Gesundheitsuhr mit Telefonie/Notruf/Pflegefunktion

Knauermann LITE 4 (2026)

TECHNISCHE DATEN

KNAUERMANN

ABMESSUNGEN, GEWICHTE, MATERIALIEN

Abmessungen	ECKIG: Höhe: 40mm (integrierte Armbandhalter), Breite 35mm (seitliche Krone +2mm), Lünettendicke: 6mm (Sensor +0,6mm, Glas +0,3mm), Glasdurchmesser 45mm
Armbänder	▪ Standardarmband: Silikon Schwarz (weiches TPU) mit Dornverschluss, Verstellbar, geeignet für 14-22cm Handgelenksumfang, Breite 20mm ▪ Premium-Paket: Zusätzlich ein Milanaisearmband, ein Rindslederband und ein weiteres Silikonband in Kontrastfarbe enthalten ▪ Breite Auswahl an verschiedenen Armbändern in Bezug auf Farben und Materialien als Zubehör) erhältlich: knauermann.de/20mm
Gesamtgewicht	30-45 Gramm (abhängig vom montierten Armband)
Material & Farbe Lünette	Durchgefärbtes Aluminium, ECKIG: Matt-Anthrazit, Matt-Silber oder Matt-Gold
Material Unterseite	Durchgefärbtes Aluminium, Abdeckung des Gesundheitssensors Polycarbonat (vollständig antiallergen, da kein direkter Metallkontakt mehr zur Haut)
Wasserschutz	IP67 (Spritzwasserschutz), bitte Bedienhinweise beachten!
Lieferumfang	Verpackung, Gesundheitsuhr, magnetisches USB-Ladekabel mit USB-C-Anschluss, Silikon-Armband (TPU), gedruckte deutsche Schnellstartanleitung, lebenslange Lizenz für die App (alle Funktionen dauerhaft kostenfrei) Premium-Paket: Zusätzlich 3 Armbänder (2. Silikonband, Milanaise, Rindsleder), Display-Schutzfolie, USB-A-Ladekabel, USB-Ladegerät mit 5 Anschlüssen (3x USB-A, 2x USB-C)
Zertifizierungen	CE, RoHS, Bluetooth 5.3 Low Energy, IP67

TECHNISCHE KOMPONENTEN

Prozessor	AB5691G, Hersteller Bluetrum, 32bit-RISC-V-Prozessor mit 160 MHz und 3D-Beschleuniger
Gesundheitssensorik	PPG-Sensor HX3918, Hersteller Hexin, Photoplethysmographie mit 3 Lichtwellenlängen (540nm/660nm/940nm Infrarot)
Bewegungssensor	STK8325, Hersteller Sensortek Technology, 3-Achsensensor,12bit Auflösung, bis zu 8G
Display	Displayglas: 2,5D Glas mit Mohshärte 7H, AMOLED-Display mit Always-On-Funktion: Blickwinkel-stabil bis 178° (IPS-Technologie), Bildschirmanzeige frei konfigurierbar (3-60 Sek. bzw. 2 Daueran-zeigendesigns), Diagonale 1,85" (4,7cm), Auflösung 176k Pixel (390x450px, 322ppi Pixeldichte)
Energieversorgung	Lithium-Polymer-Akku mit bis zu 14 Tagen Akkulaufzeit, 4-6 Tage bei typischer Verwendung als Gesundheitsuhr, 2-4 Tage bei Nutzung der Telefon-/Notruffunktion (direkt auf der Uhr jederzeit (de)aktivierbar), Leistung 670 mWh (180mAh Kapazität), 3.7 Volt Spannung

