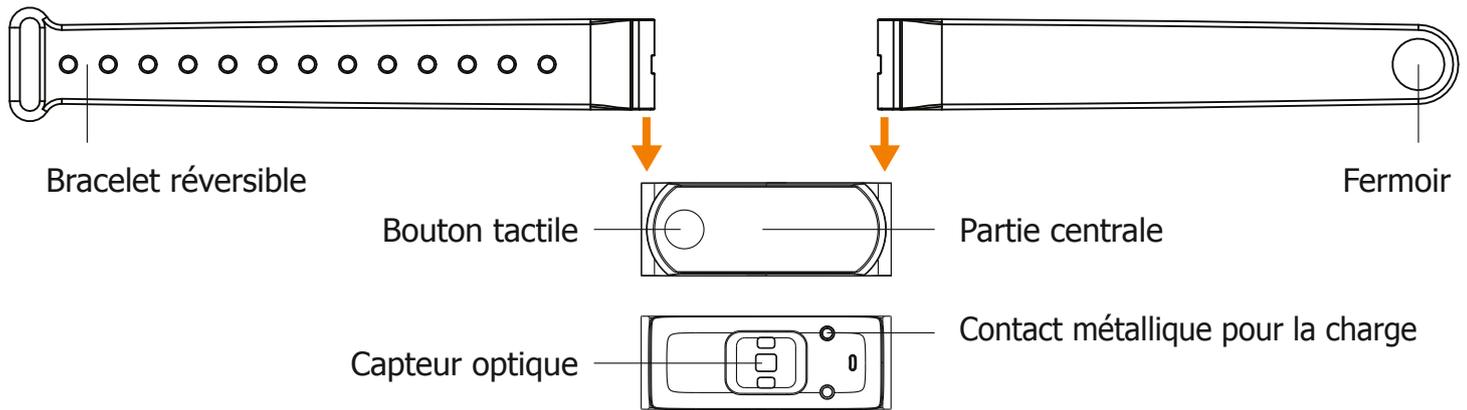
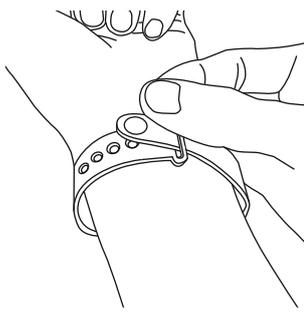


Vue d'ensemble de l'appareil



Comment porter votre Q-Band HR+ ?

1 Portez votre Q-Band HR+ au poignet

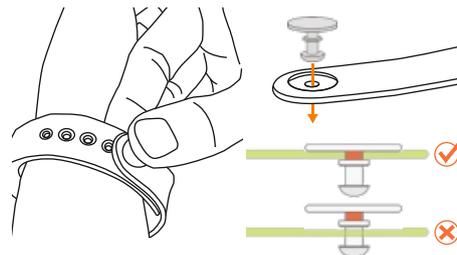


Démo vidéo



Mettez le bracelet avec l'écran orienté vers le haut et la bande enroulée autour de votre poignet. Faites glisser une bande dans la boucle de l'autre bande et alignez le fermoir le long de la bande pour trouver les trous qui s'adaptent le mieux au fermoir. Démo vidéo:
<http://ww2.voies.com/igotu-life/wear/Q-Band-HR-Plus>

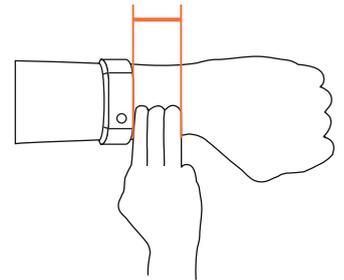
2 Serrez le Q-Band HR+ avec le fermoir



Pressez les deux parties jusqu'à ce que vous entendiez un clic, ce qui indique que le bracelet est bien fermé.

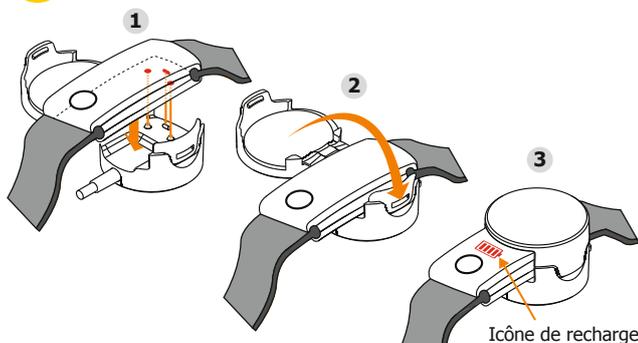
Remarque: Les bracelets sont remplaçables et peuvent être retournés.

