

# **HONOR Band 5**

## **Benutzerhandbuch**

**HONOR**

# Inhaltsverzeichnis

## Erste Schritte

Symbole	1
Tragen Ihres Band	3
Bildschirmsteuerung	4
Koppeln Ihres Bands mit dem Telefon	5
Einstellen von Zeitzone und Sprache	6
Aufladen Ihres Bands	6
Ein- und Ausschalten/Neustarten Ihres Bands	7
Änderung von Startbildschirmstilen	7

## Workout-Modi

Aufzeichnen täglicher Aktivitätsdaten	8
Starten eines Workouts	8
Schwimmen im Pool	9

## Gesundheitsmanagement

Überwachen Ihrer Herzfrequenz	11
Herzfrequenzmessung während des Workouts	11
Automatische Herzfrequenzmessung	12
Messung des Ruhepulses	13
Schlafüberwachung	13
Messen des Sauerstoffniveaus im Blut (SpO2)	13

## Praktische Funktionen

Anzeigen von Nachrichten	15
Löschen von Nachrichten	15
Nachrichtenerinnerungen	16
Eingehende Anrufe	16
Festlegen eines intelligenten Weckers	17
Einstellung eines Terminweckers	18
Synchronisieren eines Alarms von Ihrem Telefon aus	18
Einstellen der Bildschirmhelligkeit	18
Suchen eines Telefons mithilfe des Bands	19
Wetterberichte	19
Einstellen eines Timers	19
Stoppuhr	20

## Weitere Anweisungen



Anzeigen von Versionsinformationen	21
Aktualisieren des Bandes	21
Zurücksetzen Ihres Bandes auf die Werkseinstellungen	21
Anzeigen von Bluetooth-Gerätenamen und MAC-Adresse	22


Schutz vor Wasser und Staub	22
Reinigung und Pflege	22
Anpassen oder Austauschen des Armbands	23

# Erste Schritte

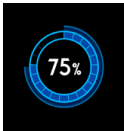



## Symbole


Ziffernblatt:

		-
---	---	---

-  Die tatsächlichen Symbole können je nach Band-Version variieren. Die folgenden Ziffernblatt-Symbole dienen lediglich Ihrer Information.

Ebene-1-Menü:








Aktivitäts aufzeichnungen 	Überwachung der Herzfrequenz 	Ruhemodus 
Workout 	Mehr 	Nachrichten 


-  Der in den Aktivitätsaufzeichnungen angezeigte Prozentsatz zeigt den aktuellen Vollendungsstatus an.

Aktivitätsaufzeichnungen





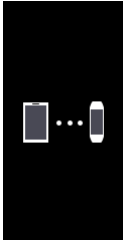

Schritte 	Kalorien 	Distanz 
Mittlere bis sehr intensive Aktivitätsdauer 	Standzeit 	-

Workout-Typen:


Laufen (Outdoor) 	Laufen (Laufband) 	Gehen (Outdoor) 
Indoor-Cycling 	Outdoor-Cycling 	Schwimmen im Pool 
Freies Training 	-	-

 Outdoor-Cycling wird auf Telefonen mit GPS-Funktionen unterstützt (Telefone mit EMUI 5.0 oder später und Telefone mit iOS 9.0 oder später). Das Symbol für Outdoor-Cycling wird nicht auf Ihrem Band angezeigt, wenn dieser Workout-Typ auf Ihrem Telefon nicht unterstützt wird.

### Verbinden und Koppeln

Nicht verbunden 	Bluetooth verbunden 	Stellen Sie eine Bluetooth-Verbindung her. 
Erstmalige Kopplungsanfrage 	Koppeln 	Kopplung erfolgreich 

### Akku:

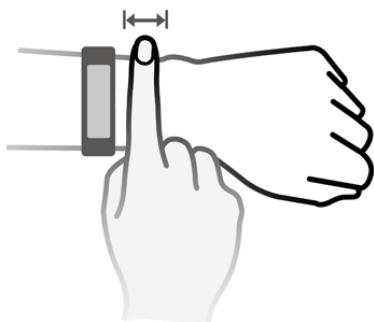
Aufladen 	Alarm für niedrigen Akkustand 	Alarm für extrem niedrigen Akkustand 
---	--	---

### Sonstiges

Aktivitätserinnerungen 	Durchführen eines Upgrades 	Aktualisierungsfehler 
Wecker 	Telefon suchen 	Ungelesene Textnachrichten 
Foto schießen 	Bestätigt 	Abbrechen 
Beenden 	Beenden 	Starten 

## Tragen Ihres Band

Um sicherzustellen, dass die Nachverfolgung der Aktivitäten und die Überwachung von Schlaf und Herzfrequenz ordnungsgemäß funktionieren, achten Sie darauf, dass Sie Ihr Band, wie in der folgenden Abbildung dargestellt, korrekt tragen.



Das Armband ist mit einer U-förmigen Schnalle ausgestattet, so dass es sich leicht lösen lässt. Um das Band zu tragen, führen Sie ein Ende des Armbands durch die U-förmige Schnalle und fixieren Sie es. Das Ende des Armbands ist absichtlich gebogen, um den Tragekomfort zu verbessern.

- Ihr Band besteht aus Materialien, deren Verwendung unbedenklich ist. Wenn Ihre Haut beim Tragen des Bands gereizt wird, verwenden Sie es nicht weiter und suchen Sie einen Arzt auf.
- Achten Sie darauf, Ihr Band ordnungsgemäß zu tragen, um den Komfort zu maximieren.

## Bildschirmsteuerung

Das honor Band verfügt über einen 0,95-Zoll-AMOLED-Touchscreen aus gewölbtem 2.5D-Glas. Durch Tippen und Streichen sowie Gedrückthalten Ihres Fingers auf den Bildschirm werden zahlreiche verschiedene Befehle eingegeben. Für den Bedienkomfort ist zudem eine Start-Taste vorhanden.

