Atlanta - Smartband 9705
Bedienungsanleitung / Handbuch

Vielen Dank, dass Sie sich für ein ATLANTA -Produkt entschieden haben!

Um einen Überlick über die Funktionen dieses Geräts und der APP zu bekommen und die einfache Bedienung kennenzulernen, lesen Sie diese Anleitung bitte zuerst aufmerksam durch.

Die Smartwatch ist gewissermaßen ein Messgerät am Handgelenk und sollte Tag und Nacht getragen werden. Die Analyse der Messdaten findet über die zu installierende Smartphone-APP „JYou“ statt.

System & Hardware Anforderungen:

Android 4.4 oder höher

iOS 8.0 oder höher

Bluetooth 4.0 oder höher

APP „JYOU“

ERSTE SCHRITTE

Vielen Dank für den Kauf dieser hochwertigen Smartwatch!

Bitte beachten Sie: Vor dem ersten Tragen muss die Smartwatch mit dem beiliegenden USB-Clip aufgeladen werden (→ siehe Kapitel "Ladevorgang").

Diese Smartwatch behält alle Aktivitäten im Auge – jeden Schritt und Tritt über den gesamten Tag hinweg. Es motiviert Sie zu mehr Bewegung - und zeigt Ihre Vitaldaten an. Die Analyse der Daten erfolgt via APP auf dem Smartphone.

Funktionen:

- Messung vielfältiger Sportarten (Laufen, Radfahren, Tennis, Yoga, uvm.)
- Herzfrequenzmessung
- Blutdruckmessung (optisch)
- Blutsauerstoffmessung
- Schlafmessung
- Schrittzähler und Distanzanzeige
- Kalorienverbrauch
- Sitzend-Erinnerung (Aufstehen zum Bewegen), nutzbar auch als Trink-Erinnerung
- Nachrichten-Alarm (Vibration bei Email- oder SMS-Eingang am Smartphone)
- Fotoauslöser - Fernbedienung für das Smartphone
- Stoppuhr
- Alarmfunktionen

Bedienelemente des Gerätes:

Das Gerät ist sehr besonders leicht zu bedienen, denn es verfügt lediglich über eine runde Sensortaste (weißem Punkt) auf dem Display. Es genügt, den Sensor leicht mit dem Finger zu berühren, um die Funktionen zu schalten. Bitte nicht fest auf das Display drücken, es könnte Schaden nehmen!

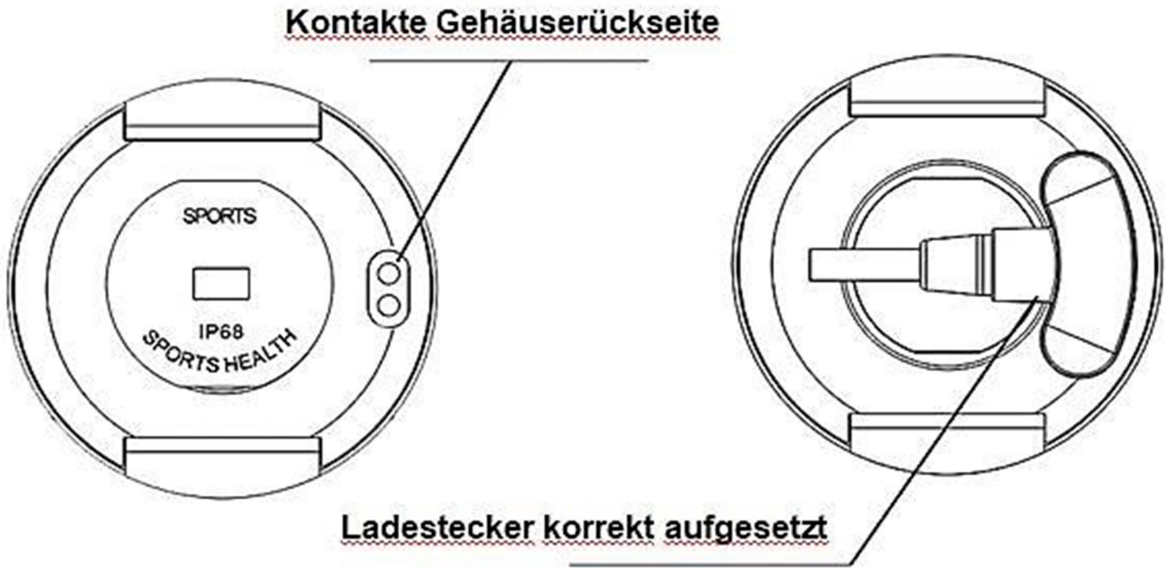
Ladevorgang:

