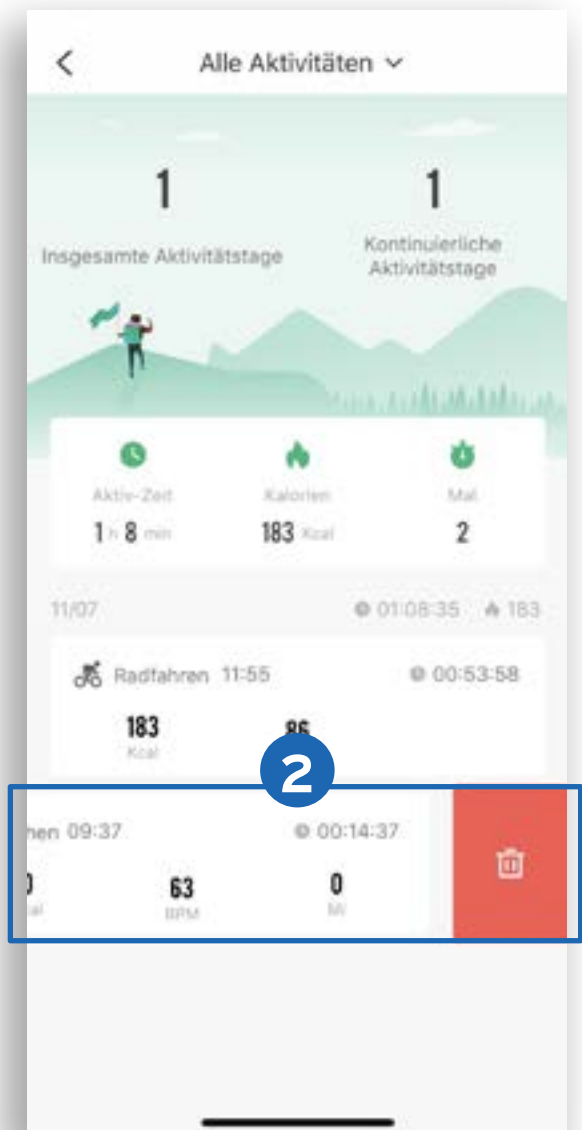
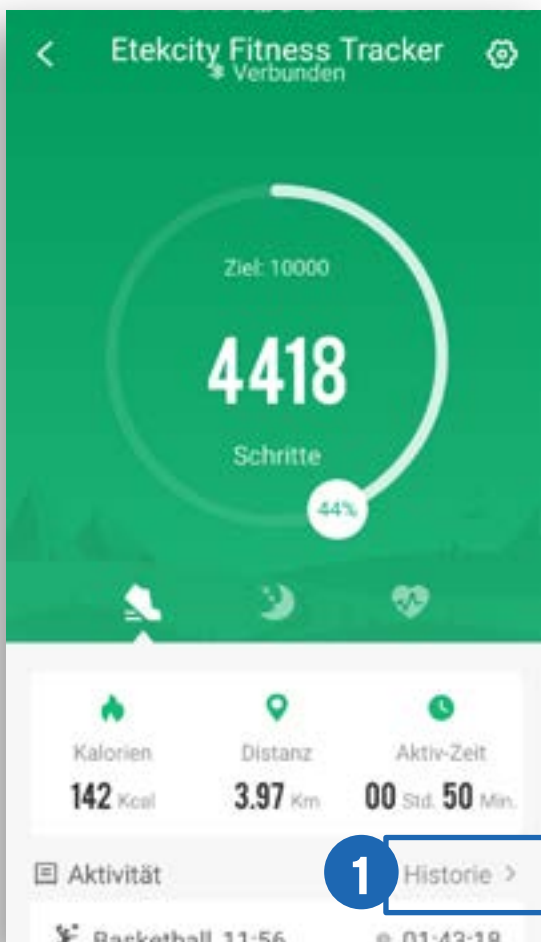


