



KENDOX
LIFE TRACKER

KEZELÉSI LEÍRÁS:

A termék használata előtt figyelmesen olvassa el ezt az útmutatót, és őrizze meg későbbi felhasználás céljából. Amennyiben az eszközt harmadik személynek adja tovább, ezt az útmutatót is mellékelnie kell hozzá.

A használati útmutató (hosszú változat) a következő nyelveken érhető el, ill. tölthető le:

EN, FR, IT, NL, CZ, SK, RO, HU →

<https://www.mediashop.tv/p/kendox-life-tracker-smartwatch>

A felhasználók számára készült videók (DE) itt tekinthetők meg:



<https://www.mediashop.tv/p/kendox-life-tracker-smartwatch/videos>

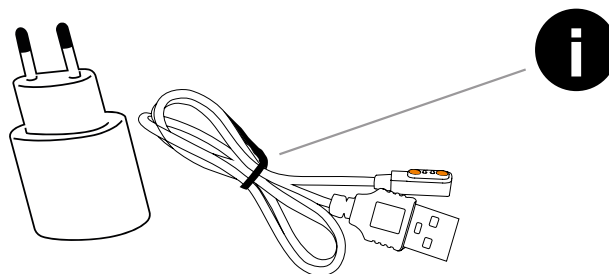
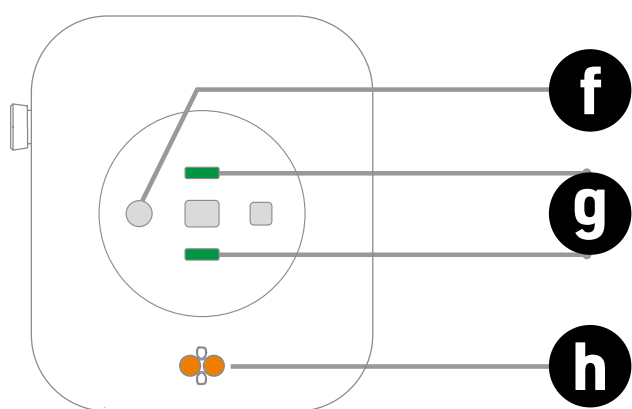
A csomag tartalma:

1 db Kendox LifeTracker

1 db töltőkábel/adapter

AZ ALKATRÉSZEK MEGNEVEZÉSE ÉS A FŐ FUNKCIÓK:

- a. Vízálló gépház az IP68 szabványnak megfelelően
- b. Beépített mikrofon okostelefonos hívások lebonyolítására
- c. Be-/kikapcsoló gomb, ill. bekapcsoló gomb
- d. LED-es zseblámpa
- e. Óraszíj
- f. Hőmérsékletérzékelő
- g. Szívritmus-érzékelő
- h. Töltőérintkezők
- i. Töltőkábel/adapter



FONTOS TUDNIVALÓK ÉS BIZTONSÁGI ÚTMUTATÁSOK

- Ez az óra nem orvosi eszköz, és nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, kezelésére, gyógyítására vagy megelőzésére. Ha azt gyanítja, hogy egészségügyi problémája van, forduljon egészségügyi tanácsadójához/orvosához.
- A kiszállított csomag részét nem képező tartozékokat tilos használni.
- Az első mérések elvégzése előtt legalább 30 percig viselje az órát.
- Testhőmérsékletét 18-30°C-os környezeti hőmérsékleten mérje meg a lehető legnagyobb pontosság elérése érdekében.
- A termék tisztításához ne használjon vegyszert. A tisztításhoz szokványos csapvizet és puha kendőt használjon.
- Az órát tartsa távol erős mágneses mezőktől és elektromos eszközöktől.
- Kérjük, kerülje a készüléket érő közvetlen hőhatást. A hőmérséklet nem haladhatja meg a 43 °C-ot. A magasabb hőmérséklet hibás működést/károsodást okozhat az órán.
- Ne viselje sós vízben való fürdés/úszás közben, nehogy megsérüljenek az óra hátulján lévő érzékeny érintkezők.
- A nap és az idő szinkronizálásához az órát okostelefonhoz kell csatlakoztatni.
- Nem alkalmas sós vízben (tengerben) történő használatra.
- Az óra az applikáció nélkül is használható. Az összes funkció igénybevételéhez azonban javasoljuk az alkalmazás használatát. IOS- és androidos rendszerrel is kompatibilis.

AZ EGÉSZSÉGÉRE VONATKOZÓ FONTOS INFORMÁCIÓK

EZ AZ ÓRA NEM ORVOSI ESZKÖZ, ÉS NEM ALKALMAS BETEGSÉGEK DIAGNOSZTIZÁLÁSÁRA, KEZELÉSÉRE, GYÓGYÍTÁSÁRA VAGY MEGELŐZÉSÉRE. HA AZT GYANÍTTA, HOGY EGÉSZSÉGÜGYI PROBLÉMÁJA VAN, FORDULJON EGÉSZSÉGÜGYI TANÁCSADÓJÁHOZ/ORVOSÁHOZ.

EZ AZ ÓRA NEM HELYETTESÍTI SEM AZ ORVOSI ELLÁTÁST, SEM AZ ORVOST!

Az óra és a beépített mérőszenzorok nem gyógyászati termékek, csupán az Ön mindennapi életét hivatottak megkönnyíteni. Ez az óra nem alkalmas betegségek vagy egészségügyi problémák diagnosztizálására, enyhítésére, kezelésére vagy gyógyítására.

Az óra nem helyettesíti az orvos felkeresését, az orvosi ellátást vagy a gyógyászati eszközöket.
Mindig legyen óvatos és körültekintő edzés közben.

Azonnal hagyja abba az edzést, ha fájdalmat, gyengeséget, szédülést, kimerültséget vagy légszomjat érez, és forduljon orvosához.

Rádiófrekvenciák:

Ez az óra rádiójeleket használ a vezeték nélküli hálózathoz való csatlakozáshoz (WLAN). Ezzel kapcsolatban további információkat itt talál:

<https://www.mediashop.tv/p/kendox-life-tracker-smartwatch>

Orvosi eszközökkel való interferenciák

Az óra elektromágneses sugárzást kibocsátó alkatrészeket tartalmaz – egyes óraszíjak és a mágneses töltőkábel mágneseket tartalmaz. Ezek az elektromágneses mezők és mágnesek károsíthatják a pacemakereket, defibrillátorokat, továbbá más orvosi eszközöket és készülékeket. Tartson elegendő távolságot orvosi eszköze és az óra között.

FIGYELEM:

Kérjük, ne töltsen és ne használja az órát olyan helyen, ahol potenciálisan fennállhat a robbanásveszély, például magas koncentrációjú vegyi anyagok, gőzök vagy részecskék jelenléte esetén (mint például gabonapor, általános por vagy fémrészecskék). Mindig tartsa be a figyelmeztető táblákon szereplő utasításokat és tudnivalókat.

Az óraszíjak fulladásveszélyt jelenthetnek csecsemők és kisgyermekek számára. Tartsa távol ezeket az óraszíjakat csecsemőktől és kisgyermekektől.

Bőrzérékenység

Egyes személyek reagálhatnak bizonyos ékszerekben, órákban stb. található anyagokra, amelyek hosszú ideig érintkeztek a bőrrel. Ezt kiválthatják allergiák, környezeti tényezők, irritáló anyagoknak, például verejtékezésnek, izzadásnak és egyéb okoknak hosszú ideig való kitettség. Ha tudomása van allergiáról vagy az irritációra való egyéb érzékenységről, a karon viselhető technológia nagyobb valószínűséggel okoz majd irritációt. Ha tudja, hogy bőrzérékenység fog fellépni Önnél, fokozottan ügyeljen az óra viselésére. Rendszeresen távolítsa el az órát, hogy bőre lélegezzon, tartsa tisztán és szárazon a szíjat. Ha bőrpír, duzzanat, viszketés vagy egyéb irritáció vagy kellemetlen érzés jelentkezik az óra körül vagy alatt, távolítsa el a készüléket, és forduljon orvosához, mielőtt újra viselni kezdi. A folyamatos használat, még a tünetek enyhülése után is, ismételt vagy fokozott irritációhoz vezethet.

FONTOS MEGJEGYZÉS: HASZNÁLAT ELŐTT TÁVOLÍTSA EL A VÉDŐFÓLIÁT AZ ÓRA KIJELZŐJÉRŐL!