Vor der Erstinbetriebnahme ist es erforderlich, das Gerät vollständig aufzuladen.

Zum Aufladen benutzen Sie bitte ein herkömmliches USB-Ladegerät mit mindestens 1000 mA (z.B. ein Handy-Netzstecker). Das Aufladen an einem USB-Notebook ist nicht empfehlenswert, da der Strom konstruktionsbedingt nicht ausreichend ist!

Dieses Produkt hat einen magnetischen USB-Ladestecker. Der Stecker wird mit den Magnet-Kontakten auf die Kontakte der Gehäuserückseite aufgesetzt. Er zieht sich magnetisch von selbst an bzw. stößt sich ab, sofern er falsch aufgesetzt wird.

Schließen Sie das Ladekabel an ein USB-Netzteil an und setzen Sie nun den Ladestecker auf die Kontakte des Gerätes auf. Ist der Kontakt korrekt hergestellt, erscheint kurzzeitig ein Batteriesymbol im Display. Der Ladevorgang dauert 1-2 Stunden, es empfiehlt sich jedoch die Aufladung so lange vorzunehmen, bis das Batteriesymbol “voll” anzeigt. Im vollgeladenen Zustand beträgt die Standby-Zeit bis zu 20 Tage, bei normalem Gebrauch halt der Akku für gewöhnlich 2-5 Tage (je nach Nutzungsgewohnheit und Messhäufigkeit).



ACHTUNG: Bitte auf keinen Fall den Stecker falsch aufsetzen, das Gerät könnte beschädigt werden!

Halten Sie den Magnetstecker unbedingt von metallischen Fremdkörpern fern – es könnte zu einem Kurzschluss führen! Nach dem Laden entfernen Sie sicherheitshalber das USB-Kabel aus dem Ladegerät!

Bedienung des Gerätes:

Einschalten: Halten Sie für 6 Sekunden den Finger auf die Sensortaste, um das Gerät einzuschalten. Das Gerät muss vor der ersten Inbetriebnahme aufgeladen werden!

Ausschalten: Tippen Sie bitte so oft auf die Sensortaste, bis das Menüsymbol ⊞ erscheint. Nun sofort die Sensortaste gedrückt halten – Ausschalten auswählen ⏻ – und erneut 2 Sekunden gedrückt halten, bis sich das Gerät abschaltet. Die gespeicherten Daten bleiben erhalten.

Funktionen umschalten: Im eingeschalteten Zustand tippen Sie mehrfach kurz auf die Sensortaste, um zwischen allen Funktionen umzuschalten.

Anzeige: Die Anzeige auf dem Bildschirm bleibt jeweils für 1 Sekunde sichtbar und erlischt dann automatisch in den Standby-Modus, um Energie zu sparen. Standardmäßig ist das Display der Uhr daher dunkel. Die automatische Aktivierung des Displays bei Armbewegungen kann in den Einstellungen der APP eingeschaltet werden.

Uhrzeit und Darstellung:

Die Uhrzeit stellt sich automatisch auf die Uhrzeit Ihres Smartphones ein. Eine manuelle Einstellung ist nicht möglich.
Es besteht die Wahl zwischen einer digitalen oder zwei analogen Uhrzeitanzeigen. Bei angezeigter Uhrzeit halten Sie bitte für 2 Sekunden die Sensortaste gedrückt. Nun schaltet die Uhr auf eine anderen Darstellungsform um. Nochmals 2 Sekunden drücken wechselt erneut die Darstellung, usw.