3. Berühren Sie eine Aufzeichnung, um Ihre Herzfrequenz während der Aktivität anzuzeigen.




Historie

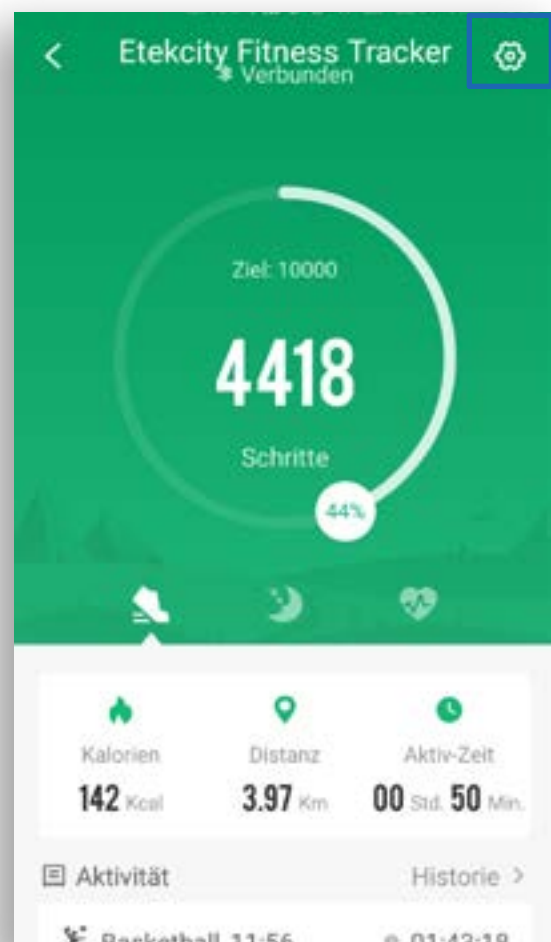
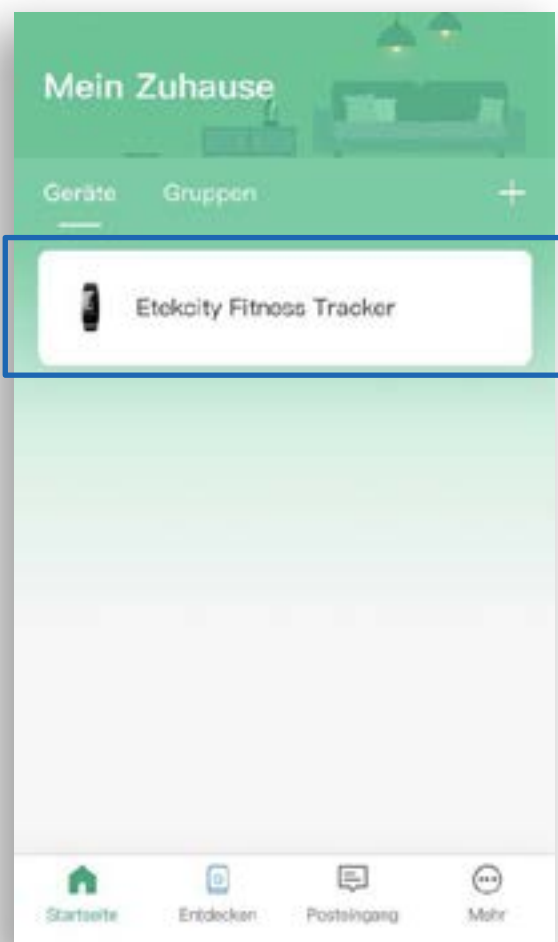
1. Berühren Sie **Historie** > und wählen Sie dann eine Aktivität aus, um weitere Einzelheiten anzuzeigen.
2. Löschen Sie eine Aufzeichnung, indem Sie sie nach links verschieben.




Geräteeinstellungen

Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.

Berühren Sie , um die Geräteeinstellungen anzuzeigen. Um eine Einstellung zu ändern, berühren Sie einen der Texte, Icons oder >-Symbole auf der rechten Bildschirmseite. Berühren Sie beispielsweise den Namen des Fitness-Trackers, um den Namen zu ändern.

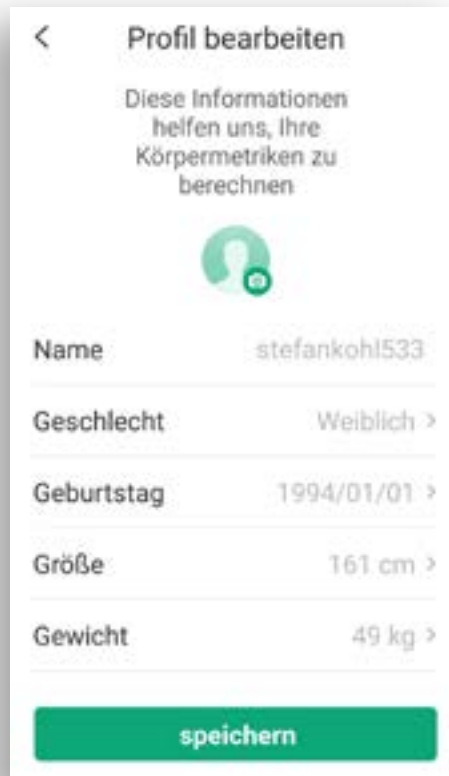


Bearbeiten des Profils

1. Wählen Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Smart Fitness-Trackers und berühren Sie dann oben rechts  , um die Geräteeinstellungen aufzurufen.
2. Berühren Sie **Profil bearbeiten** , um Ihre Informationen einzugeben, und dann **Speichern**.


Hinweis:

- Ihre Informationen werden streng vertraulich behandelt.
- Stellen Sie sicher, dass Sie genaue Angaben machen, da sich dies auf die Genauigkeit der verbrannten Kalorien und andere Metriken auswirkt.



