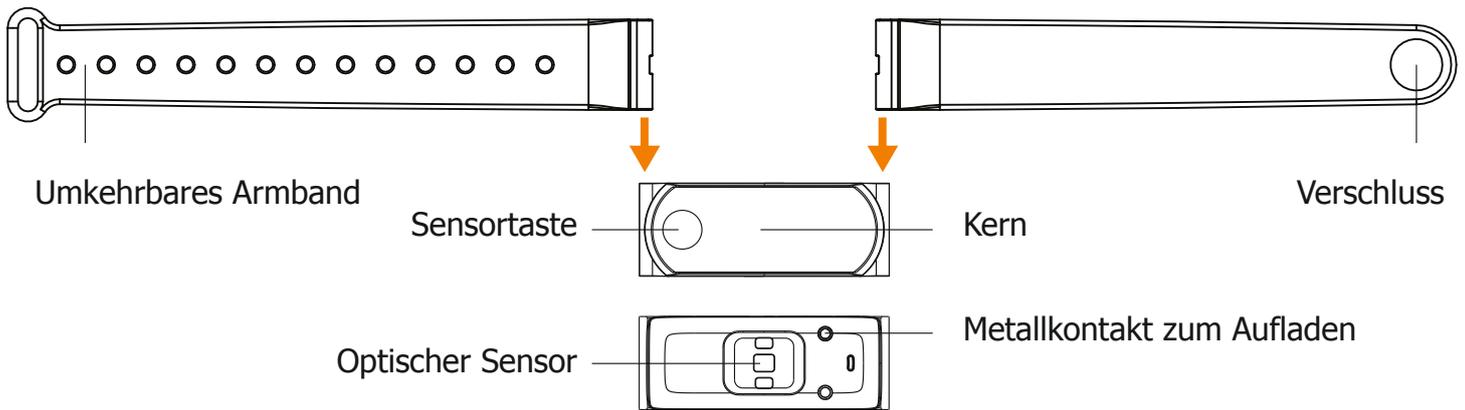
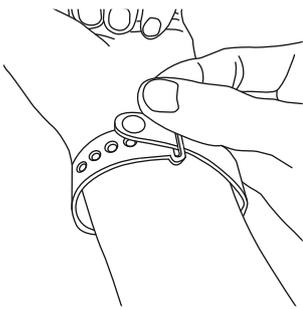


## Geräteübersicht



## Wie tragen Sie Ihr Q-Band HR+?

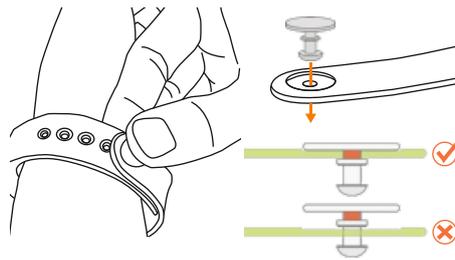
### 1 Q-Band HR+ an Ihrem Handgelenk tragen



Legen Sie das Armband mit der Bildschirmseite nach oben um Ihr Handgelenk. Schieben Sie ein Band durch die Schlaufe am anderen Band und richten Sie den Verschluss entsprechend dem Durchmesser des Handgelenks an den Löchern im Band aus.

Videodemo:  
<http://ww2.voiis.com/igotu-life/wear/Q-Band-HR-Plus>

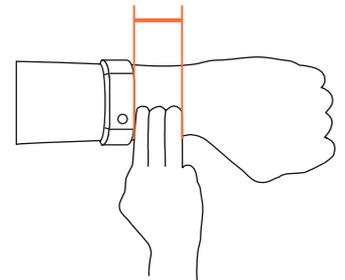
### 2 Q-Band HR+ mit Verschluss befestigen



Stecken Sie beide Haken in die Löcher am Armband, bis Sie ein Klicken hören; dies zeigt an, dass das Band richtig befestigt ist.

