

smartLAB[®]

walk

3-D Schrittzähler

Bedienungsanleitung



Lesen Sie bitte diese Bedienungsanleitung vor der ersten Inbetriebnahme sorgfältig durch.



HMM Diagnostics GmbH
D-69221 Dossenheim, Germany
www.hmm.info

Inhalt

I. Einleitung	4
II. Ihr smartLAB[®] walk	5
Display & Funktionen	5
Spezifikationen	5
III. Setup & Bedienungsfunktionen	6
Batterie einsetzen	6
Umhängeschnur einsetzen	7
Vor dem Erstgebrauch:	8
Einstellung von Gewicht, Schrittlänge, Signalton und Uhrzeit	8
Inbetriebnahme	11
Speicherfunktion	11
Weitere Funktionen	12
Wartung & Pflege	13
Garantie	14

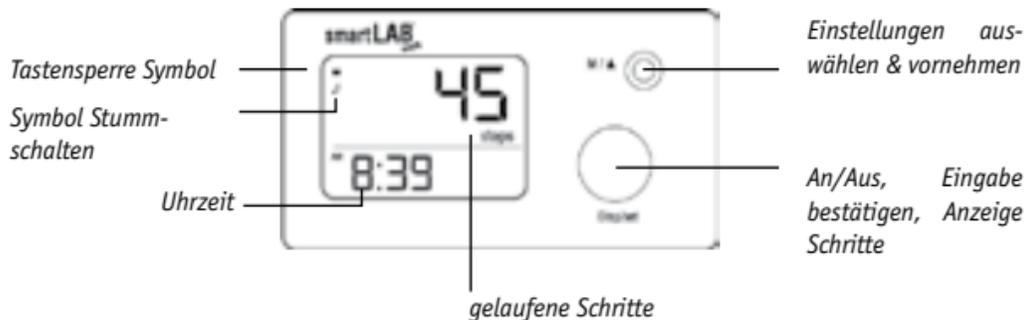
I. Einleitung

Vielen Dank, dass Sie sich für den **smartLAB[®]walk** 3-D-Schrittzähler entschieden haben. Durch seine kleine, handliche Form und sein ansprechendes Design eignet sich dieses Gerät bestens zur persönlichen Kontrolle von zurückgelegten Wegstrecken. Durch den integrierten 3-D Sensor erkennt das Gerät neben normalen Schritten auch Ausfallschritte oder Rückwärtsschritte. Es kann dabei bequem in der Hosentasche getragen werden.

Mit dem **smartLAB[®]walk** können Sie optimal Ihr individuelles Trainingslevel finden und somit Fortschritte Ihres persönlichen Fitnessprogramms kontrollieren und ausbauen.

II. Ihr smartLAB® walk

Display & Funktionen



Spezifikationen

Name: **smartLAB® walk**

Abmessungen: 70 x 37 x 8,5 mm

Gewicht: 24 g

Batterieversorgung: 1 x CR 2032 Batterie

Maßeinheit gelaufene Schritte: m

Maßeinheit Gewicht: kg / lb

III. Setup & Bedienungsfunktionen

Batterie einsetzen



Zum Wechseln oder Einsetzen der Batterie, schrauben Sie den Batteriefachdeckel auf der Rückseite des Gerätes auf. Setzen Sie die Knopfzelle mit der Plus-Seite nach oben in die dafür vorgesehene Öffnung. Wenn Sie eine Batterie wechseln, bietet es sich an, die verbrauchte Batterie mit dem Schraubenzieher leicht aus der Öffnung zu heben. Setzen Sie danach den Batteriefachdeckel wieder auf das Gerät und schrauben Sie ihn wieder zu.

Hinweis: Nach dem Wechsel der Batterie müssen Sie die Uhrzeit erneut einstellen.

Umhängeschnur einsetzen

Sie können Ihren **smartLAB[®] walk** auch ganz einfach mit der mitgelieferten Umhängeschnur um den Hals tragen. Dazu müssen Sie die Schnur erst am Gerät befestigen. Gehen Sie dazu wie folgt vor:

Schieben Sie das dünnere Ende der Schnur durch die zwei kleinen Ösen auf der Rückseite (seitlich) des Gerätes. Drücken Sie die Schnur dazu so eng wie möglich zusammen. Dies erleichtert das Durchschieben. (Abb. 1) Danach schieben Sie das dickere Ende der Schnur durch die Schlaufe am dünneren Ende und ziehen die Schnur so lange durch, bis die Schlaufe fest sitzt (Abb. 2).