< Profil bearbeiten

Diese Informationen helfen uns, Ihre Körpermetriken zu berechnen



Name stefankohl533

Geschlecht Weiblich >



Geburtstag 1994/01/01 >

Größe 161 cm >

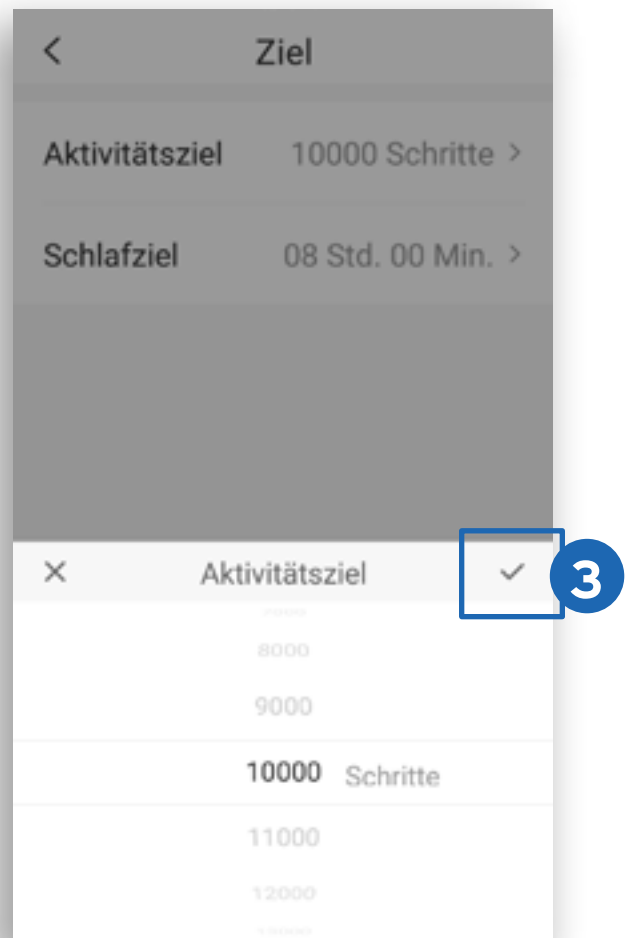
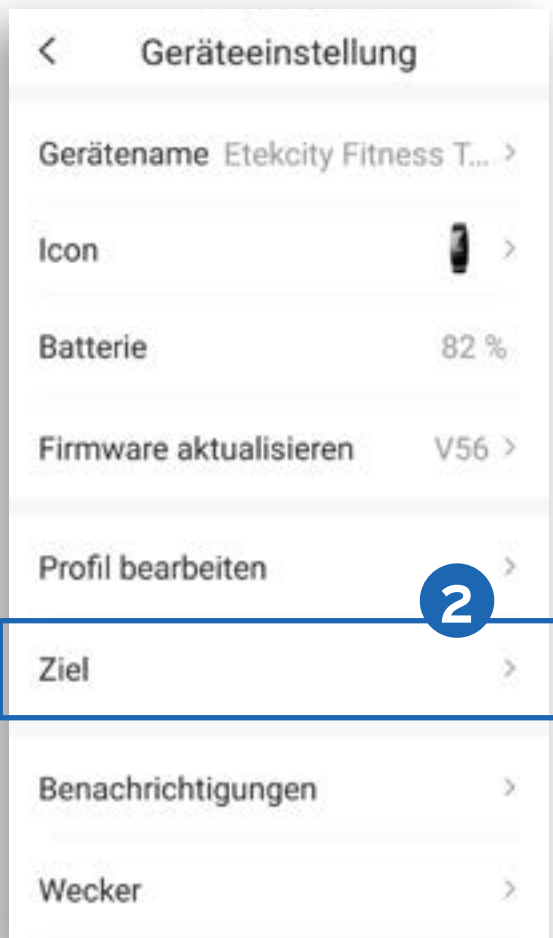
Gewicht 49 kg >

speichern

Ziel

1. Wählen Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Smart Fitness-Trackers und berühren Sie dann oben rechts , um die Geräteeinstellungen aufzurufen.
2. Berühren Sie **Ziel**, um Ihre Trainings- und Schlafziele einzustellen.
3. Berühren Sie , um die Auswahl zu bestätigen.


Hinweis: Der Fitness-Tracker teilt Ihnen mit, wenn Sie Ihre Ziele erreicht haben.

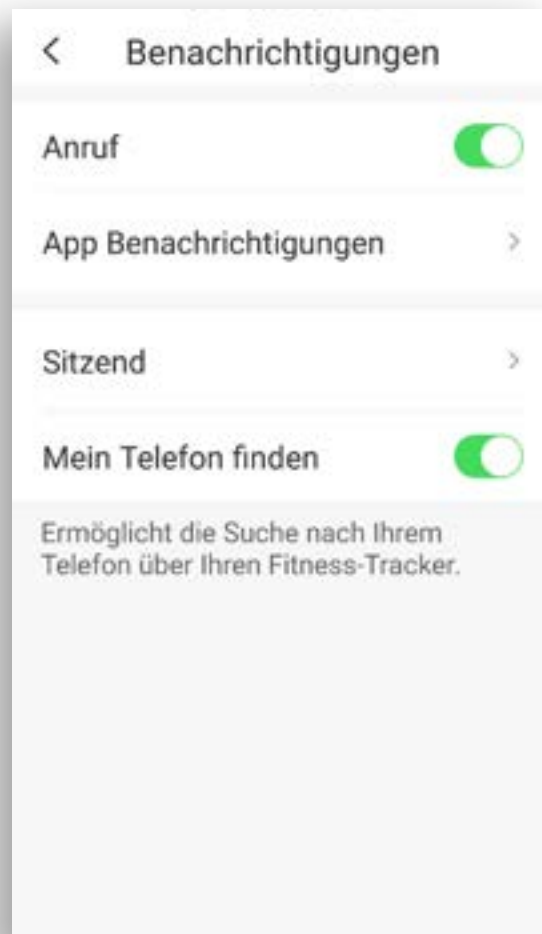


[Zurück zum Inhaltsverzeichnis](#)



