

GPS-SPORTANALYSEUHR MIT TELEFONIE- & KARTENFUNKTION

KNAUERMANN GPS 5


KNAUERMANN



ERSTE SCHRITTE

ZU IHRER SICHERHEIT



Diese Hinweise dienen dazu, Sie über die wesentlichen Gefahren bei der Verwendung Ihrer Knauer mann-Sportanalyseuhr mit Bluetooth-Funkverbindung aufzuklären.

Das Gerät darf nur für den vorgesehenen Zweck genutzt werden.

Die gemessenen Vitalwerte dienen der Information und Motivation bei Sport und im Alltag. Die Uhr ersetzt kein medizinisches Messgerät und dient nicht als Grundlage für medizinische Entscheidungen. Ziehen Sie vor jeder medizinischen Entscheidung immer einen Arzt zu Rate.

Dieses Produkt ist nicht dafür bestimmt, durch Personen mit eingeschränkten physischen, sensorischen oder geistigen Behinderungen oder mangels Erfahrung und / oder mangels Wissens benutzt zu werden. Dies schließt Kinder mit ein.

Diese Schnellstartanleitung ist Teil des Produkts. Bei Weitergabe des Produkts muss diese Anleitung ebenfalls weitergegeben werden.

 Detaillierte Datenblätter zu unseren Uhren finden Sie auf www.knauer mann.de/downloads - Änderung der Technischen Daten sind vorbehalten und bedürfen keiner Ankündigung.

KEINE VERWENDUNG IN FOLGENDEN FÄLLEN

- ✗ Wasser-/Wasserdampf über 40 bzw. 80 °C, z.B. Sauna (siehe Seite 4).
- ✗ An Kindern, Kleinkindern oder Säuglingen.
- ✗ Während einer CT- bzw. MRT-Untersuchung.
- ✗ In der Nähe von brennbaren/explosiven Gasgemischen.
- ✗ Wenn eine Beschädigung an der Uhr vorliegt. Stöße und Herunterfallen bereits aus geringer Höhe können den Wasser- und Staubschutz Ihrer Uhr irreparabel beschädigen. Verwenden Sie die Uhr nicht, falls bereits eine Beschädigung eingetreten ist.
- ✗ Ein Umbauen oder Verändern des Produktes beeinträchtigt die Produktsicherheit. Einzig gestatteter Verwendungszweck ist das Wechseln von Armbändern. Alle Änderungen und Reparaturen (einschließlich das eigenmächtige Öffnen) am Produkt oder Zubehör dürfen nur durch den Hersteller oder von durch ihn ausdrücklich hierfür autorisierte Personen durchgeführt werden.

HINWEISE ZUM EINGEBAUTEN LITHIUM-AKKU

- ⚡ Akkus sind kein Kinderspielzeug, halten Sie daher die Uhr von Kindern fern.
- ⚡ Der Akku darf nicht längerfristig großer Hitze ($>50^{\circ}\text{C}$) ausgesetzt oder ins Feuer geworfen werden: Explosionsgefahr!
- ⚡ Öffnen Sie die Uhr nicht, um den Akku selbst zu wechseln.
- ⚡ Sollte der integrierte Lithium-Akku ausgelaufen sein, vermeiden Sie jeglichen Kontakt von Haut, Augen und Schleimhäuten mit der Batteriesäure. Bei Kontakt spülen Sie sofort mit klarem Wasser und suchen Sie einen Arzt auf. Entsorgen Sie die Uhr in einem solchen Fall.
- ⚡ Das vollständige Entladen des Akkus verkürzt dessen Lebenszeit. Laden Sie daher den Akku regelmäßig auf. Lagern Sie die Uhr nicht in direkter Sonneneinstrahlung. Stattdessen empfiehlt sich als Lagerort ein dunkler Platz mit einer typischen Temperatur von $15\text{-}20^{\circ}\text{C}$.
- ⚡ Der verbaute Akku der Knauer mann GPS 5 ist ein Lithium-Ionen-Akku mit einer Betriebsspannung von $3,7\text{ V}$. Die GPS 5 hat folgende Kapazität:

GPS 5 RUND	500 mAh / 1850 mWh
------------	--------------------
- ⚡ Die Knauer mann GPS 5 verwendet den Funkstandard Bluetooth 5.3 Low Energy und arbeitet im Frequenzbereich $2.400\text{-}2.4835\text{ GHz}$ mit einer maximalen Übertragungsleistung von 10 mW .

SICHERHEITSRISIKEN

- ⚡ Lockere Teile sowie Kleinteile und Verpackung bergen das Risiko einer Erstickungsgefahr. Halten Sie diese Teile daher von Kindern fern.
- ⚡ Setzen Sie die Uhr nicht extremer Hitze ($> 50^{\circ}\text{C}$), extremer Kälte ($< -20^{\circ}\text{C}$) oder hohem Wasserdruck aus.
- ⚡ Laden Sie die Uhr nicht auf, wenn sie noch feucht ist. Trocknen Sie die Uhr zuvor mit einem weichen Tuch, keinesfalls aber mit Heizlüfter, Haarföhn, etc. Die Uhr darf nicht anderen Flüssigkeiten als Wasser ausgesetzt werden (Salzwasser, Öle, Sonnenschutzmittel, ...)
- ⚡ Achten Sie beim Laden an einer Steckdose darauf, dass das Produkt an einer Steckdose geladen wird, die leicht zugänglich ist, damit Sie das Produkt im Notfall schnell vom Netz trennen können.
- ⚡ Verwenden Sie stets das mitgelieferte Ladekabel zum Aufladen Ihrer Knauer mann-Uhr. Zum Beenden des Aufladevorgangs an einem Netzstecker, ziehen Sie immer zuerst den Netzstecker aus der Steckdose. Trennen Sie das Kabel von der Uhr nach Beenden jedes Aufladevorgangs. Das Kabel darf nicht geknickt, eingeklemmt oder anders beschädigt werden. Sollte das Kabel verlorengehen, können Sie unter **www.knauer mann.de/zubehoer** ein Ersatzkabel bestellen. Das Ladekabel darf nur an USB-Dosen mit einer Ausgangsspannung von 5 Volt verwendet werden.
- ⚡ Sollten Sie starke Erhitzung während des Ladevorgangs feststellen, brechen Sie den Aufladevorgang sofort ab.
- ⚡ Achten Sie auf vollständig trockene Hände während des Aufladevorgangs.

EINLEITUNG

Vielen Dank für den Erwerb einer Knauermann GPS 5 Sportanalyseuhr! Bitte lesen Sie diese Anleitung aufmerksam durch, bevor Sie die Uhr in Betrieb nehmen. Beachten Sie, dass dieses Produkt der persönlichen Information und zur Motivation zu einem gesunden Lebensstil dient und eine Ergänzung, aber kein Ersatz von Medizinprodukten ist. Daher sollten auch alle Ihre medizinischen Entscheidungen ausschließlich in Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt getroffen werden.

In dieser Anleitung lernen Sie, wie Sie die Uhr bedienen, die App auf Ihrem Smartphone installieren, aus der App heraus die Verbindung zur Uhr aufbauen und wie Sie Ihre sportlichen Aktivitäten dokumentieren, analysieren und exportieren sowie die Uhr für Anrufe nutzen können.

✎ Die GPS 5 ist grundsätzlich wasserdicht (Details siehe Tabelle rechts). Allerdings sollten Sie nach jedem Kontakt mit Nicht-Trinkwasser (z.B. Chlorwasser, Salzwasser, Duschen mit Duschgel, etc.) die Uhr mit klarem Wasser gründlich abspülen, um ein Eintrocknen von beispielsweise Salzkristallen oder eine Beschädigung der Dichtung am Gehäuse zu vermeiden. Solche Beschädigungen sind von der 2jährigen Herstellergarantie explizit ausgeschlossen.

