

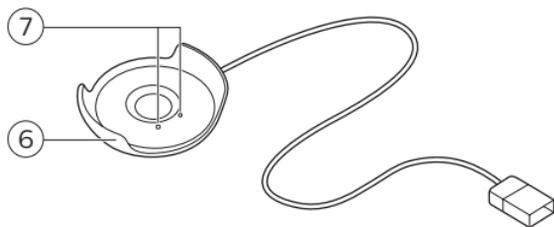
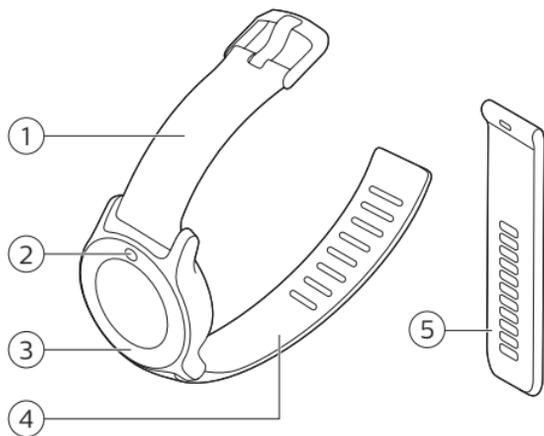
DL879X

DE Bedienungsanleitung 3



PHILIPS





Inhalt

Einführung	7
Vorgesehener Verwendungszweck	8
Funktionsprinzip	9
Allgemeine Beschreibung	10
Wichtige Sicherheitsinformationen	11
Gegenanzeigen	11
Reaktionen	12
Warnhinweis	13
Achtung	18
ALLGEMEINE EMPFEHLUNGEN	19
Einhaltung von Normen	21
Für den Gebrauch vorbereiten	22

Laden	23
Akkuladeanzeigen	24
Koppeln und Personalisieren der Philips Gesundheitsuhr	25
Persönliche Daten synchronisieren und in der App speichern	28
Die Gesundheitsuhr tragen	30
Wechseln des Armbands	32
Benutzeroberfläche	33
Symbole der Benutzeroberfläche	33
Hauptmenü	37
Schnellzugriffsmenü	38
Sperren und Entsperren des Bildschirms	42
Herzfrequenz	43
Herzfrequenz-Zonen	47

Schlaf	49
Nahrungsaufnahme	51
Aktivität	52
Wecker, Stoppuhr und Zeitgeber	54
Einstellungen	56
Reinigung und Aufbewahrung	59
Bestellen von Zubehör	60
Recycling	60
Den Akku entfernen	61
Garantie und Support	62
Fehlerbehebung	62

Konformitätsinformationen	73
Elektromagnetische Emissionen und Störfestigkeit	73
EMV-Richtlinien	73
Erklärung – elektromagnetische Emissionen	74
Erklärung – elektromagnetische Störfestigkeit	76
Erklärung – elektromagnetische Störfestigkeit	80
Empfohlene Sicherheitsabstände zwischen tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten und dem Medizinprodukt.	83
Marken	86
BlueTooth Wortmarke	86
App Store und iPhone	86
Google Play und Android	86
Erklärung der Symbole	87
Technische Daten	92

Einführung

Herzlichen Glückwunsch zu Ihrem Kauf und willkommen bei Philips! Um die Unterstützung von Philips optimal nutzen zu können, sollten Sie Ihr Produkt unter **www.philips.com/welcome** registrieren.

Die Philips Gesundheitsuhr ermöglicht die Kontrolle wichtiger Gesundheitsparameter und erfasst unter anderem körperliche Aktivität, Kalorienverbrauch, Schlafgewohnheiten, Herzfrequenz und weitere wichtige Herz-Kreislauf-Daten. Die Uhr lässt sich drahtlos mit einem Smartphone verbinden. Dank ständig eingeschaltetem Bildschirm und einer Akkulaufzeit von bis zu 4 Tagen kannst du die Uhr Tag und Nacht tragen. Die Philips HealthSuite Health App ermöglicht die Überwachung deiner Kennzahlen und gibt dir persönliche Ratschläge.

Vorgesehener Verwendungszweck

Der medizinische Zweck besteht in der Messung und Nachverfolgung der physiologischen Vitalparameter Herzfrequenz und Bewegung sowie der Ableitung der Herzruhefrequenz und des Energieverbrauchs von Erwachsenen, bei denen das Risiko einer chronischen Krankheit in Verbindung mit ihrem Lebensstil besteht, oder von erwachsenen Patienten, die an einer solchen chronischen Krankheit leiden, insbesondere Herz- und Gefäßkrankheiten und Diabetes Typ 2. Die Untersuchung dieser Parameter dient der Auswertung des physiologischen Zustands einer Person und des Grads ihrer täglichen körperlichen Aktivitäten. Personen, bei denen das Risiko solcher chronischen Krankheiten in Verbindung mit ihrem Lebensstil besteht, und Patienten mit vorbestehenden Gefährdungen kann die ständige Überwachung dieser Parameter Einblicke in Änderungen der Herzfrequenz und der täglichen physischen Aktivitäten bieten.

Der nicht medizinische Zweck besteht in der Messung der folgenden Werte: Schritte, Rückgang der Herzfrequenz nach Aktivitäten, Atemruhefrequenz und Schlafmuster. Außerdem wird Folgendes bereitgestellt: automatische Aktivitätserkennung (Radfahren, Laufen, Gehen), Angabe von Herzfrequenzzonen, VO₂max-Abschätzung und Benachrichtigungen bei sitzender Lebensweise zu Zwecken des allgemeinen Wohlbefindens.

Funktionsprinzip

Die Philips Gesundheitsuhr ist ein Gerät für den privaten Gebrauch, das wie eine Armbanduhr rund um die Uhr (drinnen und draußen) getragen werden kann. Das Gerät besitzt einen dreiachsigen Beschleunigungsgeber zur Bewegungsmessung. Grüne Leuchtdioden (LEDs) und eine Fotodiode ermöglichen die Darstellung eines Photoplethysmogramms (PPG). Anhand der Ausgabe des Beschleunigungsgebers und des PPG-Signals werden die Werte für Herzschlag, Aktivitätsart und Schrittzahl ermittelt. Diese dienen zur Errechnung des Energieverbrauchs und anderer Parameter.

Allgemeine Beschreibung

Ein Übersichtsbild der Philips Gesundheitsuhr ist auf der Ausklappseite dieser Bedienungsanleitung zu finden.

- 1 Armband mit Schnalle
- 2 Menü-Taste
- 3 Touch-Ring
- 4 Großes Armband (M/L)
- 5 Kleines Armband (M/L)
- 6 USB-Ladestation
- 7 Ladekontakte

Wichtige Sicherheitsinformationen

Lesen Sie diese wichtigen Informationen vor dem Gebrauch des Geräts sorgfältig durch, und bewahren Sie sie zur späteren Verwendung auf.

Gegenanzeigen

Dieses Gerät im folgenden Fall nicht benutzen:



- Hautprobleme (z. B. Verletzungen, Ausschläge und Verbrennungen) im Bereich des Handgelenks, da deren Symptome andernfalls fort dauern oder sich noch verstärken können.

Reaktionen

Unter Umständen können unerwünschte Reaktionen auftreten, wenn ein Gerät über einen langen Zeitraum im Kontakt mit der Haut getragen wird. Mögliche Reaktionen sind:

- Hautreaktionen auf Druck oder Reibung des Geräts auf der Haut.
- Hautreaktionen auf Verschmutzung oder Feuchtigkeit, die zwischen Gerät und Haut eingeschlossen ist.
- Allergische Reaktionen auf die verwendeten Materialien: Edelstahl, reiner Kunststoff oder thermoplastisches Polyurethan (TPU).

Beim Auftreten derartiger Reaktion die Uhr abnehmen und einige Tage nicht benutzen, damit sich die Haut erholen kann. Lies vor dem erneuten Anlegen der Uhr unbedingt die Trageanleitung weiter unten im Kapitel „Gesundheitsuhr tragen“.

Suchen Sie bei weiterem Anhalten von Reaktionen ärztliche Hilfe auf und verständigen Sie den Philips Kundendienst.

Warnhinweis



- Zum **Laden** ausschließlich einen doppelt isolierten USB-Adapter oder USB-Anschluss gemäß IEC60950-1 Klasse II verwenden.
Prüfen, ob der USB-Adapter das Symbol für doppelte Isolierung trägt: 
. Wird kein isolierter USB-Adapter gemäß IEC60950-1 Klasse II benutzt, könnte der USB-Adapter zu Fehlfunktionen und Verletzungen führen.
- Bei vorhandenen **Erkrankungen** von Herz, Nieren und/oder Diabetes mellitus vom Typ 1 oder 2 vor der Aufnahme eines Übungsprogramms einen Arzt konsultieren.
- Ohne Rücksprache mit einem Arzt keinesfalls ein Training beginnen oder fortsetzen, wenn eines der folgenden **Anzeichen oder Symptome vorliegt**:
 - Schwindelgefühl, Übelkeit oder beginnende Ohnmacht,
 - ungewöhnliche Müdigkeit bei normalen Tätigkeiten,
 - Schmerzgefühl in: Brust, Nacken, Kiefer oder Armen,

- Gefühl eines zu schnellen oder zu langsamen Herzschlags,
- Kurzatmigkeit bei Ruhe/geringer Belastung, im Liegen oder nachts,
- unbekanntes Herzgeräusch,
- geschwollene Knöchel.

Training bei Vorliegen dieser Symptome könnte die Gefahr von Herzproblemen erhöhen.

