

Bedienungs- anleitung

MEDION[®] **FITNESS WATCH MIT** **INTEGRIERTEM GPS** **P4000 (MD 60871)**



Inhalt

Zu dieser Bedienungsanleitung	5
Zeichenerklärung.....	5
Bestimmungsgemäßer Gebrauch	6
Sicherheitshinweise	7
Nicht zugelassener Personenkreis	7
Allgemeines	7
Lieferumfang	10
Geräteübersicht	11
Vorder- und Rückseite	11
Inbetriebnahme	12
Fitness Watch aufladen.....	12
Fitness Watch anlegen.....	13
Gerät einschalten	14
MEDION® Fitness App.....	14
Gerät über Bluetooth® mit der App verbinden	14
Bedienung	16
Bedien- und Tastenfunktionen.....	16
Homescreen	17
Homescreen-Design auswählen	18
Funktionsliste.....	18
Statusleiste	21
Sportmodus	22
Aktivitätsaufzeichnung	22
Datenzeige während der Aktivität.....	23
Datenleiste	24
Benachrichtigungsleiste	25
Eingehende Anrufe.....	25
Fitness Watch ausschalten	25
Weitere Funktionen in Verbindung mit der MEDION® Fitness App	26
Armband von der Sensoreinheit lösen.....	26
Reinigung und Pflege	27
Lagerung bei Nichtbenutzung.....	27
Fehlerbehebung.....	28

EU Konformitätsinformation	28
Informationen zu Markenzeichen	29
Entsorgung	29
Technische Daten	30
Serviceinformationen	31
Datenschutzerklärung	32
Impressum	33

Zu dieser Bedienungsanleitung



Vielen Dank, dass Sie sich für unser Produkt entschieden haben. Wir wünschen Ihnen viel Freude mit dem Gerät.

Lesen Sie vor Inbetriebnahme die Sicherheitshinweise aufmerksam durch. Beachten Sie die Warnungen auf dem Gerät und in der Bedienungsanleitung.

Bewahren Sie die Bedienungsanleitung immer in Reichweite auf. Wenn Sie das Gerät verkaufen oder weitergeben, händigen Sie unbedingt auch diese Bedienungsanleitung aus, da sie ein wesentlicher Bestandteil des Produktes ist.

Zeichenerklärung

Ist ein Textabschnitt mit einem der nachfolgenden Warnsymbole gekennzeichnet, muss die im Text beschriebene Gefahr vermieden werden, um den dort beschriebenen, möglichen Konsequenzen vorzubeugen.



Dieses Signalwort bezeichnet eine Gefährdung mit einem hohen Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, den Tod oder eine schwere Verletzung zur Folge hat.



Dieses Signalwort bezeichnet eine Gefährdung mit einem mittleren Risikograd, die, wenn sie nicht vermieden wird, den Tod oder eine schwere Verletzung zur Folge haben kann.



Dieses Signalwort warnt vor möglichen Sachschäden.



Dieses Symbol gibt Ihnen nützliche Zusatzinformationen zum Zusammenbau oder zum Betrieb.



Mit diesem Symbol markierte Produkte erfüllen die Anforderungen der EU-Richtlinien (siehe Kapitel „Konformitätsinformation“).



Hinweise in der Bedienungsanleitung beachten!



Dieses Symbol bedeutet, dass in der Verpackung und/oder dem Gerät Lithium Batterien oder Akkus enthalten sind.

- Aufzählungspunkt / Information über Ereignisse während der Bedienung
- Auszuführende Handlungsanweisung
- Auszuführende Sicherheitshinweise

Bestimmungsgemäßer Gebrauch

Diese Fitness Watch ist ein Gerät der Informationstechnik und bietet Ihnen vielfältige Möglichkeiten der Nutzung:

- Streckenerfassung per GPS
- Herzfrequenzmessung
- Schrittzähler
- Kalorienverbrauchsberechnung
- Multi-Sport-Modi (z. B. für Gehen, Laufen, Radfahren)
- Schlaf-Überwachung*
- Wecker*
- Benachrichtigungsfunktion bei Nachrichteneingängen*

Das Gerät ist nur für den privaten und nicht für den industriellen/kommerziellen Gebrauch bestimmt. Bitte beachten Sie, dass im Falle des nicht bestimmungsgemäßen Gebrauchs die Haftung erlischt: Beachten Sie alle Informationen in dieser Bedienungsanleitung, insbesondere die Sicherheitshinweise. Jede andere Bedienung gilt als nicht bestimmungsgemäß und kann zu Personen- oder Sachschäden führen.

* MEDION® Fitness App erforderlich

Sicherheitshinweise

Nicht zugelassener Personenkreis

- Bewahren Sie das Gerät und das Zubehör an einem für Kinder unerreichen Platz auf.
- Diese Geräte können von Kindern ab 8 Jahren sowie von Personen mit reduzierten physischen, sensorischen oder mentalen Fähigkeiten oder Mangel an Erfahrung und/oder Wissen benutzt werden, wenn sie beaufsichtigt werden oder bezüglich des sicheren Gebrauchs des Gerätes unterwiesen wurden und die daraus resultierenden Gefahren verstanden haben.
- Kinder dürfen nicht mit dem Gerät spielen.
- Reinigung und Benutzer-Wartung dürfen nicht durch Kinder durchgeführt werden, es sei denn, sie sind älter als 8 Jahre und beaufsichtigt.
- Kinder jünger als 8 Jahre sind vom Gerät fernzuhalten.

Allgemeines

- Bauen Sie das Gerät nicht ohne unsere Zustimmung um.
- Verwenden Sie nur von uns gelieferte oder genehmigte Ersatz- und Zubehörteile.
- Die Fitness Watch dient u. a. der Veranschaulichung verschiedenster Körperwerte (z. B. Herzfrequenz, Kalorienverbrauch) und ist nicht zur Diagnoseerstellung, Behandlung von Patienten, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.
- Setzen Sie das Gerät keinen extremen Bedingungen aus. Zu vermeiden sind:
 - extrem hohe oder tiefe Temperaturen,
 - direkte Sonneneinstrahlung,
 - offenes Feuer.
- Verwenden Sie die Fitness Watch nicht, wenn das Gehäuse oder das Display sichtbare Schäden aufweist.