SCHUTZKLASSEN	GPS 5
Erfüllte Wasser-/Staubschutznorm	IP69K
Spritzwasser (Regen, Schweiß, ...)	✓
Duschen (direktem Hochdruck vermeiden)	✓ **
Untertauchen/Schwimmen	✓
Maximaler Wasserdruck	5 ATM *
Wasser bis 42° C	✓
Sprühwasser bis 80° C	✓
Wasserdampf > 80° C (Sauna, Kochtopf,...)	✗
Chloriertes Wasser	✓ **
Salzwasser	✓ **
Wasserdruck (Pooldüsen, Whirlpool,...)	✗
Vollständiger Staubschutz	✓
Schlagschutz Gehäuse	IK07***

* entspricht einer Wassertiefe von 50 Metern, maximal 10 Minuten

** nach Benutzung mit Trinkwasser ohne Druck abspülen!

*** entspricht Hammerschlag mit 500 Gramm aus 40 cm Entfernung
(IK04 250g/20cm)

AUFLADEN

Bitte entfernen Sie im ersten Schritt alle Schutzfolien an der Uhr. Diese behindern die Sicht bzw. stören die Sensoren im Betrieb und dienen nur als Schutz während der Auslieferung.

Stecken Sie den USB-Stecker des mitgelieferten Ladekabels in eine beliebige USB-Dose oder in einen Smartphone-Netzadapter mit USB-Anschluss. Um den Akku vollständig zu laden, wird eine Stromstärke von mindestens 1 Ampere (1A) benötigt. Die ausgehende Stromstärke ist üblicherweise am Netzadapter oder an der USB-Dose vermerkt.

 *Bevor Sie das andere Ende des Ladekabels an die Uhr legen, stellen Sie sicher, dass die Rückseite der Uhr sauber und trocken ist! Eine feuchte Uhroberfläche kann zu einem Kurzschluss führen und die Uhr beschädigen (nicht durch Gewährleistung abgedeckt).*



Weitere Öffnungen im Gehäuse

(alle staub-/wassergeschützt):

- Mikrofon (Doppelöffnung links)
- Lautsprecher (längliche Öffnung)
- Luftdrucksensor (kleines Loch oben)

 *Der Magnet an der Rückseite der Uhr sorgt automatisch für einen passgenauen Halt des Ladekabels. Bitte laden Sie die Uhr vollständig auf, dies dauert ca. 2-3 Stunden. Legen Sie die Uhr dazu mit dem Display nach unten auf eine gerade Oberfläche und führen Sie das Ladekabel an die Uhr, ohne dass es gespannt ist, damit das Kabel verrutsicher gehalten wird.*

INFOS ZUR AKKULAUFZEIT

Wie oft Sie die Uhr aufladen müssen, hängt sehr stark von der Verwendung ab. Sie können daher in den Einstellungen der Uhr sehr differenziert einzelne Funktion ein- und ausschalten. Zu Beginn der Nutzung empfehlen wir, alle Funktionen zu aktivieren, um den vollen Leistungsumfang der Uhr kennenzulernen und anschließend nicht benötigte Funktionen zu deaktivieren.

Die Übermittlung von Nachrichten (WhatsApp, SMS, etc.) auf die Uhr erfordert, dass die App am Smartphone permanent im Hintergrund läuft. Bei einigen Android-Smartphones ist es daher erforderlich, dass Sie in den Telefoneinstellungen unter Apps > GloryFitPro die Option „nicht optimieren“ wählen – bei Android-Smartphones bedeutet das Wort „Optimierung“, dass das Smartphone die App nach Gutdünken beenden kann; eine beendete App kann aber eingehende Nachrichten nicht an die Uhr weiterleiten!

- Samsung: Telefoneinstellungen > Apps > GloryFitPro > Akku
- Andere Android (Xiaomi, etc.): Telefoneinstellungen > Apps > Apps verwalten > GloryFitPro > Energiesparmodus

Tipp: Sie können alle Berechtigungen in GloryFitPro unter Ich > Berechtigungseinstellungen einsehen und ändern.

ARMBAND WECHSELN / ANPASSEN

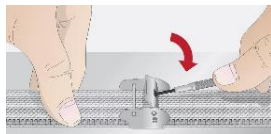
ARMBAND WECHSELN

- Drücken Sie an den beiden rot markierten Stellen die Haltefeder des Armbandes zusammen, bis sich das Armband aus dem Uhrengehäuse löst.
- Stecken Sie das (neue) Armband mit dem festen Teil des Federstegs in das Gehäuse.
- Drücken Sie die Feder des Haltestifts zusammen und setzen Sie dessen Enden in die Bohrungen am Gehäuse der Uhr ein.
- Lassen Sie den Haken los, die Feder dehnt den Federsteg wieder aus und hält das Armband im Uhrengehäuse.



MILANAISE-ARMBAND IN DER LÄNGE EINSTELLEN

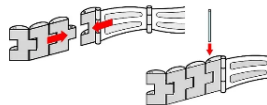
Heben Sie den Schlitten nur so an, wie rechts abgebildet, da sonst die Gefahr besteht, dass der Verschluss verbogen wird und nicht mehr korrekt schließt.



GLIEDERARMBAND VERLÄNGERN/VERKÜRZEN

Glieder können einzeln entnommen und wieder eingefügt werden. Zusatzglieder zur Verlängerung sind unter [knauermann.de/22mm](https://www.knauermann.de/22mm) erhältlich.

Überlegen Sie, wie viele überflüssige Glieder Sie entfernen möchten, bevor Sie beginnen. Drücken Sie mit dem mitgelieferten Werkzeug die zwei Stifte heraus, die jeweils Armbandglieder zusammenhalten (bitte eine Position in der Mitte des Armbands wählen). Anschließend fügen Sie das Armband wieder zusammen.



WEITERE ARMBÄNDER BESTELLEN

Auf [knauermann.de/22mm](https://www.knauermann.de/22mm) ist eine große Zahl weiterer Armbänder erhältlich. Unter [knauermann.de/armband](https://www.knauermann.de/armband) gibt es ein ausführliches Beratungsvideo.

ANLEITUNGSVIDEOS ZU UNSEREN ARMBÄNDERN

Wir haben unter [knauermann.de/videos](https://www.knauermann.de/videos) zahlreiche Videos zum Umgang mit unseren Armbändern hochgeladen.

TELEFONFUNKTION

Während des erstmaligen Verbindungsprozesses zwischen App und Uhr wird die Uhr versuchen, sich mit Ihrem Smartphone zu koppeln. Diese Koppelung dient der Audioverbindung. Stimmen Sie dieser Koppelungsanfrage zu, selbst wenn Sie die Uhr im Augenblick nicht zum Telefonieren nutzen möchten.



Um die Funktion dann später tatsächlich zu nutzen oder auch nicht, steuern Sie dies über den Statusbildschirm der Uhr: Wischen Sie von oben nach unten bei sichtbarem Ziffernblatt, um zum Statusbildschirm zu gelangen und tippen Sie auf das Hörsymbol.

Über die Seite Gerät > Adressbuch in GloryFitPro können Sie bis zu 100 Kontakte aus Ihrem Smartphone-Telefonbuch auf die Uhr übertragen, damit diese dann direkt für das aktive Anwählen zur Verfügung stehen.

⚡ Falls Sie eine Bluetooth-Freisprecheinrichtung im Auto nutzen, beachten Sie in den Einstellungen Ihres Smartphones, dass die Auto-Freisprecheinrichtung weiter oben stehen sollte (also höher priorisiert sein sollte) als die Uhr, da Sie sonst im Auto über die Uhr telefonieren würden.

DIE GPS 5 REAGIERT NICHT MEHR?

Wenn die Uhr nicht mehr reagiert oder das Display gar Schwarz bleibt, könnte es sein, dass eine Notabschaltung stattgefunden hat.