- **Achte vorrangig auf die Signale deines Körpers, anstatt dich nur auf die Messwerte der Uhr zu verlassen.**
- Wenn du **Medikamente** einnimmst, welche die maximale Herzfrequenz senken (z. B. gegen Bluthochdruck), wende dich an deinen Arzt. Frage deinen Arzt, welchen Bereich er für dich als günstigste Herzfrequenz empfiehlt.

- Bei **Herzproblemen** oder während einer kardiologischen Reha-Maßnahme muss mit einer medizinischen Fachkraft abgesprochen werden, welche Übungen zulässig sind und welche Ziel-Herzfrequenz dabei gilt. Zu intensives Training bei zu hoher Herzfrequenz könnte Gesundheitsprobleme verursachen, z. B. vorübergehende Brustschmerzen, Herzüberlastung oder Erschöpfung.
- Das Gerät nicht gemeinsam mit anderen Personen benutzen. Die Philips Gesundheitsuhr wurde **ausschließlich zur persönlichen Verwendung** konzipiert. Die Uhr misst mehrere Gesundheitsparameter, die im Laufe der Zeit aktualisiert oder an den Benutzer angepasst werden. Ein Austausch der Uhr zwischen verschiedenen Personen würde die Messgenauigkeit beeinträchtigen.
- **Keine Änderungen** am Gerät vornehmen. Anderenfalls können gefährliche Situationen auftreten. Vor der Benutzung den ordnungsgemäßen Funktionszustand des Geräts sicherstellen.

- Nur die **Ladestation und die abnehmbaren Teile verwenden**, die vom Hersteller zugelassen wurden. Die Verwendung nicht zugelassener Teile oder nicht zugelassenen Zubehörs kann zu Verletzungen oder zur Beschädigung des Geräts führen.
- Zur Reduzierung des Risikos von Hautreizungen bitte folgende Anweisungen beachten:
 - Das Gerät und die darunter befindliche Haut regelmäßig und nach jeder Sporeinheit **reinigen**. Die Uhr gelegentlich abnehmen, damit sich die Haut erholen kann.
 - Das Gerät immer **trocknen**, wenn es nass geworden ist.
 - Das Band nicht zu straff anlegen. Es muss angenehm zu tragen sein.
 - Die Anweisungen im Kapitel „Gesundheitsuhr tragen“ beachten.
- Das Gerät **außerhalb der Reichweite von Säuglingen, Kindern und Haustieren** aufbewahren, da das Verschlucken oder Einatmen von Kleinteilen zu Verletzungen und schlimmstenfalls zum Tod führen kann.

- Das Gerät von Feuer und Wärmequellen fernhalten. Die **eingebauten Akkus** können durch Überhitzung explodieren oder auslaufen und Feuer oder Explosionen verursachen.
- Während einer **Schwangerschaft** immer die ärztlichen Anweisungen in Bezug auf Körpergewicht, Übungsart, Häufigkeit, Dauer, Intensität und Ruheintervalle beachten. Beachten, dass die Anzeige der Herzfrequenz-Zone nicht während der Schwangerschaft gilt. Die Angaben zum Körpergewicht unbedingt regelmäßig in der App aktualisieren. Andernfalls kann die Ermittlung des Energieverbrauchs (verbrauchte Kalorien) ungenau werden.
- **Schlaf**-Algorithmen dürfen im Fall von Schlafproblemen nicht zur Diagnose oder Behandlung herangezogen werden. Sie wurden nicht für Personen mit Schlafstörungen validiert.

Achtung



- Das Gerät darf nicht in der Nähe **starker elektrischer oder magnetischer Felder** (Magnete, Funksender, Mikrowellengeräte usw.) verwendet werden. Dies könnte zu Messfehlern führen.
- Verwenden Sie dieses Gerät nur unter den in dieser Bedienungsanleitung angegebenen **Umgebungsbedingungen**. Ein Betrieb außerhalb der angegebenen Grenzwerte kann zu Leistungseinbußen, einer verkürzten Lebensdauer des Geräts und falschen Messergebnissen führen.
- Bei **Problemen mit dem Gerät**, z. B. hinsichtlich Konfiguration, Funktionsstörung oder Wartung, verständigen Sie den Philips Kundendienst oder besuchen Sie **www.philips.com/support**.

- Bei Zweifeln hinsichtlich der **Genauigkeit der von der Uhr gelieferten Messungen** stellen Sie die Verwendung der Uhr ein und lesen Sie den Abschnitt zur Fehlerbehebung. Falls dort keine Lösung zu finden ist, verständigen Sie den Philips Kundendienst oder **besuchen Sie www.philips.com/support**. Für genaue Messungen sind drei Hauptfaktoren maßgeblich: direkter Hautkontakt des Sensors, Übertragung von Licht durch die Haut und ausreichende Durchblutung der Haut. Unter bestimmten Umständen ist eine genaue optische Herzfrequenzmessung nicht möglich.

ALLGEMEINE EMPFEHLUNGEN

- Bitte diese Bedienungsanleitung sorgfältig lesen und die Anweisungen stets einhalten.
- Die Uhr darf nur für ihren bestimmungsgemäßen Zweck verwendet werden.
- Vor der Benutzung den ordnungsgemäßen Funktionszustand des Geräts sicherstellen.

- Das Gerät nicht beim Duschen, Baden, Schwimmen oder beim Tauchen mit Druckluftausrüstung verwenden, da es dadurch beschädigt werden kann. Das Gerät ist wasserbeständig und gegen Regen und Hautschweiß geschützt.
- Bewegung mit der richtigen Intensität ist wichtig zur Verbesserung deiner Kondition. Pro Woche werden allgemein mindestens 150 Minuten körperliche Aktivität mit mittlerer Bewegungsintensität empfohlen. Dieses Pensum kann in Abschnitte von mindestens 10 Minuten Dauer aufgeteilt werden. Aber auch dann, wenn du die empfohlene Dauer der körperlichen Aktivität nicht einhalten kannst, ist wenig Bewegung (z. B. 90 Minuten pro Woche) immer besser als gar keine Aktivität.
- Zur Verringerung der Verletzungsgefahr während der Übung die folgenden Empfehlungen beachten:
 - Angemessene Kleidung und Schutzausrüstung tragen
 - Immer die richtigen Aufwärm- und Abwärmübungen einhalten

- Die Trainingsaktivität langsam steigern; 2–3 Monate zur allmählichen Steigerung von Dauer und Intensität der Übung einplanen. Wenn du nicht sehr aktiv bist, empfiehlt sich der Einstieg mit regelmäßigen zügigen Spaziergängen.
- Personen, die nicht sehr aktiv oder nicht an Bewegung gewöhnt sind, sollten starkes Training oder Aktivitäten in der Nähe der Belastungsgrenze unbedingt vermeiden.

Einhaltung von Normen

- Dieses Gerät erfüllt sämtliche Normen und Vorschriften bezüglich Gefährdung durch elektromagnetischen Felder.
- Dies ist ein medizinisches Gerät der Klasse IIa. Es entspricht den Anforderungen der EU-Richtlinien 93/42/EWG und 2007/47/EG für Medizinprodukte.

Für den Gebrauch vorbereiten

Das Gerät vor der ersten Verwendung laden. Zur Verwendung der Philips Gesundheitsuhr wird ein Mobilgerät benötigt, auf dem die Philips HealthSuite Health App installiert ist. Apps von Fremdherstellern werden nicht unterstützt. Die nachfolgenden Abschnitte enthalten nähere Beschreibungen zur Einrichtung eines Benutzerkontos.

Hinweis: Die Uhr besitzt keine Einschalttaste. Das Gerät schaltet sich ein, wenn es geladen ist, und bleibt so lange eingeschaltet, bis der Akku erschöpft ist.

Laden

Das Gerät besitzt einen eingebauten Akku. Verwende zum Laden des Akkus die mitgelieferte Ladestation. Zum Laden ausschließlich ein doppelt isoliertes USB-Ladegerät gemäß IEC60950-1 Klasse II verwenden. Am Adapter bzw. dem Gerät mit USB-Anschluss muss das Symbol für doppelte Isolierung  vorhanden sein.

Wenn der Akku leer ist, dauert es ca. 90 Minuten, bis er vollständig aufgeladen ist.

- 1 Setze das Gerät in die Ladestation.

Hinweis: Kontrolliere, ob sich die Ladekontakte der Ladestation und der Uhr berühren.

- 2 Verbinde das USB-Kabel mit einem USB-Anschluss eines kompatiblen Ladegeräts (z. B. eines Computers oder eines Ladegeräts). Am Beginn des Ladevorgangs vibriert die Uhr kurz.
- 3 Bei vollständig geladenem Akku zeigt die Batterieladeanzeige der Uhr den Wert von 100 % an.

Tipp: Lade das Gerät während einer Mahlzeit oder einer anderen Zeit, in der du nicht aktiv bist.

Akkuladeanzeigen

Batteriesymbol

Akkuladeanzeige



77%

Akku wird geladen



Akku ist fast leer und muss geladen werden

Beim ordnungsgemäßen ersten Laden können voll geladene Akkus eine Laufzeit von ca. vier Tagen erreichen. Wenn der Akku fast leer ist und geladen werden muss, erscheint das Akkusymbol auf dem Uhrenbildschirm. Bei leerem Akku geht das Display aus und es werden keine weiteren Daten gespeichert.

Hinweis: Zum Anzeigen des Akkulandestands tippst du im Uhrenbildschirm auf die linke oder rechte Seite des Touch-Rings.

Koppeln und Personalisieren der Philips Gesundheitsuhr

Das Gerät verfügt über Bluetooth® Smart. Bluetooth Smart ermöglicht das drahtlose Synchronisieren deiner persönlichen Gesundheitsdaten mit Smartphones mit iOS® oder Android™. Lade die Philips HealthSuite Health App aus dem App Store oder von Google Play herunter. Suche nach dem Begriff „Philips HealthSuite Health App“. Die App ist für die Betriebssysteme iOS® 8.0+ und Android™ 4.4.2+ verfügbar.