GESUNDHEITSFUNKTIONEN

Puls	✓ Einzelmessung auf Knopfdruck ✓ 24h-Überwachung aktivierbar (5 Minuten Intervall) ✓ Pulsalarm (Schwellwert über App konfigurierbar, 70-185bpm) ✓ 24h-Pulsdiagramm ☑ 24h-Pulszonenanalyse ☑ Täglicher Minimum/Maximal-Puls
Blutdruck	✓ Einzelmessung auf Knopfdruck ✓ 24h-Überwachung aktivierbar (10 Minuten Intervall) ☑ inkl. kalibrierbarem Blutdrucksensor ✓ 24h-Blutdruckdiagramm ☑ 24h-Blutdruckverteilung ☑ Täglicher Minimum/Maximal-Blutdruck
Blutsauerstoff	✓ Einzelmessung auf Knopfdruck ✓ 24h-Überwachung aktivierbar (10 Minuten Intervall) ☑ inkl. kalibrierbarem Sensor (Hautteint) ✓ 24h-Blutsauerstoffdiagramm ☑ Täglicher Minimum/Maximal/Durschnitts-Blutsauerstoff ✓ Alarmierung bei Schlafapnoe ☑ Detaillierter Atembericht am Morgen für die vergangene Nacht (Apnoebericht) ☑ Durchschnittliche Atemfrequenz, Herzbelastung
HRV (Herzratenvariabilität)	✓ 24h-Überwachung aktivierbar (5 Minuten Intervall) ✓ 24h-Blutsauerstoffdiagramm ☑ Herzgesundheitsindex auf Basis HRV ☑ Rohdateneinsicht ☑ Aggregiertes Lorenz-Diagramm (Funktion „REM-Phasen" muss aktiviert sein) und Detailrohdaten abrufbar, gibt Hinweise auf folgende Krankheiten: Anämie, Apnoe, Arrhythmien, ventrikuläre Tachykardie, Herzinsuffizienz, Kopfstenosen, Koronare Herzkrankheit, Myokardischämie, Schilddrüsenüberfunktion, Vorhofflimmern
Bewegungsanalyse	✓ Schritte inkl. Kalorien und Distanz ☑ 24h-Schrittdiagramm inkl. Kalorien und Distanz
Schlafüberwachung	✓ Bewegungsanalysebasierter Schlaf ✓ Schlaftätigkeit auf Basis von Atemfrequenz, Blutsauerstoff und Herzfrequenzvariabilitätsanalyse ☑ inkl. Analyse und Unterteilung in leichten/tiefen Schlaf ☑ REM-Phasen-Erkennung ☑ Schlafapnoe-Alarmierung
Stressmessung	✓ Einzelmessung auf Knopfdruck ✓ 24h-Überwachung aktivierbar (30 Minuten Intervall) ✓ 24h-Stressdiagramm
Blutzucker	✓ Anzeige von Blutzucker-Alarmen wie DEXCOM, FreeStyle Libre, etc.* ✓ Experimentelle Messung des Blutzuckers (ohne Gewähr, 6fache Kalibrierung mittels invasivem Blutzuckermessgerät in der App notwendig) **Zur Nutzung der Blutzuckeralarmierung muss das entsprechende Blutzuckersystem auf Ihrem Smartphone eingerichtet sein.*
Stoffwechselüberwachung	✓ 24h-Überwachung aktivierbar (10 Minuten Intervall) ✓ 24h-Metabolismusdiagramm (Einheit MET = Metabolisches Äquivalent)
Sportfunktion	75 direkt auf der Uhr unterstützte Sportarten (Pulsuhrfunktion): ✓ Laufen & Gehen (10): Laufen, Gehen, Laufband, Gehen Indoor, Traillauf, Gehen (Wettbewerb), Langstreckenlauf, Sprint, Freizeitlauf, Marathon ✓ Radfahren (4): Radfahren (Outdoor), Radfahren (Indoor), Mountainbike, BMX, Parcourfahren ✓ Outdoorsport (10): Bergsteigen, Wandern, Orientierungslauf, Klettern, Angeln, Jagen, Skateboard, Rollerblading, Parcourlauf, Quadfahren ✓ Indoorsport (6): Elliptisches Training, Rudergerät, Treppengerät, Stepper, Spinningrad, Fitness ✓ Tanzsport (6): Square Dance, Gesellschaftstanz, Bauchtanz, Ballett, Straßentanz, Zumba ✓ Kampfsport (6): Boxen, Ringen, Wushu, Tai Chi, Muay Thai, Judo ✓ Ballsport (6): Fußball, Strandfußball, Basketball, Volleyball, Beachvolleyball, Baseball ✓ Wintersport (6: Skifahren, Snowboarden, Ski Alpin, Skilanglauf, Orientierungslauf, Biathlon ✓ Freizeitsport (11): Hula Hoop, Frisbee, Darts, Kite, Tauziehen, Federball ✓ Brettspiele (5): Schach, Dame, Go, Bridge, Sonstige Brettspiele ✓ Andere (5): Seilspringen, Bogenschießen, Reiten, Stiegensteigen, Go-Kart ☑ GPS-basierte Aufzeichnung via App (GPS des Smartphones wird genutzt für die Sportarten: Gehen, Laufen, Radfahren, Wandern) ☑ Detailanalyse der über die Pulsuhrfunktion aufgezeichneten sportlichen Aktivitäten (Tagebuchfunktion): Funktionalität sportartabhängig, Beispiel Laufen: ✓Distanz ✓Kalorien ✓Gesamtdauer ✓Pause(n) ✓Tempo (Zeit pro km) ✓Durchschnittliche Herzfrequenz/Pace/Geschwindigkeit ✓Schritte ✓Diagramm für Herzfrequenzverlauf ✓Pulszonenverteilung
Weiblicher Zyklus	✓ Menstruation ✓ Fruchtbarkeitswahrscheinlichkeit (inkl. Anzeige auf der Uhr) ✓ Schwangerschaftstracking *Die Nutzung dieser Funktion erfordert Angaben zur Menstruation in der App und das Geschlecht „Weiblich"*
Atemübungen	✓ Übungsdauer einstellbar zwischen 1-5 Minuten