- Drücken Sie den oberen rechten Bedientknopf der GPS 5 durchgehend für mindestens 10 Sekunden
- Führen Sie das Ladekabel der Uhr an die Rückseite der Uhr
- Stecken Sie das andere Ende des Ladekabels in eine stromführende USB-Dose

In den meisten Fällen wird die Uhr binnen 30 Sekunden sich wieder einschalten.

Eine Notabschaltung tritt auf, wenn die Uhr irreguläre Werte über die Sensoren ermittelt. Reinigen Sie daher die Uhr regelmäßig mit einem scheuerfreien Reinigungsmittel oder eine Desinfektionspad von Staub, Schmutz, Schweißrückständen, etc.

Wenn dies nicht zum Erfolg führt: Wenden Sie sich bitte an unseren Kundendienst per E-Mail, Telefon oder WhatsApp.

Alle Kontaktmöglichkeiten finden Sie auf der Rückseite dieser Anleitung!

APP „GloryFitPro“ HERUNTERLADEN

WICHTIG: VERBINDEN/KOPPELN SIE DIE UHR NICHT DIREKT ÜBER DAS BLUETOOTH-MENÜ IHRES SMARTPHONES. DIE VERBINDUNG DARF NUR ÜBER DIE APP HERGESTELLT WERDEN.

 Die kostenlose App GloryFitPro ist für Android-Geräte ab Android-Version 6.0 bzw. iPhones/iPads ab iOS 9.0 verfügbar. Eine Registrierung in der App ist möglich, aber nicht zwingend notwendig.

Die App ist in Ihrem bevorzugten App-Store verfügbar oder kann auch über diese Adresse heruntergeladen werden:

knauermann.de/app

(Alternativ scannen Sie den nebenstehenden QR-Code, um die Adresse direkt auf Ihrem Gerät zu öffnen.)



Die bei der Koppelung von Uhr und App geforderten Berechtigungen sind für verschiedene Funktionen der Uhr notwendig. Die Uhr kann Sie beispielsweise informieren, wer gerade anruft. Damit diese Funktion zur Verfügung steht, benötigt die App Zugriff auf die Funktion Anrufe und auf Ihre Kontakte. Bei Ablehnung dieser Berechtigungen wird die Uhr mit ihren Überwachungs- und Kontrollfunktionen einwandfrei funktionieren. Über Anrufe und Nachrichten (z.B. WhatsApp, E-Mail etc.) werden Sie dann allerdings nicht informiert. Zwingend für das einwandfreie Funktionieren der Knauermann GPS 5 sind jedoch der Zugriff auf Bluetooth und Ihren Standort, weil diese für die Kommunikation zwischen der Uhr und der App erforderlich sind.

 Sollten im Laufe der Nutzungszeit Probleme mit der Bluetooth-Verbindung auftreten, öffnen Sie bitte die Bluetooth-Einstellungen Ihres Smartphones/Tablets: Wenn die Uhr dort verbunden/gekoppelt ist, trennen/entkoppeln Sie die Uhr (bei iOS „Gerät ignorieren“) und starten Sie das Smartphone/Tablet einmal neu. Anschließend können Sie die Verbindung erneut über die App aufbauen.

MIT DER APP „GloryFitPro“ VERBINDEN

- 1  Ein Konto ist nicht notwendig, Sie können alle Funktionen der Uhr auch ohne Registrierung nutzen. Die Registrierung wird benötigt, wenn Sie die Daten am GloryFitPro-Server speichern möchten. Sie können sich auch mit einem bestehenden Google-Konto anmelden.

Tippen Sie am ersten Bildschirm auf „**Überspringen**“, um sich nicht zu registrieren und die App direkt zu nutzen. Sollten Sie sich registrieren wollen, müssen Sie der Datenschutzerklärung zustimmen, indem Sie auf den Kreis links davon tippen um das Häkchen zu setzen.

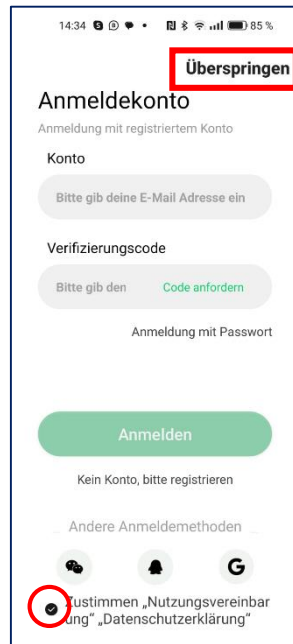
 www.knauermann.de/datenschutz/gloryfitpro Datenschutzerklärung von GloryFitPro in deutscher Sprache

- 2 Folgen Sie den Anweisungen am Bildschirm und füllen Sie Ihre persönlichen Daten (Geschlecht, Gewicht, Körpergröße, etc.) aus. Diese Daten werden benötigt, um den Kalorienverbrauch basierend auf Bewegung und Herzfrequenz korrekt zu errechnen.

- 3 Tippen Sie auf „**Jetzt verbinden**“ und „**Gerät hinzufügen**“, um die Verbindung zur Uhr aufzubauen. Nach Zustimmung zu den Berechtigungen, dass die App nach Geräten in der Nähe suchen darf, präsentiert die App eine Liste der gefundenen Geräte. Tippen Sie auf den Namen der Uhr (4stellige Buchstaben-/Ziffernkombination).

 Vergewissern Sie sich, dass die Uhr eingeschaltet ist. Wenn Sie den Knopf an der Seite der Uhr drücken, sollte das Display für einige Sekunden aufleuchten. Um die Uhr einzuschalten, drücken Sie für mindestens 3 Sekunden den oberen Knopf auf der rechten Seite der Uhr.

- 4 Auf der Uhr erscheint die Anzeige „**Verknüpfen?**“. Tippen Sie auf das blaue Häkchen am Display der Uhr um die Verbindungsanfrage aus der App zu bestätigen.



14:34 85 %

Überspringen

Anmeldekonto

Anmeldung mit registriertem Konto

Konto

Bitte gib deine E-Mail Adresse ein

Verifizierungscode

Bitte gib den [Code anfordern](#)

Anmeldung mit Passwort

Anmelden

Kein Konto, bitte registrieren

Andere Anmeldemethoden



☒ Zustimmung „Nutzungsvereinbarung“ „Datenschutzerklärung“

WICHTIGE APP-EINSTELLUNGEN

Seite Sport

+ Symbol oben rechts Ihre ausgeübten Sportarten managen (sehr wichtig für die optimale Nutzung der Uhr!)

Seite Gerät

Ziffernblattmarkt	Es gibt zwei Arten von Ziffernblättern: Always-On-Ziffernblätter, die permanent angezeigt werden können und Standard-Ziffernblättern mit mehr Informationen und Stromverbrauch, die bei Verwendung genutzt werden.
Erinnerungen	SMS, Anrufe, App-Benachrichtigungen auf der Uhr empfangen
Gesundheitsüberw.	Automatische 24h-Überwachung von Puls, Blutsauerstoff, Stress und Bewegungserinnerung (Schlaf und Schritte werden immer erfasst und können nicht geändert werden)
Schnellantwort	Vordefinierte Antworten managen um SMS und WhatsApp-Nachrichten direkt auf der Uhr beantworten zu können
Adressbuch	Bis zu 100 Kontakte Ihres Telefonbuchs in die Uhr kopieren, um direkt von der Uhr diese anrufen zu können
SOS-Anruf	Wählen Sie einen Kontakt aus Ihrem Telefonbuchs, der im Notfall angerufen werden soll

Seite Ich

Kreis mit Kopf	Ihr Profil (Größe, Gewicht,...) , dieses muss aktuell gehalten werden, damit die Kalorienberechnung korrekt ist
Wöchentlicher Bericht	Wenn Sie registriert sind, werden Ihre Daten am GloryFitPro-Server gespeichert und Sie erhalten so Wochenberichte
Dienst von Dritten	Daten mit Strava, Google Health Connect / Apple Health austauschen
Berechtigungseinst.	Wenn nicht alle Berechtigungen gesetzt sind, können nicht alle Funktionen von App und Uhr genutzt werden „Einstellung der Berechtigung zum Ausführen im Hintergrund“ auf Android-Smartphones ist sehr wichtig, denn sonst wird Android die App pausieren/beenden und dann funktionieren viele Dinge wie Weiterleiten von WhatsApp, regelmäßige Synchronisation, etc. nicht mehr!