Betrieb	Funktion	Anmerkungen
Die Start-Taste bei eingeschaltetem Bildschirm berühren	Zum Startbildschirm zurückkehren	Während speziellen Szenarien, wie Anrufen oder Workouts, ist diese Funktion nicht verfügbar.
Die Start-Taste bei ausgeschaltetem Bildschirm berühren	Bildschirm einschalten	Tippen Sie in weniger als 10 Sekunden nach Ausschalten des Bildschirms auf den Startbildschirm, um zu dem vorherigen Bildschirm zurückzukehren. Berühren Sie anderenfalls die Start-Taste, um zum Startbildschirm zurückzukehren.
Auf dem Startbildschirm nach rechts streichen	Greifen Sie auf die Nachrichtenzentrale zu, um Nachrichten im Cache anzuzeigen.	Diese Funktion ist nicht verfügbar, wenn sich keine Nachrichten im Cache befinden. Sie können Nachrichten löschen, indem Sie auf dem Bildschirm mit den Nachrichteninhalten nach rechts streichen.
Auf anderen Bildschirmen als dem Startbildschirm nach rechts streichen	Zum vorherigen Bildschirm zurückkehren	-
Auf dem Ebene-1-Bildschirm nach oben oder unten streichen	Zu einem anderen Bildschirm wechseln.	-

Betrieb	Funktion	Anmerkungen
Bildschirm berühren	Auswählen und bestätigen	-
Einen Bereich auf dem Startbildschirm gedrückt halten	Ziffernblatt ändern	-

### Einschalten des Bildschirms

Heben Sie Ihr Handgelenk oder drehen Sie es nach innen, um den Bildschirm zu aktivieren. Der Bildschirm bleibt für 5 Sekunden eingeschaltet.

**i** Sie können die Funktion **Handgelenk zum Aktivieren des Bildschirms heben** in der Health-App aktivieren.

### Wechseln zwischen Bildschirmen

Drehen Sie Ihr Handgelenk oder streichen Sie über den Bildschirm, um bei eingeschaltetem Bildschirm zwischen Bildschirmen zu wechseln.

**i** Sie können die Bildschirmfunktion **Handgelenk zum Wechseln drehen** in der Health-App aktivieren.

### Ausschalten des Bildschirms

- Senken Sie Ihr Handgelenk oder drehen Sie es nach außen, um den Band-Bildschirm auszuschalten.
- Der Bildschirm wird automatisch ausgeschaltet, wenn das Band 5 Sekunden lang nicht verwendet wird.

## Koppeln Ihres Bands mit dem Telefon



Verbinden Sie Ihr Band mit der Ladeschale, wenn Sie es zum ersten Mal verwenden. Das Band wird automatisch eingeschaltet. Das Band kann standardmäßig per Bluetooth gekoppelt werden.

Sie können Ihr Band nur mit Telefonen mit Android 7.0 oder später oder Telefonen mit iOS 9.0 oder später koppeln. Stellen Sie sicher, dass Sie Bluetooth auf Ihrem Telefon aktiviert haben, bevor Sie die Kopplung starten.

- 1 Stellen Sie sicher, dass Sie die neueste Version von App haben, bevor Sie beginnen. Sie können den QR-Code scannen, um die App herunterzuladen und zu installieren.





- 2 Öffnen Sie die Health-App, gehen Sie zu **Geräte > HINZUFÜGEN > Smart Bands** und wählen Sie den Namen Ihres Geräts.
- 3 Tippen Sie auf **KOPPELN**. Die App sucht anschließend automatisch nach verfügbaren Bluetooth-Geräten in der Nähe. Sobald Ihr Band gefunden wurde, tippen Sie auf den Namen, um den Kopplungsvorgang zu starten.
- 4 Das Band vibriert, wenn es eine Kopplungsanforderung erhält. Tippen Sie auf , um die Kopplung zu starten.
  -  • Der Bildschirm Ihres Bands zeigt ein Symbol an, um Sie darüber zu informieren, dass die Kopplung erfolgreich war und dass die Informationen auf Ihrem Telefon (wie Daten und Zeit) nach 2 Sekunden synchronisiert werden.
  - Der Bildschirm Ihres Bands zeigt ein Symbol an, um Sie darüber zu informieren, dass die Kopplung fehlgeschlagen ist und der Startbildschirm nach 2 Sekunden erneut angezeigt wird.

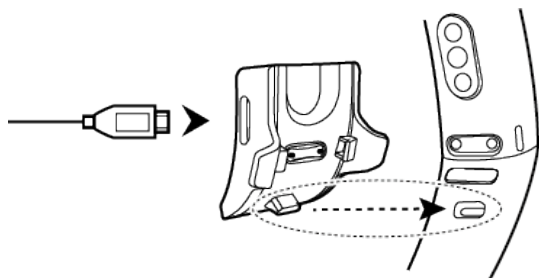
## Einstellen von Zeitzone und Sprache


Nach Abschluss der Synchronisierung des Bands mit Ihrem Telefon, werden die auf Ihrem Telefon eingestellte Zeitzone und Sprache ebenfalls automatisch synchronisiert.

Wenn Sie Sprache, Region, Uhrzeit oder Uhrzeitformat auf Ihrem Telefon ändern, werden die Änderungen automatisch mit dem Band synchronisiert, solange das Band mit dem Telefon verbunden ist.


## Aufladen Ihres Bands

**Um Ihr Band aufzuladen**, richten Sie die Kunststoff-Gummi-Kontakte auf den Ladeanschluss am Armband aus und fixieren Sie die Kontakte, um sicherzustellen, dass Sie sicheren Kontakt mit dem Ladeanschluss haben. Das Ladesymbol und der Akkuladestand werden auf dem Band-Bildschirm angezeigt.




-  • Stellen Sie vor dem Aufladen sicher, dass der Ladeanschluss und das Metallende sauber und trocken sind, um Kurzschlüsse oder andere Probleme zu vermeiden.
- Wenn der Band-Bildschirm schwarz wird oder langsam reagiert, verbinden Sie Ihr mit der Ladeschale, um es neu zu starten.

**Ladezeit:** Das vollständige Aufladen Ihres Bands bei einer Raumtemperatur von 25°C dauert ca. 100 Minuten. Sobald das Akkusymbol voll ist, ist Ihr Band vollständig aufgeladen.

**Akkuladung anzeigen:** Überprüfen Sie das Akkusymbol  auf dem Startbildschirm des Bands oder in der Health-App.

### Alarm für niedrigen Akkustand

Wenn die Akkuladung weniger als 10 % beträgt, vibriert Ihr Band und der Band-Bildschirm zeigt  an, um Sie daran zu erinnern, Ihr Band unverzüglich aufzuladen.


## Ein- und Ausschalten/Neustarten Ihres Bands

### Einschalten

Ihr Band wird automatisch eingeschaltet, wenn Sie es aufladen.

### Ausschalten

Streichen Sie über den Bildschirm Ihres Bands und tippen Sie auf **Mehr > Ausschalten**.

-  Um Ihr Band nach dem Ausschalten wieder einzuschalten, verbinden Sie das Band mit der Ladeschale. Es wird anschließend eingeschaltet, nachdem es vollständig aufgeladen wurde.