Um genaue Messungen zu ermöglichen, müssen unbedingt in der App die richtigen Profildaten eingegeben werden.

- 1 Setze die Gesundheitsuhr in die Ladestation und lade das Gerät.
- 2 Lade die Philips HealthSuite Health App auf dein Mobilgerät herunter.
- 3 Nach dem Öffnen der App führt dich der Einrichtungsassistent durch die Schritte zum Erstellen eines Benutzerprofils. Wähle in der Geräteliste auf der Seite „Gerät hinzufügen“ die Gesundheitsuhr aus.
- 4 Schalte an der Uhr durch Tippen auf das Symbol „>“ den Kopplungsmodus ein.
- 5 Bei Verbindung über Bluetooth Smart erscheint in der App ein Pop-up-Fenster mit der Kopplungsaufforderung.
- 6 Achte darauf, dass die App aktiv ist und Bluetooth aktiviert ist, während die Kopplung durchgeführt wird.

- Das mobile Gerät und die Gesundheitsuhr müssen sich innerhalb der Synchronisationsreichweite (höchstens 2 Meter voneinander entfernt und im selben Raum) befinden.
- Während des Kopplungsvorgangs die App nicht schließen oder Bluetooth ausschalten.

Nach erfolgreicher Kopplung der Gesundheitsuhr mit dem mobilen Gerät wird die Firmware der Uhr auf die örtlichen Sprach-, Uhrzeit- und Profileinstellungen sowie die neuesten Funktionen aktualisiert. Die Uhr kann jetzt deine persönlichen Gesundheitsdaten automatisch über Bluetooth Smart an dein mobiles Gerät übermitteln (synchronisieren).

Das Koppeln zwischen Gesundheitsuhr und einem mobilen Gerät ist jeweils nur einmal erforderlich.

Wenn du bereits ein anderes verbundenes Philips Gesundheitsgerät hast, kannst du es in den Einstellungen der App als neues Gerät hinzufügen.

Tipp: Falls während der Kopplung die Verbindung unterbrochen wird und du dasselbe Telefon erneut koppeln möchtest, findest du weitere Informationen im Kapitel „Fehlerbehebung“.

Persönliche Daten synchronisieren und in der App speichern

Deine persönlichen Gesundheitsdaten werden in der cloudbasierten Plattform von Philips gespeichert und in der Philips HealthSuite Health App angezeigt. Die Synchronisierung deiner persönlichen Gesundheitsdaten kann nur erfolgen, wenn auf dem Smartphone die Gesundheits-App aktiv (bzw. aktiv im Hintergrund) ist und Bluetooth aktiviert ist.

- 1 Öffne die Philips HealthSuite Health App und aktiviere Bluetooth auf deinem mobilen Gerät.
Das mobile Gerät und die Gesundheitsuhr müssen sich innerhalb der Synchronisationsentfernung (höchstens 2 Meter voneinander entfernt und im selben Raum) befinden.
- 2 Nachdem die Verbindung hergestellt wurde, werden die Messergebnisse an die Philips HealthSuite Health App synchronisiert.
Wenn das Synchronisieren erfolgreich ist, werden die Messergebnisse in der Philips HealthSuite Health App angezeigt und du kannst darin deine persönlichen Gesundheitsdaten anzeigen.

Hinweis: Bei manchen Messungen kann es bis zu 24 Stunden dauern, bevor Daten angezeigt werden.

Hinweis: Falls kein Synchronisieren möglich ist, siehe Kapitel „Fehlerbehebung“ für weitere Informationen.

Firmware-Aktualisierung: Die App benachrichtigt dich, wenn eine neue Firmware für die Gesundheitsuhr verfügbar ist und fragt, ob die Aktualisierung durchgeführt werden soll.

Die Gesundheitsuhr tragen

Trage die Philips Gesundheitsuhr immer außen an deinem Handgelenk, sodass sie direkt auf der Haut (Abb. 3) aufliegt. Achte darauf, dass die Uhr nicht an deinem Handgelenkknochen (Abb. 2) aufliegt.

Die Bänder müssen straff, aber bequem um das Handgelenk führen, um eine korrekte Messung der Herzfrequenz zu ermöglichen. Wenn die Bänder unbequem sind, empfiehlt es sich, die Uhr für einen kurzen Zeitraum nicht zu tragen. Versuche beim erneuten Anlegen, das Band um eine Stufe zu lockern.

Wenn das Tragen nach kurzer Ruhezeit und Lockern des Armbands immer noch unangenehm ist, nehmen Sie das Gerät ab und halten Sie Rücksprache mit dem Philips Kundendienst und/oder einem Arzt.

Hinweis: Kontrolliere im Menü „Geräteeinstellungen“ der Philips HealthSuite Health App, ob die Einstellungen für „Händigkeit“ und „Trageseite“ stimmen. Hier gibst du an, ob du Links- oder Rechtshänder bist und auf welcher Seite du die Uhr trägst.

Die Uhr mindestens einmal pro Tag abnehmen (z. B. vor oder während einer Mahlzeit) und Handgelenk/Arm mit milder Seife und Wasser reinigen. Die Uhr regelmäßig reinigen, insbesondere, wenn sie bei einer Aktivität schmutzig oder nass geworden ist. Vor dem erneuten Anlegen der Uhr müssen Uhr und Arm trocken sein, um das Risiko von Hautreizungen zu verringern. Bei Benutzung von Hautpflegeprodukten diese auf die von der Uhr bedeckten Hautbereiche sparsam auftragen. Die Uhr ist wassergeschützt bis zu einem Druck von 1 atm. Dadurch kann sie im Freien bei Regen benutzt werden.

Wechseln des Armbands

Die Philips Gesundheitsuhr wird mit einem zweiten Band speziell für die meisten kleinen Handgelenke geliefert. Die Bänder lassen sich dank schnell lösbarer Stifte einfach auswechseln.

Wenn du das kleinere Band verwenden möchtest:

- 1 Drehe die Uhr um.
- 2 Löse den Stift vom **Band (Abb. 4)**.
- 3 Nimm das Band vorsichtig ab.
- 4 Positioniere die Uhr korrekt, verriegle eine Seite des neuen Bands an der Uhr, entriegle den Stift des neuen Bandes und verriegle das Band an der **Uhr (Abb. 5)**.

Benutzeroberfläche

Die Philips Gesundheitsuhr besitzt einen berührungsempfindlichen Ring um das Display. Der berührungsempfindliche Ring ermöglicht das Navigieren in den Menüs.

Symbole der Benutzeroberfläche

Symbol	Beschreibung	Erklärung
	Herz	Herzfrequenz-Menü und Anzeige der Herzfrequenzerkennung während der Messung.
	Bett	Schlaf
	Messer und Gabel	Nahrungsaufnahme

Symbol	Beschreibung	Erklärung
	Uhr	Menüsymbol für Stoppuhr-, Timer- und Wecker-Menüs sowie Symbol für die Stoppuhr.
	Sanduhr	Timer-Funktion
	Glocke	Zeigt an, dass der Wecker gestellt ist
	Zahnrad	Einstellungen
	Akkustatus	Zeigt den Status des Akkus an

Symbol	Beschreibung	Erklärung
	Schloss	Wird angezeigt, wenn das Display gesperrt ist
	Gehende Person	Aktivitätsanzeige für Gehen
	Laufende Person	Symbol zum Öffnen des Aktivitätsmenüs und Aktivitätsanzeige für Laufen
	Radfahren	Aktivitätsanzeige für Radfahren
	Feuer	Gesamtzahl der verbrannten Kalorien (Gesamtenergieverbrauch).

Symbol	Beschreibung	Erklärung
	Feuer und aktive Person	Anzahl der verbrannten Kalorien während anhaltender körperlicher Aktivität (aktiver Energieverbrauch)
	Schritte	Gegangene Schritte
	Laufende Person mit Uhr	Aktive Minuten
	Häkchenmarkierung	Zeigt einen erfolgreichen Vorgang an, z. B. Kopplung oder Firmware-Aktualisierung.
	Ausrufezeichen	Zeigt einen Fehler an, z. B. während Kopplung, Synchronisation oder Firmware-Aktualisierung

Hauptmenü

Der Ziffernblattbildschirm der Uhr zeigt die aktuelle Uhrzeit, mit dem Smartphone synchronisierte Uhrzeit an. Zum Öffnen des Hauptmenüs tippst du auf die **Menü-Taste** (Abb. 6). Das Hauptmenü bietet 6 verschiedene Menüoptionen zur Bereitstellung von Informationen über Aktivität, Herzfrequenz, Schlaf, Zeitfunktionen und Einstellungen. Ein spezieller Menübereich ermöglicht das manuelle Eingeben von Informationen zur Nahrungsaufnahme.

Tippe auf dem Touch-Ring in die Nähe des Symbols der zu öffnenden (Abb. 7) Menüoption. Tippen auf die Menütaste führt wieder zum Hauptmenü.

Vom Hauptmenü aus gelangst du durch erneutes Tippen auf die Menü-Taste wieder zum Ziffernblattbildschirm.

Die Uhr besitzt keinen berührungsempfindlichen Bildschirm, sondern einen berührungsempfindlichen Ring um das Display. Die Touch-Bedienung funktioniert nicht im nassen Zustand. In diesem Fall das Glas trockenwischen, um es wieder berührungsempfindlich zu machen.