ELSŐ LÉPÉSEK

I. Az óraszíj rögzítése

1. Vegyen ki minden alkatrészt a csomagolásból, és távolítsa el a védőfóliát az óralapról.
2. A szíj rögzítéséhez dugja be a csúszkán lévő rögzített pöcköt az óraszíj nyílásába.
3. Húzza befelé a csúszkán lévő gombot, és dugja be a pöcköt a nyílásba.
4. Engedje el a gombot, hogy a zárószerkezet bepattanjon az óraházba, és a szíj rögzítve legyen.
5. A szíj eltávolításához húzza befelé a gyorskioldó gombot, és vegye le a szíjat.

II. Az óra feltöltése

- **FONTOS – első használat előtt:** Csatlakoztassa a töltőkábelt a mágneses érintkezőkhöz, és töltsen az órát legalább 3 órán keresztül. A töltőkábel mágneses érintkezői csak egy helyzetben illeszkednek az óra töltőérintkezőihez, és mágnesesen pattannak a helyükre.
- **Információ:** Teljes feltöltéssel az óra akár 7 napon keresztül is működhet a használatától függően.

III. Az óra felhelyezése és pozíciója a csuklón

- **Ügyeljen mindig arra, hogy az óra megfelelően helyezkedjen el a csuklóján.**
- Helyezze az órát a kívánt csuklóra. Az órának legalább egy ujjnyira a csuklócsont fölött a csukló felső oldalán kell illeszkednie.
- Az órának jól kell illeszkednie a csuklóhoz, hogy az érzékelők mindig érintkezzenek a bőrrel. Közben nem szabad az órát elmozdítani. Tipp: Sportolás közben az órát egy kicsit közelebb lehet vinni a csuklóhoz, hogy megakadályozza az elcsúszást.



Ha az eredmények nem hihetőek vagy hiányoznak, próbálja ki a következő tippeket:

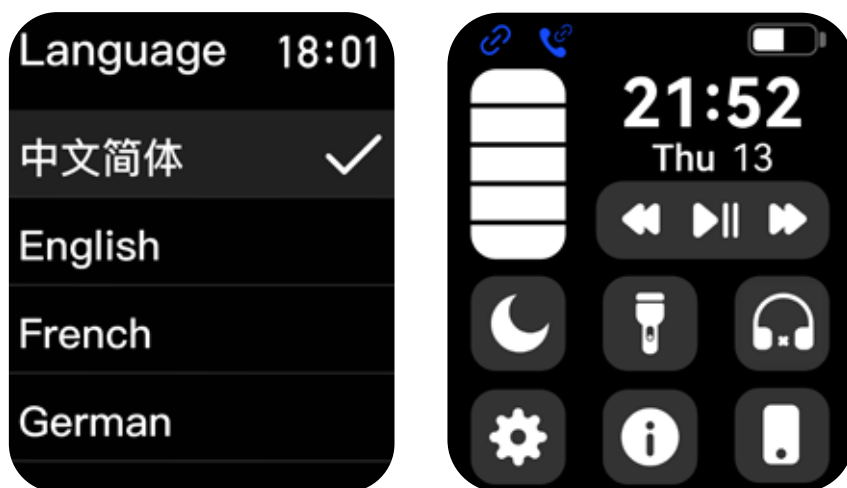
- Tisztítsa meg az óra hátoldalán lévő érzékelőt egy puha, tiszta ruhával.
- Az óra felhelyezése előtt mossa meg a csuklóját, és jól szárítsa meg.
- Ne használjon testápolót, krémet, naptejet vagy rovarriasztót az óraja alatt.
- Soha ne sértse vagy karcolja meg az óra hátulján lévő fényérzékelőt.
- A sportolás megkezdése előtt néhány perccel (5-10 perc) melegítsen be, hogy jó pulzusmérést kapjon. Ha a külső hőmérséklet alacsony, melegítsen be a házban.
- Az órát viselje néhány percre a megfelelő helyzetben, mielőtt elkezdené a életjelek mérését.
- Ha hajlamos a hideg kézre, javasoljuk, hogy a mérés megkezdése előtt kissé melegítse fel a

bőrét.

- Az edzés után tisztítsa meg az órát tiszta vízzel, és jól szárítsa meg.
- Ismétlje meg a mérést.
- Tetoválások és a csuklón lévő erős sötét szőr esetén az érzékelőt nem szabad közvetlenül a tetoválásra vagy a szőrre helyezni, mivel ez pontatlan mérésekhez vezethet.

IV. Bekapcsolás és a nyelv kiválasztása

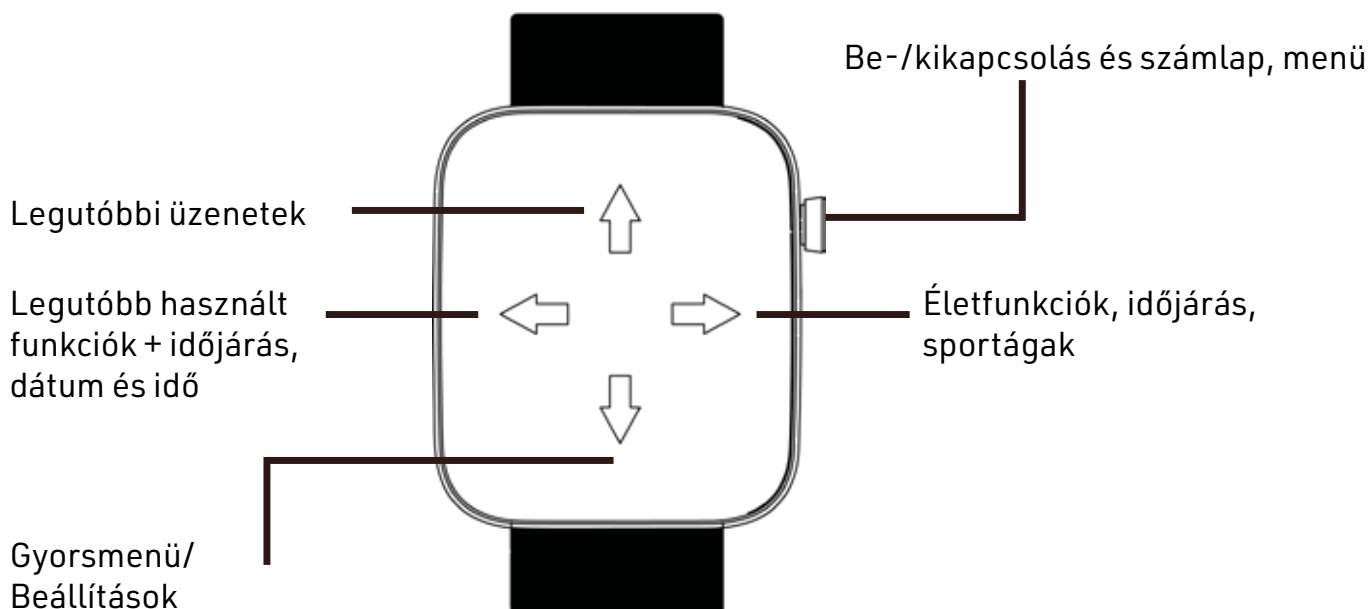
- Az óra bekapcsolásához 5 másodpercig tartsa benyomva a bekapcsoló gombot. Ugyancsak nyomja be és tartsa lenyomva a gombot 5 másodpercig, ha az órát ki szeretné kapcsolni.
- Néhány másodperc múlva a „Hello” felirat jelenik meg a kijelzőn.
- Azután lehet kiválasztani a nyelvet. Ujját addig csúsztassa felfelé, amíg meg nem jelenik a kívánt nyelv (hungarian=magyar). Megerősítéshez koppintson a kijelzőre.