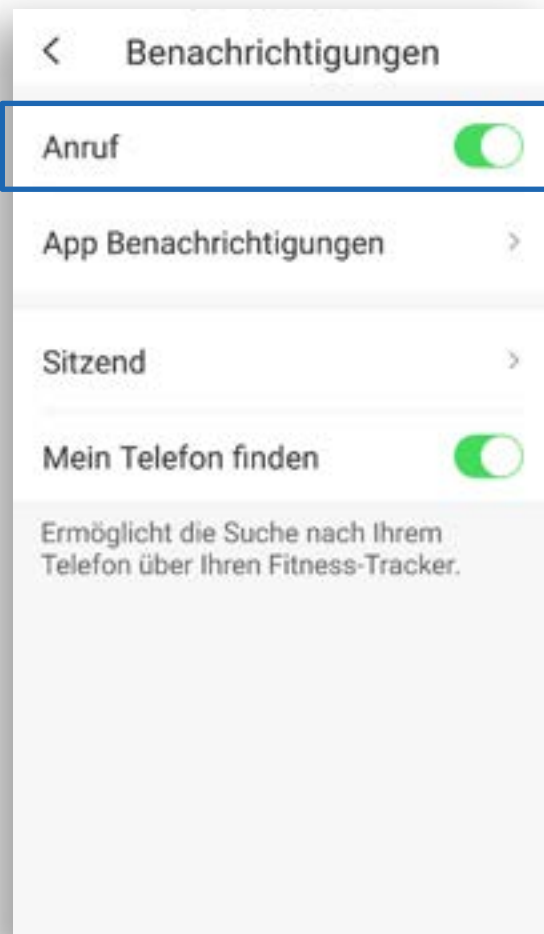
Benachrichtigungen

1. Wählen Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Smart Fitness-Trackers und berühren Sie dann oben rechts , um die Geräteeinstellungen aufzurufen.
2. Berühren Sie **Benachrichtigungen**, um jene Benachrichtigungen auszuwählen, die Sie auf Ihrem Fitness-Tracker erhalten möchten.



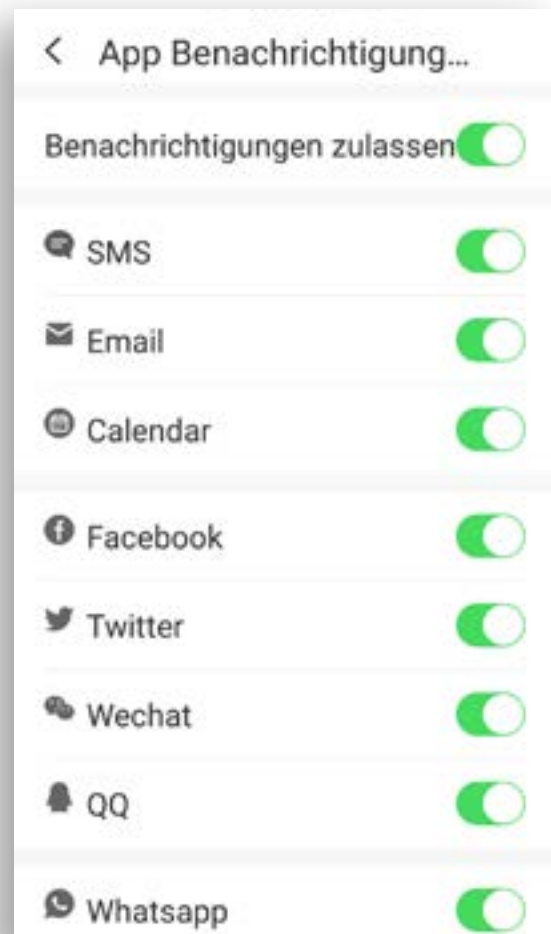
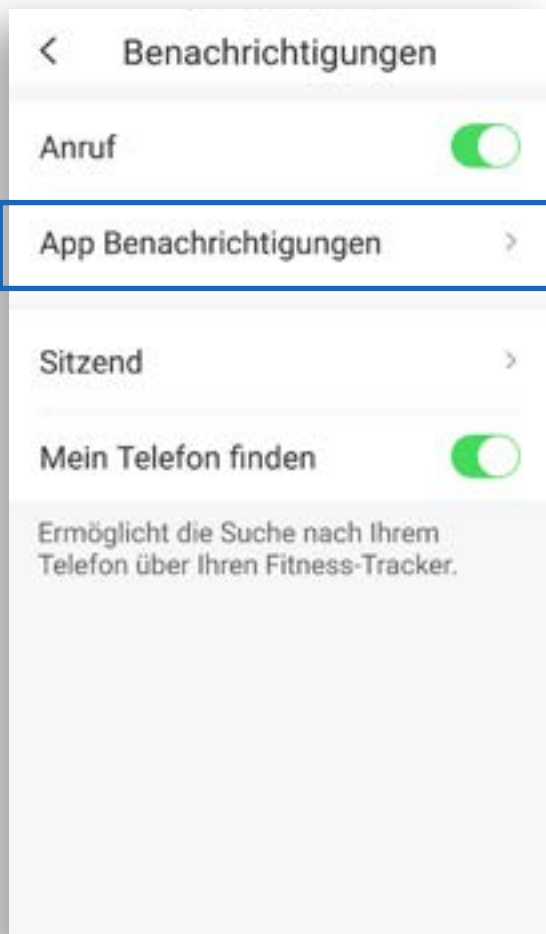
Anruf