→ 2 Sek. Drücken → → 2 Sek. Drücken → etc.

Verbinden Sie das Gerät mit der Smartphone-APP: „JYou“

Zunächst muss die kostenlose APP “**JYou**” auf Ihr Smartphone heruntergeladen und installiert werden. Achten Sie unbedingt auf das korrekte blaue Symbol! Falls Ihr Android / IOS – Smartphone über eine QR-Lesefunktion verfügt, können Sie damit den QR-Code einscannen und die APP automatisch installieren. Alternativ laden Sie bitte über Ihren verfügbaren APP-Store die “**JYou**” - APP herunter:

Android iOS

● **Anmeldefenster**: Beim erstmaligen Öffnen der APP erscheint einmalig ein Anmeldefenster. Diese Anmeldung ist freiwillig, das heißt es steht Ihnen frei, sich anzumelden oder auch ohne Registrierung diese APP zu nutzen.

● **Verbindung herstellen**: Legen Sie nun die eingeschaltete Uhr neben das Smartphones, schalten Sie die App "JYou" am Telefon ein, klicken Sie in der unteren Menüleiste auf die Schaltfläche "Einstellung" und anschließend “Gekoppelte Geräte”.

Nun wählen Sie den Namen des Armbandes aus (X6-XXXX) und verbinden Sie es. Verläuft die Verbindung erfolgreich, wird ab jetzt automatisch eine Verbindung zwischen Telefon und Uhr hergestellt, sobald sich beide in Reichweite befinden. Ansonsten wiederholen Sie bitte diesen Prozess mit Drücken des Symbols “Synchronisieren”:

● **Verbindung trennen**: Gleicher Vorgang wie “Verbindung herstellen”, jedoch klicken Sie unter “Gekoppelte Geräte” auf den Gerätenamen (X6-XXXX), um die Verbindung zu trennen.

Die Funktionen im Überblick:

● **Schrittzähler**: Zeigt die Anzahl der zurückgelegten Schritte an einem Tag an, speichert die Daten jede Nacht um 24 Uhr, überträgt sie an die APP und setzt die Uhr dann auf 0 zurück.

● **Kalorien**: Zeigt die verbrannten Kalorien des Tages an, speichert die Daten jede Nacht um 24 Uhr, überträgt sie an die APP und setzt die Uhr dann auf 0 zurück.

● **Distanz**: Zeigt die zurückgelegte Distanz (km) des Tages an, speichert die Daten jede Nacht um 24 Uhr, überträgt sie an die APP und setzt die Uhr dann auf 0 zurück.

● **Herzfrequenz**: Die Messung startet unmittelbar mit "---" und nach 20 Sekunden wird der Messwert angezeigt. Der Messmodus bleibt solange aktiv, bis Sie in einen anderen Menüpunkt wechseln. Die normale Herzfrequenz beträgt üblicherweise 60-90 Schläge pro Minute (Bpm). Ausdauersport und regelmäßige Bewegung können Herz- und Lungenfunktion verbessern.

● **Blutdruck**: Die Messung startet unmittelbar mit "---/---" und nach 30 Sekunden wird der Messwert angezeigt. Die Messung wird mit einer kurzen Vibration beendet. Um eine Messung zu wiederholen, tippen Sie sich bitte erneut zum Punkt Blutdruck durch. Zur Messung nehmen Sie bitte eine aufrechte und entspannte Sitzhaltung ein. Im Allgemeinen ist der Blutdruck bei älteren Menschen höher als bei jüngeren. Der Blutdruck von Frauen ist üblicherweise etwas niedriger als der von Männern. Bei körperlicher Belastung steigt der Blutdruck kurzzeitig an. Bitte beachten Sie die "Hinweise zu den Messwerten" im hinteren Kapitel dieses Handbuches.