- Das Gerät enthält keine zu wartenden Teile. Öffnen Sie keinesfalls das Gerätegehäuse.
- Der Akku ist fest verbaut und darf nicht vom Benutzer ausgetauscht werden.
- Verwenden Sie zum Laden des Akkus ausschließlich die mitgelieferte USB-Ladestation.
- Betrachten Sie die LEDs an der Geräteunterseite niemals mit optischen Geräten.
- Decken Sie die Fitness Watch während des Ladevorganges nicht ab, um eine Beschädigung durch unzulässige Erwärmung zu vermeiden.
- Stellen Sie keine Gegenstände auf das Gerät und üben Sie keinen Druck auf das Display aus. Es könnte brechen.
- Vermeiden Sie Berührungen des Displays mit scharfen Gegenständen.
- Zerlegen oder verformen Sie die Fitness Watch nicht. Ihre Hände oder Finger könnten verletzt werden oder Batterieflüssigkeit könnte in Ihre Augen oder auf Ihre Haut gelangen. Sollte dies passieren, spülen Sie die entsprechenden Stellen mit einer großen Menge klaren Wassers und informieren Sie umgehend Ihren Arzt.
- Halten Sie bei der Benutzung des Gerätes einen Sicherheitsabstand von mindestens 20 cm zum implantierten Herzschrittmacher oder Defibrillatoren ein, um eventuelle Störungen zu vermeiden.
- Langer Hautkontakt kann bei manchen Menschen zu Hautreizungen oder allergischen Reaktionen führen.
- Nutzen Sie die Fitness Watch nicht weiter, wenn:
 - Ihre Hände oder Handgelenke während oder nach dem Tragen des Gerätes schmerzen,
 - kribbeln,
 - brennen,
 - sich taub oder steif anfühlen.

**WARNUNG!****Explosionsgefahr!**

Werfen Sie das Gerät keinesfalls ins Feuer! Es besteht Explosionsgefahr!

- Benutzen Sie das Gerät nicht in explosionsgefährdeten Bereichen. Hierzu zählen z. B. Tankanlagen, Kraftstofflagerbereiche oder Bereiche, in denen Lösungsmittel verarbeitet werden. Auch in Bereichen mit teilchenbelasteter Luft (z. B. Mehl- oder Holzstaub) darf dieses Gerät nicht verwendet werden.

**WARNUNG!****Brandgefahr!**

Es besteht Brandgefahr durch unbeabsichtigten Kurzschluss.

- Stellen Sie die Verwendung der Fitness Watch sofort ein und trennen Sie das Gerät ggf. sofort von der USB-Stromversorgung:
 - wenn ungewöhnliche Geräusche oder Rauch aus dem Gerät austreten,
 - bei Beschädigung der Fitness Watch durch Flüssigkeit oder starker Feuchtigkeit,
 - in Gefahrensituationen.
- Überlassen Sie die Reparatur Ihres Gerätes ausschließlich qualifiziertem Fachpersonal.

Lieferumfang



Erstickungsgefahr!

Durch Einatmen oder Verschlucken von Folien oder Kleinteilen besteht Erstickungsgefahr.

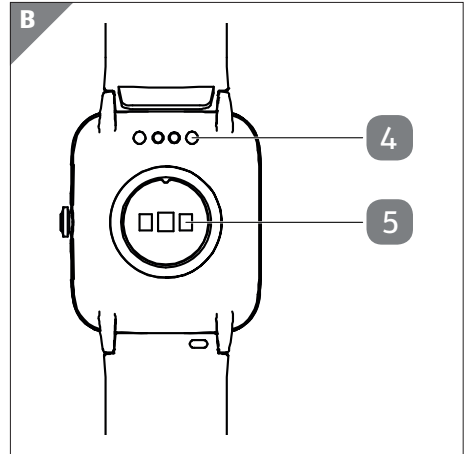
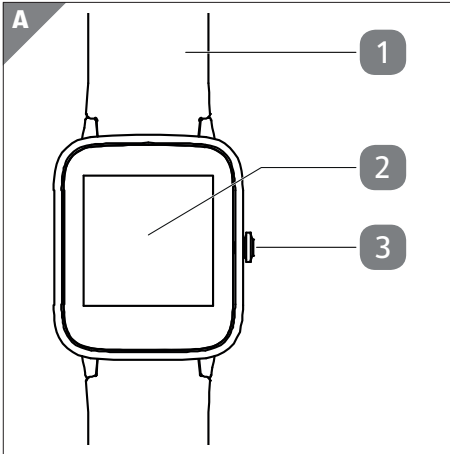
- Halten Sie Verpackungen von Kindern fern.
- Lassen Sie Kinder nicht mit dem Verpackungsmaterial spielen.
- Verpackungsmaterial ist kein Spielzeug!
 - Entnehmen Sie das Produkt aus der Verpackung und entfernen Sie sämtliches Verpackungsmaterial.
 - Überprüfen Sie die Vollständigkeit der Lieferung und benachrichtigen Sie unseren Service innerhalb von 14 Tagen nach dem Kauf, falls die Lieferung nicht komplett ist.
 - Die Fitness Watch muss vor jedem Gebrauch auf Beschädigungen überprüft werden. Wenden Sie sich bei Beschädigungen an unser Service Center.

Mit dem von Ihnen erworbenen Produkt haben Sie erhalten:

- Fitness Watch
- USB-Ladestation
- Kurzanleitung und Garantiedokumente

Geräteübersicht

Vorder- und Rückseite



- 1 Armband
- 2 Touchdisplay
- 3 Funktionstaste
- 3 Kurz drücken: „Zurück“-Taste, Aktivitätsaufzeichnung pausieren
Gedrückt halten: Gerät einschalten, Aktivitätsaufzeichnung beenden
- 4 Ladekontakte
- 5 Pulssensoren

Inbetriebnahme

- ▶ Entfernen Sie sämtliches Verpackungsmaterial.
 - Entfernen Sie den Schutzaufkleber vom Gerätedisplay.