1. Berühren Sie **Anruf** , um den Auswahlschalter umzustellen und Berechtigungen auf Ihrem mobilen Gerät zu aktivieren.



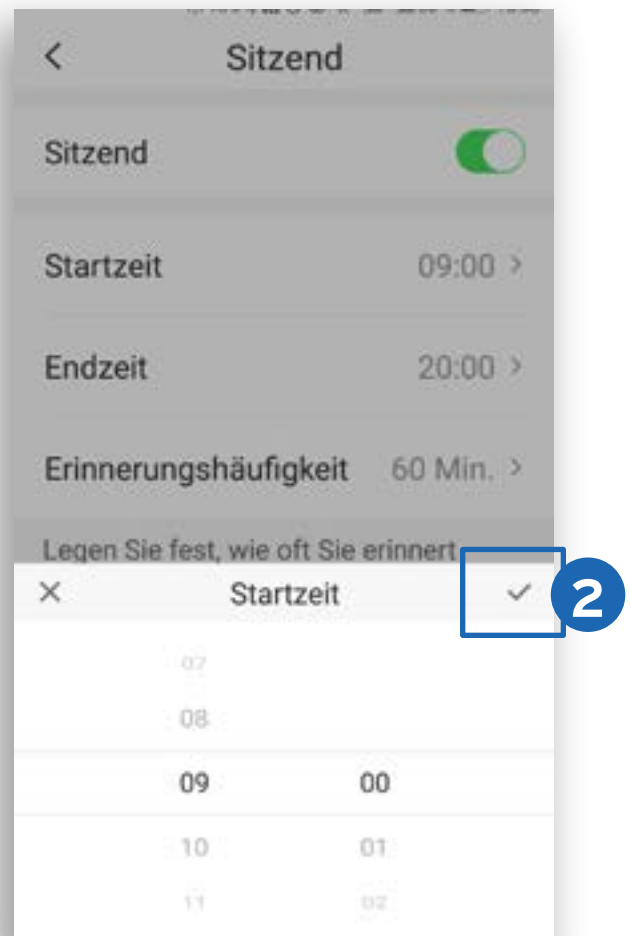
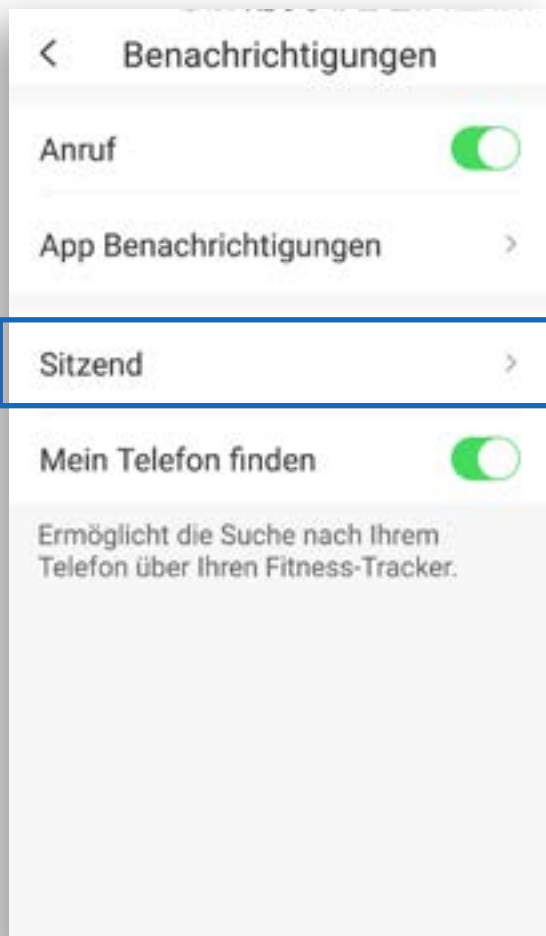
APP-Benachrichtigungen

1. Berühren Sie **App Benachrichtigungen** , um jene Apps auszuwählen, die Informationen mit Ihrem Fitness-Tracker synchronisieren können.



