

**GARMIN®**

# VÍVOFIT® JR. 3

---

Benutzerhandbuch

© 2020 Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften

Alle Rechte vorbehalten. Gemäß Urheberrechten darf dieses Handbuch ohne die schriftliche Genehmigung von Garmin weder ganz noch teilweise kopiert werden. Garmin behält sich das Recht vor, Änderungen und Verbesserungen an seinen Produkten vorzunehmen und den Inhalt dieses Handbuchs zu ändern, ohne Personen oder Organisationen über solche Änderungen oder Verbesserungen informieren zu müssen. Unter [www.garmin.com](http://www.garmin.com) finden Sie aktuelle Updates sowie zusätzliche Informationen zur Verwendung dieses Produkts.

Garmin®, das Garmin Logo und vivofit® sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften und sind in den USA und anderen Ländern eingetragen. Garmin Connect™, Garmin Jr.™ und Toe-to-Toe™ sind Marken von Garmin Ltd. oder deren Tochtergesellschaften. Diese Marken dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung von Garmin verwendet werden.

Android™ ist eine Marke von Google Inc. Apple® ist eine Marke von Apple Inc. und ist in den USA und anderen Ländern eingetragen. Die Wortmarke BLUETOOTH® und die Logos sind Eigentum von Bluetooth SIG, Inc. und werden von Garmin ausschließlich unter Lizenz verwendet. Weitere Marken und Markennamen sind Eigentum ihrer jeweiligen Inhaber.

Modellnummer: A04065

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einführung</b> .....	<b>1</b>
Verwenden der Smartwatch.....	1
Koppeln mit dem Smartphone.....	1
Garmin Jr. App.....	2
Garmin Connect.....	2
Symbole.....	2
Menüoptionen.....	4
Schlafüberwachung.....	5
<b>Protokoll</b> .....	<b>6</b>
Manuelles Senden von Daten an das Smartphone.....	6
<b>Anpassen der Uhr</b> .....	<b>6</b>
App-Einstellungen.....	6
<b>Geräteinformationen</b> .....	<b>8</b>
Technische Daten.....	8
Software-Update.....	8
Anzeigen von Geräteinformationen.....	8
Pflege des Geräts.....	9
Auswechselbare Batterie.....	9
Auswechseln des Armbands.....	12
<b>Fehlerbehebung</b> .....	<b>12</b>
Meine Schrittzahl ist ungenau.....	12
Meine Smartwatch zeigt nicht die richtige Uhrzeit an.....	13
Ist mein Smartphone mit meiner Uhr kompatibel?.....	13
Koppeln mehrerer Mobilgeräte.....	13
Wie koppele ich eine weitere Smartwatch mit der Garmin Jr. App?..	13
Zurücksetzen der Uhr.....	13
Meine Uhr schaltet sich nicht ein.....	13
Meine Uhr schaltet sich nach dem Auswechseln der Batterie nicht ein.....	14
<b>Anhang</b> .....	<b>14</b>
Weitere Informationsquellen.....	14



# Einführung


## ⚠️ WARNUNG

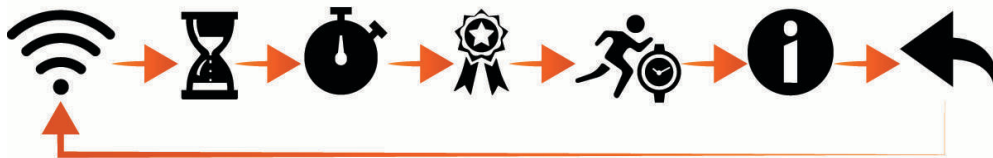
Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "*Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*", die dem Produkt beiliegt.

Lassen Sie sich stets von Ihrem Arzt beraten, bevor Sie ein Trainingsprogramm beginnen oder ändern.

## Verwenden der Smartwatch



- Drücken Sie die Taste ①, um die Uhrfunktionen zu durchblättern (*Symbole, Seite 2*).
- Halten Sie die Taste 1 Sekunde lang gedrückt, um das Menü  anzuzeigen (*Menüoptionen, Seite 4*).
- Drücken Sie die Taste, um Menüoptionen zu durchblättern.




- Halten Sie die Taste 1 Sekunde lang gedrückt, um Menüoptionen auszuwählen.
- Halten Sie die Taste weniger als 1 Sekunde gedrückt, um die Beleuchtung zu aktivieren.  
Die Beleuchtung schaltet sich automatisch aus.