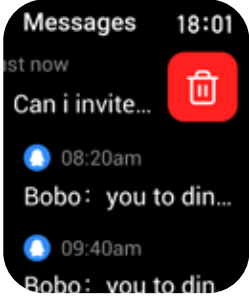
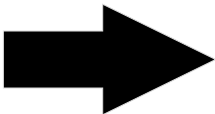
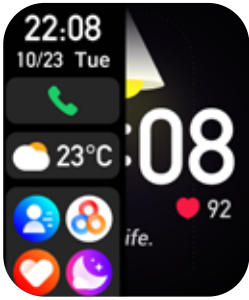
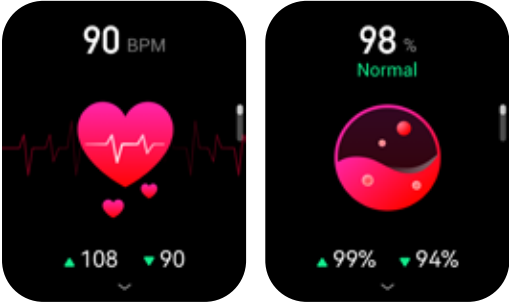
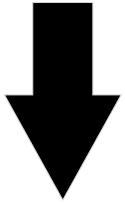
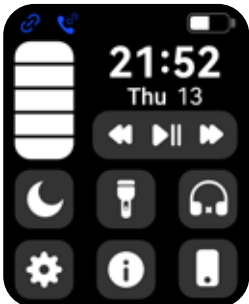
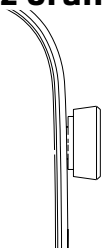


V. Navigáció az órán (csúsztatással és nyomógommbal)

Az óra menüjében való mozgáshoz vagy görgetéshez csúsztassa ujját fentről lefelé vagy balról jobbra. A megerősítéshez koppintson a kívánt menüpontra.

A számlaphoz való gyors visszatéréshez nyomja meg az oldalsó nyomógombot.



A nyíl iránya	Leírás
	A legutóbb beérkezett üzenetek kijelzése alulról felfelé történik. 
	WA legutóbb használt funkciók, valamint az időjárás, dátum és idő kijelzéséhez balról jobbra csúsztasson a számlapon. 
	Ha a világító számlapon jobbról balra csúsztat, a lépésszám, az indikatív pulzusszám, az indikatív oxigénszint, az alvás, az időjárás, a sportágak áttekintése, valamint a zene jelenik meg, és ezek közül választhat. 
	A gyorsmenübe való belépéshez fentről lefelé csúsztasson. Itt állíthatja be a Ne zavarjanak üzemmódot, a fényerőt és egyéb beállításokat, beleértve a mobiltelefon keresését és a zseblámpa funkciót stb. 
Oldalsó nyomógomb az órán 	• Nyomja meg és tartsa lenyomva 5 másodpercig a be-/kikapcsoláshoz. • Nyomja meg ismét a gombot körülbelül egy másodpercig, hogy a bekapcsolt órán a menübe léphessen. • Nyomja meg röviden a gombot a számlap megjelenítéséhez. Amint az óra számlapja világít, máris navigálhat az óra kijelzőjén.

Tippek az akkumulátor hosszabb élettartamához:

Bizonyos tevékenységek és beállítások befolyásolják az akkumulátor élettartamát. Az olyan általános okosóra-tevékenységek, mint **telefonálás, zenehallgatás és a GPS-követéssel (km-felvétel) végzett sportfelvételek több akkumulátorteljesítményt igényelnek**. Az akkumulátor élettartamának meghosszabbítása érdekében közvetlenül befolyásolhat néhány pontot:

Mi befolyásolja az akkumulátor élettartamát?	Ajánlások
Hideg	Mint minden elemmel működő készülék esetében, az alacsony külső hőmérséklet lerövidíti az akkumulátor élettartamát. Ne tartózkodjon az okosórával túl sokáig hideg környezetben.
Ismételt képernyő aktivitás és életjel mérések	Az életjelek rövid időközönkénti ismételt mérése és az óra képernyőjének ebből adódó megvilágítása lerövidíti az akkumulátor élettartamát. Javasoljuk, hogy rövid időn belül ne ismételje meg túl gyakran a méréseket.
Megnövelt képernyőfényerő - és a kijelzés időtartama	Javasoljuk, hogy az okosóra képernyőjének fényerejét állítsa az 1-es vagy 2-es szintre, és csökkentse a kijelzés időtartamát 10 másodpercre. Válassza az órán a Beállítások - Képernyő-megjelenítés - Képernyőfényerő lehetőséget. A fényerősséget a +/- segítségével állíthatja be. Válassza az órán a Beállítások - Képernyő-megjelenítés - Képernyő-idő lehetőséget és állítsa az időt 10-15 mp-re.
Ülés- és ivás emlékeztető és a kijelző leolvasása egy szempillantás alatt, ill. időtartam meghatározása	Menjen a mobiltelefonos alkalmazásban a „Saját készülék” menüpontba, és kapcsolja ki ezeket az emlékeztetőket. Alternatívaként megadhat egy időszakot is, amelyben ezek a funkciók aktiválódnak, pl. napközben 08:00 és 20:00 óra között.

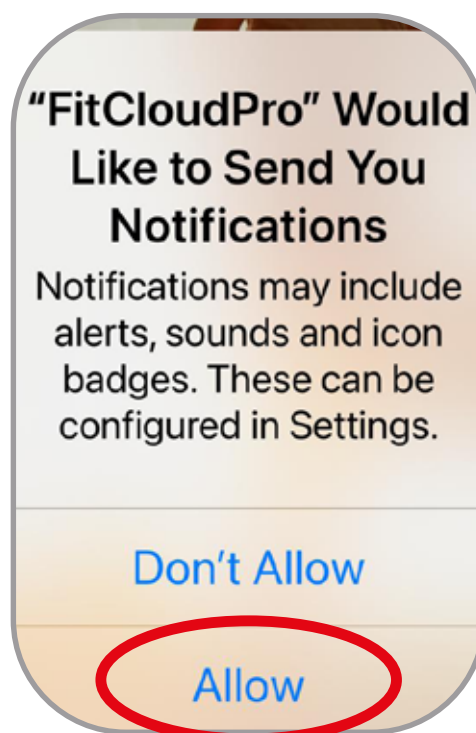
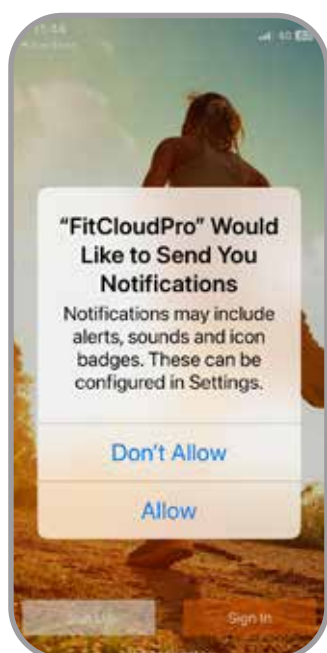
AZ APPLIKÁCIÓ HASZNÁLATA

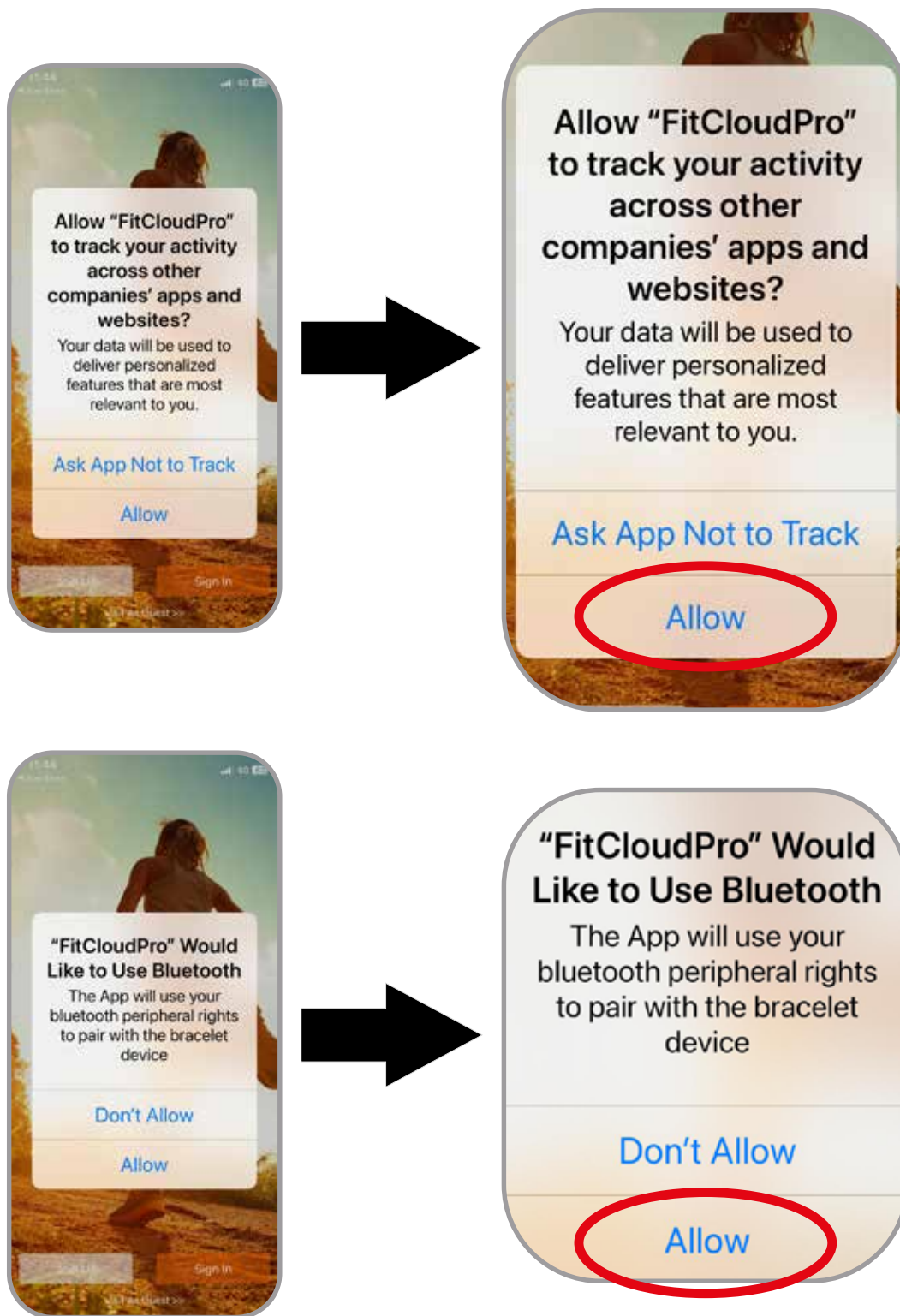
Tipp: Miután frissítette okostelefonja operációs rendszerét, ajánljuk, hogy ellenőrizze az okostelefonján lévő FitCloudPro alkalmazást is az új frissítésekért. A FitCloudPro alkalmazás rendszeres frissítése szükséges a zökkenőmentes működéshez.