KNAUERMANN ORIGINAL-ZUBEHÖR

Besonders lange Armbänder für starke Handgelenke?
Premium-Materialien wie Titan oder hautfreundliches Nylon?

ENTDECKEN SIE DIE KNAUERMANN-ARMBÄNDER!

[knauermann.de/armband](https://www.knauermann.de/armband)

IHRE GPS 5 BENÖTIGT ARMBÄNDER MIT 22MM-ANSCHLUSSBREITE!

Schützen und erweitern Sie Ihre Knauermann-Sportanalyseuhr mit optimal passendem Original-Zubehör wie Schutzfolien, Armbändern, Ladekabel/Ladestationen und Zusatzelektroden. Garantiert passend, garantiert Original.

-25 % AUF EINE WEITERE UHR

RABATTCODE: **XXXXXX**

Rabattcode nur in der Druckversion!

www.knauermann.de

Kein Rechtsanspruch. Keine Barablässe. Aktion ist freibleibend und kann ohne Vorankündigung jederzeit beendet werden. Gültig nur für Uhren.

-20 % AUF ORIGINALZUBEHÖR

RABATTCODE: **XXXXXX**

Rabattcode nur in der Druckversion!

www.knauermann.de/zubehoer

Kein Rechtsanspruch. Keine Barablässe. Aktion ist freibleibend und kann ohne Vorankündigung jederzeit beendet werden

RABATTCODE EINLÖSEN

AM PC: Auf der Seite, auf der Sie Ihre Anschrift eingeben, finden Sie rechts das Feld „Rabattcode“

AM SMARTPHONE/TABLET: Auf der Seite, auf der Sie Ihre Anschrift eingeben, tippen Sie oben auf „Bestellzusammenfassung anzeigen“, dann erscheint das Feld „Rabattcode“

BEDIENUNG

So funktionieren die Bedienelemente der großen runden Uhr:

BEDIENKNOPF RECHTS OBEN

LANGE DRÜCKEN

- Uhr ausgeschaltet: Uhr einschalten
- Uhr eingeschaltet: SOS-Funktion / Neustart / Ausschalten

1 x KURZ DRÜCKEN

- Bildschirm aus: Bildschirm einschalten
- Uhrzeitanzeige sichtbar: Zum Menü (Alle Apps anzeigen)
- Ansonsten: Zurück zur Uhrzeitanzeige (oberste Bedienebene)

2x KURZ DRÜCKEN („DOPPELKLICK“)

- Direktzugriff auf zuletzt genutzte Funktionen

10 SEKUNDEN DURCHGEHEND DRÜCKEN

- Neustart und Sensorreset erzwingen (z.B. wenn Uhr abgestürzt ist)

VON OBEN NACH UNTEN WISCHEN

Zum Statusbildschirm



VON RECHTS NACH LINKS WISCHEN

Zum Menü (Alle Apps anzeigen)

LANGE IN DIE DISPLAYMITTE TIPPEN

- Ziffernblatt ändern

VON LINKS NACH RECHTS WISCHEN

Uhrzeitanzeige: Benachrichtigungen anzeigen

Ansonsten: Zum vorherigen Bildschirm

BEDIENKNOPF LINKS UNTEN

KURZ DRÜCKEN

- Bildschirm aus: Bildschirm einschalten
- Ansonsten: Trainingsfunktion (Sportaufzeichnung) starten

LANGE DRÜCKEN

- Stoppuhr

VON UNTEN NACH OBEN WISCHEN

Dynamische Datenanzeige

Über die Funktion „Bearbeiten“ ganz unten sind die Anzeigen frei sortierbar

BEDIENKNOPF RECHTS UNTEN

KURZ DRÜCKEN

- Bildschirm aus: Bildschirm einschalten
- Uhrzeitanzeige sichtbar: Benutzerdefinierte Funktion (s. Einstellungen)
- Im Sportmodus: Sportaufzeichnung pausieren/fortsetzen
- Bei eingehendem Anruf: Klingelton für diesen Anruf stummschalten
- Ansonsten: Eine Seite zurückgehen (übergeordnete Bedienebene)

LANGE DRÜCKEN

- Timer

STATUSBILDSCHIRM

Sie erreichen den Statusbildschirm durch Wischen von oben nach unten. Sie können den Statusbildschirm verlassen, indem Sie von unten nach oben wischen oder einen der beiden rechten Bedienknöpfe drücken.

Am Statusbildschirm finden Sie in der obersten Zeile:



Datum (Monat/Tag), Verbindung zur App (grün = aktiv), Verbindung zum Audiogerät (grün = aktiv)

Die Verbindung zum Audiogerät zeigt an, ob die Uhr als Freisprecheinrichtung mit Ihrem Smartphone verbunden ist. Wenn ja, können Sie Anrufe entgegennehmen, initiieren und auf der Uhr über Mikrofon und Lautsprecher führen.

Sie können am Statusbildschirm außerdem von rechts nach links wischen und umgekehrt (sofern genügend Symbole dem Statusbildschirm hinzugefügt wurden) – der Statusbildschirm lässt sich horizontal durch Hinzufügen weiterer Funktionen erweitern.

FUNKTIONEN HINZUFÜGEN/AUSBLENDEN

Tippen Sie auf das + Element (Plus) am Ende der Liste der Symbole, um weitere Funktionen hinzuzufügen. Durch Antippen des kleinen roten – Symbols kann das jeweilige sich bereits am Statusbildschirm befindliche Element ausgeblendet werden, die sonstigen nicht mit rotem Minus markierten Elemente werden durch Antippen dem Statusbildschirm am Ende der Liste hinzugefügt. Um die Bearbeitung abzuschließen, wischen Sie am Bildschirm von links nach rechts.

Es stehen folgende Funktionen zur Auswahl (Achtung: Die Reihenfolge kann durch Hinzufügen/Entfernen leicht abweichend sein!)



Bluetooth-Anruf ein/aus

Akkustand/Energiesparmodus

Bei aktivem Energiesparmodus werden nur noch die Schritte erfasst, alle anderen Funktionen sind inaktiv. Dieser Modus lässt sich durch langen Druck auf den oberen rechten Bedientknopf beenden.

Helligkeit

Einstellungen

Stumm ein/aus

Weitere Symbole hinzufügen
(Erreichbar dann durch Wischen von Rechts nach Links!)



Display bei Handbewegung aktiv

Wenn Sie die Hand anheben und gleichzeitig leicht drehen, erkennt die Uhr diese Bewegung und aktiviert automatisch das Display der Uhr.

Finde mein Telefon

Sie müssen zuerst in GloryFitPro unter Gerät > Geräteeinstellungen > Finde mein Telefon die Funktion aktivieren. Anschließend können Sie über die Uhr nach Ihrem Smartphone suchen.

Geräteinfo

[in der Praxis unwichtig, da reine Anzeige von Systeminformationen]

Always-On-Display (Daueranzeige)

Display schaltet bei Nichtbenutzung nicht mehr aus, sondern wechselt zu einem reduzierten Ziffernblatt. Die Funktion kann auch zeitabhängig sein (keine Störung in der Nacht) Konfiguration auf der Uhr unter AOD

Alarm

Die Alarmer können über die Uhr und über die App verwaltet werden (wochentagsabhängig, benutzerdefinierte Nachricht z.B. zur Erinnerung an Medikamente)

Nicht-Stören-Modus

Deaktiviert sämtliche Benachrichtigungen und auch den Wecker.

