



## **Gebruikershandleiding Activity Tracker**

# **MyFit**



## 1 Starten

### Inhoud van de doos:

- J-Style MyFit activity tracker
- USB kabel
- Polsband
- Riemclip
- Gebruiksaanwijzing

2 Om de batterij te sparen, wordt de activity tracker af fabriek geleverd in de slaapstand. Voor het eerste gebruik dient u de menuknop<sup>\*)</sup> 10 seconden ingedrukt te houden om het apparaatje te activeren. De voortgangsbalk zal veranderen van leeg naar vol, om de status van de activering aan te geven. Zie onderstaande afbeeldingen.



\*) de menuknop bevindt zich bovenaan de activity tracker, naast de USB-aansluiting.

3 Installeer de app 'J-Style Health' op uw smartphone/ tablet/ PC vanuit de App Store of Google Play Store.



J-Style Health  
Joint Chinese Ltd

App logo



## 4 Bluetooth staat altijd aan



Verzeker uzelf ervan dat Bluetooth ook is ingeschakeld op het apparaat waarop u de app installeert.

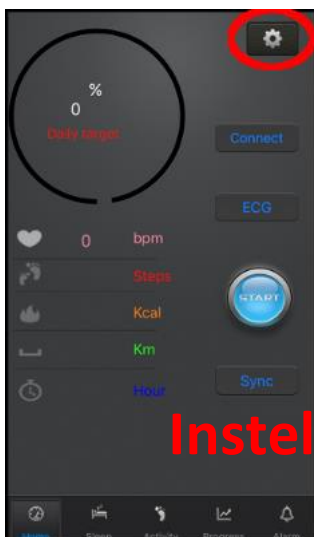
## 5 Verbinding via Bluetooth

Gebruik de app om de activity tracker op te zoeken en verbind dan via Bluetooth (Pair). Dit hoeft u alleen bij het eerste gebruik te doen.

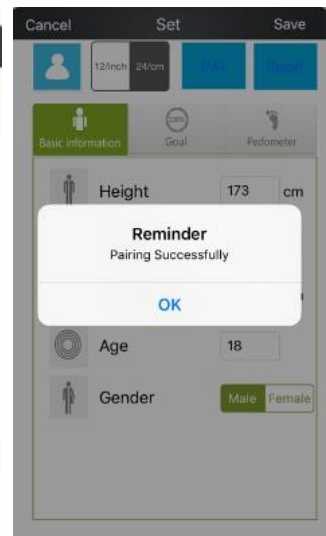
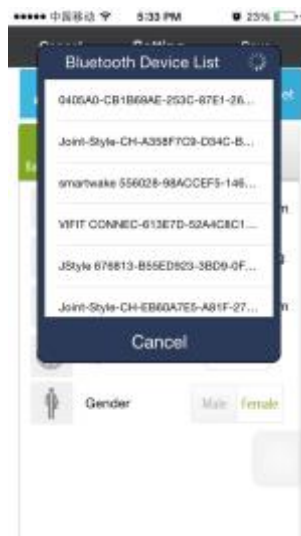
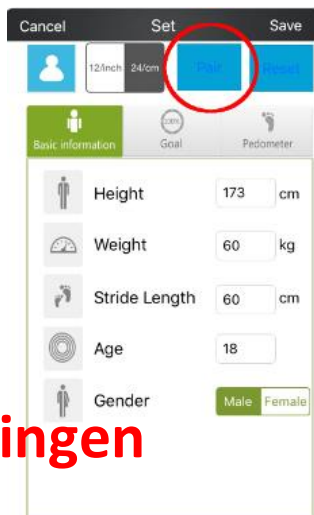


Let op! De allereerste keer dat u verbinding maakt mag er geen andere activity tracker binnen een straal van 20 meter aanwezig zijn.

U doet dit door via het 'Home' scherm de instellingen te selecteren, vervolgens op 'Pair' te drukken en daarna de MyFit te selecteren in de lijst met Bluetooth apparaten.



**Instellingen**



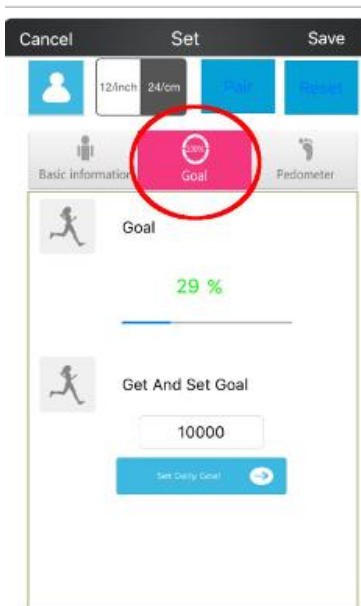
Op het scherm verschijnt de melding 'Reminder Pairing Successfully'. Druk op 'Ok'. Op het scherm van de activity tracker verschijnt het Bluetooth symbool (📶), wat betekent dat de app en activity tracker succesvol zijn verbonden.