Erstickungsgefahr!

Durch Einatmen oder Verschlucken von Folien oder Kleinteilen besteht Erstickungsgefahr.

- Halten Sie Verpackungen von Kindern fern.
- Lassen Sie Kinder nicht mit dem Verpackungsmaterial spielen.
- Verpackungsmaterial ist kein Spielzeug!

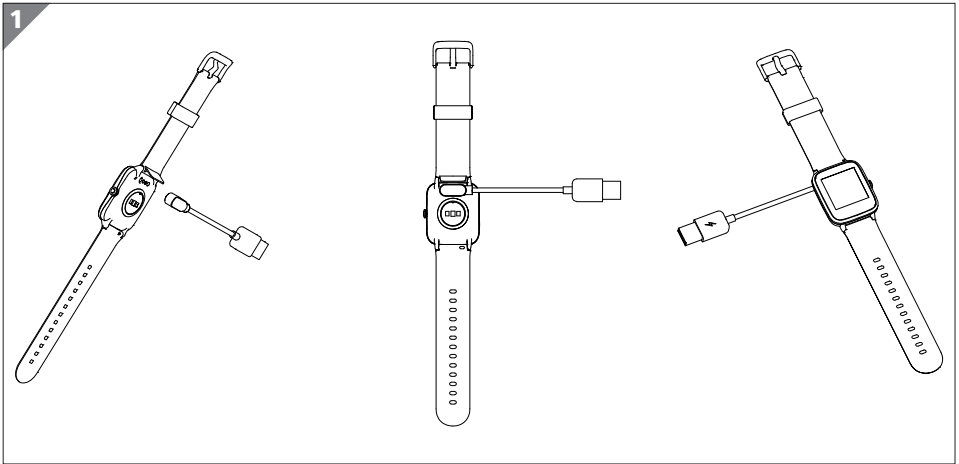
Fitness Watch aufladen

HINWEIS!

Beschädigungsgefahr!

Es besteht die Gefahr eines Geräteschadens bei unsachgemäßem Umgang mit der Fitness Watch.

- Der Akku ist fest eingebaut und darf vom Benutzer nicht selbst ausgetauscht werden.
- Schließen Sie die USB-Ladestation an einen freien USB-Anschluss an Ihrem PC oder Notebook an.
- Legen Sie die Fitness Watch wie auf **Abb. 1** dargestellt auf die Ladestation. Achten Sie darauf, dass die Ladekontakte **4** auf der Unterseite der Fitness Watch korrekt auf den Ladekontakten an der Ladestation aufliegen.



Die Ladezeit beträgt ca. 150 Minuten.

Die Fitness Watch vibriert kurz. Das Display **2** leuchtet auf und ein Batteriesymbol und der aktuelle Ladestand in Prozent zeigen den aktiven Ladevorgang an.

- Drücken Sie während des Ladevorgangs auf die Funktionstaste **3**, um den aktuellen Ladestand abzulesen.

Wenn der Akku der Fitness Watch vollständig geladen ist, werden ein vollständig ausgefülltes Batteriesymbol und die Angabe **100%** angezeigt.

- Nehmen Sie die vollständig aufgeladene Fitness Watch von der Ladestation.

Fitness Watch anlegen

- Legen Sie die Fitness Watch um Ihr Handgelenk und schließen Sie das Armband **1**.



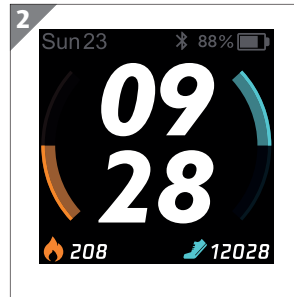
Die Fitness Watch sollte nicht zu fest, aber auch nicht zu locker um Ihr Handgelenk liegen. Der Tragestil entspricht dem einer herkömmlichen Armbanduhr.

Um bei der Herzfrequenzmessung möglichst präzise Messwerte zu erhalten, sollte die Fitness Watch eng am Handgelenk anliegen, so dass sie während der Bewegung nicht verrutschen kann.

Gerät einschalten

- Halten Sie für ca. 2 Sekunden die Funktionstaste **3** gedrückt, bis die Fitness Watch vibriert und die Displayanzeige aufleuchtet.

Die Fitness Watch ist nun eingeschaltet und der Homescreen wird im Display **2** angezeigt (s. **Abb. 2**)



MEDION® Fitness App

- Laden Sie sich die zugehörige App **MEDION® Fitness** im Apple App Store oder Google Play Store kostenlos auf Ihr Smartphone/Tablet herunter.

Alternativ können Sie die App mithilfe des folgenden QR Codes automatisch herunterladen:

Apple App Store/ Google Play Store



Gerät über Bluetooth® mit der App verbinden

Eine Bluetooth® Verbindung ist eine unverschlüsselte, kabellose Datenübertragung, die nicht vor Zugriff durch unberechtigte Dritte geschützt ist.

Die Bluetooth-Kopplung muss bei der Erstinbetriebnahme durchgeführt werden:

- Aktivieren Sie Bluetooth an Ihrem Smartphone.
- Starten Sie die MEDION® Fitness App.
- Wählen Sie in der App die gewünschte Sprache aus.

Die Menüsprache der Fitness Watch wird automatisch an Ihre Auswahl angeglichen.



Sie haben nun die Möglichkeit, ein Benutzerkonto bei MEDION® Fitness anzulegen, um den vollen Funktionsumfang der App nutzen zu können und Ihre Aktivitäten und Werte in einer Historie zu speichern, um diese zu einem späteren Zeitpunkt noch einmal abrufen zu können.

- Tippen Sie zum Anlegen eines Benutzerkontos auf **BEI MEDION FITNESS ANMELDEN** und dann auf **REGISTRIEREN**.

Die anschließende Eingabe Ihrer persönlichen Daten, wie Geschlecht, Alter, Gewicht, Größe etc. ermöglicht die Berechnungen Ihrer persönlichen Werte (Kalorienverbrauch u. a.).