Bildschirmzeit

Legt fest nach wie vielen Sekunden sich das Display abschaltet bzw. in den Always-On-Modus umschaltet.

QR-Code zum App-Download

[in der Praxis unwichtig, da man die App auch im App Store findet]

Passwort

Die Uhr lässt sich per Passwort sperren. Es ist eine sechsstellige Ziffernkombination. Wenn Sie das Passwort vergessen haben, wenden Sie sich bitte an den KnauerMann-Kundendienst.



Entleerung

Mikrofon und Lautsprecher sind wasserdicht. Jedoch kann eingedrungenes Wasser die Klangqualität beeinträchtigen. Diese Funktion entleert die Öffnungen.

Sprachassistent

Sie können die Sprachassistentz des Smartphones darüber starten. Dies ist auch möglich, indem Sie den unteren rechten Bedienknopf 2 Sekunden lang gedrückt halten.

Deckelsperre

Wenn aktiv, können Sie das Display auch durch vollflächiges Abdecken mit der Hand deaktivieren. Sinnvoll, wenn Sie als Bildschirmzeit 60 Sekunden eingeschaltet haben: Sie können dann das Display entweder durch Drücken des rechten oberen Bedienknopfs oder durch Abdecken ausschalten.

Stoppuhr

Schnellzugriff auf die eingebaute Stoppuhr.

Menüstil

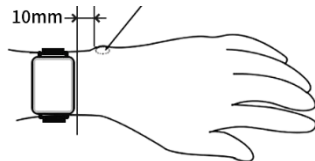
Ändert die Darstellung des Menüs, welches Sie von der Uhrzeitanzeige aus durch Wischen von rechts nach links erreichen. Sie können dies auch über Einstellungen > Thema ändern.
(in der Praxis unwichtig, da man dies einmalig einstellt)

SOS-Funktion

Ruft jenen Kontakt an, den Sie in der App unter Gerät > SOS-Anruf vorher definiert haben.

SENSOREN & WERTE

i Wenn Sie die Uhr nicht tragen, schalten Sie diese ab oder legen Sie die Uhr mit dem Display nach unten ab. Manche Oberflächen können die PPG-Sensoren auf der Rückseite durch Reflexionen irritieren und zu Fehlmessungen führen!



SCHRITZZÄHLER: Der Schrittzähler wird automatisch um Mitternacht auf null zurückgesetzt. Daten von vorherigen Tagen werden mit der App synchronisiert und sind dort dauerhaft abrufbar. Die WHO empfiehlt 10.000 Schritte pro Tag als Bewegungsziel.

PULS: Für eine korrekte Pulsmessung ist es notwendig, die Uhr straff zu tragen, damit sie flächig am Handgelenk aufliegt und mind. ein, besser zwei Zentimeter vom Handgelenkknöchel (Ulna) entfernt ist. Zur Pulsmessung werden die obersten drei bis vier Millimeter der Haut mittels Gesundheitssensoren gemessen: Starke Körperbehaarung, Muttermale, Schmutz am Sensor oder auf der Haut oder auch Tattoos können die Messergebnisse beeinflussen. In der App GloryFitPro kann unter Gerät > Gesundheitsüberwachung > Überwachung der Herzfrequenz ein oberer und ein unterer Grenzwert gesetzt werden, bei dessen Über-/Unterschreiten die Uhr vibriert. Dies ist ebenso auf der Uhr unter Menü > Herzfrequenz möglich.

BLUTSAUERSTOFF: Der Blutsauerstoff kann direkt auf der Uhr gemessen werden und wird als Diagramm dargestellt. In der App GloryFitPro kann unter Gerät > Gesundheitsüberwachung > Blutsauerstoffüberwachung die 24h-Überwachung aktiviert werden. Auf der Uhr können Sie über das Menü > Blutsauerstoff das Intervall der Messungen definieren und auch, ob Sie bei niedrigem Blutsauerstoff (Apnoe) alarmiert werden möchten.

SCHLAF: Die Schlafaufzeichnung erfolgt automatisch auf Basis der Bewegungsanalyse. Bei sehr unruhigem Schlaf ist keine Analyse möglich. Auch sehr ruhiges Sitzen z.B. vor dem Fernseher kann als Schlaf interpretiert werden. Auf der Uhr können Sie über das Menü unter „Schlaf“ ganz unten Ihre Schlafeinstellungen verwalten und einen groben Zeitplan definieren, wann Sie schlafen, um die Uhr bei der Analyse anzuleiten.

STRESS: Die Uhr analysiert Ihren Herzschlag und bewertet so die Stressbelastung über den Tag verteilt – 100 ist dabei hoher Stress, Null ist absolute Entspannung. Stress kann manuell über die Uhr über das Menü > Stress gemessen werden.

WEIBL. ZYKLUS: Sie können als weibliche Person in der App auf der Startseite unter „Menstruation“ Ihre Daten eingeben. Diese sind dann auf der Uhr verfügbar.

WETTER: Das Wetter wird von der App GloryFitPro zur Verfügung gestellt. Es wird nur angezeigt, wenn die Uhr kürzlich mit der App verbunden war. Außerdem muss die App Zugriff auf das Internet und Ihren aktuellen Standort haben, um die Wetterinformationen zu empfangen.

GPS-ASSITENZDATEN (AGPS)

 Ein GPS/Galileo-Empfang ist nur im Freien bzw. nahe an einem Fenster möglich, da dabei Satellitensignale empfangen werden müssen

Das amerikanische GPS-System (Global Positioning System) und das europäische Galileo-System sind zwei weltweit verfügbare Satelliten-Navigationssysteme und bestehen aus jeweils 31 bzw. 30 Satelliten, die die Erde umkreisen. Im Unterschied zu einem TV-Satelliten sind diese jedoch nicht fix über einem bestimmten Punkt der Erde, sondern in ständiger Bewegung (erst dadurch ist es möglich, die Position auf der Erde zu bestimmen). Ihre GPS 5 verfügt über einen europäischen Broadcom-Chip, der eine duale Empfangseinheit enthält und daher gleichzeitig GPS- und Galileo-Signale empfangen kann. Dadurch kann Ihre Position besonders schnell und präzise erfasst werden.

Durch den Umstand, dass die Satelliten in Bewegung sind, muss die Uhr zuerst einmal überhaupt herausfinden, welche Satelliten denn gerade am Himmel sichtbar sind. Das kann einige Zeit in Anspruch nehmen. Ist dies klar, spricht man von einem sogenannten „GPS-Fix“, d.h. die Position ist bekannt und nun kann die Verfolgung der Bewegung auf der Erde beginnen. Um die Zeit bis zum GPS-Fix zu verkürzen, unterstützt die Uhr sogenannte Assistenzdaten (AGPS). Die Uhr weiß zwar nach dem Einschalten nicht, welche Satelliten zur aktuellen Uhrzeit an einem bestimmten Standort (z.B. Bayern) gerade sichtbar sind und müsste suchen – aber da die Bewegung der einzelnen Satelliten berechenbar ist, kann man vorherberechnen, welche Satelliten gerade sichtbar sein müssten. Diese Information nennt sich Assistenzdaten und wenn diese auf der Uhr verfügbar sind, muss man nicht nach allen 30 bzw. 31 Satelliten Ausschau halten, sondern kann sich auf die wenigen konzentrieren, die gerade in Frage kommen, was die Zeit bis zum GPS-Fix dramatisch verkürzt.

Die App lädt automatisch täglich die für Ihren aktuellen Standort relevanten Assistenzdaten herunter. Beim nächsten Synchronisierungsprozess zwischen App und Uhr werden diese Daten dann an die Uhr übertragen. Sollten Sie einmal auf Reise zu einem weiter entfernten Ziel gehen (z.B. Urlaub auf den Kanaren) sollten Sie am Ziel die Synchronisierung erzwingen, indem Sie auf der Startseite der App den Finger auf den Bildschirm legen und den gesamten Bildschirm etwa 3 Zentimeter nach unten ziehen und dann den Finger anheben.