Schnellzugriffsmenü

Das Schnellzugriffsmenü ermöglicht den direkten Wechsel zu deiner aktuellen Herzfrequenz, den heutigen Werten für verbrauchte Kilokalorien (Energieverbrauch aktiv und gesamt), zurückgelegte Schritte und aktive Minuten. In Ziffernblattbildschirm kannst du durch Wischen nach links oder rechts im unteren Bereich des Touch-Rings (**Abb. 8**) durch die Optionen des Schnellzugriffsmenüs navigieren.

Aktiver Energieverbrauch

Der aktive Energieverbrauch zeigt die Anzahl der jeweils heute verbrannten Kalorien während anhaltender körperlicher Aktivität an.

Gesamtenergieverbrauch

Der Gesamtenergieverbrauch gibt an, wie viele Kalorien du heute insgesamt verbrannt hast. Der Wert enthält

sowohl die Daten des aktiven Energieverbrauchs als auch des Kalorienverbrauchs deines Körpers zur Aufrechterhaltung der normalen Funktionen (Grundumsatz).

Schritte

Zeigt die heute zurückgelegte Schrittzahl an.

Aktive Minuten

Dies ist die Zeit (in Minuten), die du heute aktiv warst. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) wirkt sich erhöhte Aktivität erst ab einer mäßigen Aktivität von mindestens 9 Minuten auf deinen Körper aus. Deshalb beginnen wir die Berechnung deiner aktiven Minuten ab diesem Zeitpunkt.

Wenn du in der Philips HealthSuite Health App tägliche Ziele gesetzt hast, kannst du deinen Fortschritt ebenfalls hier nachverfolgen. Eine Fortschrittsanzeige um den Außenrand des Displays informiert darüber, wie nahe du deinem Ziel (Abb. 9) gekommen bist.

Kilokalorie (kcal) ist eine Maßeinheit sowohl für den Energieverbrauch als auch für den Energiegehalt von Lebensmitteln.

Aktiver Energieverbrauch

Der aktive Energieverbrauch zeigt die Anzahl der jeweils heute verbrannten Kalorien während anhaltender körperlicher Aktivität an.

Gesamtenergieverbrauch

Der Gesamtenergieverbrauch gibt an, wie viele Kalorien du heute insgesamt verbrannt hast. Der Wert enthält sowohl die Daten des aktiven Energieverbrauchs als auch des Kalorienverbrauchs deines Körpers zur Aufrechterhaltung der normalen Funktionen (Grundumsatz).

Schritte

Zeigt die heute zurückgelegte Schrittzahl an.

Aktive Minuten

Dies ist die Zeit (in Minuten), die du heute aktiv warst. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) wirkt sich erhöhte Aktivität erst ab einer mäßigen Aktivität von mindestens 9 Minuten auf deinen Körper aus. Deshalb beginnen wir die Berechnung deiner aktiven Minuten ab diesem Zeitpunkt.

Sperren und Entsperren des Bildschirms

Das Gerät wechselt nach 60 Sekunden der Inaktivität automatisch wieder zum Ziffernblattbildschirm. Zum Entsperren des Bildschirms tippst du drei **Mal** (Abb. 10) schnell hintereinander auf den unteren Bereich des Touch-Rings. Du kannst den Bildschirm auch sperren und die automatische Rückkehr zur Ziffernblattanzeige nach 60 Sekunden verhindern. Dazu tippst du im unteren Bereich des Touch-Rings dreimal schnell hintereinander auf die **6-Uhr-Position** (Abb. 11). Ein Vibrieren ist spürbar, und ein Sperrsymbol erscheint auf dem Bildschirm. Zum Entsperren tippst du erneut dreimal hintereinander auf den unteren Bereich des Touch-Rings.

Herzfrequenz

Wähle im Hauptmenü die Herzfrequenz aus, um deine momentane Herzfrequenz anzuzeigen. Wische nach links oder rechts zum Auswählen von Herzfrequenz, Ruheherzfrequenz oder Erholungsherzfrequenz. Die Werte für Herzfrequenz, Ruheherzfrequenz und Erholungsherzfrequenz werden in Schlägen pro Minute gemessen.

Herzfrequenz

Deine momentane Herzfrequenz wird in Schlägen pro Minute (bpm) angezeigt.

Ruheherzfrequenz

Die Ruheherzfrequenz ist die Herzfrequenz, mit der das Herz im Ruhezustand schlägt (angezeigt als rhr). Die Werte für die Ruheherzfrequenz können von Person zu Person variieren. Allerdings können Änderungen der Ruheherzfrequenz auf Änderungen deines Fitnesszustands hinweisen. Aktive Menschen haben häufig eine niedrigere Ruheherzfrequenz, weil ihr Herzmuskel in einem besseren Zustand ist. Für die erste Anzeige der Ruheherzfrequenz muss die Uhr mindestens 24 Stunden getragen werden.

Erholungsherzfrequenz

Die Erholungsherzfrequenz (HF-Erholung) ist der Unterschied zwischen der Herzfrequenz bei Übung mit höchster Belastung und der Herzfrequenz, die nach einer Erholungszeit von einer Minute gemessen wird. Die Uhr misst die HF-Erholung, wenn

deine Herzfrequenz bei einer Aktivität mindestens 80 % deiner maximalen Herzfrequenz über einen Zeitraum von mindestens zehn Minuten erreicht. Die Messung beginnt, wenn ein Wechsel von einer Aktivität hoher Intensität (Laufen oder Radfahren) zu einer Aktivität mit niedriger

Bewegungsintensität (Gehen oder andere) registriert wird. Die Uhr kann diese Aktivitäten automatisch erkennen. Du kannst sie aber auch selbst eingeben (siehe „Aktivitätserkennung“). Zur Bestimmung der HF-Erholung setzt du dich sofort nach Beendigung deiner Aktivität hin und bleibst mindestens 2 Minuten ruhig sitzen, damit sich deine Herzfrequenz erholen kann. Die Schätzwerte der HF-Erholung lassen sich besser untereinander vergleichen, wenn die Messung der HF-Erholung immer unter möglichst ähnlichen Bedingungen erfolgt in Bezug auf: Tageszeit, Art der Aktivität und Dauer der Aktivität.

Wichtig: Die Ermittlung der HF-Erholung ist nicht sinnvoll, wenn du nicht sehr aktiv bist oder nicht an Aktivität mit hoher Intensität gewöhnt bist. Zur Verringerung möglicher Verletzungsgefahr während der Übung lies bitte die Informationen und befolge die allgemeinen Empfehlungen.

Herzfrequenzmessung

Die optische Messung der Herzfrequenz hat sich bei den meisten Menschen und unter den meisten normalen Bedingungen als aussagekräftiges Verfahren zur Ermittlung der Herzfrequenz bewährt. Für die Genauigkeit der Messung sind jedoch drei Hauptfaktoren maßgebend:

- Platzierung des Sensors im direkten Kontakt mit der Haut.
- Übertragung von Licht durch die Haut.
- Ausreichende Durchblutung der Haut.

Hinweis: Wenn ein Problem mit Ihren Herzfrequenzmessungen auftritt, überprüfen Sie, ob das Problem bereits im Kapitel über Fehlerbehebung genannt wird. Wenden Sie sich andernfalls an das Philips Service-Center.

Herzfrequenz-Zonen

Herzfrequenz-Zonen dienen zur Aufteilung der Herzfrequenzbereiche zwischen Ruheherzfrequenz und maximaler Herzfrequenz. Sie können dir helfen, die Intensität deiner Übung zu bestimmen.

Deine Herzfrequenz-Zone wird während einer Aktivität im Bildschirm „Herzfrequenz“ angezeigt. Der Punkt gibt an, in welcher Herzfrequenz-Zone du dich bewegst. Falls du in der App eine Ziel-Herzfrequenz-Zone festgelegt hast, wird diese Zone schwarz (Abb. 12) dargestellt.

- **Herzfrequenz-Zone 1 – Niedrig:**

In diese Zone fallen überwiegend Alltagsaktivitäten wie Spaziergänge, Umhergehen oder einfache Tätigkeiten im Haus oder am Arbeitsplatz.

- **Herzfrequenz-Zone 2 – Moderat:**

Zu den Aktivitäten, mit denen die Herzfrequenz in Zone 2 gebracht wird, zählen zügiges Gehen, Wandern, freizeitmäßiges Radfahren und Schwimmen. Bei solchen Aktivitäten mit mittlerer Bewegungsintensivität ist die Atmung oft tief und man kommt nach zehn Minuten ins Schwitzen.

- **Herzfrequenz-Zone 3 – Hoch:**

Training in dieser Zone fördert die Fitness. Es kann auch das Herzkreislaufsystem verbessern und zur Kontrolle des Körpergewichts beitragen.

- **Herzfrequenz-Zone 4 – Anaerob:**

Diese höchste Zone kann man nur kurze Zeit aufrechterhalten. Anaerobe Übung besteht aus kurzzeitiger Aktivität mit hoher Bewegungsintensität wie z. B. Sprint-Rennen, Intervall-Training oder schweres Krafttraining.

Schlaf

Die Philips Gesundheitsuhr ist so konstruiert, dass sie auch nachts getragen werden kann, und ermöglicht dann die automatische Schlaferfassung. Wenn du dich für die Erfassung weiterer schlafbezogener Informationen interessierst (z. B. Einschlafzeit), kannst du den Schlafmodus auch manuell zum beabsichtigten Einschlafzeitpunkt einschalten und beim Aufwachen am Morgen wieder ausschalten.