I. Az alkalmazás letöltése

Ahhoz, hogy az órát minden előnyével együtt használhassa, javasoljuk, töltsse le az alkalmazást!

1. Okostelefonján nyissa meg az App Store-t vagy a Google Playt, és keressen rá a **FitCloudPro App**-ra.
2. Töltsse le ezt iPhone vagy Android okostelefonjára.
3. Kövesse a telefon képernyőjén megjelenő utasításokat, és válassza az „OK” lehetőséget, hogy engedélyezze az alkalmazás számára az okostelefon Bluetooth-on keresztüli csatlakoztatását.
4. Az alkalmazás teljes körű használatához engedélyezze az értesítéseket, a Bluetooth használatát és az alkalmazáskövetést.





Szkennelje be a QR-kódot!

Beolvashatja azt a QR-kódot is, amely elvezeti Önt a FitCloudPro alkalmazáshoz az okostelefon megfelelő boltjában. A Kendox LifeTracker az iOS11.4 és magasabb verziókkal kompatibilis, ahogyan az Android 6.0 és magasabb verziókkal is. Kövesse az alkalmazás utasításait a FitCloudPro órájával való konfigurálásához.



Információ az alkalmazásról: Megnevezések

A menüelemek megnevezései az okostelefon operációs rendszerétől és márkájától függően kissé eltérhetnek. Ügyeljen az ábrákra, a menüpontok elhelyezkedése nagyjából azonos.

II. Az alkalmazás beállítása az okostelefonon

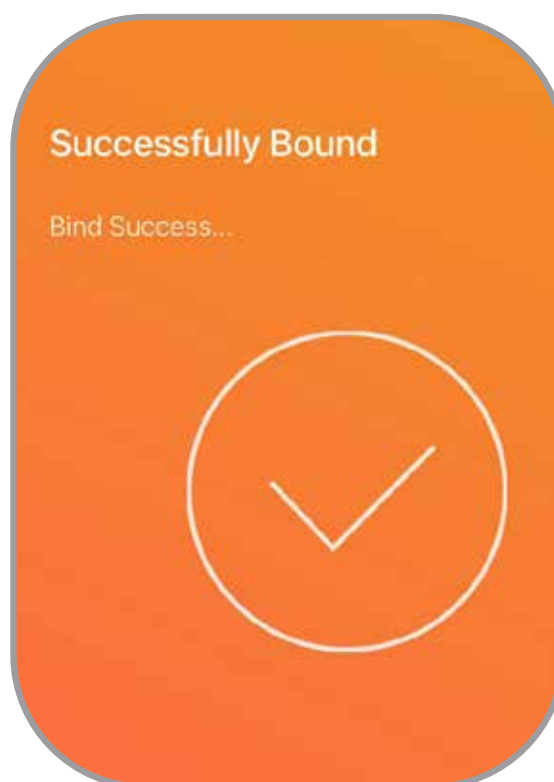
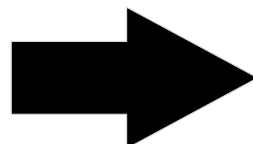
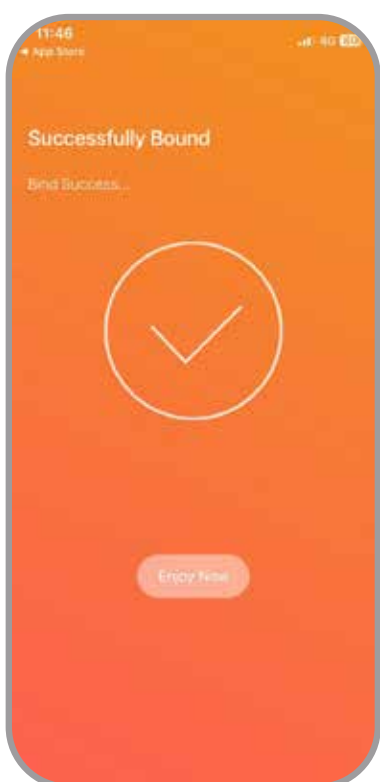
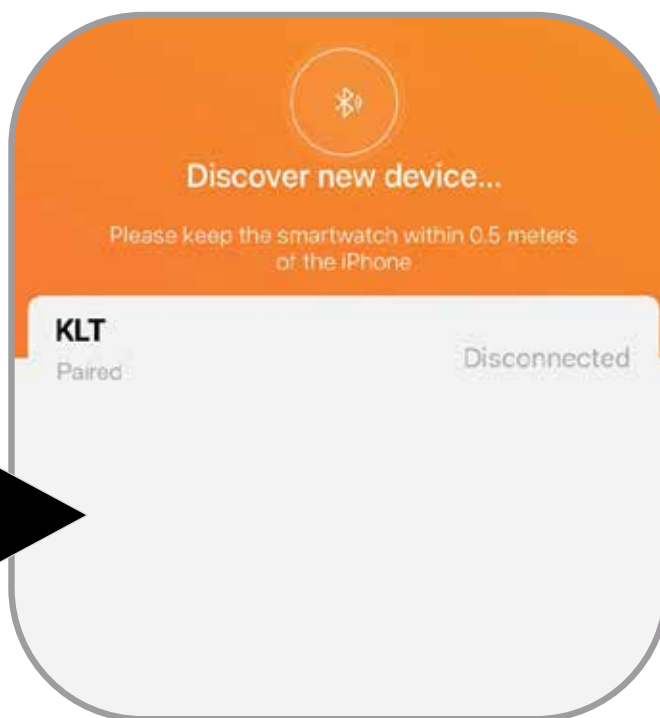
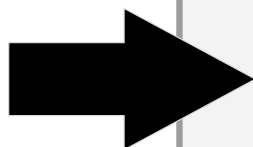
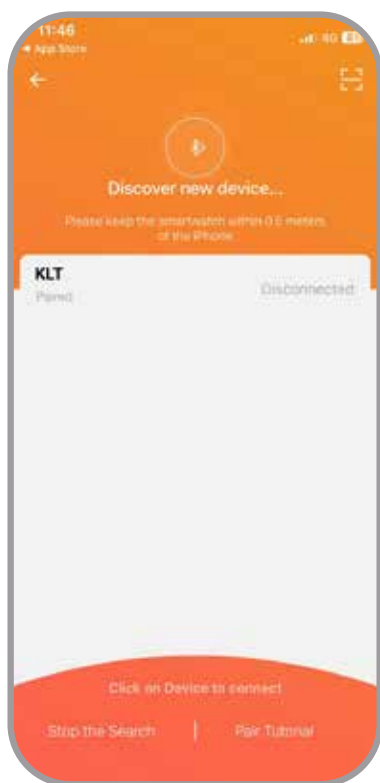
- Válassza ki a **„Regisztráció”**-t.
- Töltse ki a felhasználói profilt a következő képernyőn, és válassza a **„Következő lépés”** lehetőséget.
- Adja meg tervezett napi lépésszámot, és válassza a **„Befejezés”** lehetőséget.