### Neustarten your band

Streichen Sie über den Bildschirm Ihres Bands und tippen Sie auf **Mehr > Neustarten**.

## Änderung von Startbildschirmstilen

Ihr Band wird mit zahlreichen Startbildschirmstilen geliefert. Anhand der zwei folgenden Methoden erfahren Sie Einzelheiten dazu, wie Sie Ihre Startbildschirmstile ändern können.

- **Methode 1:** Halten Sie einen Bereich auf dem Startbildschirm gedrückt, bis das Band vibriert. Wenn sich der Startbildschirm verkleinert und Bildschirmrahmen angezeigt werden, streichen Sie auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um Ihren gewünschten Startbildschirmstil auszuwählen.
- **Methode 2:** Rufen Sie den Bildschirm **Mehr** auf und tippen Sie auf **Gesichter**. Wenn sich der Startbildschirm verkleinert und Bildschirmrahmen angezeigt werden, streichen Sie auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um Ihren gewünschten Startbildschirmstil auszuwählen.

# Workout-Modi

## Aufzeichnen täglicher Aktivitätsdaten


Wenn Sie das Band ordnungsgemäß tragen, zeichnet Ihr Band Ihre Aktivitätsdaten automatisch auf, einschließlich Ihrer Schrittzahl, Workout-Distanz und verbrannten Kalorien. Wenden Sie eine der folgenden Methoden an, um Ihre täglichen Aktivitätsdaten anzuzeigen:

### **Methode 1: Zeigen Sie Ihre täglichen Aktivitätsdaten auf Ihrem Band an.**



Streichen Sie über den Band-Bildschirm und wechseln Sie zum **Aktivität**-Bildschirm. Streichen Sie auf dem Bildschirm nach oben und unten, um Ihre Schrittzahl, verbrannten Kalorien, Sportdistanzen, Dauer der moderaten bis sehr intensiven Aktivitäten und Standzeiten anzuzeigen.

### **Methode 2: Zeigen Sie Ihre täglichen Aktivitätsdaten über die Health-App an.**

Zeigen Sie Ihre detaillierten Aktivitätsdaten auf dem Startbildschirm in der Health-App an.


-  Stellen Sie sicher, dass Ihr Band über die Health-App mit dem Telefon verbunden ist, um Ihre täglichen Aktivitätsdaten in der Health-App anzuzeigen.
- Ihre Fitnessdaten werden jede Nacht um 24:00 Uhr zurückgesetzt.

## Starten eines Workouts


- 1 Streichen Sie auf dem Startbildschirm des Bands nach oben oder unten und rufen Sie den **Workout**-Bildschirm auf.
- 2 Streichen Sie auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um den Workout-Typ auszuwählen. Auf dem Band werden folgende Workout-Typen unterstützt: Laufen (Outdoor), Laufen (Laufband), Gehen (Outdoor), Indoor-Cycling, Outdoor-Cycling, Schwimmen im Pool, Schwimmen im offenen Gewässer und freies Training. (Auf dem Band werden folgende Workout-Typen unterstützt: Laufen (Outdoor), Laufen (Laufband), Gehen (Outdoor), Indoor-Cycling, Outdoor-Cycling, Schwimmen im Pool, Schwimmen im offenen Gewässer und freies Training.)
  -  Outdoor-Cycling wird auf Telefonen mit GPS-Funktionen unterstützt. Das Symbol für Outdoor-Cycling wird nicht auf Ihrem Band angezeigt, wenn dieser Workout-Typ auf Ihrem Telefon nicht unterstützt wird.
- 3 Sie können Trainingsziele wie Distanz, Dauer oder verbrannte Kalorien sowie einen Erinnerungsintervall festlegen. Tippen Sie nach Auswahl Ihrer Ziele auf das Symbol unten auf dem Bildschirm. Anschließend startet Ihr Band nach einem Countdown mit der Aufzeichnung Ihrer Fitnessdaten
  -  Angesichts der Tatsache, dass Fitnessdaten für das Schwimmen speziell sind, müssen zugehörige Vorgänge anders angegeben werden.
- 4 Streichen Sie auf dem Band-Bildschirm nach oben oder unten, um Ihre Fitnessdaten während eines Workouts bei eingeschaltetem Bildschirm auf Ihrem Band anzuzeigen.


Halten Sie zum Unterbrechen des Workouts die Start-Taste für 2 Sekunden gedrückt und tippen Sie anschließend auf die entsprechende Schaltfläche auf dem Popup-Bildschirm, um ein Workout fortzusetzen oder zu beenden.



- Tippen Sie auf , um das Workout fortzusetzen.




- Tippen Sie auf , um das Workout zu beenden und Ihre Fitnessdaten anzuzeigen.

-  Wenn Ihre Workout-Distanz weniger als 100 Meter beträgt, wird das Workout nicht aufgezeichnet.
- Das Workout wird nicht aufgezeichnet, wenn das Outdoor-Cycling, Indoor-Cycling oder das freie Training weniger als 1 Minute dauert.
- Tippen Sie nach Ende eines Workouts auf das Symbol zum Beenden, um die Akkulaufzeit zu verlängern.


## Schwimmen im Pool

- 1 Streichen Sie auf dem Startbildschirm des Bands nach oben oder unten und rufen Sie den **Workout**-Bildschirm auf.
- 2 Streichen Sie über den Bildschirm und berühren Sie **Schwimmen (Indoor)**. Tippen Sie auf das Symbol „Einstellungen“ und dann auf **Ziel**, um Ihre Ziele für Bahnen, Dauer und Kalorien anzupassen. Tippen Sie auf Länge des Beckens, um die **Länge des Beckens** festzulegen. Tippen Sie dann zum Start eines Workouts auf das Startsymbol. Ihre Workout-Daten werden nach dem Ende des Countdowns aufgezeichnet.
- 3 Wenn Sie schwimmen, wird Ihr Band-Bildschirm automatisch gesperrt.
- 4 Beim Schwimmen können Sie wie folgt vorgehen:
  - Um die aktuellen Daten anzuzeigen, schalten Sie den Bildschirm ein, befolgen Sie die Anweisungen auf dem Bildschirm zum Entsperren des Bildschirms und streichen Sie dann auf den Bildschirm nach rechts oder berühren Sie die Starttaste, um zwischen den Bildschirmen zu wechseln und die aktuellen Daten zu Ihrer Dauer, Distanz, Kalorien und Durchschnittsgeschwindigkeit anzuzeigen.
  - Um das Workout zu unterbrechen oder zu beenden, schalten Sie den Bildschirm ein, befolgen Sie die Anweisungen auf dem Bildschirm zum Entsperren des Bildschirms, tippen Sie 2 Sekunden lang auf die Starttaste, um das Training zu unterbrechen, und berühren Sie dann die entsprechenden Optionen auf dem Bildschirm, um das Workout fortzusetzen oder zu beenden.
- 5 Nach dem Schwimmen können Sie wie folgt vorgehen:
  - Streichen Sie auf dem Bildschirm des Bands nach oben oder unten, um Details Ihrer Fitnessdaten anzuzeigen, bestehend aus Hauptschlag, Distanz, Dauer, Durchschnittsgeschwindigkeit, Kalorien, Schlagzahl, durchschnittliche Schlagfrequenz, durchschnittliche SWOLF, Bahnen und Länge des Beckens.