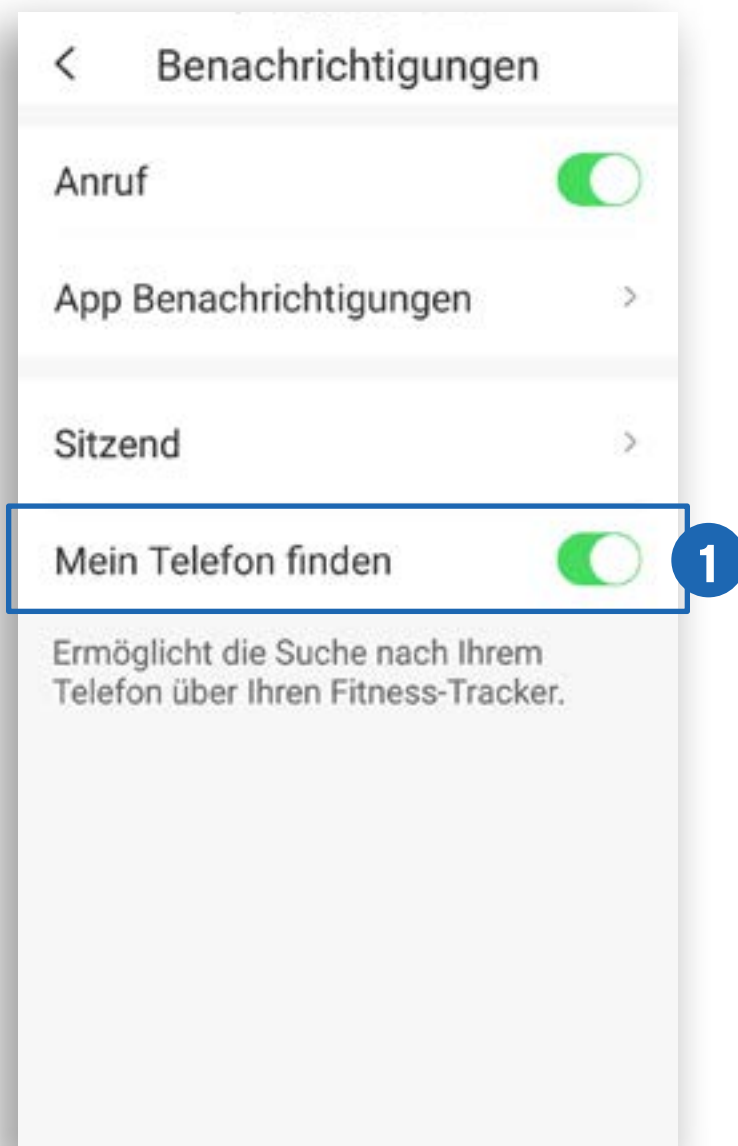
Sitzend


1. Berühren Sie **Sitzend** und dann den Auswahlschalter, um ihn zu aktivieren.
2. Wählen Sie eine Start- und eine Endzeit und berühren Sie zur Bestätigung dann ✓. Alternativ können Sie zur Erinnerung eine Frequenz- und Wiederholungsoption auswählen.



Mein Telefon finden

1. Berühren Sie **Mein Telefon finden** , um den Auswahlschalter umzustellen.
2. Wecken Sie den Fitness-Tracker und scrollen Sie durch die Bildschirme. Berühren Sie dann **Mehr**.





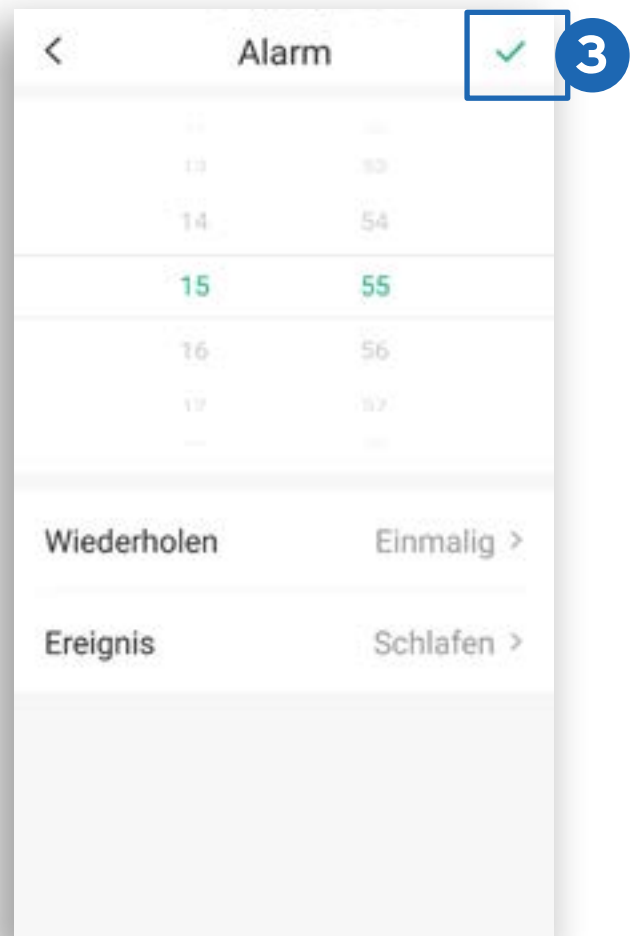
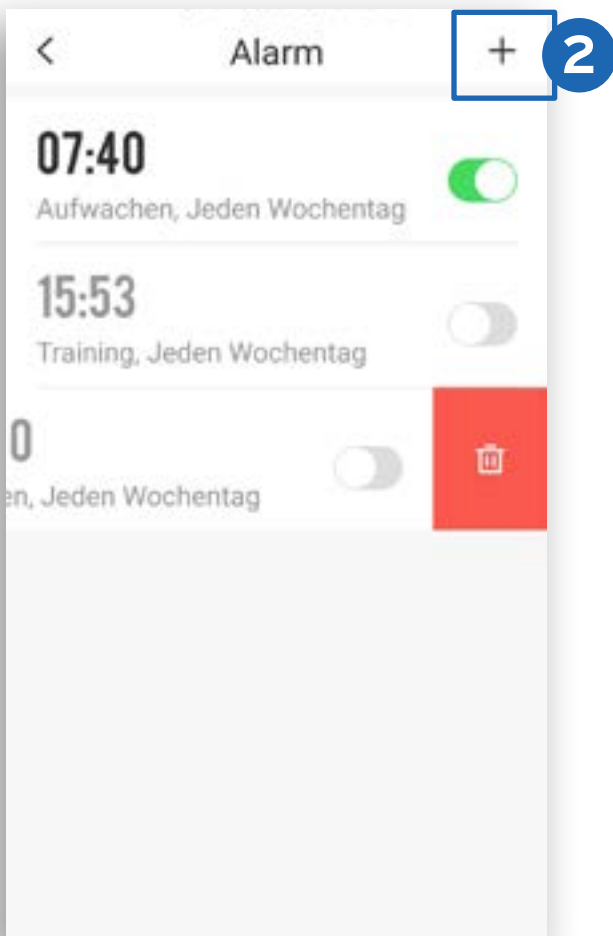
3. Scrollen Sie durch die Bildschirme und berühren Sie anschließend . Berühren Sie den Bildschirm, sodass Ihr Telefon vibriert und klingelt.
4. Wenn Sie Ihr Telefon gefunden haben, drücken Sie die Lautstärke- oder Ein/Aus-Taste an Ihrem Telefon, um es auszuschalten.