Információ: Fiók nélkül is használhatja az alkalmazást és az órát – ehhez válassza a **„Ne hozzon létre fiókot”** lehetőséget – Fontos: Ezzel nem menti el az adatokat.



III. Az óra csatlakoztatása az okostelefonhoz

- Miután kiválasztotta a **„Befejezés”** lehetőséget, megjelenik a következő, **„Az eszköz csatlakoztatása”** képernyő. Nyomjon rá erre az óra és az okostelefon összekapcsolásához.
- Válassza a **„Keresés”** lehetőséget, és keresse meg a **„KLT”** kifejezést a megjelenő listában, ahogy az a #3. pontban látható, és válassza ki.
- A képernyőn megjelenik a Bluetooth-hoz való csatlakozási kérelem. Ha értesítéseket szeretne fogadni okostelefonjáról az órájára, válassza az **„Összekapcsolás”** és az **„Engedélyezés”** lehetőséget.
- Az órája most már össze van kapcsolva a FitCloudPro-val.



IV. Testreszabás az alkalmazásban

a. Állítsa be az óráját: „Saját eszköz” - alapbeállítások

Javasoljuk, hogy az órája alapbeállításait közvetlenül az okostelefonon lévő alkalmazásban adja meg. Nyissa meg az okostelefon alkalmazásában a **„Saját eszköz”** részt.

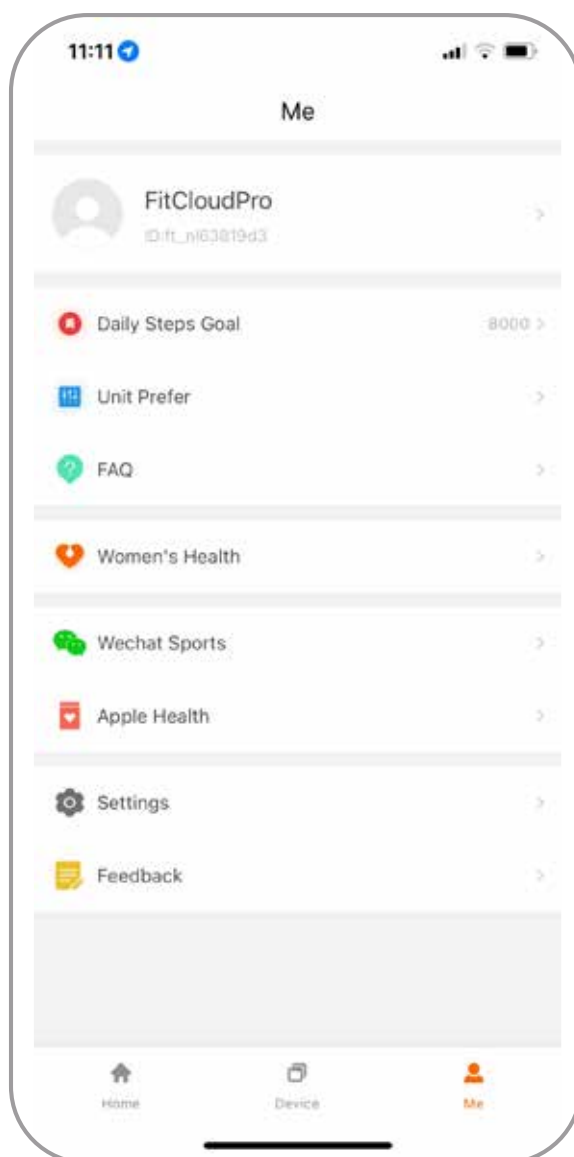
- Válassza ki azt a kezét, amelyiken az órát hordani szeretné (bal/jobb)
- Válassza ki a kívánt időformátumot: Időkijelzés 12h/24h formátumban. Az idő kijelzése automatikusan megtörténik az órán, miután az sikeresen csatlakozott az okostelefonhoz.

b. Beállítások a „Saját” menüpontban

A **„Saját”** mappában (jobbra lent) a következő beállításokat adhatja meg:

- Női egészség / Terhességre való felkészülés / Cikluskövetés
- Sportcél / Napi tervezett lépésszám (beállított tervezett lépésszám, távolsági cél és kalóriacél)
- Mértékegység - Mértékegységek - Távolság, súly, hőmérséklet mértékegységei
- Google Fit / Apple Health* - Kapcsolódás a Google Fit / Apple Health alkalmazásokhoz
- Health Connect*
- Gyakran ismétlődő kérdések
- Visszajelzés

*Megjegyzés: Ezek a pontok a mobiltelefon márkájától és az operációs rendszerétől függően változnak. További információk a mobiltelefon kézikönyvében találhatók.



c. További beállítások a „Saját eszköz” menüpontban

Térjen vissza a „Saját eszköz”-höz:

- **Összekapcsolás/párosítás** – Ha valaha is megszünteti az óra összekapcsolását, az alkalmazás segítségével újra csatlakoztathatja azt mobiltelefonjához. Győződjön meg arról, hogy a Bluetooth funkció be van-e kapcsolva a mobiltelefonján.

- **Értesítések:** Itt rákattinthat arra, hogy okostelefonján mely meglévő üzenetküldő alkalmazásról szeretne értesítést kapni az óráján (pl. WhatsApp, Telegram, SMS, telefonhívások stb.).

FONTOS – Ehhez először aktiválni (engedélyezni) kell a rendszerértesítéseket az okostelefon alapbeállításáiban (rendszerbeállítások) a Bluetooth alatt.

- **Ébresztőóra**

- **Ülésemlékeztető**

- **Iváslemlékeztető**

- **Számlap könyvtár** – A mobiltelefonos alkalmazásban számos ingyenes számlap közül választhat:

- Nyissa meg a mobiltelefonos alkalmazásban a Számlap könyvtárat, és megjelenik az összes online elérhető számlap.
- Koppintson a kívánt számlapra. Ekkor megjelenik az számlap részletes nézete, válassza a „Letöltés megkezdése” lehetőséget. A számlap most letöltődik és átkerül az okosórára.
- A töltés előrehaladását az óra képernyőjén követheti nyomon. Az átvitel a választott számlaptól függően néhány percet vehet igénybe.
- Az új számlap automatikusan megjelenik az óráján, ha az csatlakozik az alkalmazáshoz.
- **Megjegyzés:** Egyes számlapok csak angol nyelven állnak rendelkezésre (hét napjai néha csak angolul jelennek meg).
- Könnyedén válthat az elmentett számlapai között, ha a mobiltelefon-alkalmazás Számlap könyvtárában kiválasztja a „Saját számlapom” fület, és rákoppint a kívánt számlapra.
- **Infó:** Az előre beállított számlapok és az utoljára letöltött számlap mindig kiválasztható az órán.

- **Időjárás-jelentések**

- **Kijelzés egy szempillantás alatt időbeállítással**

- **Javítsa a mérést, ill. a gyakori pulzuszámolást** - javasoljuk, hogy mindig aktiválja ezt az opciót.