● **Blutsauerstoff**: Die SmartWatch misst den Sauerstoffgehalt des Blutes in %. Die Messung startet unmittelbar mit "---" und nach 30 Sekunden wird der Messwert angezeigt.

● **Sportarten**: Ausgehend von der Anzeige des Sportsymbols halten Sie bitte die Sensortaste für 2 Sekunden gedrückt. Nun können Sie durch kurzes Tippen zwischen den Sportarten umschalten. Zur Auswahl der gewünschten Sportart halten Sie die Sensortaste bitte erneut für 2 Sekunden gedrückt. Nun ist zugleich die Messung für die ausgewählte Sportart aktiviert und wird beginnen. Zum Beenden 2 Sek. drücken.

Zur Auswahl stehen folgende Sportarten (in dieser Reihenfolge): Laufen, Radfahren, Badminton, Tischtennis, Basketball, Fußball, Tennis, Yoga, Schwimmen und Klettern.

● **Nachrichten**: Diese Funktion synchronisiert Ihre Uhr mit den Nachrichtendiensten des Mobiltelefons, z. B. Facebook, WhatsApp, SMS, usw.

Wichtig: Vorab müssen Sie unter “Nachrichten Einstellungen” die Berechtigungen der jeweiligen Benachrichtigungsfunktionen in der APP erteilen.

Sie können sich nun Ihre Benachrichtigungen mit Textinhalt im Display der Uhr anzeigen lassen. Den Eingang einer neuen Nachricht spüren Sie über eine kurze Vibration der Uhr. Es können immer die letzten 8 Benachrichtigungen angezeigt werden. Drücken Sie die Sensortaste 2 Sekunden lang, um einen Nachrichtentext zu lesen. Beachten Sie, dass bei der Durchführung von Herzfrequenz- / Blutdruckmessungen und im Sport-Modus die Nachrichtenmeldungen blockiert werden.

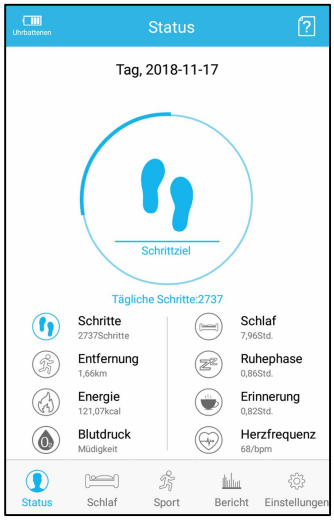
● **Einstellungen:** Tippen Sie bitte so oft auf die Sensortaste, bis das Menüsymbol erscheint. Nun die Sensortaste 2 Sekunden halten – dann kurz Tippen. Sie haben nun Zugriff auf folgende Unterfunktionen (zur Auswahl die Taste erneut 2 Sekunden halten):

Ausschalten → Telefon suchen → Stoppuhr → Gerätecode → Werkseinstellungen

“Telefon suchen”: Lässt Ihr Smartphone kurzzeitig vibrieren und klingeln.
“Stoppuhr”: Ein-/Ausschalten einer Stoppfunktion.
“Gerätecode”: Jedes Gerät hat seinen individuellen Code. Dadurch lassen sich auch mehrere Geräte auf einem Smartphone betreiben.
“Werkseinstellung”: Hilft Probleme zu beheben, löscht aber sämtliche Daten im Gerät!

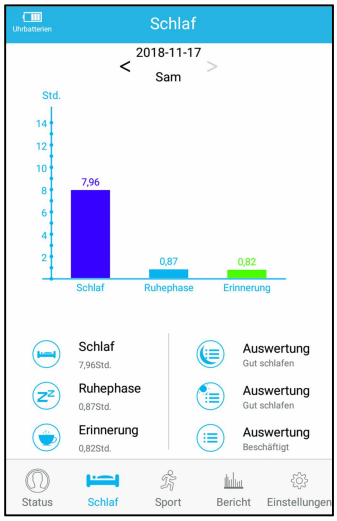
Die Bedienung der APP:

Die APP “JYOU” muss zunächst installiert und mit dem Gerät verbunden sein. Durch Tippen auf die Symbole in der unteren Menüleiste wählen Sie die Funktionen aus.