SPORTAUFZEICHNUNG

 Auf der Uhr sind ab Werk 14 vorausgewählte Sportarten verfügbar. Insgesamt stehen aber über 150 Sportarten zur Verfügung

Drücken Sie den Bedienknopf links, um in die Sportaufzeichnung zu gelangen und wählen Sie eine Sportart aus. Wenn es sich um eine Outdoor-Sportart handelt, wird die Uhr versuchen Ihre GPS-Position zu ermitteln, um eine präzise Streckenaufzeichnung zu gewährleisten. Welche Werte die Uhr anzeigt hängt von der gewählten Sportart ab (Beispiel: Schrittlänge bei Laufsportarten, aber nicht beim Fahrradfahren).

ZIELE & RÜCKMELDUNGEN DEFINIEREN

Sie können einfach eine Sportart auswählen oder für die jeweilige Aktivität ein Ziel (z.B. 30 Minuten Training, 5 Kilometer Laufen, ...) festlegen. Um ein Ziel zu definieren tippen Sie auf das Stiftsymbol in der rechten oberen Ecke der Sportart.

Im Rahmen der Zielfestlegung können Sie auch eine Intervallerinnerung definieren, also z.B. dass die Uhr Sie alle 2 Kilometer alarmiert oder alle 5 Minuten (Werte einstellbar). Außerdem können Sie einen Herzfrequenzalarm festlegen. Wenn der definierte Pulswert überschritten wird, gibt die Uhr Ihnen ebenfalls Rückmeldung.

BEDIENUNGS WÄHREND DER SPORTAUFZEICHNUNG

Bei Sportarten mit GPS-Aufzeichnung sehen Sie sportartspezifische Daten. Wischen Sie von links nach rechts, um von den Werten zur Routenansicht zu wechseln (falls Sie Kartendaten auf die Uhr geladen haben oder eine Route werden diese entsprechend angezeigt). Wechseln Sie von rechts nach links, um zur Musiksteuerung zu gelangen. Bei Sportarten ohne GPS-Funktion ist die Routenansicht nicht verfügbar.

Mit dem linken oberen Knopf können Sie die Aufzeichnung pausieren (und wieder fortsetzen). Die Sportaufzeichnung können Sie durch 5 Sekunden langen Druck auf die unteren Knöpfe beenden.

BILDSCHIRMSPERRE BEIM WASSERSPORT

 Touchscreens funktionieren unter Wasser nicht korrekt bzw. erkennen Eingaben, die Sie nicht getätigt haben. Darum ist bei aktivem Wassersport automatisch die Bildschirmsperre aktiv, d.h. der Touchscreen ist deaktiviert

Sie sehen ganz obenein Schlosssymbol, das die aktive Bildschirmsperre anzeigt. Drücken Sie den oberen rechten Knopf, um die Bildschirmsperre kurzzeitig aufzuheben und so den Touchscreen nutzen zu können (3 Sekunden keine Eingabe = Bildschirmsperre wird wieder aktiviert).

Beim Schwimmen stehen die Sonderfunktionen „Bahnenlänge“ (vor dem Start in Metern einzustellen), Bahnenerkennung und SWOLF (Schwimmeffizienz, Summe aus Sekunden + Anzahl der Züge pro Bahn) zur Verfügung.

SPORTARTEN HINZUFÜGEN/ENTFERNEN/UMSORTIEREN

 Auf der Uhr lassen sich nur Sportarten hinzufügen. Erweiterte Funktionen sind nur in der App verfügbar.

Die Uhr unterstützt mehr als 150 Sportarten. Standardmäßig sind 14 beliebte Sportarten direkt anwählbar. Auf der Uhr können Sie am Ende der Liste unter „Training hinzufügen“ beliebige weitere Sportarten ergänzen.

In der App GloryFitPro können Sie Sportarten auch löschen und umsortieren. Gehen Sie dazu auf „Sport“ (2. Symbol unten in der Liste) und dann auf das „+“ in der oberen rechten Ecke. Über das grüne Plus-Symbol können Sportarten hinzugefügt, über das rote Minus-Symbol entfernt werden. Zum Umsortieren tippen Sie mit dem Finger 2 Sekunden lang auf ein Symbol und anschließend können Sie es mit gedrücktem Finger durch Wischen an eine beliebige Position verschieben.

ACTIVE LIFE INDEX (ALI)

Der ALI fasst die verschiedenen Trainingsintensitäten pro Kalendertag zusammen. Dieser Index wurde wissenschaftlich in den USA-Entwickelt und berücksichtigt auch Ihre persönlichen Profildaten (Alter, Gewicht, etc.). Ein Wert von >100 ist für ein reduziertes Herzerkrankungsrisiko erstrebenswert. Ihren ALI für den aktuellen Tag und die letzte Woche können Sie im Menü der Uhr abrufen.

SPORTANALYSE IN DER APP

Alle aufgezeichneten Aktivitäten können Sie auf der Uhr unter Menü > Trainingsaufzeichnungen einsehen. Diese werden auch automatisch mit der App GloryFitPro synchronisiert.

Bild 1 Tippen Sie in der App unten auf „Sport“ (roter Kreis) und wählen Sie anschließend durch Wischen nach Links oder Rechts die entsprechende Sportart aus – es wird jeweils eine Zusammenfassung alle Aktivitäten angezeigt. Tippen Sie auf den Text (rotes Rechteck), um die einzelnen Aktivitäten zu sehen.

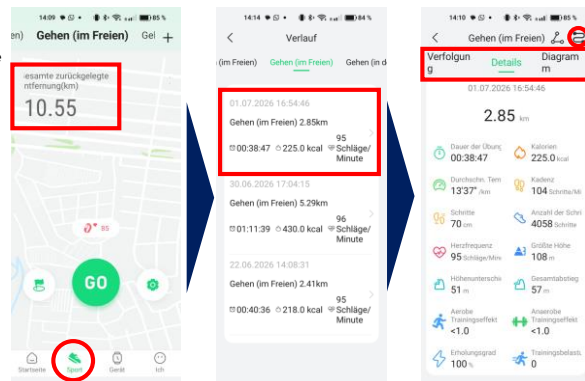
Tipp: Über das + in der oberen rechten Ecke können Sie die Sportarten frei anordnen. Positionieren Sie die von Ihnen ausgeübten Sportarten an die oberste Position, um auf diese in der App leichter zugreifen zu können. Die Anordnung wird von der Uhr übernommen.

Bild 2 Wählen Sie eine Aktivität aus (rotes Rechteck), um Details abzurufen.

Bild 3 Wählen Sie eine der drei Unterseiten (rotes Rechteck):

- „Verfolgen“: Kartendarstellung
- „Details“: Umfangreiches aggregiertes Zahlenmaterial
- „Diagramm“: Messwerte im Zeitverlauf

Die Tour in Form von Wegpunkten lässt sich über das Routensymbol (roter Kreis) speichern bzw. als GPX-Datei exportieren.



SPORTANALYSE AM PC

 Dieser Abschnitt beschreibt die Strava-Synchronisierung von GloryFitPro.

Strava ist ein eigenständiger Dienst, die Verfügbarkeit dieser Funktion ist von Strava abhängig.