- Wenn Ihr Band mit der Health-App verbunden ist, können Sie detaillierte Schwimmzeiten unter der Karte **Trainingsdaten** in der Health-App ansehen.
-  • Die Überwachung der Herzfrequenz ist während des Schwimmens nicht verfügbar.
- Die Länge des Schwimmbeckens kann für das Beckenschwimmen auf 15 bis 60 Meter Länge eingestellt werden.

# Gesundheitsmanagement

## Überwachen Ihrer Herzfrequenz

- 1 Halten Sie Ihren Arm ruhig und stellen Sie sicher, dass das Band richtig angelegt ist.
  - 2 Streichen Sie auf dem Startbildschirm nach oben oder unten und tippen Sie auf **Herzfrequenz**.
  - 3 Starten Sie eine einzelne Herzfrequenzmessung und überprüfen Sie Ihre aktuelle Herzfrequenz.
  - 4 Während der Messung können Sie auf die Starttaste drücken oder auf dem Bildschirm nach rechts streichen, um die Messung zu beenden.  
Wenn Sie Ihr Band nicht oder nicht ordnungsgemäß tragen, wird die Meldung „Tragen Sie das Band eng um Ihr Handgelenk und versuchen Sie es erneut“ auf dem Band-Bildschirm angezeigt.
-  • Um die Genauigkeit von Herzfrequenzmessungen zu gewährleisten, tragen Sie das Band ordnungsgemäß und stellen Sie sicher, dass das Armband fest angezogen ist. Prüfen Sie, ob der Bandkörper direkten, ungehinderten Kontakt zu Ihrer Haut hat.
  - Versuchen Sie, während der Herzfrequenzmessung stillzuhalten.
  - Die Messung wird unterbrochen, wenn Sie auf dem Bildschirm des Bands nach rechts streichen, einen eingehenden Anruf empfangen oder wenn ein Alarm ausgelöst wird.

## Herzfrequenzmessung während des Workouts

Ihr Band zeigt Ihre Echtzeit-Herzfrequenz während des Workouts an.

Streichen Sie nach dem Starten über den Bildschirm des Bands, um Ihre Herzfrequenz und Ihre Herzfrequenzzone in Echtzeit zu überprüfen. Die angezeigte Herzfrequenz wird alle 5 Sekunden aktualisiert.

Sie können für individuelle Workout-Modi auf Ihrem Band eine Obergrenze für Ihre Herzfrequenz und eine Zielzone festlegen. Wenn Ihre Herzfrequenz während des Workouts den Wert übersteigt, den Sie in der Health-App festgelegt haben (standardmäßig „220 - Ihr Alter“), vibriert das Band, um Sie darüber zu informieren. Berühren Sie die Starttaste oder streichen Sie auf dem Bildschirm nach rechts, um die Warnung zu verwerfen.

Nach Abschluss Ihres Workouts können Sie Ihre durchschnittliche Herzfrequenz, Ihre maximale Herzfrequenz und Ihre Herzfrequenzzone auf dem Bildschirm mit den Workout-Ergebnissen überprüfen.

Auf dem Bildschirm mit den Workout-Aufzeichnungen in der Health-App können Sie Diagramme anzeigen, die Ihre Herzfrequenz während des Workouts, die maximale Herzfrequenz und die durchschnittliche Herzfrequenz für jedes Workout darstellen.

- i • Wenn Sie das Band während des Workouts vom Handgelenk abnehmen, wird Ihre Herzfrequenz für diesen Zeitraum nicht angezeigt. Das Band wird jedoch weiterhin nach Ihrer Herzfrequenz suchen. Das Band wird die Aufzeichnung Ihrer Herzfrequenz fortsetzen, wenn Sie es wieder anlegen.
- Ihr Band kann Ihre Herzfrequenz messen, wenn Sie es mit Ihrem Telefon verbunden und ein Workout über die Health-App gestartet haben.

## Automatische Herzfrequenzmessung

- 1** Verbinden Sie das Band mit Ihrem Telefon. Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf **Geräte** und anschließend auf den Namen Ihres Geräts. Tippen Sie auf **Kontinuierliche Herzfrequenzmessung**.
- 2** Aktivieren Sie **Kontinuierliche Herzfrequenzmessung** (standardmäßig deaktiviert).
- 3** Setzen Sie den **ÜBERWACHUNGSMODUS** auf **Smart** oder **In Echtzeit**.
  - Intelligenter Modus
    - a** Der Ruhepuls wird alle 10 Minuten gemessen, wenn das Band erkennt, dass Sie nicht in Bewegung sind (z. B. wenn Sie sitzen).
    - b** Die Herzfrequenz wird während Aktivitäten von moderater Intensität alle 10 Minuten gemessen (z. B. wenn Sie gehen).
    - c** Die Herzfrequenz wird während Aktivitäten mit hoher Intensität (z. B. beim Laufen) jede Sekunde gemessen. Es dauert etwa 6 bis 10 Sekunden, um den ersten Herzfrequenzwert zu messen und anzuzeigen, wobei diese anfängliche Verzögerung je nach Person variieren kann.
  - Echtzeit-Modus: Die Herzfrequenzmessung erfolgt jede Sekunde, unabhängig von der Intensität der Aktivität.

Sobald diese Funktion aktiviert ist, wird Ihr Band kontinuierlich Ihre Echtzeit-Herzfrequenz messen. In der Health-App können Sie Diagramme für Ihre Herzfrequenz anzeigen.