NB: Uw activity tracker heeft een eigen serienummer. Noteer dit nummer voor uzelf.

## 6 Voer uw persoonlijke instellingen in de app in.



Voor de Europese instellingen drukt u op 24/cm (iOS), of 24 (Android). Druk na het invoeren van de gegevens op 'Save', rechtsboven in de app.



In het tabblad 'Goal' kunt u uw gewenste doel van aantal stappen per dag invoeren en hier kunt u zien hoeveel procent u al op weg bent naar het bereiken van dit doel. Druk na het invoeren van uw doel op 'Set Daily Goal'.



In het tabblad 'Pedometer' kunt u de tijd op de activity tracker instellen bij 'Set Device Time'. 'Set Device Name' is niet beschikbaar voor dit type activity tracker.

## 7 Functies op het 'Home' scherm



Om terug te keren naar het 'Home' scherm drukt u in het instellingen scherm linksboven op 'Cancel' (iOS) of '<' (Android).

Wanneer de Bluetooth verbinding verbroken is, drukt u eerst op 'Connect'.

Om de data tussen de activity tracker en de app te synchroniseren drukt u op 'Sync'. De gegevens, die nu worden gesynchroniseerd kunt u terugvinden in de tabbladen 'Sleep', 'Activity' en

'Progress'. Deze tabbladen vindt u onderaan het 'Home' scherm. Let op: hier kan een vertraging in zitten van ongeveer 15 minuten waardoor de activiteiten van de laatste 15 minuten niet direct worden gesynchroniseerd.

Om de actuele data real-time weer te geven op het 'Home' scherm drukt u op de ronde 'Start' button. Tijdens het lopen kunt u de gezette stappen live volgen via de data aan de linkerkant van het 'Home' scherm. Om deze functie uit te schakelen drukt u op dezelfde button waar nu 'Stop' op staat.

De ECG functie is niet beschikbaar voor dit type activity tracker. De MyFit activity tracker beschikt niet over een hartslagmeter, dus gegevens bij hartslag blijven op 0 staan.

Linksboven (iOS), of in het midden (Android) van uw scherm wordt het percentage tot behalen van uw vooraf ingestelde doel ('Goal') weergegeven.

## 8 Menuknop

De menuknop bevindt zich bovenaan de activity tracker, naast de USB-aansluiting. Door de menuknop herhaaldelijk kort in te drukken komt u achtereenvolgens in de volgende schermen:

- Tijd, datum, status Bluetooth, status batterij
- Aantal stappen
- Verbrandde calorieën
- Afgelegde afstand
- Actieve tijd
- Percentage tot bereiken ingesteld doel



## 9 Slaapmodus

Houd de menuknop van de activity tracker 3 seconden ingedrukt om de slaapmodus te activeren en nogmaals om terug te keren naar de actieve modus.

De resultaten van uw slaapkwaliteit kunt u terugvinden op het tabblad 'Sleep', onderaan de 'Home' pagina.

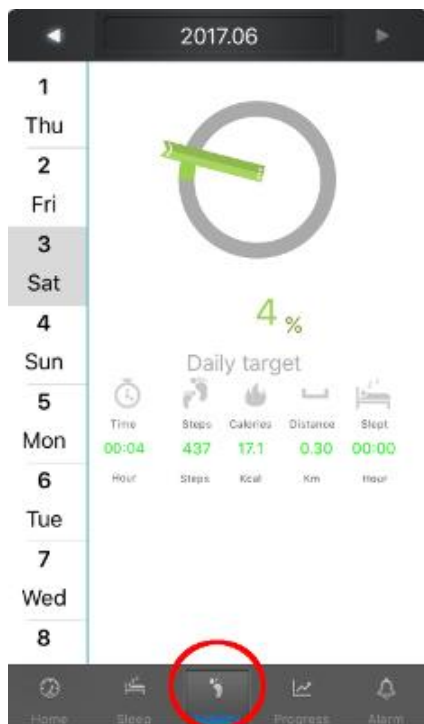
## 10 Slaap kwaliteit



Onderaan op het 'Home' scherm bevindt zich een aantal tabbladen. Op de tweede positie van links (naast 'Home') bevindt zich het tabblad 'Sleep'.

