



# GUARDO FIT®

## FIT COACH HR UNIQUE 2

### **Ik wil (tijdelijk) niet gestoord worden door geluiden of trillingen van mijn horloge.**

Indien je niet “gestoord” wil worden, bijvoorbeeld wakker worden door een lage batterij-indicatie, kan je best via het instellingenmenu van je horloge de geluid- en trilnotificaties uitschakelen.

### **Ik wil het bandje van mijn horloge verwijderen om deze op te laden, maar ik krijg het niet los.**

Om het bandje te verwijderen, mag je best wat kracht gebruiken, vooral bij een nieuw toestel. De zijde die je eraf moet halen, is deze waar de Touch knop van de Fit Coach zich bevindt (de witte ovaalvorm onderaan het scherm). Je neemt de Fit Coach zelf in de ene hand en het bandje, dicht bij de Fit Coach, in de andere. Tijdens het trekken, helpt het om wat heen en weer te bewegen met het bandje. Wanneer het bandje eraf is, zie je aan de onderzijde goudgekleurde streepjes. Dit is de kant die je nodig hebt om op te laden.

### **Hoe laad ik mijn horloge correct op?**

Je verwijdert het bandje van je horloge zoals hierboven beschreven. Zorg ervoor dat het toestel correct in de lader gestoken wordt, anders zal het niet opladen. Een zijde van het toestel heeft goudkleurige streepjes. Dit zijn de USB contacten. Deze moeten NIET naar de buitenkant van de USB poort wijzen. De contactstrips op het toestel moeten tussen het plastic van de USB poort en het plastic van het horloge steken. Als het laden niet binnen 1 minuut begint, dan dien je het toestel om te draaien.

### **Hoe werkt de hartslagmeter?**

Aan de onderkant van het horloge zit een sensor die o.a. de hartslag meet. Deze werkt via reflectie vanaf de pols. De hartslagmeting begint altijd met de standaardwaarde van 80, gaat vervolgens meten of je hartslag hoger of lager is, en registreert dan de werkelijke hartslag.

Als je het horloge niet draagt, maar het op een reflecterend oppervlak legt, zal het horloge de standaard hartslag registreren en dus geen correcte informatie verzamelen. Leg je het horloge met de sensor naar boven, dan wordt er geen hartslag geregistreerd, en worden enkel de eerdere hartslagmetingen opgenomen in de resultaten.

**Heb je nog vragen? Contacteer ons via [support@guardo.be](mailto:support@guardo.be) !**