- Melden Sie sich nun mit Ihrem Benutzerkonto bei MEDION Fitness an oder fahren Sie ohne Anmeldung fort.
- Aktivieren Sie die Fitness Watch, indem Sie eine der seitlichen Tasten drücken, so dass die Displayanzeige aufleuchtet.
- Drücken Sie in der App auf das Bedienfeld **VERBINDEN**, um die Gerätesuche zu starten.



Ihnen wird nun eine Auswahlliste mit diversen Gerätemodellen angezeigt.

- Wählen Sie aus, welche Fitness Watch Sie grundsätzlich nutzen, in diesem Fall das Modell **P4000**.

Anschließend startet die App die Suche nach Bluetooth-Geräten in Reichweite und zeigt Ihnen diese in einer Geräteliste an.

- Wählen Sie Ihre Fitness Watch **P4000** in der Geräteliste aus.

Auf der Fitness-Watch wird nun 10 Sekunden lang eine Verbindungsabfrage angezeigt.



- ▶ Tippen Sie innerhalb dieser 10 Sekunden auf , um die Geräte miteinander zu verbinden.
- ▶ Um den Verbindungsaufbau abubrechen, tippen Sie auf .



Sollten Sie nicht innerhalb von 10 Sekunden die Verbindung auf der Fitness Watch bestätigen, muss ein erneuter Verbindungsvorgang über die App gestartet werden.

Nach erfolgreicher Verbindung erscheint auf Ihrer Fitness Watch die Anzeige ✓ und die App zeigt folgenden Text an: **DAS GERÄT WURDE VERBUNDEN UND KANN JETZT GENUTZT WERDEN.**

- Drücken Sie auf das Bedienfeld **BEENDEN**, um die Geräteverbindung abzuschließen.

Solange die Fitness Watch mit einem mobilen Gerät verbunden ist, wird das Symbol  im Display  angezeigt. Alle gemessenen Daten werden automatisch oder bei Bedarf auch manuell mit der MEDION® Fitness App synchronisiert.



Für Fragen und weitere Informationen zur MEDION® Fitness App nutzen Sie bitte die Feedback-Funktion innerhalb der App. In der App haben Sie auch die Möglichkeit, die Bedienungsanleitung zur MEDION® Fitness App herunterzuladen.

Bedienung

Bedien- und Tastenfunktionen

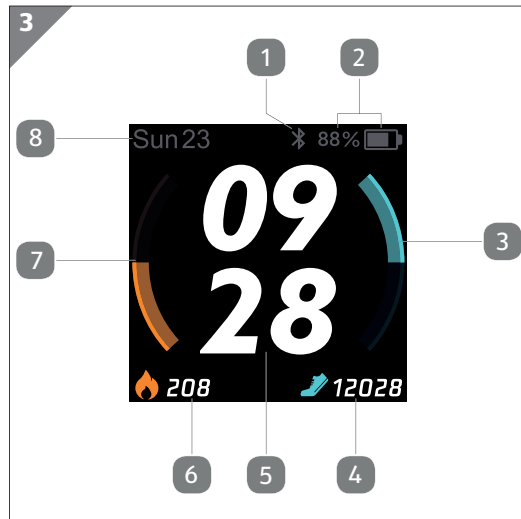
Funktionstaste 3	<ul style="list-style-type: none">• Halten Sie die Funktionstaste für ca. 2 Sekunden gedrückt, um die Fitness Watch einzuschalten.• Drücken Sie im eingeschalteten Zustand die Funktionstaste, um die Displayanzeige einzuschalten oder um sie bei Nichtgebrauch auszuschalten.• Drücken Sie die Funktionstaste während einer Aktivitätsaufzeichnung, um die Aufzeichnung zu pausieren.• Halten Sie die Funktionstaste während einer Aktivitätsaufzeichnung gedrückt, um die Aufzeichnung zu beenden.• Drücken Sie innerhalb des Menüs die Funktionstaste, um zur übergeordneten Menüebene bzw. zum Homescreen zurück zu navigieren.
Touchdisplay 2	<p>Beim Navigieren mithilfe des Touchscreen-Displays stehen Ihnen drei grundlegende Bedienoptionen zur Verfügung :</p> <ul style="list-style-type: none">• Auswahl bestätigen durch Tippen auf den gewünschten Menüpunkt,• Menüauswahl durch Wischen von rechts nach links oder von links nach rechts,• Menüauswahl durch Wischen nach oben oder unten.

Homescreen

Nach dem Einschalten startet die Displayanzeige der Fitness Watch im Homescreen. Sie haben die Möglichkeit zwischen verschiedenen Homescreen-Designs auszuwählen (siehe „Homescreen-Design auswählen“ auf Seite 18). Die nachfolgenden Beschreibungen beziehen sich auf die Nutzung des Standarddesigns der Fitness Watch (**Abb. 3**).

Auf dem Homescreen werden Ihnen verschiedene Informationen gesammelt dargestellt:

- 1 Bluetooth-Verbindungsstatus
- 2 Akkuladestand
- 3 Fortschrittsbalken für Tagesziel „Schrittzahl“
- 4 Werteanzeige für erreichte Schrittzahl
- 5 Uhrzeit
- 6 Werteanzeige für verbrauchte Kalorien
- 7 Fortschrittsbalken für Tagesziel „Kalorienverbrauch“
- 8 Datum



Homescreen-Design auswählen

- Halten Sie die Homescreen-Anzeige gedrückt, um die Auswahl der Homescreen-Designs zu öffnen (s. **Abb. 4**).






- Wischen Sie mit dem Finger von unten nach oben bzw. von oben nach unten über das Display **2**, um zwischen den Design-Vorlagen zu wechseln.
- Tippen Sie auf das entsprechende Design, um dieses auszuwählen.

Das aktuell ausgewählte Design ist mit einem kleinen grünen Haken in der oberen rechten Ecke gekennzeichnet.

Funktionsliste

- Wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, einmal von rechts nach links über das Display **2**, um die Funktionsliste zu öffnen.