Zum Aktivieren des Schlafmodus wählst du ihn aus dem Menü aus und drückst auf das Wiedergabesymbol. Die Gesundheitsuhr schätzt deinen tatsächlichen Einschlafzeitpunkt automatisch. Drücke das Stopp-Symbol zu dem Zeitpunkt, an dem du aufwachst, ohne den Schlaf fortsetzen zu wollen. Wenn du nachts aufwachst und das Bett verlässt, brauchst du den Schlafmodus nicht auszuschalten, weil dies von der Uhr automatisch berücksichtigt wird. Wenn du auch den Wecker gestellt hast und ihn beendest, wird dies ebenfalls als Aufwachen und Beenden des Schlafmodus betrachtet. Deine Schlafdaten werden innerhalb einiger Stunden nach dem Aufwachen in der App angezeigt.

Hinweis: Bei der Aktivierung des Schlafmodus werden Bluetooth und Bewegungserinnerungen bei sitzender Tätigkeit deaktiviert.

Nahrungsaufnahme

Diese Option ermöglicht das manuelle Nachverfolgen der Kalorienzufuhr in Kilokalorien direkt auf der Uhr.

Wähle im Hauptmenü die Option „Nahrung“ aus. Es stehen zwei Optionen zur Verfügung:

- Der erste Bildschirm zeigt Nahrungsmittel. Öffne das Nahrungsaufnahme-Menü durch Tippen auf das Symbol „>“. Tippe auf die Pfeile im unteren Bereich des Bildschirms zum Auswählen von Frühstück, Mittagessen, Abendessen, Getränken oder Zwischenmahlzeiten, um deine Nahrungsmittelaufnahme einzugeben. Gib die Menge der Nahrung durch Auswahl von Klein, Normal oder Groß ein (eine durchschnittliche Kalorienanzahl wird zugeordnet).

- Wische zur zweiten Seite des Nahrungsmenüs, auf der die heute protokollierten Kalorien (in kcal) angezeigt werden. Auf diesem Bildschirm kannst du durch Tippen auf das Symbol „+“ auch Kalorien manuell eingeben. Gib durch Tippen und Halten von + oder – die gewünschte Kalorienanzahl ein. Wähle dann das Häkchensymbol zur Bestätigung der Kalorienanzahl aus.

Tipp: In der App kannst du einen Nahrungsmitteltyp und die zugehörige Kalorienzahl in der Nahrungsmitteldatenbank auswählen.

Aktivität

Die Philips Gesundheitsuhr kann dir Einblick in dein Aktivitätslevel geben. Hierzu werden mehrere Parameter gemessen, wie z. B.: Kalorienverbrauch, Schritte, aktive Minuten, sitzendes Verhalten, Herzfrequenz und Herzfrequenz-Zonen. Zur Erklärung der Herzfrequenz-Zonen siehe Kapitel „Herzfrequenz“.

Aktivitätserkennung

Das Philips Gesundheitsuhr kann die Aktivitäten Gehen, Laufen und Radfahren erkennen und in diesen Fällen die Messungen selbst starten und beenden. Das Starten und Stoppen von Messungen ist auch manuell durch Auswahl der Option „Aktivität“ im Hauptmenü möglich.

Zum manuellen Starten der Aktivität kannst du im Menü „Aktivität“ der Bildschirme für Gehen, Laufen oder Radfahren auf das „Wiedergabesymbol“ tippen. Du kannst die Aktivität jederzeit beenden oder pausieren. Während deiner Aktivität werden Informationen darüber angezeigt: Dauer der Aktivität, aktuelle Herzfrequenz und Herzfrequenz-Zone, Kalorienverbrauch sowie Schritte (beim Gehen und Laufen).

Hinweis: Aktivitäten, die vom Gerät automatisch gestartet wurden, können nicht manuell beendet werden. In den Benutzer-Einstellungen kann festgelegt werden, ob bei Erkennung einer Aktivität die Aktivitätsbildschirme oder die aktuelle Uhrzeit angezeigt werden sollen.

Sitzendes Verhalten

Langes Sitzen ist ungünstig. Um die negativen Folgen zu kompensieren, erinnert dich die Funktion für sitzendes Verhalten mit einem kurzen Vibrationswecker daran, dich zu bewegen. Das Zeitintervall des Vibrationsweckers für Bewegungspausen beim Sitzen lässt sich in der Philips HealthSuite Health App festlegen.

Wecker, Stoppuhr und Zeitgeber

Tippe im Menü auf das Uhrensymbol. Wische nach links oder rechts zum Auswählen von Wecker, Stoppuhr oder Zeitgeber.

- Wecker: Du kannst die Stunden für den Wecker durch Tippen auf die Symbole + und – festlegen. Tippe auf das Häkchensymbol zur Bestätigung. Lege dann die Minuten durch Tippen auf das Symbol + oder – fest. Tippe erneut auf das Häkchensymbol, um die Zeit für den Wecker zu bestätigen und festzulegen. Zur voreingestellten

Zeit des Weckers vibriert das Gerät so lange, bis der Wecker durch Tippen auf das Stopp-Symbol beendet wird. Du kannst durch Tippen auf das Schlummersymbol den Wecker für 9 Minuten pausieren.

- Die Stoppuhr wird durch Tippen auf den Touch-Ring neben dem Wiedergabesymbol gestartet und durch Tippen auf die Stopp-Taste beendet.
- Zeitgeber: Du kannst die Stunden des Zeitgebers durch Tippen auf die Symbole + und – festlegen. Tippe auf das Häkchensymbol zur Bestätigung. Lege dann die Minuten durch Tippen auf das Symbol + oder – fest. Tippe zur Bestätigung erneut auf das Häkchensymbol. Danach kannst du den Zeitgeber durch Tippen auf das Wiedergabesymbol starten. Der Zeitgeber lässt sich durch Tippen auf die Symbole für Pause oder Stopp unterbrechen oder anhalten.

Im Einstellungsmenü kann zwischen analoger und digitaler Uhr ausgewählt werden.

Hinweis: Die Zeit lässt sich nicht am Gerät ändern. Die Zeit wird mit den Einstellungen deines mobilen Geräts synchronisiert, wenn du die Uhr mit dem mobilen Gerät verbindest.

Einstellungen

Wähle im Hauptmenü den Punkt „Einstellungen“ aus. Die Einstellungen lassen sich an die gewünschten Anforderungen anpassen. Durch Wischen nach links oder rechts im unteren Bereich des Touch-Rings und anschließendes Tippen auf die gewünschte Option kannst du Benutzereinstellungen festlegen, den Flugmodus wählen, behördliche Vorschriften anzeigen oder das Gerät auf die Werkseinstellungen zurücksetzen.

- Benutzereinstellungen: Durch Wischen nach links oder rechts kannst du die Aktive Ansicht wählen, die Bildschirmfarben umkehren oder die Art der Uhranzeige (analog oder digital) auswählen sowie Einstellungen für Hintergrundbeleuchtung und Vibrationssignale festlegen.

- Aktive Ansicht: Während diese Funktion aktiviert ist, wechselt die Uhr in den Aktivitätsbildschirm, wenn eine Aktivität erkannt wird.
- Farben umkehren: Wähle entweder Schwarz oder Weiß als Standardbildschirmfarbe.
- Uhr: Hier kannst du die Uhrzeitanzeige auf analog oder digital einstellen.
- Hintergrundbeleuchtung: Durch Einschalten der Funktion für die Hintergrundbeleuchtung wird das Display beim Betätigen des Touch-Rings kurzzeitig beleuchtet, um die Ablesbarkeit zu verbessern.
- Vibration: Ermöglicht es, Vibration ein- oder auszuschalten. Der Wecker wird auch bei ausgeschalteter Vibration durch Vibration signalisiert.
- Flugmodus: Durch die Wahl des Flugmodus wird Bluetooth automatisch deaktiviert. Der normale Modus lässt sich durch Auswahl von „Flugmodus deaktivieren“ wiederherstellen.

- Behördliche Vorschriften und Seriennummer.
- Entkoppeln: Diese Funktion hebt die Kopplung zwischen Gesundheitsuhr und Smartphone auf. Verwende sie zur Kopplung der Uhr mit einem neuen Telefon oder mit dem vorhandenen Telefon im Fall von Synchronisationsproblemen. Zur Kopplung mit demselben Telefon musst du gegebenenfalls die App herunterfahren und die Gesundheitsuhr vorher aus den Bluetooth-Einstellungen des Smartphones löschen.
- Werkseinstellungen wiederherstellen: Stellt die ursprünglichen Einstellungen der Uhr wieder her und hebt die Kopplung des Geräts mit der Philips HealthSuite Health App auf. Außerdem werden alle nicht synchronisierten Daten von der Philips Gesundheitsuhr gelöscht. Alle Einstellungen werden auf die Standardwerte zurückgesetzt, und das Gerät schaltet sich aus. Zum erneuten Aktivieren der Uhr muss sie in das Ladegerät eingesetzt werden.

Reinigung und Aufbewahrung

Zum Reinigen der Uhr die Oberfläche mit einem trockenen oder einem leicht mit Wasser oder einem milden Reinigungsmittel angefeuchteten Tuch abwischen. Die Ladestation mit einem trockenen Tuch reinigen. Zum Reinigen des Geräts keine Druckluft, Scheuerschwämme und -mittel oder aggressiven Flüssigkeiten wie Benzin oder Aceton verwenden. Dies könnte das Gerät beschädigen.

Das Gerät an einem trockenen Ort und geschützt vor direktem Sonnenlicht und anderen Wärmequellen aufbewahren. Umgebungen mit großen Temperaturschwankungen sind zu vermeiden..

Bestellen von Zubehör

Um Zubehör oder Ersatzteile zu kaufen, gehen Sie auf **www.shop.philips.com/service**, oder suchen Sie Ihren Philips Händler auf. Sie können sich auch an ein Philips Service-Center in Ihrem Land wenden. Die Kontaktdaten finden Sie in der internationalen Garantieschrift.