3 Détecter votre fréquence cardiaque



1. Veuillez vous assurer que le bracelet est porté aussi serré que possible sur le poignet sans inconfort, afin d'améliorer la précision des signaux de fréquence cardiaque détectés.
2. Portez le bracelet éloigné d'une distance de trois doigts par rapport à votre poignet. Lorsque le texte "-----" apparaît à l'écran, veuillez rester immobile brièvement pendant environ 10 secondes pour obtenir une mesure de la fréquence cardiaque.

4 Rechargez votre Q-Band HR+

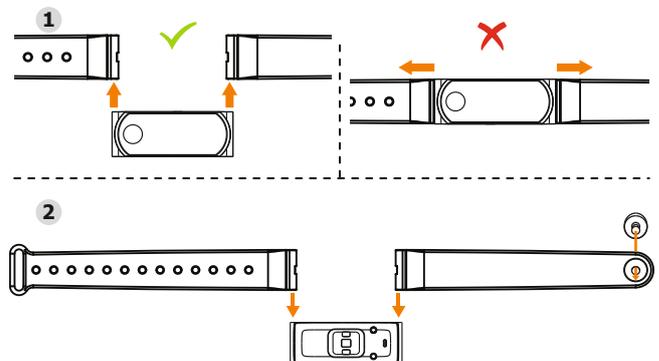


Pour recharger votre Q-Band HR+, placez-le dans le boîtier de recharge à l'autre extrémité du câble USB. Refermez ensuite la boîte, et assurez-vous que le Q-Band HR+ est bien couvert. Branchez le connecteur USB sur un PC ou sur un adaptateur secteur pour commencer à recharger.

Avis important:

Le produit est livré avec l'écran et les touches verrouillés, mais qui seront déverrouillés dès que qu'il est chargé via une connexion USB. Assurez-vous que l'icône de "recharge" apparaît pendant la charge, indiquant que l'appareil est correctement connecté et qu'il est en charge.

5 Changez le bracelet



1. Retirez les bracelets en glissant les deux bracelets hors des fentes sur les deux côtés de la partie centrale.
2. Insérez les nouveaux bracelets dans les fentes des deux côtés de la partie centrale.

Avis important:

Ne pas suivre les instructions ci-dessus peut endommager l'appareil.

Commencer avec le Q-Band HR+

1 Télécharger et installer l'application i-gotU Life

Veillez télécharger l'application **i-gotU Life** sur Google Play ou l'App Store et l'installer sur votre smartphone:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.mobileaction.ilife>
<http://appstore.com/igotulife>



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

Appareils pris en charge

- Tout smartphone Android (v4.3 ou ultérieure) avec connectivité Bluetooth 4.0 intégrée; ou
- iPhone 4s et modèles ultérieurs, iPad 2 et modèles ultérieurs, et iPod Touch (tous avec iOS version 7.0 ou ultérieure).
- Une liste complète des smartphones et appareils mobiles pris en charge se trouve sur: <http://ww2.voiis.com/qband/devices.html>



2 Configurer le Q-Band HR+

Votre Q-Band HR+ peut être configuré directement depuis l'application i-gotU Life.

Première configuration:

1. Chargez l'appareil pour déverrouiller les touches et l'écran.
2. Ouvrez l'application i-gotU Life.
3. Un Assistant d'installation se lancera automatiquement.
4. Suivez les instructions affichées à l'écran pour continuer le paramétrage.

Configurer un nouvel appareil depuis les Paramètres:

1. Ouvrez l'application i-gotU Life.
2. Appuyez sur l'icône de l'application dans le coin supérieur gauche pour ouvrir le menu de fonctions.
3. Choisissez Paramètres.
4. Appuyez sur Configurer un nouvel appareil sous PLUS DE PARAMÈTRES POUR L'APPAREIL.
5. Suivez les instructions à l'écran pour continuer.

Remarque

Vos informations personnelles sont utilisées pour calculer votre taux métabolique de base (BMR), qui détermine vos calories brûlées.

3 Commencer à utiliser le Q-Band HR+

1. Basculer entre différents modes de fonctionnement

1. Appuyez deux fois sur le bouton pour sortir l'écran de l'appareil du mode veille.
2. Appuyez longuement sur le bouton du Q-Band HR+ jusqu'à voir 4 icônes sur l'écran pour la sélection du mode.
3. Appuyez deux fois sur le bouton pour changer de mode.
4. Vous accéderez au mode sélectionné sous 3 secondes.

2. Modifier les informations d'affichage

Les informations affichées sur l'écran varieront lorsque vous appuyez sur le bouton du Q-Band HR+ pour basculer entre écrans.