Von dort aus haben Sie Zugriff auf die folgenden Funktionen:

	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um eine Sportart für Ihre Aktivitätsaufzeichnung auszuwählen (siehe „Aktivitätsaufzeichnung“ auf Seite 22)
	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um eine aktuelle Herzfrequenzmessung durchzuführen und die gemessenen Herzfrequenzdaten des heutigen Tages einzusehen.
	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um eine Atementspannungsübung durchzuführen.- Tippen Sie auf 1 Minute oder 2 Minuten, um die Dauer der Übung auszuwählen.- Tippen Sie auf ►, um die Übung zu starten. <p>Sie erhalten nun für die gewählte Dauer Displayanweisungen sowie haptische Vibrationsanweisungen, wann Sie ein- bzw. ausatmen sollen, um einen Entspannungszustand zu erreichen.</p>



- Tippen Sie hierauf, um einen zuvor über die MEDION® Fitness App programmierten Weckalarm einzusehen.
- Tippen Sie auf den jeweiligen Alarm, um diesen einzuschalten bzw. auszuschalten.

Ein aktivierter Weckalarm ist mit einem orangefarbenen Weckersymbol gekennzeichnet. Ein deaktivierter Weckalarm ist mit einem ausgegrauten Weckersymbol gekennzeichnet.



Nutzen Sie zum Hinzufügen oder Bearbeiten eines Weckalarms die MEDION® Fitness App.

- Wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, einmal von rechts nach links und anschließend von unten nach oben über das Display **2**, um die Liste mit weiteren Funktionen zu öffnen.

Von dort aus haben Sie Zugriff auf die folgenden Funktionen:







- Tippen Sie hierauf, um die Audiowiedergabe an Ihrem Smartphone/ Tablet-PC zu steuern.


Folgende Steuerungsoptionen stehen zur Verfügung:

	Vorherigen Titel wiedergeben
	Wiedergabe starten/pausieren
	Nächsten Titel wiedergeben



Um diese Funktion zu nutzen, muss die entsprechende Option in der MEDION Fitness App aktiviert sein. Stellen Sie in der App ebenfalls ein, welche Audioquelle (z. B. ein Streaming-Dienst oder Sound-Player) über die Fitness Watch gesteuert werden soll.





	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um die Stoppuhr-Funktion zu nutzen oder einen Timer (Min./Sek.) zu starten. <p>Stoppuhr:</p> <ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie auf ►, um die Stoppuhr zu starten.- Tippen Sie auf , um die Stoppuhr anzuhalten.- Tippen Sie auf ►, um die Stoppuhr fortzusetzen oder ■, um die Stoppuhr zu beenden. <p>Timer:</p> <ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie auf das Sanduhren-Symbol, um die Timer-Funktion auszuwählen.- Wählen Sie mithilfe von Wischgesten die gewünschte Minuten- und Sekundenanzahl aus.- Tippen Sie auf ►, um den Timer zu starten.- Tippen Sie auf , um den Timer anzuhalten.- Tippen Sie auf ►, um den Timer fortzusetzen oder ■, um den Timer zu beenden.
	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um sich aktuelle Wetterdaten auf der Fitness Watch anzeigen zu lassen. <div data-bbox="140 810 248 917"></div> <p>Für die Nutzung dieser Funktion sind eine aktive Bluetooth-Verbindung mit der App sowie eine aktive Internetverbindung am Smartphone/Tablet-PC erforderlich.</p>
	<ul style="list-style-type: none">- Tippen Sie hierauf, um das Bewegungsprotokoll mit einer Übersicht der aufgezeichneten Aktivitäten zu öffnen.- Wischen Sie von unten nach oben bzw. von oben nach unten über das Display, um zwischen den Aufzeichnungen zu wechseln.- Tippen Sie auf die jeweilige Aufzeichnung, um zwischen den Daten-Detailansichten (Aktivitätsdauer, Schrittzahl, zurückgelegte Distanz, Kalorienverbrauch, durchschnittliche Herzfrequenz) zu wechseln.

	<ul style="list-style-type: none"> - Tippen Sie hierauf, um die Geräteeinstellungen zu öffnen. - Sie haben hier folgende Einstellungsmöglichkeiten: <ul style="list-style-type: none"> • ein Homescreen-Design auswählen, • die Displayhelligkeit (Stufe 1-3) einstellen, • die Versionsnummer der Firmware und die MAC-Adresse des Gerätes einsehen, • die Fitness Watch ausschalten, • Ihre Benutzerdaten löschen. - Tippen Sie auf den jeweiligen Menüpunkt, um die gewünschte Einstellung vorzunehmen.
---	---

Statusleiste

- Wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, einmal von links nach rechts über das Display **2**, um die Statusleiste zu öffnen.

Von dort aus haben Sie Zugriff auf die folgenden Funktionen:

	<ul style="list-style-type: none"> - Tippen Sie hierauf, um die „Echtzeit-Herzfrequenz“-Funktion ein-/auszuschalten. <p>Aktivieren Sie diese Funktion, um in regelmäßigen Abständen automatische Herzfrequenzmessungen durchführen zu lassen.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Tippen Sie hierauf, um die Funktion „Automatisches Einschalten der Displayanzeige beim Anheben bzw. Drehen des Handgelenks“ zu aktivieren/deaktivieren.
	<ul style="list-style-type: none"> - Tippen Sie hierauf, um den „Nicht stören“-Modus an Ihrer Fitness Watch zu aktivieren/deaktivieren. <p>Schalten Sie diesen Modus ein, um alle Benachrichtigungen auf Ihrer Fitness Watch zu deaktivieren.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Tippen Sie hierauf, um die „Telefonsuche“-Funktion zu nutzen. <p>Bei aktivierter Funktion wird der Klingelton an Ihrem Smartphone wiedergegeben, um dieses lokalisieren zu können. Ggf. muss diese Option zunächst in den App-Einstellungen aktiviert werden, um sie nutzen zu können.</p>

Sportmodus

Aktivitätsaufzeichnung

- Tippen Sie auf , um eine Sportart für Ihre Aktivitätsaufzeichnung auszuwählen.