Recycling

- Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden kann (2012/19/EU) (Abb. 13).
- Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt einen Akku enthält, der nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden darf (2006/66/EG) (Abb.14). Wir empfehlen dringend, das Produkt bei einer offiziellen Sammelstelle oder einem Philips Service-Center abzugeben, um den Akku fachgerecht ausbauen zu lassen.

- Beachten Sie die örtlichen Vorschriften zur getrennten Entsorgung von elektrischen und elektronischen Produkten, Akkus und Batterien. Die ordnungsgemäße Entsorgung dient dem Schutz von Umwelt und Gesundheit.

Den Akku entfernen

Hinweis: Wir empfehlen dringend, das Produkt bei einer offiziellen Sammelstelle oder einem Philips Service-Center abzugeben, um den Akku fachgerecht ausbauen zu lassen.

Der Akku lässt sich nicht aus der Uhr entfernen. Befolgen Sie die nachstehenden Anweisungen, um den Akku zu entsorgen.

- 1 Nehmen Sie das Band von der **Uhr** ab.
- 2 Vergewissern Sie sich, dass der Akku entladen ist.
- 3 Entsorgen Sie das Uhrgehäuse, wie im Kapitel „Recycling“ beschrieben.

Garantie und Support

Für Unterstützung und weitere Informationen besuchen Sie die Philips Website unter **www.philips.com/support** , oder lesen Sie die internationale Garantieschrift.

Weitere Informationen zur App finden Sie unter **www.philips.com/healthprograms**.

Fehlerbehebung

In diesem Kapitel sind die häufigsten Probleme aufgeführt, die beim Gebrauch des Geräts auftreten können. Sollten Sie ein Problem mithilfe der nachstehenden Informationen nicht beheben können, besuchen Sie unsere Website unter **www.philips.com/support**, und schauen Sie in der Liste „Häufig gestellte Fragen“ nach, oder wenden Sie sich an das Philips Service-Center in Ihrem Land.

Im Hilfeabschnitt der App findest du ebenfalls Informationen.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
Philips HealthSuite Health App kann nicht im App Store gefunden werden.	Bei der App Store-Suche wurde ein Tippfehler gemacht.	Achten Sie auf die richtige Schreibweise des Namens „HealthSuite“ im App Store oder besuchen Sie www.philips.com/healthprograms/ für weitere Anweisungen.
App lässt sich nicht herunterladen.	Smartphone ist nicht mit der App kompatibel. Falsches Betriebssystem.	Die App funktioniert nur mit iOS und Android. Stellen Sie sicher, dass iOS 8.0+ oder Android 4.4.2+ auf dem Mobilgerät installiert ist.
Die Kopplung hat nicht funktioniert.	Bluetooth ist auf dem Smartphone deaktiviert.	Aktivieren Sie Bluetooth auf dem Smartphone. Halten Sie das Gerät in der Nähe des Mobiltelefons und versuchen Sie es erneut.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
	Die Kopplung war in der Gesundheitsuhr nicht aktiviert.	Achten Sie darauf, die Kopplung der Gesundheitsuhr durch Tippen auf das Symbol „>“ auf dem Kopplungsbildschirm zu aktivieren.
	Geräte befinden sich außerhalb des Betriebsbereichs oder andere Geräte stören den Betrieb.	Stellen Sie zur Vermeidung von Interferenzen sicher, dass sich keine anderen Geräte in der Nähe befinden.
	Der Akku des Geräts weist keine ausreichende Ladung auf.	Stellen Sie sicher, dass der Akku des Geräts geladen ist.
Die erneute Kopplung mit demselben Smartphone oder Tablet ist nicht möglich	Überprüfen Sie im Betriebssystem des Telefons, in der App oder auf der Gesundheitsuhr, ob die frühere Kopplung noch vorhanden ist.	Wenn Sie dasselbe Telefon erneut koppeln möchten, gehen Sie folgendermaßen vor:

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
	Unter iOS:	<ol style="list-style-type: none"><li data-bbox="1322 218 2253 363">1. Wechseln Sie zur Seite „Einstellungen“ der Gesundheitsuhr und wählen Sie die Funktion zum Entkoppeln aus.<li data-bbox="1322 389 2253 581">2. Wechseln Sie im Menü „Einstellungen“ der Philips HealthSuite Health App zu „Gesundheitsuhr“ und wählen Sie „Gerät entfernen“ aus.<li data-bbox="1322 617 1822 658">3. Beenden Sie die App.<li data-bbox="1322 689 2253 835">4. Entfernen Sie die Philips Gesundheitsuhr im Bluetooth-Einstellungsmenü Ihres Smartphones.<li data-bbox="1322 860 2253 958">5. Öffnen Sie die Philips HealthSuite Health App und wiederholen Sie den Vernetzungsversuch.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
	Unter Android:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Wechseln Sie zur Seite „Einstellungen“ der Gesundheitsuhr und wählen Sie die Funktion zum Entkoppeln aus. 2. Wechseln Sie im Menü „Einstellungen“ der Philips HealthSuite Health App zu „Gesundheitsuhr“ und wählen Sie „Gerät entfernen“ aus. 3. Versuchen Sie die Kopplung erneut.
Die Synchronisierung funktioniert nicht.	Bluetooth ist auf dem Smartphone oder in der Gesundheitsuhr deaktiviert.	Aktivieren Sie Bluetooth auf dem Smartphone und stellen Sie sicher, dass der Flugmodus in der Gesundheitsuhr nicht aktiviert ist.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
Die Lösung	Geräte befinden sich außerhalb des Betriebsbereichs.	Halten Sie das Gerät in der Nähe des Mobiltelefons und versuchen Sie es erneut.
	Das Gerät ist nicht gekoppelt.	Stellen Sie sicher, dass das Gerät ordnungsgemäß gekoppelt ist.
	Der Akku des Geräts weist keine ausreichende Ladung auf.	Stellen Sie sicher, dass der Akku des Geräts geladen ist.
Touch-Bedienung funktioniert nicht.	Der Bildschirm ist gesperrt.	Entsperren Sie den Bildschirm durch dreimaliges Tippen auf den unteren Bereich des Touch-Rings.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
Das Gerät reagiert nicht oder das Display ist dunkel und das Gerät scheint ausgeschaltet zu sein.	Der Akku ist vollständig entladen.	Setzen Sie das Gerät in die Ladestation ein und schließen Sie diese an eine Steckdose an. Warten Sie, bis das Gerät vollständig geladen wurde.
	Ein interner Fehler ist aufgetreten.	Wenn das Gerät nicht geladen werden kann oder immer noch nicht reagiert, wenden Sie sich an ein Philips Service-Center in Ihrem Land. Die Kontaktdaten finden Sie in der internationalen Garantieschrift.
Das Glas des Geräts ist zerbrochen.	Die Uhr wurde fallen gelassen.	Wenden Sie sich an ein Philips Service-Center in Ihrem Land. Die Kontaktdaten finden Sie in der internationalen Garantieschrift. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Glas zerbrochen ist.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
Das Glas des Geräts ist zerbrochen.	Die Uhr wurde fallen gelassen.	Wenden Sie sich an ein Philips Service-Center in Ihrem Land. Die Kontaktdaten finden Sie in der internationalen Garantieschrift. Verwenden Sie das Gerät nicht, wenn das Glas zerbrochen ist.
Herzfrequenzsignal wird nicht angezeigt.	Das Band liegt nicht eng genug an Ihrem Handgelenk an.	Stellen Sie sicher, dass die Uhr richtig getragen wird. Geben Sie in der App an, auf welcher Seite die Uhr getragen wird. In der App kann ausgewählt werden, ob die Trageseite die dominante Hand ist.
	Die persönlichen Einstellungen in der App sind falsch.	Aktualisieren und korrigieren Sie die Ihre persönlichen Einstellungen in der App.
	Die Uhr oder die Haut ist nicht sauber.	Reinigen Sie das Gerät und die Haut unter dem Gerät.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
Genauigkeit wird angezweifelt. / Mein Gerät misst nicht ordnungsgemäß.	Der direkte Kontakt mit der Haut kann beispielsweise verloren gehen, wenn die Uhr zu locker getragen wird, das Band über dem Handgelenkknochen getragen wird oder die Hand bzw. das Handgelenk viel bewegt wird.	Stellen Sie sicher, dass die Uhr richtig positioniert ist und fest, aber komfortabel sitzt. Falls sich das Problem dadurch nicht beheben lässt, legen Sie die Uhr versuchsweise etwas höher am Arm oder am anderen Arm an. (Ändern Sie beim Anlegen der Uhr am anderen Arm unbedingt die Einstellung für die Trageseite in der App entsprechend.)
	Die Durchblutung der Haut kann durch erhöhten Druck auf die kleinen Blutgefäße beeinträchtigt werden (z. B. wenn das Band zu fest angezogen ist).	Fixieren Sie das Band um ein Loch weiter, um den Druck leicht zu verringern, aber stellen Sie sicher, dass die Uhr immer noch eng anliegt.

Problem	Mögliche Ursache	Die Lösung
	Die Durchblutung der Haut kann bei Aufwärmübungen vorübergehend verringert werden, während mehr Blut in die Muskeln geleitet wird.	Ignorieren Sie ungenaue Messungen während Aufwärmübungen und warten Sie einige Zeit, bis sich die Durchblutung der Haut an die Trainingsumstände angepasst hat.
	Die Durchblutung der Haut kann bei Aufwärmübungen vorübergehend verringert werden, wenn Sie bei starker Kälte nach draußen gehen, da mehr Blut in das Innere des Körpers geleitet wird.	Tragen Sie langärmelige Kleidung, die die Uhr bedeckt, und beginnen Sie die Messung in Innenräumen. Ignorieren Sie ungenaue Messungen während der ersten Minuten und warten Sie einige Zeit, bis sich die Durchblutung der Haut an die Trainingsumstände angepasst hat.