Abb. 1

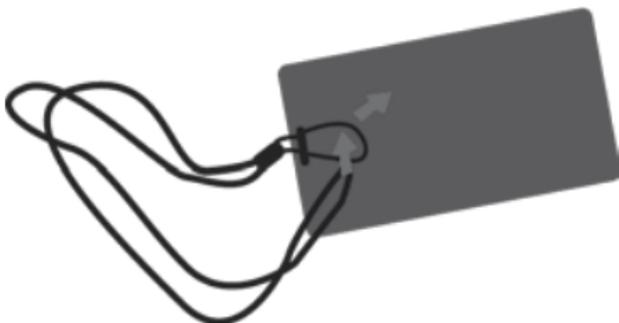


Abb. 2

Vor dem Erstgebrauch:

Wenn Sie den **smartLAB® walk** Schrittzähler das erste Mal verwenden, drücken Sie bitte drei Sekunden auf „Disp/ Set“. Das Gerät wird sofort in den Setting (Einstellungs-) Modus schalten.

Einstellung von Gewicht, Schrittlänge, Signalton und Uhrzeit:

Einstellung Gewicht:

1. Drücken Sie auf “M/△” und wählen Sie zwischen „kg“ und „lb“ aus. Um die Einheit zu bestätigen, müssen Sie auf die „Disp/ Set“ Taste drücken.
2. Nachdem Sie die Einheit ausgewählt haben, wird das Gewicht angezeigt. Nun können Sie Ihr Gewicht angeben und durch Drücken der “M/△” Taste ändern. Die Gewichtsspanne liegt zwischen 30 und 200 kg.
Mit der “M/△” Taste können Sie das Gewicht nur in eine Richtung ändern (nach oben). Wenn Sie die 200 kg Grenze erreicht haben, fängt der Schrittzähler wieder bei 30 kg an. Durch längeres Drücken auf die “M/△” Taste, steigt der Gewichtswert schneller an. Nachdem Sie Ihr

Gewicht eingestellt haben, drücken Sie auf die „Disp/ Set“ Taste, um es zu bestätigen.

Einstellung Schrittlänge:

Nachdem Sie Ihr Gewicht angegeben haben, blinkt die Schrittlänge auf. Nun können Sie Ihre Schrittlänge durch Drücken der „M/△“ Taste einstellen. Die Schrittlänge kann zwischen 30 cm und 120 cm gewählt werden. Wenn Sie Ihre richtige Schrittlänge eingegeben haben, bestätigen Sie diese mit der „Disp/ Set“ Taste.

Einstellung Signalton:

Nach Einstellung Ihrer Schrittlänge, können Sie den Signalton  einstellen. Durch Drücken der „M/△“ Taste können Sie wählen, ob es beim Umschalten einen Signalton gibt („ON“) oder ob nicht („OFF“). Bestätigen Sie Ihre Auswahl erneut mit der „Disp/ Set“ Taste.

Einstellung Uhrzeit:

Danach gelangen Sie in den Zeiteinstellungsmodus. Drücken Sie auf die „M/△“ Taste um zwischen den Anzeigemodi 12h und 24h zu wählen (voreingestellt ist der 24h-Modus).

Durch Drücken der „Disp/ Set“ Taste können Sie nun die Uhrzeit einstellen. Zuerst stellen Sie mit der „M/△“ Taste die Stunde ein. Bestätigen Sie Ihre Einstellung mit der „Disp/ Set“ Taste. Im Anschluss blinkt die Minutenanzeige auf. Wiederholen Sie den Einstellungsvorgang und bestätigen Sie abschließend mit der „Disp/ Set“ Taste.

Hinweis: Das Einstellen von Gewicht und Schrittlänge ist Voraussetzung für die korrekte Anzeige der gelaufenen Strecken oder verbrannten Kalorien. Nur wenn Sie Ihren **smartLAB® walk** exakt auf Ihr Gewicht und Ihre Schrittlänge einstellen, kann das Gerät die Resultate genau angeben. Andernfalls kann es sein, dass die Anzeige der zurückgelegten Distanz oder der Kalorienverbrauch verfälscht wird.