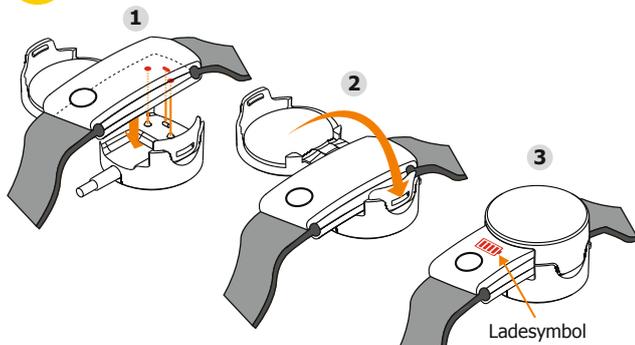
**Hinweis:** Die Armbänder sind sowohl austausch- als auch umkehrbar.

### 3 Ihre Herzfrequenz erkennen



- Bitte stellen Sie zur Verbesserung der Genauigkeit der erkannten Herzfrequenzsignale sicher, dass das Armband so fest wie möglich am Handgelenk getragen wird, ohne Unannehmlichkeiten zu bereiten.
- Tragen Sie das Armband drei Finger von Ihrem Handgelenk entfernt. Wenn der Text "-----" am Bildschirm erscheint, bewegen Sie sich etwa 10 Sekunden nicht, damit die Herzfrequenz gemessen wird.

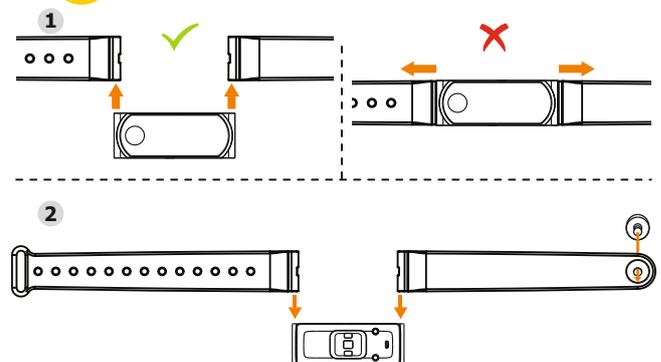
### 4 Q-Band HR+ aufladen



Zum Aufladen Ihres Q-Band HR+ platzieren Sie es in der Ladeschale am anderen Ende des USB-Kabels. Schließen Sie die Schale anschließend; stellen Sie sicher, dass das Q-Band HR+ richtig abgedeckt ist. Schließen Sie den USB-Stecker zum Starten des Aufladens an einem PC oder Netzteil an.

**Wichtiger Hinweis:**  
Bei Auslieferung des Produktes sind Bildschirm und Tasten gesperrt. Sie werden entsperrt, sobald das Gerät per USB-Verbindung aufgeladen wird. Bitte achten Sie darauf, dass während des Aufladens das "Ladesymbol" eingeblendet wird, da dies anzeigt, dass das Gerät richtig angeschlossen ist und aufgeladen wird.

### 5 Armband wechseln



- Entfernen Sie die Armbänder, indem Sie beide Bänder aus den Schlitzen auf beiden Seiten des Kerns herauschieben.
- Stecken Sie die neuen Bänder in die Schlitze auf beiden Seiten des Kerns.

**Wichtiger Hinweis:**  
Bei Nichtbeachtung der obigen Anweisungen kann das Gerät beschädigt werden.

## Erste Schritte mit dem Q-Band HR+

### 1 i-gotU Life-App herunterladen und installieren

Bitte laden Sie die **i-gotU Life**-App von Google Play oder aus dem App Store herunter und installieren sie auf Ihrem Smartphone:  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobileaction.ilife>  
<http://appstore.com/igotulife>



APK-Download: <http://global.mobileaction.com/download/apk>

#### Unterstütztes Gerät

- Jedes Android-Smartphone (v4.3 und aktueller) mit integrierter Bluetooth 4.0-Konnektivität; oder
- iPhone 4s und aktuellere Modelle, iPad 2 und aktuellere Modelle und iPod touch (alle mit iOS-Version 7.0 und aktueller).
- Eine vollständige Liste unterstützter Smartphones und Mobilgeräte finden Sie unter:  
<http://ww2.vois.com/qband/devices.html>



### 2 Q-Band HR+ einrichten

Ihr Q-Band HR+ kann direkt in der i-gotU Life-App konfiguriert werden.