- i • Wenn Sie **TruSleep™** aktivieren, wird Ihre Herzfrequenz nachts nicht standardmäßig angezeigt. Um Ihre Herzfrequenz in der Nacht zu überprüfen, aktivieren Sie Kontinuierliche Herzfrequenzmessung.
- Der Echtzeitmodus erhöht den Stromverbrauch Ihres Bandes, während der Smart-Modus das Intervall für die Herzfrequenzmessungen auf der Grundlage der Intensität der Aktivität anpasst, um Strom zu sparen.
- Ihr Band verwendet unsichtbares Licht, um Ihre Herzfrequenz zu messen, und schaltet zwischen sichtbarem und unsichtbarem Licht um, um Ihre Herzfrequenz basierend auf Ihrem Schlafstatus zu messen.
- Das Band kann Herzfrequenzwerte von 30 bpm bis 240 bpm messen.

## Messung des Ruhepulses

Der Ruhepuls ist ein allgemeiner Indikator der Herzgesundheit und bezieht sich auf eine Herzfrequenz, die in einem ruhigen, statischen, wachen Zustand gemessen wird.

Aktivieren Sie für das automatische Messen Ihrer Ruheherzfrequenz **Kontinuierliche Herzfrequenzmessung** in der Health-App.

## Schlafüberwachung

Ihr Band erfasst Schlafdaten und erkennt Ihren Schlafzustand, wenn Sie es während des Schlafens tragen. Es kann automatisch erkennen, wenn Sie einschlafen, aufwachen und ob Sie sich im Leicht- oder Tiefschlaf befinden. Sie können Ihre Schlafdaten in der Health-App synchronisieren und anzeigen.

Sie können TruSleep™ in der Health-App aktivieren.

Das Band verwendet die TruSleep™ Schlafverfolgungstechnologie, um genau zu erkennen, ob Sie sich in einem Tiefschlaf, Leichtschlaf, REM-Schlaf (schnelle Augenbewegung) oder im Wachzustand befinden, und bietet Ihnen Schlafqualitätsbewertungen und Vorschläge zur Verbesserung der Schlafqualität.

 Die Aktivierung von TruSleep kann die Akkulaufzeit Ihres Bandes leicht verkürzen.

## Messen des Sauerstoffniveaus im Blut (SpO2)


Halten Sie Ihren Arm ruhig, ziehen Sie das Armband fest und achten Sie darauf, dass der Bildschirm nach oben zeigt.

Streichen Sie über den Bildschirm, bis Sie **SpO2** finden. Tippen Sie anschließend darauf, um eine Messung zu starten.

Wenn Sie Ihr Band nicht oder falsch tragen, wird eine Fehlermeldung angezeigt. Lesen Sie die Bildschirmanweisungen zum ordnungsgemäßen Tragen der Uhr und tippen Sie auf **ERNEUT VERSUCHEN**, um die Messung erneut zu starten.

Die SpO<sub>2</sub>-Messung wird unterbrochen, wenn Sie auf dem Bildschirm des Bands nach rechts streichen oder eine Benachrichtigung über einen eingehenden Anruf oder Alarm erhalten.




-  Stellen Sie sicher, dass Ihr Band fest an Ihrem Handgelenk sitzt und direkten Kontakt mit Ihrer Haut hat, um genaue Ergebnisse zu erhalten.
- Halten Sie den Bildschirm während der Messung nach oben und Ihren Körper ruhig.
- Jede Messung dauert ca. 1 Minute und der angezeigte SpO<sub>2</sub>-Wert wird sekundlich aktualisiert.
- Das Band misst während der Messung außerdem Ihre Herzfrequenz.
- Aktualisieren Sie Ihr Band und die Health-App auf die neueste Version, um diese Funktion verwenden zu können.
- Wenn Sie einen SpO<sub>2</sub>-Test über Ihr Band starten, können die Datensätze nicht mit der Health-App synchronisiert werden.

# Praktische Funktionen

## Anzeigen von Nachrichten

Sie können Alarmer auf Ihrem Band empfangen, wenn neue App-Benachrichtigungen in der Statusleiste Ihres Telefons angezeigt werden. Schalten Sie den Bildschirm Ihres Bands ein, um Nachrichten anzuzeigen. Die eingehenden Nachrichten werden direkt auf dem Bildschirm des Bands angezeigt, wenn dieser eingeschaltet ist.

Ein Erinnerungssymbol für ungelesene Nachrichten wird in der oberen rechten Bildschirmcke des Bands oder auf dem Bildschirm angezeigt, nachdem Sie auf den Startbildschirm getippt haben. Streichen Sie auf dem Startbildschirm nach rechts oder streichen Sie auf der App-Liste Ihres Band nach oben oder unten, um den Bildschirm mit den Nachrichten aufzurufen und ungelesene Nachrichten anzuzeigen.

-  • Sie können den Inhalt einer einzelnen Nachricht direkt anzeigen, wenn diese als einzige angezeigt wird. Tippen Sie anderenfalls zum Auswählen auf die Nachricht, die Sie lesen möchten.
- Sie können auf dem Bildschirm mit den Details von ungelesenen Nachrichten auf Ihrem Band nach rechts streichen, um das Anzeigen einer Nachricht zu beenden und sie aus der Nachrichtenzentrale für ungelesene Nachrichten zu löschen.
- Es können maximal 10 ungelesene Nachrichten auf Ihrem Band gespeichert werden. Wenn mehr als 10 ungelesene Nachrichten vorhanden sind, werden frühere Nachrichten überschrieben. Eine einzelne Nachricht kann auf maximal zwei Bildschirmen gleichzeitig angezeigt werden. Streichen Sie auf dem Bildschirm nach rechts, um die Nachricht anzuzeigen. Sie können die restlichen Inhalte auf Ihrem Telefon anzeigen.
- Als gelesen markierte Nachrichten können nicht länger auf dem Band angezeigt werden. Um den Nachrichtenverlauf anzuzeigen, überprüfen Sie Ihr Telefon.
- Wenn sich keine Nachrichten im Cache befinden, können Sie auf dem Startbildschirm des Bands nicht nach rechts streichen, da die Zentrale für ungelesene Nachrichten automatisch ausgeblendet ist.

## Löschen von Nachrichten

Streichen Sie auf dem Startbildschirm des Bands (außer auf der linken Seite), um ungelesene Nachrichten anzuzeigen, wenn neue Nachrichten eingehen.

**Eine Nachricht löschen:** Streichen Sie auf dem Bildschirm mit der Anzeige der Nachrichteninhalte nach rechts.

**Alle Nachrichten löschen:** Tippen Sie unten auf der Nachrichtenliste auf Alle Löschen, um alle ungelesenen Nachrichten zu löschen.