Nutzen Sie die MEDION® Fitness App, um eine Aktivität aus einem erweiterten Sportmodus-Angebot (z. B. Badminton, Klettern, Tanzen etc.) zu wählen. Das Angebot variiert je nach Gerätemodell.

- Tippen Sie auf die entsprechende Sportart, um die Aktivitätsaufzeichnung zu starten.



Aktivitäten im Freien sind mit dem Zusatz „GPS“ gekennzeichnet. Nach Auswahl einer Aktivität mit GPS-Funktion ermittelt die Fitness Watch zunächst Ihre Position, um eine Streckenaufzeichnung vornehmen zu können.

Bitte beachten Sie, dass der GPS-Verbindungsaufbau bei der Erstinbetriebnahme ggf. länger dauern kann, da die Sport Watch zunächst den Erstkontakt zu den Satelliten herstellen muss.

Eine aktivierte GPS-Funktion erhöht die Akkubehauptung.

Nach Ablauf des 3 sekündigen Countdowns startet die Aktivitätsaufzeichnung.

- Drücken Sie während der Aktivität die Funktionstaste **3**, um die Aktivität zu pausieren.



Die Fitness Watch vibriert und die Datenanzeige blinkt.

- Drücken Sie die Funktionstaste erneut, um die Aktivität fortzusetzen.

Die Fitness Watch vibriert und die Aufzeichnung wird fortgesetzt.

- Um die Aktivitätsaufzeichnung zu beenden, halten Sie die Funktionstaste für ca. 2 Sekunden gedrückt.

Die Fitness Watch vibriert und im Display erscheint eine Abfrage, ob Sie die Aktivität wirklich beenden möchten.

- Tippen Sie auf , um die Aktivität zu beenden oder tippen Sie auf , um die Aktivitätsaufzeichnung fortzusetzen.

Nach Beendigung der Aktivität wird Ihnen eine Übersicht der erfassten Daten angezeigt:

- Aktivitätsdauer,
- zurückgelegte Distanz,
- Kalorienverbrauch,
- Durchschnittsgeschwindigkeit,

- Schrittzahl,
- durchschnittliche Pace (durchschnittlich benötigte Zeit pro Kilometer während der gesamten Aktivität),
- durchschnittliche Herzfrequenz während der gesamten Aktivität.



Aktivitäten unter 1 Minute können nicht gespeichert werden.



Die Fitness Watch beendet den Sportmodus automatisch, wenn innerhalb von 15 Minuten keine Aktivität erkannt wird.

Datenzeige während der Aktivität

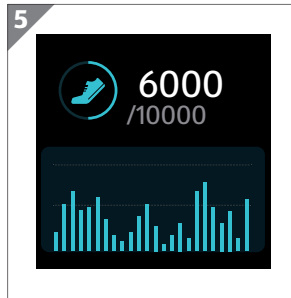
- Wischen Sie während einer Aktivität von rechts nach links bzw. von links nach rechts über das Display **2**, um zwischen den verschiedenen Datenanzeigen zu wechseln.

Folgende Daten werden Ihnen während der Aktivität angezeigt:

- Herzfrequenz,
- Kalorienverbrauch,
- aktuelle Geschwindigkeit,
- Schrittzahl,
- aktuelle Pace (benötigte Zeit pro Kilometer bei aktueller Geschwindigkeit),
- durchschnittliche Pace (durchschnittlich benötigte Zeit pro Kilometer während der gesamten Aktivität).

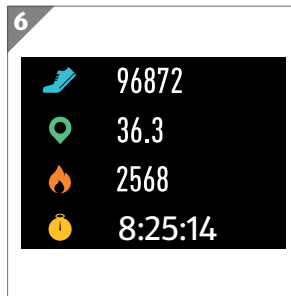
Datenleiste

- Wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, von unten nach oben über das Display **2**, um die tagesaktuellen Datenanzeigen für Schrittzahl (s. **Abb. 5**), zurückgelegte Distanz und Kalorienverbrauch inkl. einer Diagrammdarstellung einzusehen.



Beispielansicht „Datenanzeige tagesaktuelle Schrittzahl“

- Wischen Sie in der Datenleiste zur letzten Anzeige, um die kumulierten Daten für die laufende Woche einzusehen (s. **Abb. 6**).




Nutzen Sie die MEDION® Fitness App, um neue Tagesziele festzulegen oder vorhandene Ziele zu bearbeiten.


Benachrichtigungsleiste

Mithilfe der MEDION® Fitness App können Sie festlegen, welchen Anwendungen und Applikationen es gestattet sein soll, Ihnen Benachrichtigungen an die Fitness Watch zu senden.

So können Sie z. B. definieren, dass Sie über eingehende E-Mails, WhatsApp-Nachrichten, Facebook-Benachrichtigungen, SMS oder Anrufe benachrichtigt werden möchten. Andersherum können Sie ungewollte Benachrichtigungen in den App-Einstellungen abwählen.


- Um sich neue Benachrichtigungen anzeigen zu lassen, wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, von oben nach unten über das Display .

Es wird Ihnen jeweils der Eingangskanal sowie der Anfang der Nachricht an der Fitness Watch angezeigt.




- Um bestehende Benachrichtigungen zu löschen, tippen Sie zunächst auf das Mülltonnensymbol. Tippen Sie anschließend in der Abfrage auf , um die ausgewählte Benachrichtigung auf der Fitness Watch zu löschen.

Eingehende Anrufe

Sofern Sie in der MEDION® Fitness App die notwendigen Berechtigungen erteilt haben, werden Ihnen eingehende Anrufe an der Fitness Watch signalisiert.

- Sie haben die Möglichkeit, den eingehenden Anruf über die Fitness Watch abzulehnen. Tippen Sie dazu in der Displayanzeige auf .

Fitness Watch ausschalten

- Wischen Sie, ausgehend vom Homescreen, mit dem Finger einmal nach links und anschließend von unten nach oben über das Display .
- Tippen Sie auf  **EINSTELLUNG** und danach auf **AUSSCHALTEN**.
- Tippen Sie in der Abfrage auf .

Das Gerät schaltet sich aus und eine ggf. bestehende Bluetooth-Verbindung wird getrennt.