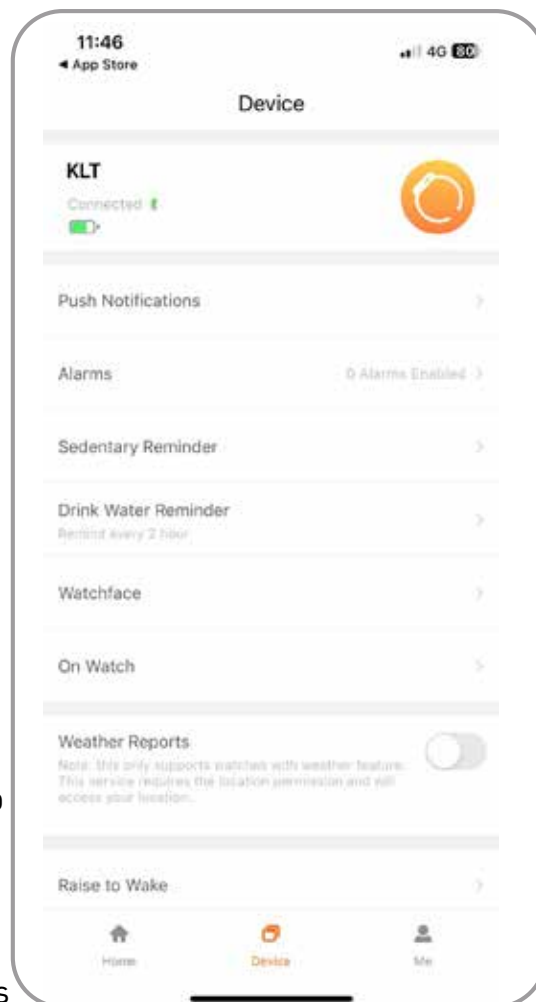
- **Egész napos egészségügyi megfigyelés** - aktiválja ezt a beállítást, ha azt szeretné, hogy az életjelei egész nap rögzítésre kerüljenek. Meghatározhat egy időszakot is, amelyben rendszeres méréseket kell végezni. Infó: Az egész napos egészségi állapotfigyelés csökkenti az akkumulátor élettartamát.

- **Okosóra keresése** (ha aktiválja, az óra rezeg, és csörög a mobiltelefonja).

- **Kedvenc névjegyek:** hozzáadás és szerkesztés. Ehhez aktiválja az „Engedélyezés” lehetőséget, hogy az alkalmazás hozzáférhessen a telefon névjegyeihez.

- **Távkioldó kamera** (okostelefonjával összekapcsolva) – Kattintson a „Rázza meg a fényképezéshez” lehetőségre. A telefon kamerája aktiválódik az alkalmazásban. Ha az óra be van kapcsolva, rázza meg gyorsan többször fel és le a csuklóját – ekkor visszaszámlálás jelenik meg az okostelefonja kijelzőjén. Amikor a visszaszámlálás (3-2-1) lejárt, megtörténik a fotózás. A távkioldó és a kamera kikapcsolásához nyomja meg egyszer az óra oldalsó gombját.

- **Képernyős kijelzés:** Válassza ki a főképernyő kialakítását, a fényerő szintjét, a képernyőidőt a készenléti módba lépés előtt és az óra ébresztési beállításait.



- **A rezgés intenzitása:** Válasszon a „Ki”, „Enyhe” és „Erős” szintek közül. Információ: Ezt a funkciót nem minden szolgáltató támogatja!
- **Rendszer:** Nyissa meg a Rendszerinformáció, a Leállítás vagy a Visszaállítás opciókat.

d. Kezdőképernyő

Itt áttekintést kap az életfunkcióit érintő mérésekről.

Fontos: Az órát a kiválasztott csuklóján kell viselnie.

Használhatja a „**mindent egy kattintással mér**”, ill. az „egészségmérés” lehetőségeket az összes életjel egyidejű lekérdezéséhez*. A lépésszámlálóra kattintva áttekintést kap arról, hogy hány lépést/km-t tett meg.

Tippek a lépésfelvételhez:

A lépések mérése a kezek mozgásán alapul, így bizonyos ismétlődő mozdulatok, mint például a vasalás, mosogatás vagy tapsolás, lépésekként is értelmezhetők. Ha azt gyanítja, hogy a lépések rögzítése pontatlan, a következő tippeket ajánljuk:

- Vegye le az órát, amikor csak a karjai vagy kezei aktívak (pl. mosogatás, vasalás, tapsolás).
- Viselje az órát a másik kezén, a nem domináns kezén.
- Dugja be az órát, ha valamit tol, pl. babakocsit, fűnyírót vagy bevásárlókocsit.

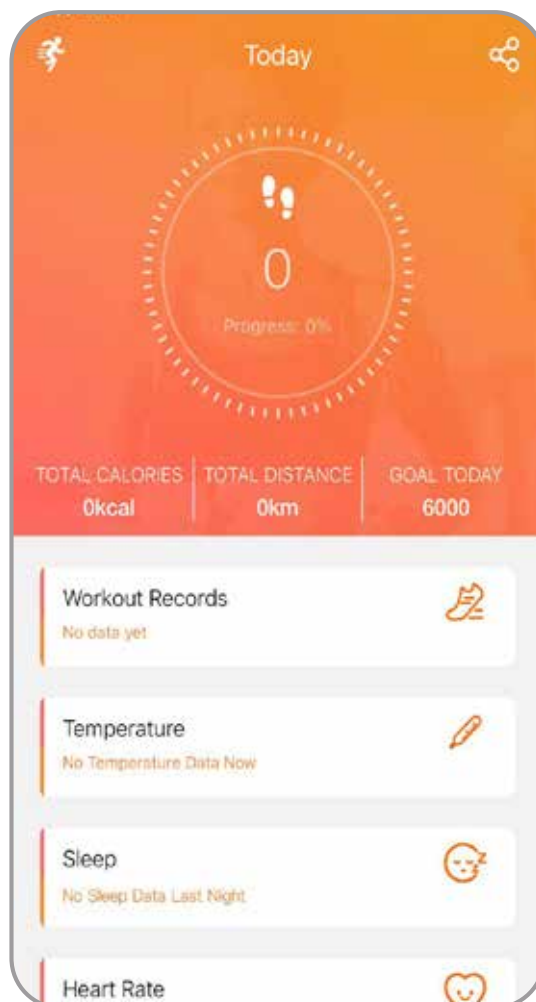
A bal felső sarokban található „futó”-ra kattintva nyomon követheti a mozgásformákat (séta, futás, mászás) is. Kattintson a „Go” gombra, és 3 másodpercnyi visszaszámlálás után elindul az útvonal rögzítése. Az útvonalat GPS is rögzíti.

Amennyiben kívánja, **Célbeállítás, céltávolság és célidő** beállítást is végezhet.

A rögzítés elindítása után kattintson a szünet gomb mellett megjelenő hatszög ikonra vagy a Beállítások elemre a célok meghatározásához.

A „**futó**”-ra történő kattintással megtekintheti az elvégzett edzéshez kapcsolódó mértékegységeket. Koppintson az edzéshez kapcsolódó mértékegységek lehetőségre, hogy megismerhesse az összes részletet (elégetett kalóriák, időtartam, indikatív pulzuszónák stb.).

Szinkronizálásra vonatkozó információk: Az órája és az alkalmazás automatikusan szinkronizálódik, amint elindítja az alkalmazást, és az óra csatlakoztatva van az okostelefonhoz.

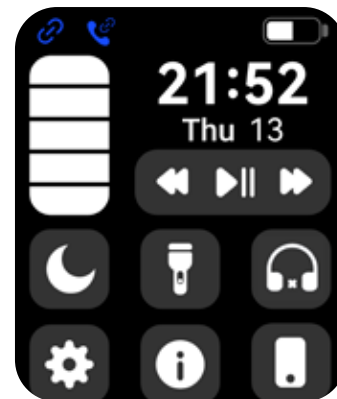


A szimbólumok és sorrendjük az okostelefon típusától és operációs rendszerétől függően változhat.

BEÁLLÍTÁSOK KÖZVETLENÜL AZ ÓRÁN

V. Beállítás közvetlenül az óra kijelzőjén

Csúsztassa **lefelé az ujját az óra kijelzőjének tetejétől** az óra gyorsmenüjének konfigurálásához.



VI. Gyorsmenü az óráján (csúsztassa az ujját fentről lefelé)

	Ne zavarjanak funkció aktiválása	Értesítések és hívások letiltása
	Fényerő beállítása	
	Beállítások	Itt számos beállítást talál.

Többek között az alábbiakat:

- **Stílus főmenü:** Itt különböző lehetőségek közül választhat a felület megjelenítésének beállításához. 3-féle stílus közül választhat:
 - ▶ **o Stílus 1** (ezt javasoljuk): ikon + megnevezés – itt minden funkció ikonként és névvel együtt jelenik meg. Ezt a stílust kifejezetten az első lépésekhez ajánljuk ezzel az órával. Ez az útmutató a következőkben erre a stílusra vonatkozik.
 - ▶ **o Stílus 2:** Elrendezett ikonok (ikontáblázat) – itt minden funkció ikonként/szimbólumként rendezve jelenik meg.
 - ▶ **o Stílus 3:** Kerék ikon
 - ▶ **o Stílus 4:** Telefontárcsa ikon

Információ: Ujjával navigálhat az ikonok között.