**Android-Nutzer:** Nachrichten von Social Media-Apps von Drittanbietern und Textnachrichten werden automatisch gelöscht, sobald sie auf Ihrem Telefon gelesen oder gelöscht werden.


**iOS-Nutzer:** Nachrichten werden automatisch gelöscht, sobald sie auf Ihrem Telefon gelesen oder gelöscht werden.

## Nachrichtenerinnerungen

Nach der Aktivierung kann das Band die in der Statusleiste des Telefons angezeigten Nachrichten mit Ihrem Band synchronisieren.

Ihr Band kann Benachrichtigungen der folgenden Apps anzeigen: SMS, E-Mail, Kalender und verschiedene Social Media-Plattformen.

- 1 Aktualisieren Sie Ihr Band und die Health-App auf die neueste Version.
- 2 Legen Sie die Health-App als geschützte App fest, um sicherzustellen, dass die App im Hintergrund ausgeführt wird.
- 3 **Benachrichtigungen aktivieren:** Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf **Geräte** und anschließend auf Ihr Gerät. Tippen Sie auf **Benachrichtigungen** und aktivieren Sie **Benachrichtigungen**. Aktivieren Sie den Schalter für Apps, für die Sie Benachrichtigungen empfangen möchten.  
**Benachrichtigungen deaktivieren:** Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf **Geräte** und anschließend auf Ihr Gerät. Tippen Sie auf **Benachrichtigungen** und deaktivieren Sie anschließend **Benachrichtigungen**.


-  • Ihr Band wird Sie während eines Workouts oder wenn es sich im Modus „Extrem niedriger Akkustand“ befindet, nicht über neue Nachrichten benachrichtigen. Nachdem Sie das Workout beendet oder den Modus „Extrem niedriger Akkustand“ deaktiviert haben, streichen Sie auf dem Startbildschirm Ihres Bandes in eine beliebige Richtung (außer nach links), um neue Nachrichten anzuzeigen.
- Wenn Sie **Nicht stören (bei Nichttragen)** aktivieren, erhalten Sie nur dann neue Nachrichten, wenn Sie das Band tragen.
- Wenn Sie eine Chat-App verwenden, werden keine Nachrichten an Ihr Band gesendet. Nachrichten auf einem Chat-Bildschirm in WhatsApp werden beispielsweise nicht an Ihr Band gesendet.
- Ihr Band unterstützt Bluetooth-Trennungserinnerungen. Aktivieren Sie diese Funktion auf dem Bildschirm mit den Gerätedetails in der Health-App.  
Nachdem die Erinnerungsfunktion für die Bluetooth-Trennung aktiviert wurde, vibriert Ihr Band, wenn die Bluetooth-Verbindung getrennt wird. Stellen Sie sicher, dass Ihr Band ordnungsgemäß mit Ihrem Telefon verbunden ist.

## Eingehende Anrufe

Ihr Band vibriert und schaltet seinen Bildschirm ein, um Sie über einen eingehenden Anruf zu informieren. Zudem werden ein Kontaktnamen und eine Nummer angezeigt. Tippen Sie auf

das Symbol zum Ablehnen von Anrufen oder streichen Sie auf Ihrem Band von unten nach oben, um einen Anruf abzulehnen, oder tippen Sie auf den Bandbildschirm oder berühren Sie die Starttaste, um einen Anruf zu ignorieren/stummzuschalten.

Wenn Sie während eines eingehenden Anrufs keinen Vorgang ausführen, wird Ihr Band eine Nachricht anzeigen, um Sie über den verpassten Anruf zu benachrichtigen. Streichen Sie auf dem Startbildschirm nach rechts, um die Nachricht zu löschen.


-  • Der Band-Bildschirm wird während der Benachrichtigung über einen eingehenden Anruf eingeschaltet.
- Ihr Band kann eine unbekannte Nummer markieren. Diese Funktion ist nur verfügbar, wenn das Band mit einem HONOR-Telefon gekoppelt ist.
- Ihr Band vibriert und schaltet seinen Bildschirm ein, um Sie während eines Workouts über eingehende Anrufe zu informieren.
- Wenn Sie Ihr Band mit einem Android-Telefon koppeln, tippen Sie auf den Bandbildschirm oder berühren Sie die Starttaste, um zum Startbildschirm zurückzukehren und eingehende Anrufe zu ignorieren. Das Stummschalten von Anrufen wird nur unter iOS unterstützt. Um diese Funktion zu verwenden, tippen Sie auf den Bildschirm Ihres Bands oder berühren Sie die Starttaste. Ihr Band zeigt einen Stummschaltungs Bildschirm und nach zwei Sekunden den Startbildschirm an. Fahren Sie mit dem Stummschalten des Anrufs fort.

## Festlegen eines intelligenten Weckers

Sie können die Health-App zum Festlegen eines intelligenten Weckers verwenden.


Anschließend werden Sie vom Band geweckt, wenn es erkennt, dass Sie sich in einem leichten Schlaf befinden. Dies unterstützt Ihren Körper dabei, langsam aufzuwachen, wodurch Sie sich ausgeruhter fühlen werden.

- 1** Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf das Band-Symbol in der oberen rechten Ecke unter **Start** und navigieren Sie zu **Wecker > Intelligenter Wecker**.
- 2** Legen Sie die Weckzeit, das intelligente Aufwecken und den Wiederholungszyklus fest.
- 3** Tippen Sie zum Speichern Ihrer Einstellungen auf „✓“ (Android-Benutzer) tippen Sie auf **Speichern**(iOS-Benutzer) in der oberen rechten Ecke.
- 4** Streichen Sie auf dem Startbildschirm der Health-App nach unten, um sicherzustellen, dass der Wecker mit dem Band synchronisiert ist.

-  • Wenn das Band zum Signalisieren eines Weckalarms vibriert, wird auf dem Band-Bildschirm eine Nachricht mit dem Hinweis angezeigt, dass der Wecker durch Tippen auf die Start-Taste in den Snooze-Modus versetzt wird, während das Gedrückthalten der Start-Taste den Wecker beendet. Der Wecker kann für 10 Minuten in den Snooze-Modus versetzt werden.
- Wenn Sie bei Klingeln des Weckers keinen Vorgang ausführen, wird der Wecker nach dreimaligem Tippen auf die Starttaste automatisch ausgeschaltet.


## Einstellung eines Terminweckers

Sie können die Health-App zum Festlegen von maximal fünf Terminweckern verwenden, die Sie an Ihre täglichen Aktivitäten und Ihre Arbeitsaktivitäten, wie Versammlungen und Meetings, erinnern.