Problem

Mögliche Ursache

Die Lösung

Die Lichtübertragung durch die Haut kann durch starke Kontraste in der Hautpigmentierung beeinträchtigt werden (z. B. aufgrund eines Musters in einer Tätowierung). In diesem Fall erhalten Sie möglicherweise eine ungenaue optische Herzfrequenzmessung.

Positionieren Sie die Uhr etwas höher am Handgelenk oder am anderen Handgelenk. (Wenn Sie die Uhr am anderen Arm tragen, vergessen Sie nicht, die Platzierungseinstellung in der App zu ändern.)

Konformitätsinformationen

Elektromagnetische Emissionen und Störfestigkeit

Dieses Gerät erfüllt die Anforderungen der Norm EN 60601-1-2 zur elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV). Es ist für den Betrieb im Wohnbereich vorgesehen.

EMV-Richtlinien

- Bei dem Gerät sind bezüglich der elektromagnetischen Verträglichkeit (EMV) besondere Vorsichtsmaßnahmen zu beachten. Inbetriebnahme und Verwendung des Geräts müssen unter Berücksichtigung der EMV-Informationen in den zugehörigen Dokumenten erfolgen.
- Drahtlose Kommunikationsgeräte wie zum Beispiel drahtlose Heimnetzwerkgeräte, Mobiltelefone, Schnurlostelefone und deren Basisstationen sowie Walkie-Talkies können die Funktion dieses Geräts beeinträchtigen. Zu solchen Geräten sollte ein Mindestabstand von 3,3 m eingehalten werden.

Hinweis: Gemäß der Norm IEC 60601-1-2:2007 für ME-Geräte beträgt bei einem normalen Mobiltelefon mit einer maximalen Abgabeleistung von 2 W der Störfestigkeitspegel 3 V/m bei einem Abstand von 3,3 m.

Erklärung – elektromagnetische Emissionen

Hinweise zum Betrieb und Erklärung des Herstellers – elektromagnetische Emissionen. Das Gerät ist für den Betrieb in der im Folgenden beschriebenen elektromagnetischen Umgebung vorgesehen. Der Kunde oder der Benutzer des Geräts hat sicherzustellen, dass es in einer solchen Umgebung eingesetzt wird.

Emissionstest	Konformität	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
HF-Emissionen nach CISPR 11	Gruppe 1	Das Gerät verwendet HF-Energie nur für die interne Funktion. Seine HF-Emissionen sind daher sehr gering und es ist sehr unwahrscheinlich, dass Störungen bei nahen elektronischen Geräten auftreten.
HF-Emissionen nach CISPR 11	Klasse B	Das Gerät ist für den Einsatz in allen Umgebungen geeignet, darunter Heimumgebungen und der direkte Anschluss an das öffentliche Niederspannungsnetz für Heimzwecke.
Grenzwerte für Oberschwingungsströme nach IEC 61000-3-2	–	
Spannungsschwankungen/Flicker nach IEC 61000-3-3	–	

Erklärung – elektromagnetische Störfestigkeit

Hinweise zum Betrieb und Erklärung des Herstellers – elektromagnetische Störfestigkeit.

Das Gerät ist für den Betrieb in der im Folgenden beschriebenen elektromagnetischen Umgebung vorgesehen. Der Kunde oder der Benutzer des Geräts hat sicherzustellen, dass es in einer solchen Umgebung eingesetzt wird.

Störfestigkeitstest	Prüfpegel nach IEC 60601	Konformitätsniveau	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
Entladung statischer Elektrizität nach IEC 61000-4-2	±6 kV, Kontakt ±8 kV, Luft	±6 kV, Kontakt ±8 kV, Luft	Der Boden sollte aus Holz, Beton oder Keramikfliesen bestehen. Wenn der Boden mit einem synthetischen Material bedeckt ist, sollte die relative Luftfeuchtigkeit mindestens 30 % betragen.

Störfestigkeitstest	Prüfpegel nach IEC 60601	Konformitätsniveau	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
Schnelle transiente Störgrößen/Burst nach IEC 61000-4-4	±2 kV für Stromversorgungsleitungen ± 1 kV für E/A-Leitungen	±2 kV für Stromversorgungsleitungen ± 1 kV für E/A-Leitungen	Die Stromversorgung muss der für gewerbliche und klinische Umgebungen üblichen Qualität entsprechen.
Schnelle transiente Störgrößen/Burst nach IEC 61000-4-4	±2 kV für Stromversorgungsleitungen ± 1 kV für E/A-Leitungen	±2 kV für Stromversorgungsleitungen ± 1 kV für E/A-Leitungen	Die Stromversorgung muss der für gewerbliche und klinische Umgebungen üblichen Qualität entsprechen.
Stoßspannungen nach IEC 61000-4-5	±1 kV Leitung(en) zu Leitungen(en) ±2 kV Leitung(en) zu Masse	±1 kV Leitung(en) zu Leitungen(en)	Die Stromversorgung muss der für gewerbliche und klinische Umgebungen üblichen Qualität entsprechen.

Störfestigkeitstest	Prüfpegel nach IEC 60601	Konformitätsniveau	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
Spannungseinbrüche, Kurzzeitunterbrechungen und Spannungsschwankungen in Stromversorgungsleitungen nach IEC 61000-4-11	<5 % UT (>95 % Einbruch in UT) für 0,5 Zyklen, 40 % UT (60 % Einbruch in UT) für 5 Zyklen, 70 % UT (30 % Einbruch in UT) für 25 Zyklen, <5 % UT (>95 % Einbruch in UT) für 5 s	<5 % UT (>95 % Einbruch in UT) für 0,5 Zyklen, 40 % UT (60 % Einbruch in UT) für 5 Zyklen, 70 % UT (30 % Einbruch in UT) für 25 Zyklen, <5 % UT (>95 % Einbruch in UT) für 5 s	Die Stromversorgung muss der für gewerbliche und klinische Umgebungen üblichen Qualität entsprechen. Um einen dauerhaften Betrieb des Geräts während eines Stromausfalls zu gewährleisten, empfiehlt es sich, dass Gerät mit einer unterbrechungsfreien Stromversorgung oder einer Batterie zu betreiben.

Störfestigkeitstest	Prüfpegel nach IEC 60601	Konformitätsniveau	Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden
Magnetfelder mit energietechnischen Frequenzen (50/60 Hz) nach IEC 61000-4-8	3 A/m	3 A/m	Die Magnetfelder mit energietechnischen Frequenzen müssen sich auf einem Niveau befinden, das für einen typischen Ort in einer gewerblichen oder klinischen Umgebung charakteristisch ist.

Hinweis: UT ist die Wechselspannung vor dem Anlegen des Prüfpegels.

Erklärung – elektromagnetische Störfestigkeit

Hinweise zum Betrieb und Erklärung des Herstellers – elektromagnetische Störfestigkeit.

Das Gerät ist für den Betrieb in der im Folgenden beschriebenen elektromagnetischen Umgebung vorgesehen. Der Kunde oder der Benutzer des Geräts hat sicherzustellen, dass es in einer solchen Umgebung eingesetzt wird.

Störfestigkeitstest	Prüfpegel nach IEC 60601	Konformitätsniveau
Leitungsgeführte HF-Störgrößen IEC 61000-4-6	3 Vrms 150 kHz bis 80 MHz	3 Veff
Gestrahlte HF-Störgrößen IEC 61000-4-3	3 V/m 80 MHz bis 2,5 GHz	3 V/m

Hinweis 1: Bei 80 MHz und 800 MHz trifft der höhere Frequenzbereich zu.

Hinweis 2: Diese Richtlinien sind möglicherweise nicht in allen Situationen anwendbar. Die Ausbreitung elektromagnetischer Felder wird durch die Absorption und Reflexion von Gebäuden, Objekten und Personen beeinflusst.

Elektromagnetische Umgebung – Leitfaden

Tragbare und mobile HF-Kommunikationsgeräte dürfen nur mit dem empfohlenen Abstand, der nach der Gleichung für die Frequenz des Senders berechnet wurde, vom Gerät (einschließlich Kabel) betrieben werden. Empfohlener Abstand:

$$d = 1,17 \sqrt{P}$$

$$d = 1,17 \sqrt{P} \quad 80 \text{ MHz bis } 800 \text{ MHz}$$

$$d = 2,33 \sqrt{P} \quad 800 \text{ MHz bis } 2,5 \text{ GHz}$$

Hierbei ist P die maximale Nennausgangsleistung des Senders in Watt (W) gemäß dem Hersteller des Senders, und d ist der empfohlene Schutzabstand in Metern (m).

Die Feldstärke des festen HF-Senders, die im Rahmen einer elektromagnetischen Untersuchung des Standorts ermittelt wurde, sollte unter dem Konformitätsniveau des jeweiligen Frequenzbereichs liegen. Störungen können in der Umgebung von Geräten auftreten, die mit dem folgenden Symbol gekennzeichnet sind:

Die Feldstärken von festen Sendern, wie z. B. Basisstationen von Funktelefonen (Mobiltelefone/schnurlose Telefone) und Mobilfunkgeräte, Amateurfunkgeräte, AM- und FM-Radio- und Fernsehübertragungen, können in der Theorie nicht genau vorhergesagt werden. Um die elektromagnetische Umgebung fester HF-Sender zu bewerten, sollte eine elektromagnetische Untersuchung des Standorts in Betracht gezogen werden. Wenn die gemessene Feldstärke am Standort, an dem das Gerät verwendet wird, das geltende HF-Konformitätsniveau übersteigt, sollte das Gerät beobachtet werden, um zu bestätigen, dass ein normaler Betrieb gewährleistet ist. Wenn unnormale

Leistungswerte festgestellt werden, sind u. U. zusätzliche Maßnahmen erforderlich, beispielsweise Ändern der Ausrichtung oder der Position des Geräts.