## Koppeln mit dem Smartphone

Damit Sie die vívofit jr. 3 Uhr mit einem Smartphone koppeln können, benötigt mindestens ein Elternteil oder Betreuer ein Garmin Connect™ Konto (*Garmin Connect, Seite 2*).

Die Uhr muss direkt über die Garmin Jr.™ App gekoppelt werden und nicht über die Bluetooth® Einstellungen des Smartphones.

- 1 Installieren Sie über den App-Shop des Smartphones die Garmin Jr. App und öffnen Sie sie.
- 2 Melden Sie sich mit Ihrem Garmin Connect Benutzernamen und Kennwort an.
- 3 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um Ihre Familie einzurichten und die einzelnen Kinder hinzuzufügen.
- 4 Halten Sie auf der vívofit jr. 3 Uhr die Taste gedrückt, bis  angezeigt wird.  
Die Uhr wechselt in den Kopplungsmodus.
- 5 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um die Einrichtung abzuschließen.

**HINWEIS:** Sie können mehrere Mobilgeräte koppeln, beispielsweise ein Tablet oder das Smartphone eines anderen Elternteils (*Koppeln mehrerer Mobilgeräte, Seite 13*).

## Garmin Jr. App

Mit der kostenlosen Garmin Jr. App können Sie die täglichen Aktivitäten Ihrer Kinder sowie den Fortschritt bei ihren Aufgaben verfolgen.

**Fitness Tracker:** Ermöglicht es Ihnen, die Schritte pro Tag, die Aktivitätsminuten, die Aktivitäten mit Zeitangabe und die Schlafdaten Ihrer Kinder zu verfolgen.

**Abenteuerkarte:** Ermöglicht es Ihnen, jeden Tag den Fortschritt Ihrer Kinder anzuzeigen, wenn sie das Aktivitätsziel von 60 Minuten erreichen und so Abenteuer enthüllen.

**Challenges:** Ermöglicht es Ihnen, die Schrittzahl für die ganze Familie und für Freunde in der Garmin Connect Community zu vergleichen.

**Aufgabenerfüllung:** Ermöglicht es Ihnen, Aufgaben zu erstellen und zu verwalten, Münzen für erfüllte Aufgaben zu vergeben und Münzen für individuelle Belohnungen einzulösen.

**Mehr:** Ermöglicht es Ihnen, die Familie anzupassen, App-Einstellungen zu aktualisieren und Hilfethemen sowie Infos über das Gerät anzuzeigen.

**Belohnungen:** Ermöglicht es Ihnen, Belohnungen zu erstellen und Münzen gegen Belohnungen einzulösen.

**Einstellungen:** Ermöglicht es Ihnen, die Smartwatch und die Benutzereinstellungen anzupassen, darunter Alarmtöne, Notfallkontakt-Informationen, Profilbilder und mehr.

**Schlafüberwachung:** Ermöglicht es Ihnen, die Schlafstatistiken des Kindes anzuzeigen.

**Statistiken:** Ermöglicht es Ihnen, die Aktivitätsminuten und Schrittaufzeichnungen des Kindes anzuzeigen.








**Schritte:** Ermöglicht es Ihnen, die Schrittdaten des Kindes anzuzeigen.

## Garmin Connect

Mindestens ein Elternteil benötigt ein Garmin Connect Konto, um die Garmin Jr. App zu verwenden. Erstellen Sie unter [www.garminconnect.com](http://www.garminconnect.com) ein kostenloses Konto. Ihr Garmin Connect Konto bietet Tools, um Aktivitäten zu verfolgen, zu analysieren, mit anderen zu teilen und um sich gegenseitig anzuspornen. Zeichnen Sie die Aktivitäten Ihres aktiven Lifestyles auf, und nehmen Sie an Familien-Challenges teil, indem Sie einen kompatiblen Fitness Tracker mit dem Garmin Connect verbinden.

## Symbole

Symbole repräsentieren die Uhrfunktionen. Drücken Sie die Taste, um die Funktionen zu durchblättern.

	Das aktuelle Datum. Die Uhr aktualisiert die Uhrzeit und das Datum, wenn Sie Daten an das Smartphone senden.
	Die Gesamtanzahl an Schritten für den Tag.
	Die Gesamtanzahl an Aktivitätsminuten des Tages und der Fortschritt beim Erreichen des Aktivitätsziels von 60 Minuten.
	Die Anzahl der erfüllten und zugewiesenen Aufgaben für den Tag.
	Die Gesamtanzahl der erhaltenen Münzen.
	Neuer Level. Auf der Abenteuerkarte können Sie Spielzüge erhalten und Missionen erfüllen.
	Notfallkontakt-Informationen. Die ICE-Seite (In Case of Emergency) wird angezeigt, nachdem Sie sie in der Garmin Jr. App eingerichtet haben.