- 1 Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf das Band-Symbol in der oberen rechten Ecke unter **Start** und navigieren Sie zu **Wecker > Terminwecker**.
  - 2 Legen Sie die Weckzeit, Bezeichnung und den Wiederholungszyklus fest.
  - 3 Tippen Sie zum Speichern Ihrer Einstellungen auf „✓“ (Android-Benutzer) tippen Sie auf **Speichern**(iOS-Benutzer) in der oberen rechten Ecke.
  - 4 Streichen Sie auf dem Startbildschirm der Health-App nach unten, um sicherzustellen, dass der Wecker mit dem Band synchronisiert ist.
-  • Der Terminwecker wird exakt zu der von Ihnen angegebenen Zeit klingeln. Wenn Sie eine Bezeichnung und eine Zeit für den Terminwecker festlegen, wird das Band die Bezeichnung anzeigen. Anderenfalls wird nur die Zeit angezeigt.
  - Wenn das Band zum Signalisieren eines Weckalarms vibriert, wird auf dem Band-Bildschirm eine Nachricht mit dem Hinweis angezeigt, dass der Wecker durch Tippen auf die Start-Taste in den Snooze-Modus versetzt wird, während das Gedrückthalten der Start-Taste den Wecker beendet. Der Wecker kann für 10 Minuten in den Snooze-Modus versetzt werden.
  - Wenn Sie bei Klingeln des Weckers keinen Vorgang ausführen, wird der Wecker nach dreimaligem Tippen auf die Starttaste automatisch ausgeschaltet.

## Synchronisieren eines Alarms von Ihrem Telefon aus

Sie können Alarme von Ihrem Telefon mit Ihrem Band synchronisieren (auf dem Telefon muss Magic UI 2.0 oder höher ausgeführt werden). Wenn ein Alarm auf Ihrem Telefon ausgelöst wird, können Sie ihn über Ihr Band sogar ablehnen oder in den Snooze-Modus versetzen.

-  • Stellen Sie sicher, dass das Band über die Health-App mit dem Telefon verbunden ist.
- Wenn Sie keine Alarme von Ihrem Telefon synchronisieren können, trennen Sie die beiden Geräte, bevor Sie sie wieder miteinander verbinden und es erneut versuchen.


## Einstellen der Bildschirmhelligkeit

Rufen Sie den Bildschirm **Mehr** auf und navigieren Sie zu **Helligkeit > Helligkeit**, um die Bildschirmhelligkeit einzustellen. Die Bildschirmhelligkeit ist standardmäßig auf Stufe 2 eingestellt. Stufe 3 ist die Höchste Bildschirmhelligkeitsstufe, während Stufe 1 die niedrigste Stufe ist.

Sie können **Helligkeit nachts reduzieren** aktivieren, um das Band so zu konfigurieren, dass die Bildschirmhelligkeit von 22:00 bis 06:00 Uhr automatisch reduziert wird.


## Suchen eines Telefons mithilfe des Bands

Rufen Sie den **Mehr**-Bildschirm auf und tippen Sie auf **Telefon Suchen**. Auf dem Bildschirm wird eine Animation angezeigt. Wenn sich Ihr Telefon innerhalb der Bluetooth-Reichweite befindet, gibt es einen Klingelton wieder (selbst im Lautlos-Modus), um Sie über darüber zu informieren, wo es sich befindet.

-  • Stellen Sie zum Verwenden dieser Funktion sicher, dass das Band mit Ihrem Telefon verbunden ist und die Health-App im Hintergrund oder im Vordergrund ausgeführt wird.
- Die Funktion zum Suchen des Telefons wird 15 Sekunden lang ausgeführt. Wenn das Telefon nach 30 Sekunden nicht reagiert, schaltet das Band seinen Bildschirm aus.

## Wetterberichte






Stellen Sie sicher, dass Sie ein Banddesign verwenden, das das Wetter auf dem Startbildschirm anzeigt. Sobald dies eingerichtet ist, können Sie die aktuellsten Wetterberichte auf Ihrem Band einsehen:

- 1** Aktivieren Sie Wetterberichte auf dem Bildschirm mit den Gerätedetails in der Health-App.
  - 2** Stellen Sie sicher, dass GPS und Standort im Benachrichtigungsfeld aktiviert sind und dass Health die Standortberechtigung erhalten hat.
-  • Nach erfolgreicher Einrichtung werden Ihnen Wetter und Temperatur auf Ihrem Band angezeigt. Wenn keine Synchronisierung möglich ist, wird dies nicht angezeigt.
  - Die auf Ihrem Band angezeigten Wetterdaten stammen aus der Health-App und können leicht von der Anzeige auf Ihrem Telefon abweichen, da die Informationen von unterschiedlichen Serviceanbietern stammen.
  - Sie können in der Health-App unter Wetterberichte zwischen Celsius °C und Fahrenheit °F wechseln.

## Einstellen eines Timers





Um den Timer auf Ihrem Band zu verwenden, führen Sie die folgenden Schritte aus:

- 1** Navigieren Sie zum Verwenden dieser Funktion auf dem Bildschirm Ihres Bands zu **Mehr > Timer**.
- 2** Einstellen des Timers
  - Rufen Sie bei der ersten Verwendung der Timer-Funktion den Bildschirm mit den Timer-Einstellungen auf Ihrem Band auf und stellen Sie die Stunden, Minuten und Sekunden ein. Der Wertebereich für Stunden liegt zwischen 0-11, während der für Minuten und Sekunden zwischen 0-59 liegt.

- Wenn Sie die Timerfunktion bereits einmal verwendet haben, öffnen Sie den Timer-Bildschirm, auf den Sie zuletzt zugegriffen haben, tippen Sie auf  und stellen Sie die Stunden, Minuten und Sekunden ein.
- 3** Tippen Sie auf , um den Timer zu starten.
- 4** Tippen Sie auf , um die Zeitmessung anzuhalten, und auf , um sie zu beenden.
- 5** Ihr Band vibriert und der Bildschirm wird eingeschaltet, um Sie zu benachrichtigen, wenn die eingestellte Zeit abgelaufen ist. Streichen Sie auf dem Bildschirm nach rechts oder tippen Sie auf , um den Timer auszuschalten. Wenn Sie keine Vorgänge ausführen, wird der Timer nach einer Minute automatisch geschlossen.
- i** Wenn der Timer aktiviert ist, wird der Bildschirm mit der ablaufenden Zeit angezeigt, wenn Sie erneut vom Startbildschirm dorthin zurückkehren.