Weitere Funktionen in Verbindung mit der MEDION® Fitness App

In Verbindung mit der MEDION® Fitness App stehen Ihnen weitere Funktionen für Ihre Fitness Watch zur Verfügung, wie zum Beispiel das Programmieren eines Weckalarms, einer Bewegungserinnerung oder das Bearbeiten von Tageszielen.

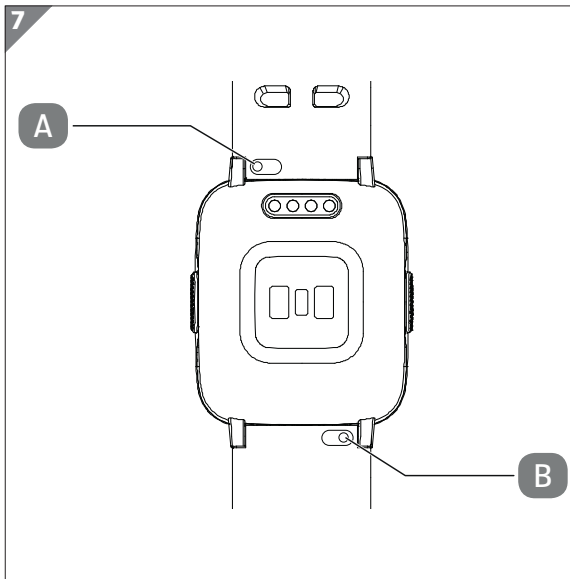


Weitere Informationen zur Nutzung der MEDION® Fitness App finden Sie im Handbuch innerhalb der App. Nutzen Sie bei Fragen die integrierte Feedback-Funktion.

Armband von der Sensoreinheit lösen

Um das Armband der Fitness Watch auszutauschen, haben Sie die Möglichkeit, dieses von der Sensoreinheit zu lösen. Gehen Sie dazu wie folgt vor (s. **Abb 7**):

- Drehen Sie die Fitness Watch um, so dass das Display nach unten zeigt.
- Ziehen Sie die Armband-Arretierung am der oberen Teil der Uhr (**A**) mit dem Fingernagel nach rechts, um die Arretierung zu lösen und das obere Armband-teilstück zu entnehmen.
- Ziehen Sie die Armband-Arretierung am der unteren Teil der Uhr (**B**) mit dem Fingernagel nach links, um die Arretierung zu lösen und das untere Armband-teilstück zu entnehmen.



Reinigung und Pflege

HINWEIS!

Beschädigungsgefahr!

- Verwenden Sie zur Reinigung keine aggressiven chemischen Reinigungsmittel, Scheuermittel oder harte Schwämme.
- Die Sensorflächen des Herzfrequenzmessers auf der Unterseite der Fitness Watch müssen immer sauber gehalten werden, da eine Verschmutzung ggf. die Messwerte beeinflussen kann.
- Die Außenflächen der Fitness Watch sollten regelmäßig mit einem feuchten Tuch gereinigt werden.


Lagerung bei Nichtbenutzung

- Schalten Sie die Fitness Watch bei Nichtbenutzung aus und lagern Sie sie in einer trockenen, staubfreien Umgebung.
- Führen Sie einmal monatlich einen kompletten Entlade-/Ladezyklus durch. Somit wird verhindert, dass der Akku vollständig entladen und dauerhaft beschädigt wird, so dass er nicht mehr geladen werden kann.

Fehlerbehebung

Problem	Mögliche Ursache	Lösung
Die Fitness Watch lässt sich nicht einschalten.	Der Akku ist nicht aufgeladen.	– Laden Sie die Fitness Watch auf.
Keine/Falsche Herzfrequenzmessung	Die Sensorflächen sind verschmutzt. Das Armband liegt zu locker an Ihrem Handgelenk an.	– Reinigen Sie die Sensorflächen. – Stellen Sie sicher, dass das Armband nicht zu locker an Ihrem Handgelenk anliegt.
Die Datenübertragung zwischen Fitness Watch und Smartphone/Tablet ist fehlerhaft.	Keine Bluetooth-Verbindung	– Führen Sie die Bluetooth-Kopplung erneut durch. – Deinstallieren Sie ggf. die MEDION® Fitness App und führen Sie eine Neuinstallation mit anschließender Bluetooth-Kopplung durch.
Streckenermittlung unplausibel	Die Schrittlänge ist falsch programmiert.	– Überprüfen Sie die in der App programmierte Schrittlänge und korrigieren Sie diese gegebenenfalls.
Die Berechnung des Kalorienverbrauchs ist falsch/unplausibel.	Ihre persönlichen Daten sind fehlerhaft hinterlegt.	– Überprüfen Sie in der App Ihre persönlichen Angaben zu Geschlecht, Gewicht und Größe.

EU Konformitätsinformation

 Hiermit erklärt die MEDION AG, dass sich dieses Gerät in Übereinstimmung mit den grundlegenden Anforderungen und den übrigen einschlägigen Bestimmungen befindet:

- RE- Richtlinie 2014/53/EU
- RoHS-Richtlinie 2011/65/EU.

Die vollständige EU-Konformitätserklärung kann unter www.medion.com/conformity heruntergeladen werden.

Informationen zu Markenzeichen

Die Bluetooth® Wortmarke und die Logos sind eingetragene Marken von Bluetooth SIG, Inc. und werden von MEDION unter Lizenz verwendet.

Die Android™ Wortmarke und die Logos sind eingetragene Marken der Firma Google LLC und werden von MEDION unter Lizenz verwendet.

Andere Warenzeichen sind Eigentum ihrer jeweiligen Besitzer.

Entsorgung



VERPACKUNG

Ihr Gerät befindet sich zum Schutz vor Transportschäden in einer Verpackung. Verpackungen sind aus Materialien hergestellt, die umweltschonend entsorgt und einem fachgerechten Recycling zugeführt werden können.



GERÄT

Alle mit dem nebenstehenden Symbol gekennzeichneten Altgeräte dürfen nicht im normalen Hausmüll entsorgt werden.