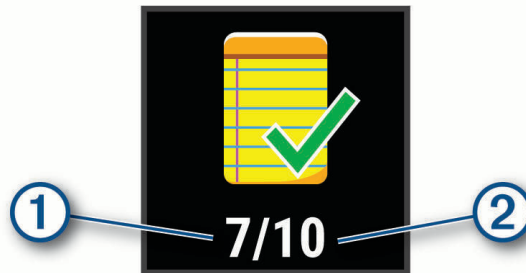
## Aktivitätsziel

Zur Förderung der Gesundheit von Kindern empfehlen Organisationen wie das US-amerikanische Centers for Disease Control and Prevention, sich jeden Tag mindestens 60 Minuten körperlich zu bewegen. Dabei kann es sich um Aktivitäten mit mäßiger Intensität handeln, z. B. zügiges Gehen, oder um Aktivitäten mit hoher Intensität, z. B. Laufen.

Die Smartwatch motiviert Kinder dazu, aktiv zu sein, indem ihr Fortschritt beim Erreichen des Tagesziels von 60 Minuten angezeigt wird.

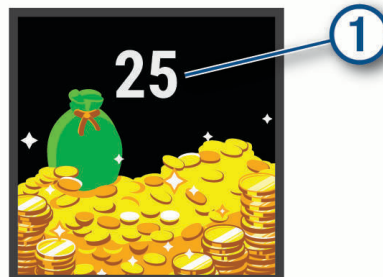
## Aufgabenerfüllung

Verwenden Sie die Garmin Jr. App, um Aufgaben zu erstellen und zuzuweisen und um den Fortschritt Ihrer Kinder bei der Aufgabenerfüllung zu aktualisieren. Wenn die vívofit jr. 3 Uhr mit einem Smartphone verbunden ist, werden auf der Uhr die aktualisierte Anzahl der erfüllten ① und zugewiesenen ② Aufgaben für den Tag angezeigt.



## Münzen

Verwenden Sie die Garmin Jr. App, um Münzen für erfüllte Aufgaben zu vergeben. Wenn die vívofit jr. 3 Uhr mit einem Smartphone verbunden ist, wird auf der Uhr die aktualisierte Anzahl der erhaltenen Münzen ① angezeigt.









Münzen können in der Garmin Jr. App gegen Belohnungen eingelöst werden. Erstellen Sie in der App individuelle Belohnungen und richten Sie ein, wie viele Münzen zum Einlösen einer Belohnung erforderlich sind. Wenn Sie Münzen in der App einlösen und die Uhr mit einem Smartphone verbinden, wird auf der Uhr die aktualisierte Gesamtanzahl an Münzen angezeigt.

## Menüoptionen


Halten Sie die Taste 1 Sekunde lang gedrückt, um das Menü  anzuzeigen.

**TIPP:** Drücken Sie die Taste, um die Menüoptionen zu durchblättern.

	Sendet Daten an das Bluetooth fähige Smartphone.
	Zeigt Optionen für den Aufgabentimer an.
	Startet die Stoppuhr.
	Startet eine Toe-to-Toe™ Challenge.
	Beginnt eine Aktivität mit Zeitangabe.
	Zeigt Uhrinformationen an.
	Kehrt zur vorherigen Seite zurück.

## Verwenden des Aufgabentimers

Mit der Uhr können Sie einen Countdown-Timer starten.

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 2 Halten Sie  gedrückt.
- 3 Drücken Sie die Taste, um die Optionen für den Aufgabentimer zu durchblättern.
- 4 Halten Sie die Taste gedrückt, um einen Timer auszuwählen und zu starten.

Die Uhr gibt einen Ton aus, der Timer beginnt mit dem Countdown und die Uhr sendet eine Benachrichtigung an das gekoppelte Smartphone, das am nächsten ist. Wenn noch 3 Sekunden verbleiben, ertönt bis zum Ablauf der Zeit ein Signalton.