#### Erste Einrichtung:

1. Laden Sie das Gerät zur Freigabe von Tasten und Bildschirm auf.
2. Öffnen Sie die i-gotU Life-App.
3. Ein **Einrichtungsassistent** wird automatisch gestartet.
4. Befolgen Sie die Bildschirmanweisungen zum Fortfahren mit weiteren Einstellungen.

#### Ein neues Gerät über die Einstellungen einrichten:

1. Öffnen Sie die i-gotU Life-App.
2. Tippen Sie zum Öffnen des **Funktionsmenüs** auf das App-Symbol oben links.
3. Wählen Sie **Einstellungen**.
4. Tippen Sie unter **WEITERE GERÄTEEINSTELLUNGEN** auf **Neues Gerät einrichten**.
5. Befolgen Sie die Bildschirmanweisungen zum Fortfahren.

#### Hinweis

Ihre persönlichen Angaben werden zur Berechnung Ihrer basalen Stoffwechselrate verwendet, die Ihren Kalorienverbrauch ermittelt.

### 3 Q-Band HR+ in Betrieb nehmen

#### 1. Zwischen verschiedenen Funktionsmodi wechseln

1. Tippen Sie zum Aufwecken des Gerätebildschirms zweimal auf die Taste.
2. Halten Sie die Taste am Q-Band HR+ gedrückt, bis Sie 4 Symbole zur Modusauswahl auf dem Bildschirm sehen.
3. Tippen Sie zum Wechseln des Modus zweimal auf die Taste.
4. Sie gelangen nach 3 Sekunden in den ausgewählten Modus.

#### 2. Anzeigeeinformationen ändern

Die am Bildschirm angezeigten Informationen wechseln, wenn Sie mit der Taste am Q-Band HR+ zwischen den Bildschirmen umschalten.

#### 3. Q-Band HR+-Modi

##### Tätlichmodus:

Analisiert Ihre täglichen Daten einschließlich zurückgelegter Schritte und verbrannter Kalorien.

##### Schlafmodus:

Überwacht Schlafverhalten und -qualität.

##### Sportmodus:

Startet ein Training und zeigt Informationen einschließlich Dauer, zurückgelegter Schritte, verbrannter Kalorien und während des Trainings zurückgelegter Strecke.

##### Nickerchenmodus:

Weckt Sie nach einem kurzen Nickerchen per Vibration.

### 4 Funktionen von Q-Band HR+ & i-gotU Life-App

#### Stiller Alarm

Der Stiller Alarm von Q-Band HR+ weckt Sie durch sanfte Vibrationen. Im Schlafmodus kann der Alarm durch lange Betätigung der Taste am Q-Band HR+ deaktiviert werden. Wenn Sie die Taste nur kurz drücken, wird der Alarm nicht deaktiviert, sondern um 5 Minuten verzögert. Ändern Sie Alarminstellungen nach Bedarf unter: **App i-gotU Life öffnen > Menü > Stiller Alarm**.

#### Benachrichtigung

Sie werden mit Vibration über eingehende Anrufe, SMS, E-Mails oder Alarme von sozialen Apps benachrichtigt. Bei Benachrichtigung über einen eingehenden Anruf an einem Android-Smartphone können Sie den Anruf ablehnen, indem Sie die Taste am Q-Band HR+ lange drücken. Benachrichtigung ist einstellbar unter: **i-gotU Life App-Menü -> Benachrichtigung**.

