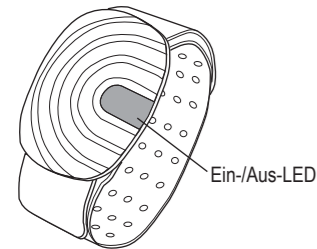


# Bowflex™ Herzfrequenzarmband (Version V1.0)

## BENUTZERHANDBUCH



8022380.021519.A

### Produkteinführung

Vielen Dank, dass Sie sich für das Bowflex™ Herzfrequenzarmband entschieden haben. Dieses Gerät überträgt Ihre Herzfrequenz per Bluetooth® in Echtzeit an einen Herzfrequenzempfänger oder eine entsprechende App. So können Sie Ihr Fitnessniveau und Ihr Training besser überwachen. (Dieses ist nur für den Einsatz im Sport gedacht. Es ist kein Ersatz für medizinische Geräte.)

**WARNUNG!** Die vom Computer berechneten oder gemessenen Werte dienen nur als Bezugsgrößen. Die angezeigte Herzfrequenz ist ein Näherungswert und sollte nur als Referenz dienen. Überanstrengungen können zu ernstesten Verletzungen oder zum Tod führen. Wenn Ihnen schwindelig ist oder Sie sich unwohl fühlen, beenden Sie das Training sofort.

**! Lesen Sie das mitgelieferte Benutzerhandbuch vor dem ersten Gebrauch genau durch. Bewahren Sie das Handbuch auf, um es bei Bedarf konsultieren zu können.**

**BITTE AUFBEWAHREN!**

### Technische Daten

Maße: 46,78x34,58x11,58mm  
Gewicht: 55g  
Stromversorgung: Aufladbare Lithiumbatterie  
Wasserdichtigkeit: IP67 (Eintauchen in einer Wassertiefe von 1 Meter für 30 Minuten)  
Betriebstemperaturen: 0°C ~ 45°C  
Übertragung: BLE

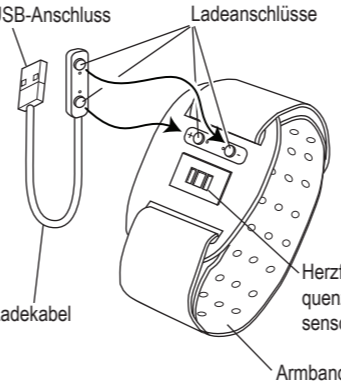
### Funktion und Betrieb

**Einschalten:** Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste. Die LED blinkt kurz blau auf und zeigt damit an, dass das Armband aktiviert wurde und dass nach einer Herzfrequenz gesucht wird. Während der Berechnung der Herzfrequenz blinkt die LED langsam.

**Ausschalten:** Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste, wenn Sie das Gerät nicht mehr verwenden möchten. Die LED blinkt kurz rot auf und das Gerät schaltet sich aus.

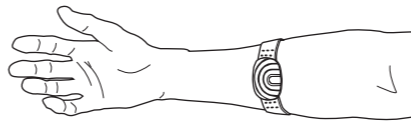
### Ladezustand:

a. Wenn Sie die Ein-/Aus-Taste drücken und die LED mehrmals aufblinkt, muss die Batterie aufgeladen werden.  
b. Die LED blinkt während des Laden rot und grün. Wenn die Batterie voll geladen ist, leuchtet die LED konstant grün.



### Kompatibel Apps

Bowflex™ Max Intelligence™ App, Wahoo Fitness, Runtastic und Strava



### Verwenden:

Tragen Sie das Herzfrequenzarmband oben am Unterarm. Der Herzfrequenzsensor liegt auf der Innenseite Ihres Unterarms. Das Armband sollte eng anliegen, damit es auf dem Arm nicht verrutscht. Allerdings sollte es die Blutzirkulation nicht beeinträchtigen. **Hinweis:** Entfernen Sie vor der Verwendung die Schutzfolie vom Herzfrequenzsensor.

### Einrichten mit Bluetooth® fähigen Geräten (Fitnessgerät)

1. Schalten Sie das Fitnessgerät ein.  
2. Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste, um das Herzfrequenzarmband zu verbinden.

### Einrichten mit Bluetooth® Apps

1. Aktivieren Sie Bluetooth® auf dem Gerät, auf dem die App installiert ist.  
2. Öffnen Sie die Bluetooth® App.  
3. Öffnen Sie in der App das Menü zum Einrichten des Sensors.  
4. Drücken Sie die Ein-/Aus-Taste, um das Herzfrequenzarmband mit der App zu verbinden.

### FCC-Konformität

**! Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Bestimmungen verantwortlichen Stelle genehmigt wurden, können zu einem Entzug der Betriebserlaubnis für den Benutzer führen.**

Dieses Gerät entspricht Teil 15 der FCC-Bestimmungen. Der Betrieb unterliegt den folgenden beiden Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine Funkstörungen verursachen (2) Dieses Gerät muss alle Funkstörungen empfangen, einschließlich Funkstörungen, die einen unerwünschten Betrieb zur Folge haben.



Dieses Gerät DARF NICHT im Müll entsorgt werden. Dieses Produkt muss recycelt werden. Entsorgen Sie dieses Gerät gemäß den Bestimmungen in Ihrer Region. Informieren Sie sich hierfür bei einem Entsorgungszentrum in Ihrer Nähe.

Nautilus, Inc., 5415 Centerpoint Parkway, Groveport, OH 43125 USA, [www.NautilusInc.com](http://www.NautilusInc.com) - Kundendienst: Nordamerika (800) 605-3369, [csnls@nautilus.com](mailto:csnls@nautilus.com) | außerhalb der USA [www.nautilusinternational.com](http://www.nautilusinternational.com) | Gedruckt in China | © 2019 Nautilus, Inc. | Bowflex and Max Intelligence sind Marken von Nautilus, Inc. Diese Marken sind in den USA und anderen Ländern eingetragen oder auf andere Weise gesetzlich geschützt. Wahoo Fitness, Runtastic und Strava sind Marken ihrer jeweiligen Eigentümer. Die Bluetooth® Wortmarke und die entsprechenden Logos sind eingetragene Marken der Bluetooth SIG, Inc.. Jede Verwendung dieser Marken durch Nautilus, Inc. geschieht unter Lizenz.

ORIGINALHANDBUCH –  
NUR ENGLISCHSPRACHIGE