**TIPP:** Halten Sie die Taste gedrückt, um den Timer zu stoppen.

**TIPP:** Drücken Sie die Taste, um die Uhrzeit anzuzeigen und zum aktiven Timer zurückzublätern.


## Optionen für den Aufgabentimer

Auf der Uhr sind Aufgabentimer vorinstalliert, die für gängige Aktivitäten verwendet werden können. Beispielsweise können Sie den 2-Minuten-Timer für das Zähneputzen verwenden oder aber für andere Aufgaben, die 2 Minuten dauern. Für jede Aufgabe ist die Anzahl der Minuten voreingestellt.

Dauer	Beispielaktivität
2 Minuten	Zähneputzen
5 Minuten	Spielzeuge teilen
10 Minuten	Aufessen
15 Minuten	Lesen
20 Minuten	Lernen oder üben
30 Minuten	Zeit vor dem Bildschirm








## Verwenden der Stoppuhr

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 2 Halten Sie  gedrückt.
- 3 Drücken Sie die Taste, um den Timer zu starten.
- 4 Drücken Sie die Taste, um den Timer zu stoppen.
- 5 Halten Sie die Taste gedrückt.
- 6 Wählen Sie eine Option.
  - Drücken Sie die Taste, um den Timer zurückzusetzen.
  - Halten Sie die Taste gedrückt, um den Timer zu beenden.

## Starten einer Toe-to-Toe Schritt-Challenge


Es ist möglich, eine 2 Minuten lange Toe-to-Toe Schritt-Challenge zu starten, an der eine Person (d. h. der Benutzer des Geräts) oder zwei Personen teilnehmen können.

**HINWEIS:** Im Folgenden ist eine Schritt-Challenge mit zwei Spielern  beschrieben. Beide Spieler müssen eine Challenge auf ihrer vívofit jr. 3 Uhr starten. Bei einer Challenge mit nur einem Spieler wird der Timer gestartet, wenn Sie  gedrückt halten.

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 2 Halten Sie  gedrückt.
- 3 Wählen Sie , um einen anderen vívofit jr. 3 Spieler in Reichweite (3 m) herauszufordern.
- 4 Wenn der Name des Spielers angezeigt wird, halten Sie  gedrückt.  
Die Smartwatch zählt einen 3-sekündigen Countdown herunter. Dann wird der Timer gestartet.
- 5 Sammeln Sie 2 Minuten lang Schritte.  
Wenn noch 3 Sekunden verbleiben, ertönt bis zum Ablauf der Zeit ein Signalton.
- 6 Achten Sie darauf, dass sich die Smartwatches in Reichweite (3 m) befinden.  
Die Uhren zeigen die Schritte für jeden Spieler sowie den Rang (erster oder zweiter Platz) an.  
Spieler können eine weitere Challenge starten oder das Menü verlassen.

## Aufzeichnen von Aktivitäten mit Zeitangabe

Sie können eine Aktivität mit Zeitangabe aufzeichnen, z. B. die Pausenzeit in der Schule oder ein Kickball-Spiel. Diese kann dann an das Garmin Jr. Konto gesendet werden.

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 2 Halten Sie  gedrückt.
- 3 Drücken Sie die Taste, um den Aktivitäten-Timer zu starten.
- 4 Starten Sie die Aktivität.
- 5 Drücken Sie die Taste, um den Aktivitäten-Timer zu starten.
- 6 Halten Sie die Taste gedrückt, um die Aktivität mit Zeitangabe zu speichern.
- 7 Halten Sie die Taste gedrückt, um die Aktivität mit Zeitangabe zu beenden.  
Sie können die Uhr synchronisieren, um Aktivitäten-Details in der Garmin Jr. App anzuzeigen.

## Schlafüberwachung

Während das Kind schläft, überwacht die Smartwatch die Bewegungen des Kindes. Sie können die normalen Schlafenszeiten in den Garmin Jr. App-Einstellungen einrichten. Schlafstatistiken sind in der Garmin Jr. App verfügbar.

# Protokoll




Die Uhr speichert die Schritte pro Tag, Schlafstatistiken und Aktivitäten mit Zeitangabe. Dieses Protokoll kann an Ihr Garmin Jr. Konto gesendet werden.

Die Uhr speichert bis zu 7 Aktivitäten mit Zeitangabe und Aktivitätsdaten von bis zu 14 Tagen. Wenn der Datenspeicher voll ist, löscht die Uhr die ältesten Dateien, damit neue Daten gespeichert werden können.

**TIPP:** Sie sollten die Daten regelmäßig synchronisieren, um die für eine vollständige Synchronisierung erforderliche Zeit zu reduzieren.