“Status” - Bildschirm:

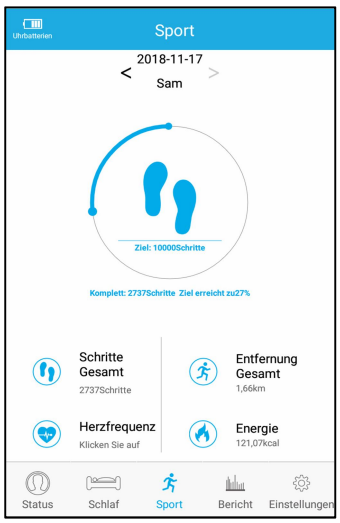
Dieser Bildschirm gibt Ihnen einen Gesamtüberblick über sämtliche Messdaten eines Tages sowie der vergangenen Nacht.



“Schlaf” – Bildschirm:

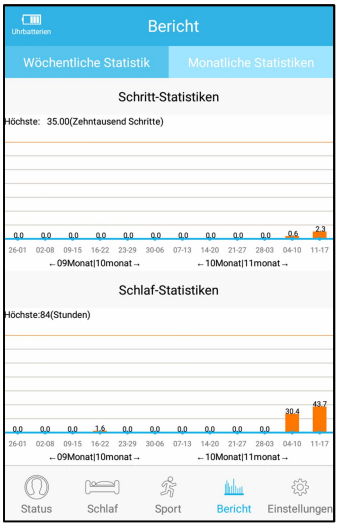
Hier analysieren Sie Ihre Schlafqualität. Sie finden die Zeiten Ihres Tiefschlafes (Schlaf), des Leichtschlafes (Ruhephase) und der Sitz-/Trinkzeiten (Erinnerung).

Die Schlaffunktion schaltet sich nachts automatisch ein und zeichnet Ihre Schlafdaten zur späteren Analyse auf.



“Sport” – Bildschirm:

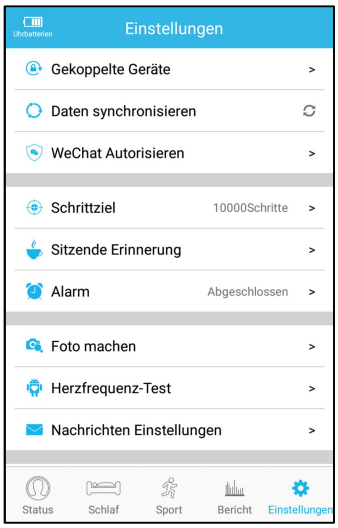
Gleichen Sie Ihr Tagesziel mit den bisher erreichten Werten ab. Sie erhalten Ihre Messdaten im Überblick sowie die Analyse der Zeilerreichung in %.



“Bericht” – Bildschirm:

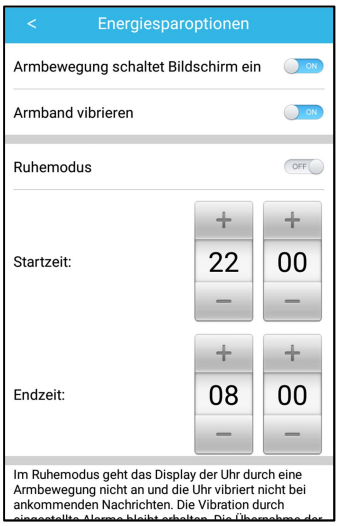
Sie erhalten die Statistiken zu Ihren erreichten Schritten sowie der Schlafdauer.

Wählen Sie zwischen der wöchentlichen oder monatlichen Statistik aus.