- **Óraszámplap:** Állítsa be a kívánt fényerőt, a kijelzés időtartamát (5-20 másodperc), az ébresztéshez felvesz lehetőséget, az óralap háttereit és a mintákat (beleértve a saját képeit is).
- **Akkumulátorok állapota/energiatakarékos üzemmód** aktiválása
- **A rezgés intenzitása:** Válasszon a ki/erős/enyhe lehetőségek közül
- **Nyelvek:** Válassza ki a kívánt nyelvet
- **QR-kód** az alkalmazáshoz
- **Rendszer** (visszaállítás, kikapcsolás)

	Mobiltelefon keresése	A mobiltelefon rezeg és cseng
	A zseblámpa bekapcsolása az órán	
	Hívás/zene lejátszása közvetlenül az órán	(In)aktiválja a hívás- és médialejátszást az órán keresztül

VII. Az órán található funkciók

A funkciók eléréséhez nyomja meg egyszer az óra oldalán található gombot. A funkció kiválasztásához koppintson a megfelelő funkcióra.



1. Telefonszám kiválasztása

Itt egy klasszikus telefonszámlapot talál bármely telefonszám kiválasztásához. A hívás indításához nyomja meg a zöld telefonkagylót. Az óra bal oldalán, a zöld telefonkagyló mellett található beépített mikrofonba beszéljen. A hívás befejezéséhez nyomja meg a piros telefonkagylót.

Információ: Előzetesen aktiválja a Bluetooth funkciót okostelefonján. Ehhez a KLT-t az okostelefonon Bluetooth-on keresztül kell csatlakoztatni az órához. Mostantól hívásokat kezdeményezhet és fogadhat, valamint zenét hallgathat az órával. Az okostelefonon beállíthatja a hangerőt.



2. Gyakran használt névjegyek

Itt állíthatja be személyes névjegyeit az alkalmazáson keresztül – lásd a Kedvenc névjegyek a Beállítások részben.



3. Híváslista

Itt láthatja a bejövő és kimenő hívások áttekintő listáját.



4. Adatok

Itt áttekintést talál az elmúlt 24 órában megtett lépéseiről és elégetett kalóriáiról.



5. Hőmérséklet

Itt megmérheti a testhőmérsékletét. Ehhez nyomja meg a kék „Start”-gombot a mérés elindításához. Amint a mérés befejeződött, az óra rezeg, és a „Kész” felirat jelenik meg a kék gombban. Megjelenik a csuklóján mért hőmérsékleti érték (felső érték) és az általános testhőmérséklete (alsó érték).



6. Sport

Itt az alábbi sportolási módok közül választhat. Az óra a paraméterek széles skáláját rögzíti minden egyes sportág során. A következő sportolási módok állnak rendelkezésre: mindig ikonnal.

A szimbólumok és sorrendjük az okostelefon típusától és operációs rendszerétől függően változhat.

Ikon	Sportág	Ikon	Sportág
	Séta		Asztalitenisz
	Futás		Ugrókötelezés
	Beltéri futás		Evezőgép
	Túrázás		Szobakerékpár
	Kerékpározás		Tenisz

	Kosárlabda		Baseball
	Tollaslabda		Rögbi
	Elliptikus tréner		Krikett
	Jóga		Erőnléti edzés

Megjegyzés: Ha km-eket kíván rögzíteni, a sportolási módtól függően a GPS-t (helymeghatározást) aktiválni kell az okostelefonon.



7. Edzésnapló

Itt láthatja a korábbi tevékenységeiről készült feljegyzéseket. További részletekért koppintson a feljegyzésre.

FONTOS MEGJEGYZÉS A KÖVETKEZŐ FUNKCIÓKHOZ

Ez az óra nem orvosi eszköz, és nem alkalmas betegségek diagnosztizálására, kezelésére, gyógyítására vagy megelőzésére. Ha azt gyanítja, hogy egészségügyi problémája van, forduljon egészségügyi tanácsadójához/orvosához.



8. Szívritmus

Irányértékeket mutat a szív működéséről (pulzusszám) - a BPM (percenkénti ütésszám) pulzus percenkénti üteme jelenik meg.



9. Alvás

Irányértékeket mutat az alvásról – alvással töltött órák száma, mély alvás időtartama, éber alvás időtartama.



10. Vérnyomás

Megadja a vérnyomása irányadó értékeit.

Megjegyzés: Az okosóra az óra alján található fényérzékelők segítségével méri a vérnyomást. Ezek az érzékelők érzékelik, hogy az erek hogyan verik vissza az érzékelők zöld fényét, és hogy a szívverés ritmusában mennyire tágnak ki. A felkaros mandzsettával ellátott vérnyomásmérők a levegőnyomás segítségével mérik a vérnyomást. A különböző típusú mérések miatt eltérések lehetnek az órája és az orvosi vérnyomásmérők között.

Tippek a vérnyomás méréséhez:

- Helyezze a kezét az órával együtt nyugodtan egy stabil felületre (pl. asztalra). A mérés során ne mozgassa a kezét.
- Üljön csendben a mérés alatt és 5 perccel a mérés előtt, és ne beszéljen.
- A mérés előtt 30 perccel ne fogyasszon alkoholt vagy koffeintartalmú italokat, például kávét, energitalokat vagy fekete teát. A vérnyomást csökkentő vagy emelő gyógyszerek szedése szintén befolyásolja a mérést.
- A mérés előtt 30 perccel ne végezzen sportolási- vagy bármilyen megerőltető tevékenységet.
- Felhívjuk figyelmét, hogy az olyan érzelmek, mint a szorongás vagy az izgalom befolyásolhatják a vérnyomását.
- A mérés karonként változhat. Ha a bal karon mér, amely közelebb van a szívhez, a mérés gyakran magasabb, mint a jobb karon végzett mérés.



11. SpO2

Irányértékeket mutat a vér oxigéntartalmáról.



12. Üzenetek

A fogadott üzeneteket (SMS, WhatsApp...) mutatja meg.



13. Időjárás

Az aktuális időjárást mutatja az aktuális helyen. Fontos – ehhez az órát csatlakoztatni kell az okostelefonhoz, és aktiválni kell a helymeghatározást vagy a GPS-t az okostelefonon.



14. Zene

Itt határozhatja meg, hogy éppen milyen zenét kíván lejátszani az okostelefonjáról.

Ehhez megfelelő zenei alkalmazással kell rendelkeznie az okostelefonján. A FitCloudPro alkalmazással nem tud zenét lejátszani.

Előzetesen aktiválja a Bluetooth funkciót okostelefonján. Ehhez a **KLT-t az okostelefonon Bluetooth**-on keresztül kell csatlakoztatni az órához. Mostantól hívásokat kezdeményezhet és fogadhat, valamint zenét hallgathat az órával. Az okostelefonon beállíthatja a hangerőt. Az órán válthat a zeneszámok között is.



15. Stopperóra

Indítás: Nyomja meg a „Play” szimbólumot. A köröket a zöld gombbal állíthatja le. A szünet gomb megnyomása leállítja a stoppert. A köridőket a felül található stopper ikon megnyomásával tekintheti meg. A zöld gomb ismételt megnyomásával a stopper 0-ra áll vissza.



16. Időzítő

Választhat 6 előre meghatározott időzítő közül (1, 3, 5, 10, 15 és 20 perc), és saját maga is meghatározhat egy időzítési intervallumot.

Előzetesen beállított időzítő: Koppintson a kívánt időzítési időre, majd koppintson a lejátszás gombra az időzítő elindításához.

Felhasználó által meghatározott: Görgessen tovább a megjelenített időzítők között, és nyomja meg a kék „felhasználó által meghatározott” gombot egy ön maga által definiált időzítési intervallum beállításához.

Itt görgetve állíthatja be a kívánt órákat, percek és másodpercek. A Play-gomb megnyomásával elindul az időzítő. Amint a kiválasztott időzítő lejár, az óra röviden rezeg.



17. Ébresztőóra

Az ébresztőórát csak okostelefonja alkalmazásán keresztül állíthatja be (idő és ismétlés) – az aktuális ébresztési idő ekkor megjelenik az óráján. Az ébresztést azonban kikapcsolhatja az órán. Amikor az ébresztő megszólal, az óra rezeg. Az ébresztőórát a szürke gomb elcsúsztatásával kapcsolhatja ki.



18. Telefon keresése

Aktiválása esetén az okostelefon rezeg.



19. Beállítások (lásd fent)

Visszatérés az óraszámplaphoz: Ha egy funkcióból vissza szeretne térni az óraszámplaphoz, nyomja meg az óra oldalsó gombját.