✓ ... Funktion der Uhr ☑ ... Funktion der App

Gesundheitsuhr mit Telefonie/Notruf/Pflegefunktion

Knauermann LITE 4 (2026)

TECHNISCHE DATEN

KNAUERMANN

ZUSATZFUNKTIONEN

Telefoniefunktion	✓ Telefontastatur (jede beliebige Nummer anrufen) ✓ Anrufprotokoll (Wiederwahl/Rückruf) ☑ 10 Favoritenkontakte über die App in der Uhr hinterlegbar ✓ Signalisierung wählbar zwischen Klingeln, Vibration und Stummschaltung *Zur Nutzung der Telefoniefunktion wird die Uhr mit einem Bluetooth-fähigen Telefon gekoppelt, es muss kein Smartphone sein, keine App für die Nutzung erforderlich!*
SOS-Funktion	✓ Direktzugriff auf die SOS-Funktion durch langes Drücken auf den seitlichen Knopf auf der Uhr ☑ 1-5 Notrufkontakte in definierbarer Reihenfolge über die App in der Uhr hinterlegbar, Anzahl der Versuche (1-10x) einstellbar, wie oft ein Notruf abgesetzt werden soll (Hinweis: Die Schleife endet, sobald ein Kontakt abhebt) *Zur Nutzung der Notruffunktion wird die Uhr mit einem Bluetooth-fähigen Telefon gekoppelt, es muss kein Smartphone sein, keine App für die Nutzung erforderlich!*
Sprachassistenz	✓ Fragen stellen („Wie viel ist 17 mal 23?", „Wie wird das Wetter morgen?") ✓ Anrufe auslösen („Rufe einen Arzt an!", „Rufe Andrea am Handy an!") ✓ Anweisungen geben („Schalte das Licht im Bad aus!") *Zur Nutzung der Sprachassistenz wird die Uhr mit einem Smartphone gekoppelt (Android, iOS), es muss am Smartphone ein Sprachassistent (Apple Siri, Google Assistant, Amazon Alexa,...) eingerichtet sein, keine eigene Uhren-App für die Nutzung erforderlich!*
Informationsempfang	✓ Anzeige von Anrufen, SMS und Benachrichtigungen ALLER installierten Apps ☑ In der App ist konfigurierbar, welche Benachrichtigungen man erhalten möchte (und welche nicht)
Anpassung der Uhrenoberfläche	✓ 6 vorinstallierte Ziffernblätter ✓ 6 verschiede Menüstile zur Auswahl ☑ Mehr als 100 kostenlose Ziffernblätter herunterladbar ☑ Ziffernblattgenerator (Lieblingsfoto, Farbe, Position und Auswahl der Anzeigen aus >1200 Kombinationen) ✓ Reihenfolge und Umfang der Seiten (max. 16 Stück), die durch Wischen direkt erreichbar sind, können frei konfiguriert werden - zur Auswahl stehen: Telefon, Bewegung, Schlaf, Puls, Blutbestandteile, Blutzucker (experimentell), Blutdruck, Blutsauerstoff, Wetter, Sportfunktion, Stress, Stoffwechsel, HRV, Atemübungen, Musiksteuerung, Weibl. Zyklus, Fernauslöser, Stoppuhr, Countdown-Timer, Wecker, Sprachassistenz, Einstellungen, Rechner