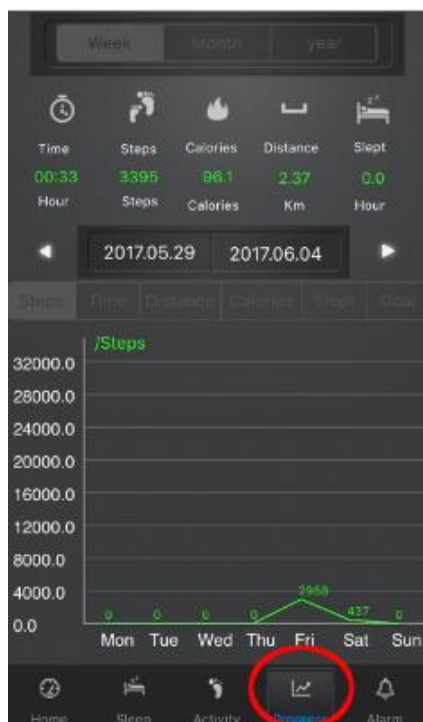
Door dit tabblad aan te klikken vindt u de historie van uw slaapkwaliteit terug. Hier vindt u de verhouding tussen aantal uren kwalitatief goede slaap, ten opzichte van totaal aantal uren slaap.

## 11 Historie van activiteit



Het middelste tabblad onderaan het 'Home' scherm is het tabblad 'Activity'. Dit tabblad bevat de historie per dag, met betrekking tot actieve tijd, aantal stappen, verbrandde calorieën, afgelegde afstand en slaap. Hier vindt u ook terug hoeveel procent u iedere dag bereikt heeft van het vooraf ingestelde doel aan aantal stappen. Dit kunt u per dag bekijken door links in het scherm de gewenste datum aan te klikken.

## 12 Voortgang van activiteit



Het vierde tabblad van links op het 'Home' scherm, is het tabblad 'Progress'. Dit scherm geeft een overzicht van de actieve tijd, aantal stappen, verbrandde calorieën, afgelegde afstand en slaap data per week, maand of jaar. Bovenin het scherm kunt u 'Week', 'Month', of 'Year' selecteren. Door middel van de pijltjes naast de datum kunt u switchen tussen week, maand, of jaar. Dit helpt u om uw activiteit over verschillende periodes te analyseren.

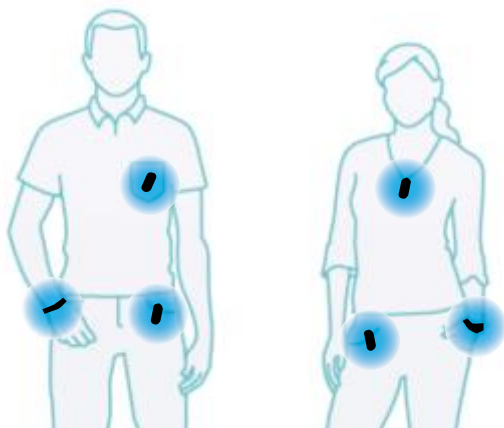


## 13 Alarm

Tabblad alarm: deze activity tracker beschikt niet over een alarmfunctie.

## 14 Hoe draagt u de activity tracker?

Bij voorkeur draagt u de activity tracker in uw broekzak, of op het bovenlichaam. U kunt het apparaatje ook op andere delen van het lichaam dragen, maar de nauwkeurigheid kan variëren. Kiest u zelf de plek die het beste bij u past.



Gebruik de polsband om de activity tracker om uw pols te dragen. De riemclip kunt u gebruiken voor het bevestigen van de activity tracker aan bijvoorbeeld broekriem, of bh-bandje.

De activity tracker is waterbestendig, maar niet waterdicht. Draag de tracker niet bij activiteiten waarbij deze nat kan worden.

## **15** De Batterij opladen

Het lege batterij symbool wordt weergegeven op de activity tracker wanneer de batterij bijna leeg raakt.

Opladen duurt normaal gesproken 1 á 2 uur.

Een volledig opgeladen activity tracker gaat ca. 5 – 7 dagen mee.

Opmerking: laad de batterij tenminste eens per maand op, om de levensduur ervan te verlengen. Ook indien u de activity tracker voor een langere periode niet gebruikt.

## **16** Specificaties

Productnaam : J-style MyFit

Afmetingen : Tracker: 46\*23\*10 mm

Polsband: 84\*25 mm

Riemclip: 60,5(L)\*25(B) mm

Gewicht : 9 gram

Batterij : oplaadbare lithium polymeer batterij

Display : 0,91" OLED

Data geheugen : 30 dagen

Loopafstand : max. 999,99 km

Verbrande calorieën : max. 9999,9 kcal

Actieve tijd : max. 99h, 59 min.


## **17** Compatibiliteit

Compatible met:

 Windows XP, Vista, 7, 8 +

 Mac OS 10.5 +

Synchroniseert met:

 iOS 7.0 of hoger

Android 4.3 of hoger

Bluetooth Low Energy 4.0 apparaten