Entsprechend Richtlinie 2012/19/EU ist das Gerät am Ende seiner Lebensdauer einer geordneten Entsorgung zuzuführen.

Dabei werden im Gerät enthaltene Wertstoffe der Wiederverwertung zugeführt und die Belastung der Umwelt vermieden.

Geben Sie das Altgerät an einer Sammelstelle für Elektroschrott oder einem Wertstoffhof ab.

Der integrierte Akku ist nicht entnehmbar, geben Sie das Gerät komplett zur Entsorgung.

Wenden Sie sich für nähere Auskünfte an Ihr örtliches Entsorgungsunternehmen oder Ihre kommunale Verwaltung.

Technische Daten

CPU:	Nordic nRF52840
Eingebauter Akku:	Li-Ion Akku 3,8 V / 210 mAh
Betriebstemperatur:	0 °C bis +40 °C, max. 90 % RH
Lagertemperatur:	-10 °C bis 45 °C
Akkuladezeit:	ca. 120 Minuten
Akkulaufzeit:	bis zu 7 Tage
Ladeanschluss:	USB 2.0
Spannungsanforderung:	5 V \pm 500 mA
Bluetooth®-Version:	4.2 LE
Bluetooth-Reichweite:	ca. 10 m
Bluetooth-Frequenzbereich :	2402-2480 MHz
Max. Bluetooth-Sendeleistung:	-1,8 dBm
GPS-Frequenzbereich:	1559 – 1610 MHz
Schutzart:	IP68, Tauchtiefe max. 1,5 m für max. 30 Min.
Abmessungen (ohne Armband):	34 mm x 42 mm x 12 mm
Handgelenkumfang:	max. 220 mm
Gewicht (inkl. Armband):	34 g

Serviceinformationen

Sollte Ihr Gerät einmal nicht wie gewünscht und erwartet funktionieren, wenden Sie sich zunächst an unseren Kundenservice. Es stehen Ihnen verschiedene Wege zur Verfügung, um mit uns in Kontakt zu treten:

- In unserer Service-Community treffen Sie auf andere Benutzer sowie unsere Mitarbeiter und können dort Ihre Erfahrungen austauschen und Ihr Wissen weitergeben.
Sie finden unsere Service-Community unter community.medion.com.
- Gerne können Sie auch unser Kontaktformular unter www.medion.com/contact nutzen.
- Selbstverständlich steht Ihnen unser Serviceteam auch über unsere Hotline oder postalisch zur Verfügung.

Öffnungszeiten	Multimedia-Produkte (PC, Notebook, etc.)
Mo. - Fr.: 07:00 - 20:00 Sa.: 10:00 - 18:00	☎ 0201 22099-111
	Haushalt & Heimelektronik
	☎ 0201 22099-222
	Mobiltelefon; Tablet & Smartphone
	☎ 0201 22099-333
Serviceadresse	
MEDION AG 45092 Essen Deutschland	



Diese und viele weitere Bedienungsanleitungen stehen Ihnen über das Serviceportal www.medionservice.com zum Download zur Verfügung.

Sie können auch den nebenstehenden QR-Code scannen und die Bedienungsanleitung über das Serviceportal auf Ihr mobiles Endgerät laden.

Datenschutzerklärung

Sehr geehrte Kundin, sehr geehrter Kunde,

wir teilen Ihnen mit, dass wir, die MEDION AG, Am Zehnthof 77, D-45307 Essen als Verantwortliche Ihre personenbezogenen Daten verarbeiten.

In datenschutzrechtlichen Angelegenheiten werden wir durch unseren betrieblichen Datenschutzbeauftragten, erreichbar unter MEDION AG, Datenschutz, Am Zehnthof 77, D-45307 Essen; datenschutz@medion.com unterstützt. Wir verarbeiten Ihre Daten zum Zweck der Garantieabwicklung und damit zusammenhängender Prozesse (z. B. Reparaturen) und stützen uns bei der Verarbeitung Ihrer Daten auf den mit uns geschlossenen Kaufvertrag.

Ihre Daten werden wir zum Zweck der Garantieabwicklung und damit zusammenhängender Prozesse (z. B. Reparaturen) an die von uns beauftragten Reparaturdienstleister übermitteln. Wir speichern Ihre personenbezogenen Daten im Regelfall für die Dauer von drei Jahren, um Ihre gesetzlichen Gewährleistungsrechte zu erfüllen.

Uns gegenüber haben Sie das Recht auf Auskunft über die betreffenden personenbezogenen Daten sowie auf Berichtigung, Löschung, Einschränkung der Verarbeitung, Widerspruch gegen die Verarbeitung sowie auf Datenübertragbarkeit.

Beim Auskunfts- und beim Löschungsrecht gelten jedoch Einschränkungen nach den §§ 34 und 35 BDSG (Art. 23 DS-GVO), darüber hinaus besteht ein Beschwerderecht bei einer zuständigen Datenschutzaufsichtsbehörde (Art. 77 DS-GVO i. V. m. § 19 BDSG). Für die MEDION AG ist das die Landesbeauftragte für Datenschutz und Informationsfreiheit Nordrhein Westfalen, Postfach 200444, 40212 Düsseldorf, www.lidi.nrw.de.

Die Verarbeitung Ihrer Daten ist für die Garantieabwicklung erforderlich; ohne Bereitstellung der erforderlichen Daten ist die Garantieabwicklung nicht möglich.

Impressum

Copyright © 2022

Stand: 23.03.2022

Alle Rechte vorbehalten.

Diese Bedienungsanleitung ist urheberrechtlich geschützt.

Vervielfältigung in mechanischer, elektronischer und jeder anderen Form ohne die schriftliche Genehmigung des Herstellers ist verboten.

Das Copyright liegt beim Inverkehrbringer:

MEDION AG

Am Zehnthof 77

45307 Essen

Deutschland

Bitte beachten Sie, dass die oben stehende Anschrift keine Retourenanschrift ist.
Kontaktieren Sie zuerst immer unseren Kundenservice.



Vertrieben durch:

MEDION AG
AM ZEHNTHOF 77
45307 ESSEN
DEUTSCHLAND