Inbetriebnahme

- Nach dem Einstellen von Uhrzeit und Schrittlänge, können Sie den **smartLAB® walk** Schrittzähler verwenden. Nehmen Sie einfach das Gerät und laufen Sie los! Sobald das Gerät eine Bewegung registriert, schaltet es sich automatisch an. Auf dem Display erscheint „HELLO“.
- Wenn Sie über 12 Schritte gelaufen sind, startet der Zähler und das LCD- Display leuchtet auf.
- Nach dem Sport oder Spaziergang drücken Sie auf die „Disp/ Set“ Taste, um die gesamte Schrittzahl, die zurückgelegte Distanz, die benötigte Zeit, und Ihren Gesamt-Kalorienverbrauch anzeigen zu lassen.

Speicherfunktion

- Der **smartLAB® walk** Schrittzähler speichert automatisch die Aufzeichnung der letzten 7 Tage.
- Sie können sich die aufgezeichneten Daten durch längeres Drücken der “M/△” Taste anschauen. Wählen Sie hierzu in der erscheinenden

Anzeige bitte den Tag, den Sie genauer sehen möchten. Sie können sich die gesamte Schrittzahl, die zurückgelegte Wegstrecke, die dafür benötigte Zeit und den Kalorienverbrauch anzeigen lassen.

Hinweis: Wenn Sie über 99999 Schritte gelaufen sind, hört das Gerät auf zu zählen. Das LCD-Display wird blinken und sich erst dann zurücksetzen, sobald ein neuer Tag (0:00 Uhr) beginnt.

Weitere Funktionen

Batteriestand-Anzeige:

Wenn im Display das Symbol  angezeigt wird, benötigt das Gerät neue Batterien. Bitte ersetzen Sie die alte Batterie durch eine neue.



Schrittzähler und Batterien müssen gemäß den örtlichen Bestimmungen entsorgt werden.

Tastensperre:

Wenn an Ihrem **smartLAB[®]walk** für 30 Sekunden keine Taste gedrückt wurde, schaltet sich automatisch die Tastensperre ein. Dies wird durch ein entsprechendes Symbol im Display gekennzeichnet. Durch Drücken der „Disp/Set“ Taste kann die Tastensperre wieder aufgehoben werden.

Display-Abschaltung:

Wenn Sie sich im User-Modus befinden und das Gerät für 2 Minuten keine Bewegung registriert, schaltet sich das Display automatisch ab, um Batterie zu sparen. Wenn das Gerät wieder aufgenommen und verwendet wird, zeigt das Display „HELLO“ an.

Wartung & Pflege

- Gerät nicht fallen lassen oder äußere Gewalt anwenden.
- Vermeiden Sie es, das Gerät hohen Temperaturen oder Sonnenlicht auszusetzen. Gerät nicht in Wasser tauchen, da dies irreparable Schäden verursacht.
- Wird das Gerät nahe dem Gefrierpunkt gelagert, lassen Sie es vor der nächsten Benutzung auf Raumtemperatur warm werden.
- Versuchen Sie nicht, das Gerät auseinanderzunehmen.
- Falls Sie das Gerät längere Zeit nicht verwenden, entnehmen Sie die Batterien.

Garantie

HMM Diagnostics GmbH stellt an seine Produkte hohe Qualitätsanforderungen. Aus diesem Grunde gewährt HMM Diagnostics GmbH beim Kauf dieses **smartLAB**[®] Produktes 2 Jahre Garantie. Sie können die Garantiezeit um 3 auf insgesamt 5 Jahre kostenlos verlängern, indem Sie Ihr Produkt bei HMM Diagnostics GmbH registrieren lassen. Nutzen Sie dazu bitte die beiliegende Registrierungskarte.

Verschleißteile, Batterie u.ä. unterfallen nicht der Garantie.

Hersteller:



HMM Diagnostics GmbH
Friedrichstr. 89
D-69221 Dossenheim, Germany

mail: info@hmm.info
www.hmm.info

Weitere Informationen zu den smartLAB® Produkten /
More information on our smartLAB® products:

www.smartlab.org