





INFORMATIE VOORAF

Wat meet dit apparaat?

De activiteitentracker meet het aantal stappen dat u zet per dag.

Waarom is dat belangrijk?

Het aantal stappen dat je zet, geeft aan hoe actief je bent. En meestal geldt: hoe actiever je bent, hoe fitter je je voelt. Daarnaast helpt de activiteitentracker ons om meer betekenis te geven aan de meetwaarden van de bloeddrukmeter.

Hoe werkt dat?

U draagt de activiteitentracker om je pols. Fietst u graag? Dan kunt u een houdertje aanvragen voor aan uw schoen. Zo kan de activiteitentracker het aantal pedaalslagen meten.

De tracker meet de hele dag door. Daar hoeft u verder niets voor te doen.

Op gezette tijden stuurt hij het aantal stappen dat u tot dat moment gezet hebt aan ons door. Rond middernacht zet de tracker zichzelf weer op nul, zodat de volgende dag de metingen opnieuw kunnen beginnen.

Kan de tracker meer dan alleen mijn stappen tellen?

Ja, maar daar maken we met Chipmunk geen gebruik van. Voor het meten van uw hartslag bijvoorbeeld gebruiken we de tracker bewust niet omdat die meting niet betrouwbaar genoeg is.



DE TRACKER GEBRUIKEN

Vorbereiding:

- Open het witte doosje. U vindt hierin de tracker, een oplaadkabel en een adapter.



- Haal de tracker uit de doos.
- Controleer of hij is opgeladen door het display van de tracker even aan te raken zodat u de tijd kunt zien.
- Ziet u het startscherm dat de tijd weergeeft? Dan is de tracker klaar voor gebruik.
- Blijft het display donker? Dan moet de tracker opgeladen worden. Verderop in deze instructie leggen we uit hoe dat moet.



Gebruik

1. Draag de tracker overdag en doe hem om uw pols.



2. Voor het slapengaan kunt u hem weer afdoen. Leg hem dan vlakbij de Chipmunk-router. Dat is het beste voor het doorsturen van het aantal stappen van die dag.
3. De tracker meet vanzelf beweging. U hoeft hem dus niet uit of aan te zetten.
4. U kunt de verschillende schermen zien door met je vinger omhoog en omlaag en van links naar rechts te vegen (swipen) op het beeldscherm.
5. Voor Chipmunk is alleen het aantal stappen van belang. De overige functies van de tracker worden niet gebruikt.
2. De gegevens over uw beweging worden automatisch doorgestuurd, je hoeft hiervoor niets te doen.

BELANGRIJK: download niet de app van de tracker en koppel de tracker niet aan uw smartphone. De koppeling met Chipmunk wordt dan verbroken en uw activiteit wordt niet meer geregistreerd.



Opladen

1. De tracker geeft zelf aan als het tijd is om hem op te laden. Wilt u weten hoe lang de batterij nog meegaat? Swipe op het startscherm 1x omhoog en 1x naar rechts. Daar vindt u de batterijstatus.
2. Wilt u de tracker opladen? Druk de tracker dan eerst uit het polsbandje.
3. Steek de tracker vervolgens in het uiteinde van de oplaadkabel. De metalen puntjes van het kabeluiteinde maken dan contact met het metaal aan de zijkant van de tracker.



4. Steek de oplaadkabel met tracker daarna in de meegeleverde adapter.



5. Stop de adapter in het stopcontact. In het beeldscherm van de tracker staat 'charging' tijdens het opladen.
6. Als de tracker is opgeladen, haalt de oplader uit het stopcontact.
7. Stop de tracker terug in de armband. Hij is weer klaar voor gebruik.

Bekijk onze handige instructievideo's op www.chipmunkhealth.com/instructievideos