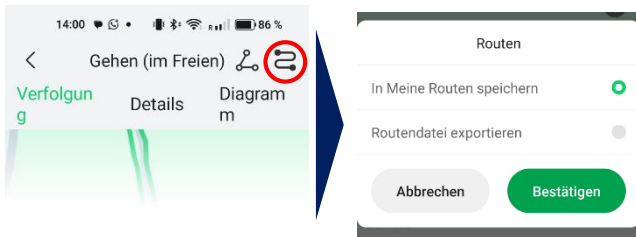
Wir empfehlen zuerst eine kostenlose Registrierung auf www.strava.com mit Ihrer E-Mail-Adresse (die Premium-Funktion von Strava ist NICHT notwendig zur Nutzung). Anschließend öffnen Sie in GloryFitPro unter *Ich > Dienst von Dritten > Strava* die Synchronisierung, indem Sie sich mit E-Mail-Adresse und Passwort aus der App GloryFitPro heraus in Strava anmelden. Alle zukünftigen Sportaufzeichnungen, die von der Uhr aus in die App übertragen werden, werden nun auch automatisch an Strava weitergeleitet. Dazu gehören beispielsweise auch Höheninformationen (praktisch beim Wandern). Diese Höhendiagramme können Sie dann am PC abrufen. Wenn Sie eine Hausstrecke haben auf der Sie z.B. für einen Marathon trainieren, kann Strava die Aufzeichnungen vergleichen und so die körperliche Leistungssteigerung analysieren. Außerdem können Sie auch von Strava aus die Daten als GPX exportieren.

DATENAUSTAUSCH

Sie können von der Uhr in die App synchronisierte Daten an Apple Health und Google Health Connect übertragen werden. Google Health Connect ist der Nachfolger von Google Fit. Diese „Datendrehscheiben“ dienen z.B. dazu, dass Schrittzählerdaten an die AOK-Bonus-App oder TK-App übermittelt werden können. Sie aktivieren diese Datenweitergabe von GloryFitPro an die jeweilige Plattform in GloryFitPro unter *Ich > Dienst von Dritten*.

Die Daten in Apple Health / Google Health Connect können aber auch mit KIWI Health analysiert werden – siehe knauermann.de/kiwi

Für aufgezeichnete Outdoor-Aktivitäten können Sie diese Touren über das Routensymbol (siehe unten) exportieren. Entweder in „Meine Routen“ innerhalb von GloryFitPro oder als GPX-Datei für externe Verwendung (z.B. Komoot).



OFFLINE-KARTEN&NAVIGATION

i Karten und Touren müssen vor deren Nutzung im Rahmen der sportlichen Aktivität über die App auf die Uhr geladen werden. Das Installieren der Karten erfordert, dass das Smartphone mit dem Internet verbunden ist.

KARTENDATEN INSTALLIEREN

Gehen Sie in GloryFitPro auf Gerät > Kartenverwaltung. Über die App können Sie kreisförmige Ausschnitte der gesamten Welt auswählen. Verschieben Sie die Karte mit dem Finger und durch Zusammenziehen/Auseinanderziehen von zwei Fingern können Sie den Ausschnitt vergrößern. Über das Suchfeld können Sie auch nach Orten suchen, wenn Sie sich auf eine entfernte Tour vorbereiten. Der maximale Radius des Ausschnitts beträgt 20 Kilometer. Jeder Ausschnitt muss mit einem (eindeutigen) Namen versehen werden und wird in der App gespeichert. Anschließend können Sie per Bluetooth diesen Kartenausschnitt auf die Uhr übertragen – die Uhr speichert immer nur einen einzigen Kartenausschnitt.

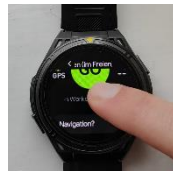
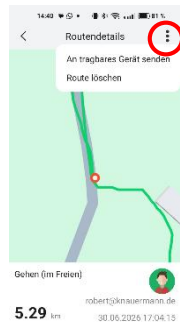
ROUTEN AUF DIE UHR ÜBERTRAGEN

Gehen Sie in GloryFitPro auf Ich > Meine Routen. Es gibt zwei Möglichkeiten, wie Routen dorthin gelangen können:

1. Bereits über die Uhr aufgezeichnete Routen können über das Routen-Symbol (siehe vorherige 2 Kapitel) gespeichert werden.
2. Über „Routen importieren“ (oben rechts) können Sie GPX-Dateien(GPS-Wegpunkte, die eine zusammenhängende Tour bilden) in GloryFitPro importieren. GPX-Dateien können Sie aus beliebigen Quellen erhalten, wie z.B. Internet-Foren, Komoot, Strava, etc.

Öffnen Sie die jeweilige Route und tippen Sie oben rechts auf die drei Punkte. Nun können Sie die Route über „An tragbares Gerät senden“ auf Ihre Uhr übertragen.

Auf die Uhr zur Navigation zu nutzen, können Sie bei Outdoor-Sportarten vor dem Start einfach nach unten wischen und auf die Option „Navigation?“ tippen und eine zuvor auf die Uhr übertragene Route auswählen.



WHATSAPP-ANTWORTEN

i Diese Funktion steht nur im Zusammenhang mit Android-Smartphones zur Verfügung. Apple erlaubt auf iPhones momentan Nicht-Apple-Uhren nicht, dass diese WhatsApp-Nachrichten versenden dürfen. Auf iPhones können Sie nur die Information über eingehende WhatsApp-Nachrichten erhalten.

EMPFANG AKTIVIEREN

Gehen Sie in GloryFitPro auf Gerät > App-Erinnerung und aktivieren Sie die Option „WhatsApp“. Ab sofort werden damit eingehende WhatsApp-Nachrichten auf die Uhr übertragen.

✦ Wichtig: Unter Ich > Berechtigungseinstellungen > Einstellung für die Berechtigung zur Ausführung im Hintergrund müssen Sie sicherstellen, dass GloryFitPro im Hintergrund laufen darf, um eingehende WhatsApp-Nachrichten auszulesen und an die Uhr senden zu können.

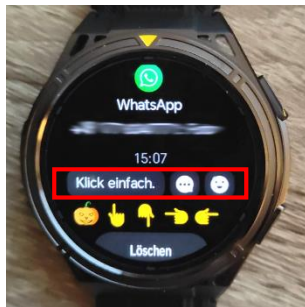
NACHRICHTEN AUF DER UHR LESEN

Die Nachrichten werden bei Empfang auf der Uhr angezeigt. Bereits empfangene Nachrichten können Sie einsehen, indem Sie im Ziffernblatt von links nach rechts wischen und die entsprechende Nachricht öffnen.

AUF DER UHR ANTWORTEN (NUR ANDROID)

Es gibt insgesamt 3 Möglichkeiten, auf eine Nachricht zu antworten (Buttons mit grauem Hintergrund, siehe rechts). Sie können auch mehrfache Antworten senden:

1. Smiley: Tippen Sie auf den Smiley, um mit einem Emoji zu antworten.
2. Sprechblase mit 3 Punkten: Nutzen Sie eine vordefinierte Antwort. Sie können diese Antworten in GloryFitPro über Gerät > Sonstige: Schnellantwort verwalten und an Ihre Bedürfnisse anpassen
3. „Klick einfach“: Tippen Sie darauf und sprechen Sie Ihre Antwort in die Uhr. Ihre Stimme wird erkannt, in Text umgewandelt und der Text wird auf der Uhr angezeigt. Anschließend können Sie den Text als Antwort senden oder erneut in die Uhr sprechen.



Die erfolgreichste EKG-Gesundheitsuhrenserie: **Die Knauermann PRO 4 Familie**

Direkte EKG-Aufzeichnung:
Auf Erkrankungen untersuchen &
an Ihren Kardiologen weiterleiten!

knauermann.de/ekgvergleich

MINI Schwarz | Silber | Gold

Mit 41mm Glasdurchmesser optimal für
schmale Handgelenke – ohne
Kompromisse bei der Funktionalität

ECKIG Schwarz | Silber

Die perfekte Unisex-Größe für Sie
und Ihn mit der größten
Displayfläche

RUND Schwarz | Silber

Die 47mm Glasdurchmesser machen
Eindruck auf kräftigen Armen.