#### Online-Hilfe

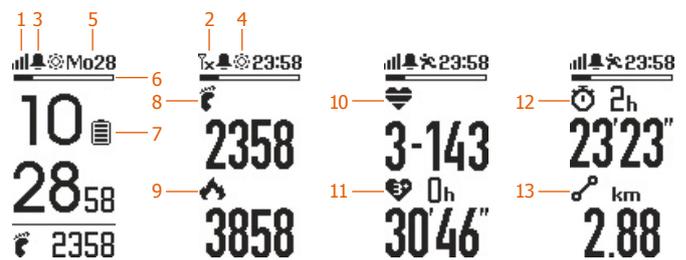
Android: <http://ww2.vois.com/igotu-life/help.html?language=de>  
 iOS: <http://ww2.vois.com/igotu-life/help.html?language=de&platform=iOS>

#### Handbuch-Download

[http://www.mobileaction.com/download/Q-Band\\_download.jsp](http://www.mobileaction.com/download/Q-Band_download.jsp)

### 5 Bildschirmbeschreibung

- |                                                                |                                    |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------|
| 1 Verbindung wird hergestellt                                  | 11 Aerobik (Bereich 3 und darüber) |
| 2 Getrennt                                                     | 12 Dauer                           |
| 3 Alarm                                                        | 13 Entfernung                      |
| 4 Tätlichmodus                                                 |                                    |
| 5 Datum                                                        |                                    |
| 6 Gesamtfortschritt<br>(Durchschnitt von Kalorien + Schritten) |                                    |
| 7 Akkustand                                                    |                                    |
| 8 Schritte                                                     |                                    |
| 9 Kalorien                                                     |                                    |
| 10 Herzfrequenz                                                |                                    |



#### Wichtiger Hinweis

1. Bitte stellen Sie sicher, dass Ihr Q-Band HR+ bei der ersten Benutzung vollständig aufgeladen ist. Die vollständige Aufladung dauert etwa 2 Stunden.
2. Obwohl das Gerät bei Regen nutzbar ist, darf es nicht unter Wasser eingesetzt werden. Bitte verzichten Sie aufgrund von hoher Temperatur, Dampf und Wasserstrahlen auf Duschen oder Sauna/Dampfbad, da das Gerät andernfalls beschädigt werden könnten.
3. Bitte reinigen Sie das Gerät nicht mit ätzenden Chemikalien.
4. Der integrierte Lithium-Polymer-Akku kann beschädigt werden, falls er längere Zeit bei niedriger Spannung gehalten wird. Sie sollten den Akku zur Verlängerung der Akkulaufzeit einmal alle drei Monate aufladen, selbst wenn Sie das Gerät nicht sehr oft oder voraussichtlich längere Zeit gar nicht benutzen.



#### Entsorgungshinweise

##### Hinweis zum Umweltschutz:

Ab dem Zeitpunkt der Umsetzung der europäischen Richtlinien 2012/19/EU und 2006/66/EG in nationales Recht gilt folgendes: Elektrische und elektronische Geräte sowie Batterien dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden. Der Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, elektrische und elektronische Geräte sowie Batterien am Ende ihrer Lebensdauer an den dafür eingerichteten, öffentlichen Sammelstellen oder an die Verkaufsstelle zurückzugeben. Einzelheiten dazu regelt das jeweilige Landesrecht. Das Symbol auf dem Produkt, der Gebrauchsanleitung oder der Verpackung weist auf diese Bestimmungen hin. Mit der Wiederverwertung, der stofflichen Verwertung oder anderen Formen der Verwertung von Altgeräten/Batterien leisten Sie einen wichtigen Beitrag zum Schutz unserer Umwelt.



#### Konformitätserklärung

Hiermit erklärt die Hama GmbH & Co KG, dass der Funkanlagentyp [00137431] der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: [www.hama.com](http://www.hama.com) -> 00137431 -> Downloads.

|                                     |                 |
|-------------------------------------|-----------------|
| Frequenzband/Frequenzbänder         | 2402 – 2408 MHz |
| Abgestrahlte maximale Sendeleistung | 0.55 mW EIRP    |