“Einstellungen” – Bildschirm:

Dieser Bildschirm bietet Ihnen eine Fülle von Einstellmöglichkeiten:
Sie können Ihre **Schrittziele** festlegen, die Sie sich täglich vornehmen. Ebenso lässt sich eine **Sitzend-Erinnerung** einstellen, nach der Sie einen Vibrationsalarm zum Aufstehen und Bewegen erhalten. Es können mehrere **Alarmzeiten** eingestellt werden. **Foto machen** öffnet die Kamerafunktion Ihres Smartphones. In den **Nachrichteneinstellungen** legen Sie fest, von welchen Nachrichtendiensten Sie Eingangs-meldungen erhalten. **Energieoptionen** → siehe nächstes Bild.



“Energiesparoptionen”:

Diese dienen…

a.) zur Einschalten des Bildschirms bei einer Armbewegung
b.) zum Einschalten von Vibrationsmeldungen und
c.) der Festlegung von Ruhezeiten, innerhalb derer Sie keine Meldungen, Vibrationen, etc. erhalten möchten.

! Wichtige Hinweise zu den Messwerten !

Die Messwerte sind nur bedingt mit herkömmlichen Blutdruck-, Puls- oder Sauerstoffmessgeräten vergleichbar!

Bitte folgen Sie stets den medizinischen Hinweisen Ihres Arztes!

Die Messwerte dienen der Veränderungsanalyse über einen 24-Stunden- Zeitraum und geben damit Auskunft über Ihren aktuellen Vitalzustand.

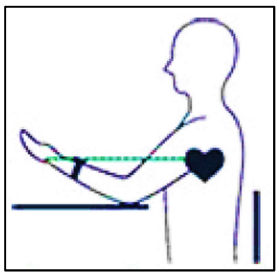
Die Messungen der Werte erfolgen auf optischem Wege (Blutdruckmessung ohne Manschette) und sie können daher von herkömmlichen bzw. medizinischen Messgeräten abweichen.

Sollten Sie die Messwerte für unkorrekt halten, führen bitte eine Nachmessung durch. Legen Sie die Uhr vorher etwas fester an das Handgelenk an . Reinigen Sie ggf. den rückwärtigen LED-Sensor in der Mitte des Gehäusebodens mit einem Tuch.

Die Blutdruckmessungen dienen nur als Referenz und **nicht für medizinische Zwecke!**

Messresultate als Selbstdiagnose- und Behandlungsgrundlage zu nehmen, **ist sehr gefährlich!**

Korrekte Blutdruckmessung:



Zur Messung des Blutdruckes nehmen Sie bitte eine aufrechte Sitzposition ein und heben Sie den Arm mit dem Smartband in Höhe des Herzens.

Entspannen Sie sich, atmen Sie ruhig und starten Sie nun die Messung.

Der Messvorgang dauert ca. 30 - 60 Sekunden und wird durch eine kurze Vibration des Smartbandes am Ende der Messung angezeigt.

FRAGEN & ANTWORTEN

A. Es kann keine Verbindung zwischen APP und Gerät hergestellt werden?

a. Die Verbindung muss immer aus der APP heraus erfolgen, nicht über die Bluetooth-Suchfunktion des Smartphones. Sollte das Gerät in der Bluetooth-Liste des Smartphone stehen, muss dieser Eintrag vollständig gelöscht werden.
b. Vergewissern Sie sich, dass Bluetooth eingeschaltet ist und dass die Software Ihres Smartphones den Anforderungen entspricht.
c. Die Distanz zwischen Smartphone und Gerät darf max. 0,5 Meter betragen.
d. Schalten Sie am Smartphone die Bluetooth-Funktion kurzzeitig aus und dann wieder an, verbinden Sie das Gerät erneut über die APP.
e. Vergewissern Sie sich, dass die Batterie nicht stark entladen ist.