## Manuelles Senden von Daten an das Smartphone

Die Uhr sendet Daten regelmäßig und automatisch an das gekoppelte Bluetooth Gerät, das am nächsten ist. Daten lassen sich auch jederzeit manuell senden. Auf diese Art können Sie Aktivitäten, Aufgaben und Münzen in der Garmin Jr. App anzeigen.

- 1 Achten Sie darauf, dass sich die Uhr in der Nähe des Smartphones befindet.
- 2 Öffnen Sie die Garmin Jr. App.
- 3 Halten Sie auf der vívofit jr. 3 Uhr die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen .  
 Das Symbol  wird angezeigt, während die Uhr Daten sendet.
- 4 Streichen Sie auf dem Smartphone nach unten, um die App zu aktualisieren.

## Anpassen der Uhr

### App-Einstellungen

Sie können die Familien- und App-Einstellungen in der Garmin Jr. App anpassen. Sie können auch Benutzer- und Sicherheitseinstellungen anpassen.

Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Mehr**.

**Familie:** Ermöglicht es Ihnen, die Familieneinstellungen anzupassen. Beispielsweise können Sie den Familiennamen bearbeiten oder weitere Elternteile oder Erziehungsberechtigte einladen.

**App-Einstellungen:** Ermöglicht es Ihnen, den Kindermodus der Garmin Jr. App zu aktivieren, Benachrichtigungen anzupassen, Musik und Soundeffekte zu aktivieren oder zu deaktivieren und sich vom Konto abzumelden.

**Hilfe:** Enthält Informationen zum Sitz und zur Pflege der Smartwatch, Videos und andere nützliche Informationen.

**Info:** Ermöglicht es Ihnen, Versionsinformationen und rechtliche Hinweise anzuzeigen.

**Neues Garmin-Gerät koppeln:** Ermöglicht es Ihnen, eine Smartwatch für ein bereits vorhandenes Kind zu ersetzen oder eine neue Smartwatch für ein neues Kind hinzuzufügen.

## Kindereinstellungen

Wählen Sie in der Garmin Jr. App das Kind und anschließend die Option Einstellungen.

**Profil bearbeiten:** Ermöglicht es Ihnen, die Profilinformationen des Kindes anzupassen. Sie können für das Kind den Namen, den Avatar, die Hintergrundfarbe, die Schlafenszeit, die Aufstehzeit, das Geburtsdatum und das Geschlecht einrichten.

**Anzeigetext:** Ermöglicht es Ihnen, den auf dem Displaydesign angezeigten Namen zu ändern.

**Displaydesigns:** Ermöglicht es Ihnen, ein Displaydesign für die Uhr auszuwählen.

**Schrittsymbol:** Ermöglicht es Ihnen, ein Bild auszuwählen, das über dem Schrittsymbol auf der Uhr angezeigt wird.

**ICE:** Ermöglicht es Ihnen, die Kontaktinformationen zu konfigurieren, die auf der ICE Seite angezeigt werden.

**Alarmer:** Ermöglicht es Ihnen, einen Alarm einzurichten, der an die Uhr gesendet wird.

**Töne:** Aktiviert oder deaktiviert Töne auf der Uhr, die zusätzlich zu Timern und Alarmen ausgegeben werden.

**Tagesziel für Schritte:** Ermöglicht es Ihnen, das Tagesziel für Schritte zu aktualisieren.

**Eigene Schrittlänge:** Ermöglicht es Ihnen, eigene Schrittlängen für das Gehen und Laufen einzurichten.

**Zeitformat:** Ermöglicht es Ihnen, das Zeitformat für die Uhr auszuwählen.

**Datumsformat:** Ermöglicht es Ihnen, das Datumsformat für die Uhr auszuwählen.

**Gerätedetails:** Ermöglicht es Ihnen, das Modell, die Softwareversion, die Seriennummer und das Benutzerhandbuch anzuzeigen.

**Koppeln:** Ermöglicht es Ihnen, ein Zubehörarmband zu registrieren, eine neue Smartwatch zu koppeln oder die Kopplung mit der aktuellen Smartwatch aufzuheben.

## Hinzufügen von Mitgliedern zu einer Garmin Jr. Familie

Damit Sie einer Garmin Jr. Familie Mitglieder hinzufügen können, muss jeder Benutzer über ein Garmin Connect Konto verfügen bzw. ein Konto erstellen.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Mehr > Familie > Mitglied einladen**.
- 2 Geben Sie die Email-Adresse ein, die mit dem Garmin Connect Konto des Benutzers verknüpft ist.
- 3 Wählen Sie eine Option:
  - Wählen Sie **Betreuer**, damit der Benutzer die Familie anzeigen und mit ihr interagieren kann und damit er Kindereinstellungen ändern kann.
  - Wählen Sie **Pflegeperson**, damit der Benutzer die Familie anzeigen und mit ihr interagieren kann.
- 4 Wählen Sie **Fortfahren > Einladung senden**.