## Stoppuhr

Führen Sie folgende Schritte aus, um die Stoppuhr-Funktion auf Ihrem Band zu verwenden:

- 1** Navigieren Sie auf Ihrem Band-Bildschirm zu **Mehr > Stoppuhr**.
- 2** Tippen Sie auf , um die Zeitnahme zu starten. Die maximale Anzeigzeit für die Stoppuhr auf Ihrem Band beträgt „59:59,99 Sek.“. Während die Stoppuhr ausgeführt wird, bleibt der Band-Bildschirm eingeschaltet.
- 3** Während die Stoppuhr ausgeführt wird, ist Folgendes möglich:
  - Auf  tippen, um die Uhr zu stoppen.
  - Auf  tippen, um die Zeitnahme fortzusetzen.
  - Auf  tippen, um die Zeitnahme zu beenden und die Stoppuhr auf „00:00.00“ zurückzusetzen.

# Weitere Anweisungen

## Anzeigen von Versionsinformationen

### Methode 1: Anzeigen der Version auf Ihrem Band.

Navigieren Sie zum Anzeigen der Versionsinformationen auf Ihrem Band zum Bildschirm **Mehr** auf Ihrem Band und tippen Sie auf **Info**.

### Methode 2: Anzeigen der Version über die Health-App.

Verbinden Sie Ihr Band mit der Health-App. Öffnen Sie die Health-App, tippen Sie auf das Band-Symbol in der oberen rechten Ecke unter „Start“ und tippen Sie auf **Firmware-Updates**, um die Band-Version zu überprüfen.


## Aktualisieren des Bandes

**Methode 1:** Öffne die Health-App, gehe zum Geräteeinstellungs-Bildschirm und tippe auf **Firmwareaktualisierung**. Das Telefon sucht nach verfügbaren Aktualisierungen. Befolge die Bildschirmanweisungen, um dein Band zu aktualisieren.

### Methode 2:


Öffne die Health-App, gehe zum Geräteeinstellungs-Bildschirm und tippe auf

**Firmwareaktualisierung**. Tippe auf  in der oberen rechten Ecke und aktiviere **Automatisches Herunterladen von Aktualisierungspaketen über WLAN**.

-  • Aktiviere „Automatisches Herunterladen von Aktualisierungspaketen über WLAN“. Wenn eine neue Version verfügbar ist, wird sie automatisch auf dein Band übertragen und es wird eine Aktualisierungsbenachrichtigung angezeigt. Befolge die Bildschirmanweisungen, um dein Band zu aktualisieren.
- Während einer Aktualisierung trennt dein Band automatisch die Bluetooth-Verbindung, stellt diese jedoch nach Abschluss der Aktualisierung wieder her.
- Schließe während der Aktualisierung keine anderen Geräten an den USB-Anschluss an und lade das Band nicht auf.

## Zurücksetzen Ihres Bandes auf die Werkseinstellungen

### Method 1: Using the band

Go to the **More** screen, then go to **System > Reset**, and touch  to restore your band to factory settings. This will clear all data from the device, so please proceed with caution.

### Method 2: Using the Health app



Open the Health app, touch **Devices** and then touch your device. Touch **Restore factory settings**.

## Anzeigen von Bluetooth-Gerätenamen und MAC-Adresse

### Suchen des Bluetooth-Gerätenamens:

Stellen Sie sicher, dass Ihr Band mit der Health-App verbunden ist. Der Name Ihres Bands in der Health-App entspricht seinem Bluetooth-Gerätenamen.

### Suchen der MAC-Adresse:

**Methode 1:** Navigieren Sie auf Ihrem Band zu **Mehr > Info**. Die MAC-Adresse Ihres Bands wird in Form von 12 alphanumerischen Zeichen neben **MAC:** angezeigt.

**Methode 2:** Sehen Sie sich die MAC-Adresse auf der Rückseite Ihres Bands an. Die 12 alphanumerischen Zeichen neben **MAC:** sind die MAC-Adresse Ihres Bands.

## Schutz vor Wasser und Staub

Das Band ist bis 50 m wasserdicht, aber dieser Schutz ist nicht dauerhaft und kann im Laufe der Zeit abnehmen.

Sie können Ihr Band beim Händewaschen, im Regen oder beim Schwimmen in seichtem Wasser tragen. Tragen Sie Ihr Band nicht beim Duschen, Tauchen, Gerätetauchen und Surfen.

Folgende Vorgänge können die Wasserdichtigkeit Ihres Bands beeinträchtigen:

- Fallenlassen Ihres Bands oder andere physische Auswirkungen.
- Aussetzung gegenüber alkalischen Substanzen, wie Seife, Duschgel, Parfüm, Emulsion oder Öl.
- Verwendung Ihres Band unter Feuchtigkeit oder hohen Temperaturen, zum Beispiel unter einer heißen Dusche oder in einer Sauna.

## Reinigung und Pflege

Um die Lebensdauer Ihres Bands zu verlängern, achten Sie darauf, dass Ihr Band und Ihr Handgelenk sauber und trocken sind.

- Wischen Sie den Schweiß nach einem Workout von Ihrem Band und Ihrem Handgelenk.
- Verwenden Sie ein weiches Tuch zum Abwischen des Bands und befreien Sie die Lücken von Schmutz, um die Lebensdauer Ihres Bands zu verlängern.

### Pflege von Armbändern in heller Farbe


Lassen Sie das helle Armband nicht mit dunkler Kleidung in Kontakt kommen, um Verfärbungen zu vermeiden.

Wenn das helle Armband versehentlich schmutzig wird, tauchen Sie eine weiche Bürste in sauberes Wasser und wischen Sie das Armband vorsichtig trocken.

## Anpassen oder Austauschen des Armbands

**Einstellung des Armbands:** Die Armbänder sind mit U-förmigen Schnallen ausgestattet. Passe das Armband an den Umfang deines Handgelenks an.

**Austauschen des Armbands:** Entferne vorsichtig den Verschluss, um das Armband abzunehmen. Geräte-Armband Vergewissere dich, dass das Geräte-Gehäuse fest im Armband sitzt, bevor du den Verschluss wieder anbringst.

-  Der Verschluss, der mit deinem Gerät geliefert wird, ist klein. Achte also darauf, dass er bei der Demontage nicht verloren geht.

Dieses Handbuch dient nur zu Ihrer Information. Das eigentliche Produkt, einschließlich, aber nicht beschränkt auf Farbe, Größe und Bildschirmlayout, kann davon abweichen. Die Angaben, Informationen und Empfehlungen in diesem Handbuch stellen weder eine ausdrückliche noch eine stillschweigende Garantie dar.