3. Modes du Q-Band HR+

- Mode Quotidien:**
Analyse vos données quotidiennes, dont les pas effectués et les calories brûlées.
- Mode Sommeil:**
Suit vos habitudes de sommeil et la qualité de votre repos.
- Mode Sport:**
Démarre une séance d'entraînement et affiche des informations, dont la durée, les pas effectués, les calories brûlées et la distance parcourue lors de l'entraînement.
- Mode Sieste:**
Vous réveille avec des vibrations après une courte sieste.

4 Fonctionnalités du Q-Band HR+ et de l'application i-gotU Life

Alarme silencieuse

L'alarme silencieuse de Q-Band HR+ génère une alarme de réveil via de légères vibrations. En mode sommeil, l'alarme peut être ignorée en appuyant longuement sur le bouton de Q-Band HR+. En appuyant une fois sur le bouton, l'alarme ne sera pas annulée mais vous alertera à nouveau dans 5 minutes. Les réglages de l'alarme peuvent être modifiés dans: **ouvrez l'application i-gotU Life > Menu > Alarme silencieuse.**

Notification

Vous recevrez des notifications pour les appels entrants, SMS, e-mails et alertes des réseaux sociaux avec des vibrations. Lorsque vous recevez une notification d'appel sur un smartphone Android, vous pouvez rejeter l'appel en appuyant longuement sur le bouton du Q-Band HR+. Les notifications peuvent être configurées depuis: **Application i-gotU Life Menu -> Notification.**

Aide en ligne

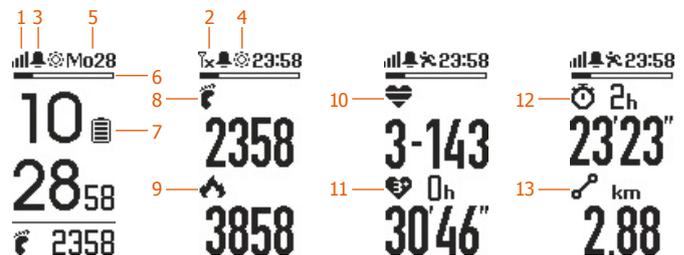
Android: <http://ww2.voiis.com/igotu-life/help.html?language=fr>
 iOS: <http://ww2.voiis.com/igotu-life/help.html?language=fr&platform=ios>

Télécharger manuel

http://www.mobileaction.com/download/Q-Band_download.jsp

5 Description de l'écran

- 1 Connexion
- 2 Déconnecté
- 3 Alarme
- 4 Mode Quotidien
- 5 Date
- 6 Progression globale (moyenne des Calories + Pas)
- 7 État de la batterie
- 8 Pas
- 9 Calories
- 10 Fréquence cardiaque
- 11 Aérobic (Zone 3 et au-delà)
- 12 Durée
- 13 Distance



Avis important

1. Assurez-vous que votre Q-Band HR+ est complètement chargé pour sa première utilisation. Il faut environ 2 heures pour recharger complètement l'appareil.
2. Même si cet appareil est utilisable sous la pluie, son utilisation sous l'eau est interdite. Veillez à ne pas porter votre appareil dans votre bain, sous la douche, ainsi que dans les bains de vapeur ou les saunas car les températures élevées, la vapeur, les projections d'eau ou son immersion peuvent gravement l'endommager.
3. N'utilisez pas de produits chimiques corrosifs pour nettoyer l'appareil.
4. La batterie lithium-polymère intégrée peut être endommagée si elle reste à basse tension pendant une longue durée. Il est conseillé de charger la batterie une fois tous les trois mois pour prolonger la durée de vie de la batterie, même si vous n'utilisez pas l'appareil très souvent ou si vous ne prévoyez pas de l'utiliser pendant un certain temps.



Consignes de recyclage

Remarques concernant la protection de l'environnement:

Conformément à la directive européenne 2012/19/EU et 2006/66/CE, et afin d'atteindre un certain nombre d'objectifs en matière de protection de l'environnement, les règles suivantes doivent être appliquées: Les appareils électriques et électroniques ainsi que les batteries ne doivent pas être éliminés avec les déchets ménagers. Le pictogramme "picto" présent sur le produit, son manuel d'utilisation ou son emballage indique que le produit est soumis à cette réglementation. Le consommateur doit retourner le produit/la batterie usager aux points de collecte prévus à cet effet. Il peut aussi le remettre à un revendeur. En permettant enfin le recyclage des produits ainsi que les batteries, le consommateur contribuera à la protection de notre environnement. C'est un acte écologique.



Déclaration de conformité

Le soussigné, Hama GmbH & Co KG, déclare que l'équipement radioélectrique du type [00137431] est conforme à la directive 2014/53/UE. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: www.hama.com -> 00137431 -> Downloads.

Bandes de fréquences	2402 - 2408 MHz
Puissance de radiofréquence maximale	0.55 mW EIRP