Im Frequenzbereich von 150 kHz bis 80 MHz muss die Feldstärke unterhalb von 3 V/m liegen.

Empfohlene Sicherheitsabstände zwischen tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten und dem Medizinprodukt.

Das Gerät ist für die Nutzung in einer elektromagnetischen Umgebung vorgesehen, in dem die Störungen durch ausgestrahlte HF-Störgrößen kontrolliert werden können.

Durch Einhaltung eines Mindestabstands zwischen dem Gerät und tragbaren und mobilen HF-Kommunikationsgeräten (Sendern) können elektromagnetische Beeinflussungen verhindert werden. Dieser Mindestabstand richtet sich wie im Folgenden angegeben nach der maximalen Ausgangsleistung und dem Frequenzbereich des Kommunikationsgeräts.

Mindestabstand entsprechend der Frequenz des Senders (m)

Nennleistung des Senders (W)	150 kHz bis 80 MHz außerhalb von ISM- Frequenzbändern $d=1,17 \sqrt{P}$	80 MHz bis 800 MHz $d=1,17 \sqrt{P}$	800 MHz bis 2,5 GHz $d=2,23 \sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23

Für Sender, deren maximale Nennleistung in dieser Tabelle nicht enthalten ist, kann der empfohlene Schutzabstand d in Meter (m) mithilfe der Gleichung in der entsprechenden Spalte bestimmt werden. Hierbei ist P die maximale Nennleistung des Senders in Watt (W) laut Herstellerangabe.

Hinweis 1: Bei 80 MHz bzw. 800 MHz ist der Mindestabstand des höheren Frequenzbereichs anzuwenden.

Hinweis 2: Diese Richtlinien sind möglicherweise nicht in allen Situationen anwendbar. Die Ausbreitung elektromagnetischer Felder wird durch die Absorption und Reflexion von Gebäuden, Objekten und Personen beeinflusst.

Frequenzbereich: 2400–2478 MHz.

Ausgangseinstellung, höchste Einstellung: 5 dBm.

Modulation: 1 Mbit/s GFSK.

Marken

BlueTooth Wortmarke

Die Wortmarke und die Logos für BlueTooth® Smart sind eingetragene Marken im Eigentum der Bluetooth SIG, Inc. Die Verwendung dieser Marken durch Philips erfolgt unter Lizenz.

App Store und iPhone

App Store und iPhone sind eingetragene Marken von Apple Inc. in den USA und anderen Ländern. App Store ist eine Dienstleistungsmarke von Apple Inc.

Google Play und Android

Google Play und Android sind Marken von Google Inc.

Erklärung der Symbole

Um den sicheren und ordnungsgemäßen Betrieb des Geräts zu gewährleisten und Verletzungen zu vermeiden, müssen sämtliche Warnzeichen und Symbole beachtet werden. Nachstehend finden Sie eine

Erklärung der auf dem Gerät angebrachten und in der Bedienungsanleitung verwendeten Warnzeichen und Symbole.



Lesen Sie vor dem Gebrauch des Geräts die Bedienungsanleitung durch.



Dieses Symbol bedeutet, dass der Teil des Geräts, der in physischen Kontakt mit dem Benutzer kommt (auch Anwendungsteil genannt), dem Typ BF (Body Floating) gemäß IEC 60601-1 entspricht. Der aufgetragene Teil umfasst das Armband und die Rückseite der Uhr.



Vorsichtshinweis. Weist den Benutzer auf wichtige sicherheitsrelevante Informationen in der Bedienungsanleitung hin (Warnhinweise, Vorsichtsmaßnahmen usw.), die aus unterschiedlichen Gründen nicht direkt auf dem medizinischen Gerät angebracht werden können.



Gibt an, dass ein Objekt recyclingfähig ist, nicht dass das Objekt recycelt wurde oder in allen Recycling-Sammelsystemen angenommen wird.



Dieses Symbol bedeutet, dass das Gerät die Anforderungen der EU-Richtlinie 93/42/EWG für Medizinprodukte erfüllt. 0344 ist die Nummer der benannten Stelle.

IP67

Dieses Symbol bedeutet: Vollkommen staubgeschützt. Gegen die Auswirkungen des Tauchens unter Wasser in einer Tiefe zwischen 15 cm und 1 m für 30 Minuten geschützt. Dies betrifft die Uhr und nicht die Ladestation.

REF

Gibt die Modell- oder Typennummer des Herstellers für das Gerät an.

IP21

Dieses Symbol bedeutet: Gegen fallende Wassertropfen geschützt.



Dieses Symbol bedeutet, dass es sich um ein Gerät der Klasse II handelt. Der Adapter ist zweifach isoliert (Klasse II).



Das bedeutet, dass das Gerät nicht ionisierende Strahlung abgibt. Alle Geräte, die über einen HF-Sender verfügen oder elektromagnetische HF-Energie verwenden, müssen mit diesem Symbol gekennzeichnet sein.



Hersteller: Philips Consumer Lifestyle B.V., Tussendiepen 4, 9206 AD Drachten, Niederlande.
8Fax: +31 (0)512594316



Symbol für die zweijährige Philips Garantie.



Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt einen Akku enthält, der nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden darf (2006/66/EG). Weitere Informationen finden Sie im Kapitel „Recycling“.



Dieses Symbol bedeutet, dass das Produkt nicht mit dem normalen Hausmüll entsorgt werden kann (2012/19/EU). Weitere Informationen finden Sie im Kapitel „Recycling“.



Der „Grüne Punkt“ ist das Lizenzzeichen eines von der Industrie finanzierten europäischen Netzwerks für das Recycling des Verpackungsmaterials von Konsumgütern.



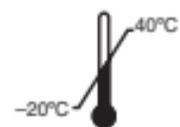
Dieses Symbol ist ein Zertifizierungslogo. Es findet sich auf elektronischen Produkten, die in den Vereinigten Staaten hergestellt oder verkauft werden. Es bestätigt, dass die elektromagnetische Störstrahlung des Geräts unter den von der FCC festgelegten Grenzwerten liegt.



Symbol für USB



Gibt die relative Luftfeuchtigkeit an, der das Gerät ausgesetzt werden darf, ohne Schaden zu nehmen: 10 % bis 93 %.



Dieses Symbol gibt den Temperaturbereich an, in dem das medizinische Gerät gelagert und transportiert werden kann, ohne Schaden zu nehmen:
-20 °C bis 40 °C



Bluetooth® Smart-Symbol

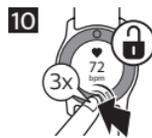
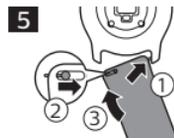
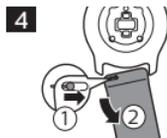
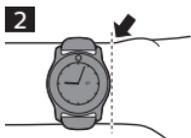
Technische Daten

Stromversorgung	Integrierter Lithium-Ionen-Polymer-Akku mit 3,7 V und 140 mAh
Ladestation	5 V DC und 500 mA
Display	Einfarbiges Display mit Hintergrundbeleuchtung
Messbereich	Herzfrequenz: 30–220 Schläge pro Minute. Ruheatemfrequenz: 5–45 Atemzüge pro Minute
Genauigkeit	Herzfrequenz: ± 10 Schläge pro Minute oder 10 % (größerer Wert) Ruheherzfrequenz: ± 3 Schläge pro Minute Gesamtenergieverbrauch: ± 15 % Ruheatemfrequenz: ± 5 Atemzüge pro Minute Schritte: ± 5 % Aktivitätserkennung (Gehen, Laufen, Radfahren, andere): klassifiziert mit 90 % Genauigkeit

Umgebungsbedingungen – Betrieb	Temperatur: –5 °C bis 40 °C. Relative Luftfeuchtigkeit: 15 % bis 93 % rel. Luftfeuchte. Luftdruck: 700 hPa bis 1.060 hPa
Umgebungsbedingungen – Aufbewahrung und Transport	Temperatur: –20 °C bis 60 °C. Relative Luftfeuchtigkeit: < 93 %. Luftdruck: 700 hPa bis 1.060 hPa
Nettogewicht	ca. 50 g
Abmessungen	ca. 205,5 mm × 38 mm × 10 mm
Zubehör	Ladestation, Bedienungsanleitung, zweites Band (Größe S/M).
Betriebsmodus	Dauerbetrieb
Schutzart	Anwendungsteil des Typs BF
Geräteklasse	Akkubetrieb: ME-Gerät mit interner Stromversorgung. ME-Gerät der Klasse II.

Materialien	Gehäuse, Rahmen, Dach: Chirurgischer Edelstahl 316L. Abdeckung: Corning-Glas. Untere und obere Seite des Ladegeräts: Reiner Kunststoff. Bandmaterial: TPU (thermoplastisches Polyurethan) DN670.
Nutzlebensdauer	4 Jahre
IP67 für die Uhr	Dies bedeutet: Vollkommen staubgeschützt. Gegen die Auswirkungen des Tauchens unter Wasser in einer Tiefe zwischen 15 cm und 1 m für 30 Minuten geschützt. Dies betrifft die Uhr und nicht die Ladestation.
IP21 für die Ladestation	Dies bedeutet: Gegen fallende Wassertropfen geschützt.

Achtung: An diesem Gerät dürfen keine Veränderungen vorgenommen werden.





Specifications are subject to
change without notice.
© 2016 Koninklijke Philips N.V.
All rights reserved



Philips Consumer Lifestyle BV
Tussendiepen 4,
9206AD Drachten, Netherlands
Fax +31 (0)512594316

4222.100.5311.1 (5/2016)



>75% recycled paper