Hinweis:


- Für **Mein Telefon finden** muss die VeSync-App geöffnet sein.
- Bluetooth muss eingeschaltet und funktionsfähig sein, um **Mein Telefon finden** benutzen zu können.

Wecker

1. Wählen Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Smart Fitness-Trackers und berühren Sie dann oben rechts , um die Geräteeinstellungen aufzurufen.
2. Berühren Sie „Wecker“ und dann **+**, um einen Alarm hinzuzufügen.
3. Richten Sie Ihren Alarm ein und berühren Sie zur Bestätigung .



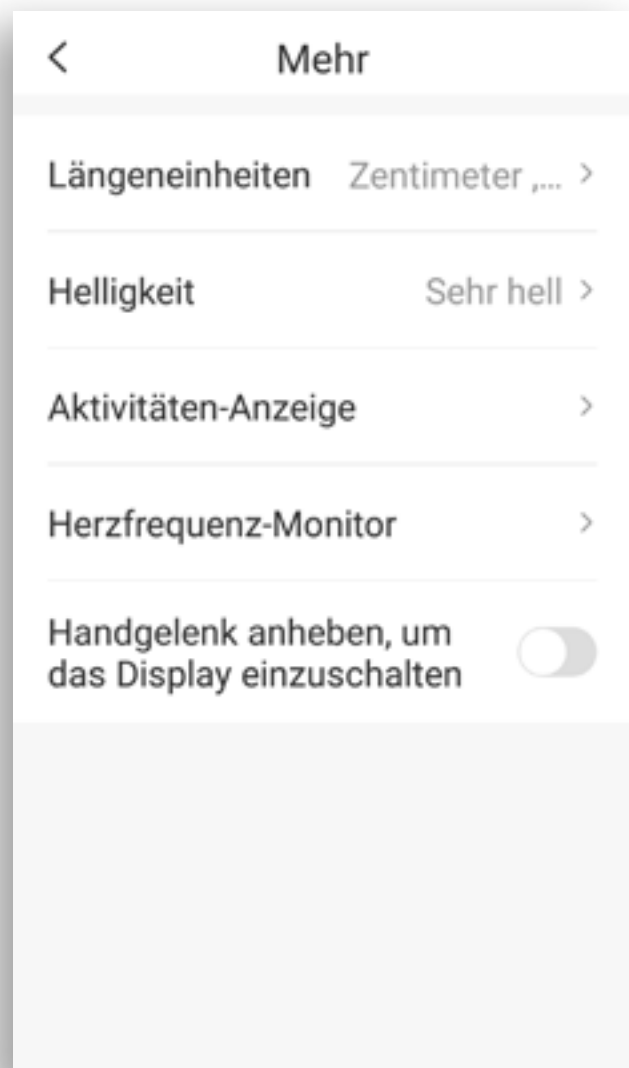
Mehr

Wählen Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Smart Fitness-Trackers und berühren Sie dann oben rechts , um die Geräteeinstellungen aufzurufen.

Unter **Mehr** können Sie Folgendes nach Belieben einstellen:


- Maßeinheiten
- Helligkeit
- Aktivitäten-Anzeige
- Herzfrequenz-Monitor
- Handgelenk anheben, um das Display einzuschalten

Hinweis: *Durch Einschalten des Herzfrequenz-Monitors prüft der Fitness-Tracker automatisch Ihre Herzfrequenz.*




Mit anderen Fitness-Apps verbinden

Apple Health®

1. Stellen Sie sicher, dass Ihr Bluetooth aktiviert ist. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Berühren Sie oben rechts  , um die Geräteeinstellungen aufzurufen. Berühren Sie **Mit Apple Health verbinden**.
3. Die Health-App öffnet sich gewöhnlich automatisch. Ist dies nicht der Fall, öffnen Sie die Health-App und berühren Sie **Quellen** am unteren Bildschirmrand. Wählen Sie dann **VeSync** aus.
4. Aktivieren Sie alle Kategorien, damit die VeSync-App Zugang erhält und die Health-Daten aktualisieren kann. Wählen Sie dann **Zulassen** am oberen Bildschirmrand.