	LITE 4	GPS 5	NEO 2	PRO 4	PRO 4 ULTRA
Pulsmessung / Blutsauerstoff / Blutdruck (kalibrierbar)	●/●/●	●/●/-	●/●/●	●/●/●	●/●/●
Sport (Pulsuhrfunktion) / Schrittzähler / Schlaf	●/●/●	●/●/●	●/●/●	●/●/●	●/●/●
Schlafapnoe-Funktion / Stress / Stoffwechsel	●/●/●	●/●/-	●/●/●	●/●/●	●/●/●
EKG-Funktion / EKG-Elektroden ohne Metall / EKG-Speicher	-/-/-	-/-/-	●/●/●	●/●/●	●/●/●
EKG-Weiterleitung an Arzt / Ausdrucken / Analyse ohne App	-/-/-	-/-/-	●/●/●	●/●/●	●/●/●
GPS-Streckenaufzeichnung / Outdoornavigation / PC-Sportanalyse	-/-/-	●/●/●	-/-/-	-/-/-	●/-/●
Magnet-Kompass / Barom. Höhenmesser / Körpertemperatur	-/-/-	●/●/-	-/-/●	-/-/●	●/●/●
Display: IPS (blickwinkelstabil) / AMOLED / Always-On	●/●/●	●/●/●	●/-/-	●/●/●	●/●/●
Spritzwasserschutz / zum Schwimmen geeignet / Schlagschutz	●/-/-	●/●/●	●/-/-	●/-/-	●/-/-
Telefonie / Sprachassistent / Notruffunktion	●/●/●	●/●/●	●/●/●	●/●/●	●/●/●
Datenaustausch: Google Health C. / Apple Health / Strava	●/●/-	●/●/●	●/●/-	●/●/-	●/●/●
App: Dauerhaft kostenlos / ohne Registrierung (keine persönl. Daten notwendig) / Uhr-Nutzung auch ohne App möglich	●/●/●	●/●/-	●/●/●	●/●/●	●/●/●
Akku: Kapazität in mWh / Laufzeit in Tagen typisch / maximal	670mWh 4-6/14 Tage	1450-1850mWh 6-18/30 Tage	925-1110mWh 5-10/21 Tage	925-1630mWh 5-14/30 Tage	1630mWh 7-14/30 Tage
Unverbindlicher Preisempfehlung in EUR (inkl. Aktionen)	ab €99,90	ab €159,90	ab €99,90	ab €199,90	ab €249,90



Schlanke Uhr, Schlanker Preis: Die LITE 4 ist mit 6mm die dünnste Smartwatch der Welt. Technisch ist sie eine PRO 4, verzichtet aber auf das EKG unter Körpertemperaturmessung. Erhältlich Schwarz/Silber/Gold

Die NEO 2 ist die clevere Wahl für Preisbewusste, die auf nichts verzichten möchten: Alle Gesundheitsfunktionen unseres Spitzenmodells PRO 4 in 3 kompakten Gehäuseformen für schmale Handgelenke.

Die konsequente Weiterentwicklung der PRO 3 punktet mit sphärischem Nanoglas auf der Vorderseite, einer überarbeiteten Benutzeroberfläche und einer noch längeren Akkulaufzeit.

Die ULTRA-Version ergänzt die PRO 4 um einen Bosch-Sensor mit Gyroskop inkl. Sturzerkennung, Barometer, Kompass und GPS-Modul. Damit vereint Sie Funktionen von Gesundheits- und Sportuhren.

KOMPASS

 *Es handelt sich um einen magnetischen Kompass. Er ist also unabhängig von etwaigem GPS-Empfang.*

Der Magnetkompass muss vor der erstmaligen Verwendung kalibriert werden. Dazu müssen Sie die Uhr vom Arm abnehmen. Anschließend führen Sie die Uhr in Form einer liegenden Acht durch die Luft wobei Sie wie auf einer Steilkurve die Uhr auch entsprechend kippen, damit die Uhr sämtliche Bewegungsmöglichkeiten erfassen kann.

Während der Kompassfunktion werden auch die aktuellen Höhenmeter (nur ECKIG/RUND, nicht MINI) angezeigt, die über den barometrischen Höhenmesser ermittelt werden. Auch dieser muss erstmalig kalibriert werden.

 www.knauermann.de/kompass Anleitungsvideo, wie die Uhr bewegt werden sollte zur optimalen Kalibrierung des Magnetkompass.

BAROMETRISCHER HÖHENMESSER

 *Die Uhr misst den Luftdruck und errechnet daraus die aktuellen Höhenmeter. Eine regelmäßige Kalibrierung ist notwendig.*

Finden Sie zuerst heraus, auf wie viel Metern Seehöhe Sie sich aktuell befinden. Eine ungefähre Bestimmung erfolgt bereits über die App, da diese (sofern die Standortberechtigung erteilt wurde), den Standort des Smartphones kennt. Um den Höhenmesser auf der Uhr zu kalibrieren wählen Sie im Menü der Uhr „Barometrischer Höhenmesser“ und wischen Sie dann nach ganz unten, um zum Punkt „Kalibrierung“ zu gelangen.

 www.wie-hoch-bin-ich.de Wie-Hoch-Bin-Ich.de ist eine Website, die genau die gewünschte Information bietet.

REINIGUNG IHRER KNAUERMANN-UHR

- ✓ Behandeln Sie Ihre Uhr sorgfältig. Verwenden Sie zum Reinigen der Sensoren an der Rückseite nur ph-neutrale Reinigungsmittel (seifenfreie Spülmittel).
- ✓ Reinigen Sie die Uhr regelmäßig, insbesondere nach starkem Schwitzen.
- ✓ Starke Verschmutzungen können durch Verwenden von Alkohol-Pads, wie sie z.B. Diabetiker verwenden oder Reinigungsalkohol hervorragend gelöst werden.

HINWEISE ZUR ENTSORGUNG

- ✓ Für Ihre Knauer mann-Uhr wurden bereits Entsorgungsabgaben an den deutschen Staat durch den Importeur starmobile GmbH geleistet, WEEE-Reg.-Nr. 60721867
- ✓ Ihre Uhr gehört nicht in den Hausmüll. Bitte entsorgen Sie die Uhr über die öffentliche Sammelstelle in Ihrer Stadt bzw. Gemeinde.
- ✓ Bitte entsorgen Sie die Verpackung und Anleitung Ihrer Uhr sortenrein (Papier, Pappe).



starmobile GmbH
Glenn-Miller-Str. 13
36041 Fulda
starmobile.de

WEEE-Reg.-Nr.: 60721867

Reparaturanschrift
Knauer mann DE
TST Lager / SMS
Medipark 2
83088 Kiefersfelden
support@knauer mann.de

Einführer
Starmobile GmbH
Glenn-Miller-Str. 13
36041 Fulda
www.starmobile.de
info@starmobile.de

EU-Bevollmächtigter
GAIO Ltd
Penthouse A, ROCKBANK
Dr. Anton Tabone Street
Victoria, VCT 9027, Malta
authrep@knauer mann.de

Hersteller
Elektronikhandel Knauer mann Co. Ltd.
Hollywood Plaza, Rooms 1318-19
610 Nathan Road, Mong Kok
999077, Hong Kong
producer@knauer mann.de



Mit dem CE-Symbol gekennzeichnete Produkte erfüllen alle maßgeblichen Gemeinschaftsvorschriften des europäischen Wirtschaftsraums:

KONFORMITÄTSERKLÄRUNG

Hiermit erklärt Elektronikhandel Knauer mann Limited, dass der Funkanlagentyp **GPS5R** der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: knauer mann.de/ce



FRAGEN?

Knaueermann Hilfe-Center:



knaueermann.de/hilfe

E-Mail: support@knaueermann.de

WhatsApp: knaueermann.de/whatsapp

Videoanleitungen: knaueermann.de/videos

NEED HELP?

Customer Support:

knaueermann.de/english

e-mail : support@knaueermann.de