Weitere installierte Apps	✓ Wetter (Heute, Vorschau in 3-Stunden-Schritten sowie für die kommenden 3 Tage) ✓ Stoppuhr (kann im Hintergrund laufen) ✓ Countdown 5/10/30/60 Minuten sowie frei konfigurierbar bis zu 24 Stunden auf die Sekunde genau (kann im Hintergrund laufen) ✓ Intelligente Wecker-App (Bis zu 10 Weckzeiten, wochentagsabhängig, beliebig ein-/ausschaltbar, direkt auf der Uhr programmierbar) ☑ Zusätzliche Texteingabe für die Wecker-Funktion über die App, um die Erinnerungen zu personalisieren, z.B. „2 Atorvastatin-Tabletten nehmen" (Diese Medikamenten-Erinnerung wird dann z.B. täglich um 18:30 angezeigt) ✓ Taschenlampe ✓ Taschenrechner ✓ Musiksteuerung ✓ Selfie-Fernauslöser ✓ 2 Spiele ✓ Rechner ✓ Handysuchfunktion
Mitgelieferte App (dauerhaft vollständig kostenlos, inkl. Updates)	✓ Kompatibel mit Android-Smartphones und Android-Tablets (ab Android 9.0, Geräte ab 2018) oder iPhone und iPads (ab iOS 11.0, Geräte ab 2016) ✓ Die Nutzung der Uhr kann dauerhaft ohne App erfolgen* **Wir empfehlen die erstmalige Einrichtung des Profils und Kalibrierung über die App für optimale Messergebnisse. Dies kann z:B. das Handy einer Vertrauensperson sein, danach wird die App gelöscht und die Uhr kann dann ohne App genutzt werden (bei der Zeitumstellung kann man die Uhrzeit auf der Uhr auch manuell stellen, bei Verwendung der App würde diese automatisch synchronisiert werden)*
Datenaustausch	☑ Apple Health (nur iOS) ☑ Google Health Connect (nur Android, ab Android 12) ☑ WeRun ☑ Pflegefunktion (Dateneinsicht über die Cloud) *Alle Funktionen erfordern eine Internetverbindung am verwendeten Smartphone/Tablet. Die Nutzung der Funktionen ist dauerhaft kostenlos und jede Funktion muss durch den Benutzer selbst explizit aktiv geschaltet werden. Standardmäßig verbleiben alle Daten nur auf Ihrem Gerät und werden nicht auf einen Server/zu einem Dienst hochgeladen.*
Pflegefunktion	☑ Nutzer können Ihre Daten anderen Vertrauenspersonen freigeben („Wie geht es Oma?"-Szenario) *Diese Funktion erfordert eine Internetverbindung am verwendeten Smartphone/Tablet. Die Nutzung der Funktionen ist dauerhaft kostenlos und jede Funktion muss durch den Benutzer selbst explizit aktiv geschaltet werden. Standardmäßig verbleiben alle Daten nur auf Ihrem Gerät und werden nicht auf einen Server/zu einem Dienst hochgeladen.*

Lieferumfang	Standard Schwarz/Silber/Gold	Premium Schwarz	Premium Silber	Premium Gold
LITE 4 Gesundheitsuhr	✓ Schwarz/Silber/Gold	✓ Schwarz	✓ Silber	✓ Gold
Gedruckte Anleitung	✓	✓	✓	✓
USB-C Ladekabel	✓	✓	✓	✓
Silikonband	✓ Schwarz	✓ Schwarz	✓ Schwarz	✓ Schwarz
2. Silikonband		✓ Blau	✓ Elfenbein	✓ Rose
Milanaiseband		✓ Schwarz	✓ Silber	✓ Gold
Rindslederband		✓ Schwarz	✓ Braun	✓ Rose
Displayschutzfolie		✓	✓	✓
USB-A-Ladekabel		✓	✓	✓
5x USB-Ladegerät		✓	✓	✓
		Summe Einzelpreise: € 110,94 Aufpreis: € 50,- *Sie sparen € 60,94*		

GEHÄUSEFARBEN

BÄNDER „SCHWARZ"

BÄNDER „SILBER"

BÄNDER „GOLD"

Weitere Informationen erhalten Sie auf: knauermann.de/downloads

✓ ... Funktion der Uhr ☑ ... Funktion der App