Hinweis: Wenn Sie **Nicht Zulassen** berühren, kann die Health-App erst dann mit VeSync benutzt werden, wenn die Health-App erneut geöffnet wird, Sie alle Kategorien aktivieren und **Zulassen** berühren.

Google Fit™

1. Berühren Sie auf dem Bildschirm „Mein Zuhause“ den Namen Ihres Fitness-Trackers.
2. Berühren Sie  oben rechts, um die Geräteeinstellungen aufzurufen. Berühren Sie **Mit Google Fit verbinden**.
3. Die Google Fit-App öffnet sich gewöhnlich automatisch. Wählen Sie Ihr Konto aus und warten Sie, bis VeSync synchronisiert wurde. Sobald der Schalter grün erscheint, wurde Google Fit erfolgreich mit VeSync verbunden.

Hinweis: *Das Teilen von Daten ist erforderlich, damit VeSync eine Verbindung mit Google Fit herstellen kann.*



Pflege und Wartung

Reinigung

Reinigen Sie Ihr Handgelenk und Ihren Fitness-Tracker regelmäßig, um Schweiß und Schmutz zu beseitigen, insbesondere wenn Sie während des Trainings geschwitzt haben oder Seife oder Reinigungsmittel verwenden, die sich am Armband absetzen können.

Reinigen Sie das Armband mit einem seifenfreien Reinigungsmittel und spülen Sie es gründlich ab. Reiben Sie es dann mit einem weichen (Hand-)Tuch trocken.

Hartnäckige Flecken oder Verschmutzungen können mit Alkohol beseitigt werden. Reinigen Sie das Armband anschließend wie gehabt.

Hinweis: Reinigen Sie den Fitness-Tracker **nicht** mit Haushaltsreinigern.



Problembehandlung

Der Fitness-Tracker stellt keine Verbindung mit der VeSync App her.

- Stellen Sie sicher, dass das Betriebssystem über iOS™ 9.0+ oder Android™ 5.0+ läuft.
- Schließen Sie die VeSync-App und starten Sie sie erneut. Vergewissern Sie sich, dass Sie die neueste Version benutzen.
- Schalten Sie Bluetooth auf Ihrem Telefon ein.
- Stellen Sie sicher, dass die Entfernung zwischen Ihrem Fitness-Tracker und Smartphone maximal 0,5 Meter (1,6 Fuß) beträgt.
- Sorgen Sie dafür, dass der Fitness-Tracker derzeit nicht mit einem anderen Smartphone oder einer anderen App verbunden ist.
- Stellen Sie sicher, dass der Fitness-Tracker voll aufgeladen ist.

Die Verbindung zwischen dem Fitness-Tracker und der VeSync-App wird ständig unterbrochen.

- Bei einem Neustart wird die Verbindung mit Ihrem Fitness-Tracker vorübergehend unterbrochen. Dies ist normal.
- Starten Sie Ihr Telefon oder Bluetooth neu.



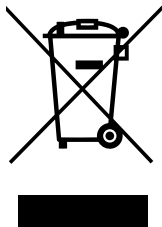
Deklaration von giftigen und gefährlichen Stoffen in elektronischen Informationsprodukten



Dieses Gerät erfüllt die Kriterien der EU ROHS. Siehe hierzu IEC 62321, EU ROHS Richtlinie 2011/65/EU und die überarbeitete Richtlinie.

VORSICHT

BEI ERSATZ DER BATTERIE DURCH EINEN UNGEEIGNETEN BATTERIETYP BESTEHT EXPLOSIONSGEFAHR. ENTSORGEN SIE VERBRAUCHTE BATTERIEN VORSCHRIFTSGEMÄSS.



Elektroaltgeräte dürfen nicht zusammen mit herkömmlichem Haushaltsmüll, sondern müssen separat entsorgt werden. Für Privatpersonen ist die Entsorgung über kommunale Sammelstellen gebührenfrei. Der Besitzer der Elektroaltgeräte trägt die Verantwortung dafür, die Geräte zu diesen oder ähnlichen Sammelstellen zu bringen. Mit wenig persönlichem Aufwand können Sie so zum Recycling wertvoller Rohmaterialien und zur vorschriftsmäßigen Handhabung giftiger Stoffe beitragen.



Informationen zur Garantie

Geschäftsbedingungen

Etekcity Corporation gewährleistet, dass alle Produkte fachkundig aus hochwertigen Werkstoffen hergestellt werden und übernimmt die Garantie für Material- und Herstellungsfehler ab dem Kaufdatum für einen Zeitraum von zwei Jahren. Die Garantiefrist ist von Produkt zu Produkt unterschiedlich.

Bei Fragen oder Problemen mit Ihrem neuen Produkt hilft Ihnen unser Kundendienst gerne weiter.

Kundendienst

Etekcity Corporation

1202 N. Miller St., Suite A
Anaheim, CA 92806
USA

E-Mail: support.eu@etekcity.com

** Bitte geben Sie Ihre Bestellnummer an, wenn Sie unseren Kundendienst kontaktieren.*



Verbinden Sie sich mit uns
@Etekcity_Deutschland / @EtekcityGermany