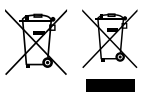
Hibaelhárítás

Probléma	Lehetséges ok	Megoldás
Az óra nem töltődik	A töltőkábel nem jól csatlakozik	Ellenőrizze, hogy a töltőkábel és a mágnesek megfelelően vannak-e csatlakoztatva az órához.
Az óra nem vagy valószínűtlen életjeleket mér	Az óra nem illeszkedik helyesen	Biztosítsa a megfelelő illeszkedést és a helyes pozíciót.
	Érzékelő szennyezett	Tisztítsa meg a fényérzékelőt. Ne kenje be a bőrét krémekkel vagy hasonlókkal.
	Érzékelő sérült	Vegye fel a kapcsolatot ügyfélszolgálatunkkal.
Az óra nem mér távolságokat	Nincs GPS vétel / nincs kapcsolat az okostelefonnal	Csatlakoztassa az óráját az okostelefonjához. A helymeghatározó funkciót aktiválni kell az okostelefonon.
Az akkumulátor gyorsan lemerül	Sok akkumulátor-lemerítő tevékenység	A kijelző fényerejének és időtartamának csökkentése Ülés-/ívás emlékeztető kikapcsolása Kijelző leolvasás egy szempillantás alatt kikapcsolása Telefonálás, zenehallgatás, GPS-követés csökkentése
Az óra nem mér hihető vérnyomást	Túl sok mozgás	Tegye a kezét az asztalra nyugodtan 5 perccel a mérés előtt és alatt üljön csendben, ne beszéljen 30 perccel a mérés előtt ne fogyasszon alkoholt, kávé, energiatalkat, fekete teát vagy gyógyszert és ne végezzen sportos testmozgást. A bal karon végzett mérések mindig magasabbak. Maradjon nyugodt, a félelem és az izgalom befolyásolja az eredményt.
A lépésszámlálás nem hihető	A kézmozdulatok lépésekként lettek rögzítve, vagy kézmozdulatok nélkül nem lettek lépések rögzítve	Vegye le az órát, ha a kezét hosszabb ideig ugyanabban a helyzetben hagyja (pl. fűnyírás). Vegye le az órát, ha ismételt kézmozdulatokat (vasalás, öblítés) végez

Tipp: Miután frissítette okostelefonja operációs rendszerét, ajánljuk, hogy ellenőrizze az okostelefonján lévő FitCloudPro alkalmazást is az új frissítésekért. A FitCloudPro alkalmazás rendszeres frissítése szükséges a zökkenőmentes működéshez.

HU: A Mediashop cég ellen anyagi vagy szellemi természetű, a rendelkezésre bocsátott információk felhasználása vagy fel nem használása nyomán, ill. harmadik fél részéről nem megfelelő és nem teljes információk miatt keletkező károkat vonatkozó felelősségi kárigény érvényesítése (az emberi élet, test vagy egészség sérülésének esetét kivéve) alapvetően kizárt, amennyiben a Mediashop részéről nem áll fenn bizonyíthatóan szándékos vagy durva gondatlanságból eredő vétség.

HU: A MediaShop GmbH ezúton kijelenti, hogy a Kendox LifeTracker típusú rádióberendezés megfelel a 2014/53/EU irányelvnek. Az EU-megfelelőségi nyilatkozat teljes szövege a következő internetes címen érhető el: <https://www.mediashop.tv/p/kendox-life-tracker-smartwatch>.



HU: Ez a szimbólum azt jelenti, hogy az elektromos és elektronikai készülékeket, ill. az elemeket és akkumulátorokat különítetten kell gyűjteni, és tilos települési hulladékként ártalmatlanítani. Önnek törvény által előírt kötelessége, hogy élettartamának végén a készüléket térítésmentesen leadja egy, az elektromos és elektronikus berendezéssel, valamint az elem- és akkumulátorhulladékkal kapcsolatos hulladékgazdálkodási tevékenységről szóló kormányrendelet értelmében létrehozott nyilvános-törvényes gyűjtőhelyen vagy forgalmazónál, ahol elektromos és elektronikai készülékek újrahasznosításával foglalkoznak, és ahol lámpák, valamint töltetlen állapotú, a készülékekből roncsolásmentesen eltávolítható elemek és akkumulátorok kivételét, eltávolítását és tervezett hulladékkezelését végzik. Amennyiben lehetőség van rá, ne eldobható, hanem újratölthető elemeket használjon. A régi készülékek ismételt értékesítése és újrahasznosítása jelentősen hozzájárul környezetünk védelméhez. Szakszerűtlen hulladékkezelés esetén olyan mérgező anyagok kerülhetnek a

környezetbe, amelyek emberek, állatok és növények egészségére káros hatást fejthetnek ki. A megemelt károsanyag-tartalmú elemek a következő jelzésekkel vannak ellátva: Cd=kadmium, Hg=higany, Pb=ólom. A fogyasztók maguk felelnek azért, hogy személyes adataikat eltávolítsák a készülékről. Az alábbiakban bemutatunk néhány bevált gyakorlatot és ajánlást az elemek és akkumulátorok élettartamának meghosszabbítására és újrafelhasználásuk lehetővé tételére:

- Az akkumulátorokat helyesen és teljesen töltse fel az élettartamuk maximalizálása érdekében. Szükség esetén az újratöltés előtt megfelelő töltővel teljesen merítse le őket teljesen.

- Fontolja meg az újratölthető elemek használatának lehetőségét. Ezek többször is felhasználhatók és újratölthetők, ami csökkenti az akkumulátor-hulladék mennyiségét.

- Mindig a megfelelő típusú elemeket használja a készülékekhez. A helytelen használat lerövidítheti az akkumulátorok élettartamát, és esetleg káros hatásai lehetnek.

A használt akkumulátorok kezelésénél mindig tartsa be a biztonsági előírásokat. A lítiumot (Li = lítium) tartalmazó használt akkumulátorok nagy tüzvészélyt jelentenek. Ezért különös figyelmet kell fordítani a lítiumot tartalmazó használt elemek és akkumulátorok megfelelő ártalmatlanítására. A helytelen elhelyezés belső és külső rövidzárlatokhoz is vezethet a hőhatások (hő) vagy mechanikai sérülések miatt. A rövidzárlat tüzet vagy robbanást okozhat, és súlyos következményekkel járhat az emberekre és a környezetre nézve. A rövidzárlat elkerülése érdekében az akkumulátor pólusait vagy érintkezőit az ártalmatlanítás előtt ragassza le.



HU: Ez a termék megfelel az európai irányelveknek.



HU: Védelmi osztály: 2

MŰSZAKI ADATOK

Kendox LifeTracker:

- Bemenet: 5 V $\Rightarrow$ 0,10 A
- Adófrekvencia: Bluetooth 2402-2480 MHz
- Maximális átviteli teljesítmény: 1,326 dBm
- Szívfrekvencia chip: HX3918
- Chipset: BT8959T6

Érzékelő: SC7A20

- Mágneses töltési funkció
- Órapánt anyaga: PC /TPU
- Órapánt mérete: 21 cm x 2,5 cm
- Kijelző mérete: 1,69 hüvelyk
- Bluetooth: 5.0
- 64M zseblámpa
- Felbontás: 240*280 px
- IP68
- Rendszer: Android 6.0 vagy újabb / IOS11.4 vagy újabb
- App: Fitcloudpro 2.0

Akkumulátor:

- Lítium-polimer 3,7 V $\Rightarrow$ 240 mAh 0,888 Wh
- Töltési idő: 3h
- Lemerülési idő: 5-7 nap (a használat intenzitásától függően)

Adapter:

- Modell: YJ-001
- Bemenet (AC): 100-240 V 50/60 Hz | 0.2 A max
- Kimenet (DC): 5 V $\Rightarrow$ 1 A
- Védelmi osztály: 2



Status: 03/02/2025 | M37102

Szarmazási hely: Kína

CH: MediaShop Schweiz AG | Leuholz 14 | 8855 Wangen | Switzerland
EU: MediaShop GmbH | Schneiderstraße 1, Top 1 | 2620 Neunkirchen | Austria
office@mediashop-group.com | www.mediashop.tv

DE | AT | CH: 0800 37 636 06 – kostenlose Servicehotline | **CZ: +420 234 261 900 | SK: +421 220 990 800 | RO: +40 318 114 000 | ROW: +43 1 267 69 67**