B. Die Bluetoothverbindung bricht ab oder ist instabil?

a. Je nach Smartphone-Modell gibt es unterschiedliche Bluetooth-Protokolle. Einige Protokolle könnten zu einer instabilen Verbindung führen. In diesem Fall schalten Sie Bluetooth am Smartphone aus und führen Sie anschließend aus der APP heraus eine Neuverbindung durch.

C. Die Blutdruckmessung zeigt falsche Ergebnisse an?

a. Bei der Erstmessung führt der Sensor eventuell eine Justage durch. Führen Sie eine Zweitmessung durch, nun sollte das Ergebnis korrekt angezeigt werden.
b. Reinigen Sie den Sensor auf der Gehäuseunterseite mit einem Tuch.
c. Stellen Sie das Armband etwas enger ein, für optimalen Hautkontakt.
d. Nehmen Sie auf eine aufrechte Sitzhaltung mit leicht erhobenem Arm ein.

D. Schritte werden falsch gemessen?

a. Die Messung erfolgt durch einen Erschütterungssensor im Gerät. Da das Smartband am Handgelenk getragen wird und nicht am Fuß, werden mitunter auch Fremdbewegungen mitgezählt. In diesem Fall könnte es helfen, das Smartband am anderen Handgelenk zu tragen.

E. Es werden keine Daten in der APP angezeigt?

a. Bitte prüfen Sie, ob das Gerät vollständig geladen und mit der APP gekoppelt ist. Gehen Sie in der APP auf „Einstellungen“ und starten Sie „Daten Synchronisieren“.

F. Das Display bleibt dunkel, das Smartband reagiert nicht?

a. Prüfen Sie, ob das Smartband ausreichend aufgeladen ist.
b. Das Smartband schaltet sich im entladenen Zustand ab. Es muss nach dem Aufladen wieder eingeschaltet werden. Halten Sie hierzu den Finger für 5 Sekunden auf die Displaytaste.

G. Ist das Smartband wasserdicht?

a. Das Gerät ist staub- und wasserdicht nach IP68-Norm (Elektronische Geräte) und kann beim Händewaschen, Schwimmen, Duschen, usw. getragen werden. Tiefes Eintauchen oder Springen ins Wasser sowie Salzwasser führen zu Schäden.

H. Das Gerät lässt sich nicht aufladen?

a. Die Ladekontakte auf der Gehäuserückseite sollten gesäubert werden.
b. Das Ladegerät muss mindestens 1000 mAh Leistung haben.

Band verschließen und Länge einstellen:

a. Bandenden zusammenführen, einhängen und Verschluss drücken.

b. Den Schraubzieher in das Loch einführen und Klappe nach oben hebeln.
c. Schlitten verschieben und Klappe herunter drücken zum Fixieren.

Batterie-Rücknahme

Batterien dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Der Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet Batterien nach Gebrauch zurückzugeben, z. B. bei den öffentlichen Sammelstellen oder dort, wo derartige Batterien verkauft werden. Schadstoffhaltige Batterien sind mit dem Zeichen “durchgestrichene Mülltonne“ und einem der chemischen Symbole Cd (= Batterie enthält Cadmium), Hg (= Batterie enthält Quecksilber) oder Pb (=Batterie enthält Blei) versehen. Dieses Produkt ist mit einem eingebauten Akku ausgestattet, der nicht durch den Benutzer getauscht werden kann. Eine Manipulation des Produkts oder der Versuch, es zu öffnen, führt zum Erlöschen der Garantie und stellt ein mögliches Sicherheitsrisiko dar.

Copyright:
Diese Bedienungsanleitung ist geistiges Eigentum der Fa. PARAGON Uhren-Vertriebs GmbH. Ein Kopieren, Vervielfältigen oder Inverkehrbringen – insbesondere für fremde Produkte oder Zwecke - ist untersagt bzw. nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Fa. PARAGON Uhren-Vertriebs GmbH zulässig.

Herstellerkennzeichnung / Inverkehrbringer:
PARAGON Uhren-Vertriebs GmbH, Maybachstr. 6, 71299 Wimsheim.