Der Benutzer erhält eine Email-Einladung, um der Garmin Jr. Familie beizutreten.

**HINWEIS:** Die Email-Adresse des Benutzers wird in der Liste ausstehender Einladungen angezeigt, bis die Einladung akzeptiert wurde. Sie können die Einladung neu senden oder abbrechen, bevor sie akzeptiert wurde.

## Einladen von Personen über die Garmin Jr. App

Jede Person benötigt ein Garmin Connect Konto oder muss dieses erstellen.


Sie können Personen einladen, die in den täglichen und wöchentlichen Bestenlisten der Familie für Schritte aufgeführt werden.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Mehr > Familie > Verbindungen**.
- 2 Wählen Sie **Personen suchen** oder **+**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
  - Geben Sie einen Namen oder eine Email-Adresse ein, um nach einer Person zu suchen.
  - Wählen Sie **Ihre Kontakte**, um nach einer Person in den Kontakten zu suchen.
- 4 Wählen Sie die Person und anschließend die Option **Connect > OK**.

Die Person erhält eine Email-Einladung, um eine Verbindung mit Ihrer Familie herzustellen.

## Verwenden des Kindermodus

Sie können in der Garmin Jr. App den Kindermodus aktivieren, damit das Kind Aufgaben ohne die Genehmigung der Eltern oder Betreuer als erledigt markieren und Belohnungen einlösen kann. Sie können anstelle eines Kenncodes auch die Gesichtserkennung des Smartphones verwenden, um die Einstellungen für den Kindermodus zu entsperren.

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Mehr > App-Einstellungen > Kindermodus**.
- 2 Aktivieren Sie den Kindermodus.
- 3 Wählen Sie bei Bedarf Optionen, um den Kindermodus anzupassen.
- 4 Wählen Sie bei Bedarf die Option **Kenncode ändern**, um den Kenncode zu ändern.  
**HINWEIS:** Der Kenncode ist für den Zugriff auf bestimmte Funktionen in der Garmin Jr. App erforderlich, wenn der Kindermodus aktiviert ist. Der Standardkenncode lautet 0000.
- 5 Wählen Sie .

## Löschen von Profilen

- 1 Wählen Sie in der Garmin Jr. App die Option **Startseite**.
- 2 Wählen Sie das Kind aus.
- 3 Wählen Sie **Einstellungen > Profil bearbeiten > Profil löschen**.


# Geräteinformationen

## Technische Daten

Batterietyp	Auswechselbare CR2025-Batterie <b>TIPP:</b> Informationen zum Ersetzen der Batterie finden Sie unter <a href="#">Auswechseln der Batterie, Seite 10</a> .
Batterie-Laufzeit	Bis zu 1 Jahr
Betriebstemperaturbereich	-15 °C bis 45 °C (5 °F bis 113 °F)
Funkfrequenz	Bluetooth Technologie, 2,4 GHz bei 2 dBm (nominal)
Wasserdichtigkeit	5 ATM <sup>1</sup>


## Software-Update

Wenn ein Software-Update verfügbar ist, lädt die Uhr das Update automatisch herunter, wenn Sie Daten an das Smartphone senden ([Manuelles Senden von Daten an das Smartphone, Seite 6](#)).

Während des Updates werden auf der *vívofit jr. 3* Uhr eine Fortschrittsanzeige und  angezeigt. Das Update kann einige Minuten dauern. Achten Sie darauf, dass die Uhr während des Updates in der Nähe des Smartphones bleibt. Nach Abschluss des Updates wird die Uhr neu gestartet.

## Anzeigen von Geräteinformationen

Sie können die Geräte-ID und die Softwareversion anzeigen.

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 2 Halten Sie  gedrückt.

<sup>1</sup> Das Gerät widersteht einem Druck wie in 50 m Wassertiefe. Weitere Informationen finden Sie unter [www.garmin.com/waterrating](http://www.garmin.com/waterrating).

## Pflege des Geräts

### HINWEIS

Setzen Sie das Gerät keinen starken Erschütterungen aus, und verwenden Sie es sorgsam. Andernfalls kann die Lebensdauer des Produkts eingeschränkt sein.

Drücken Sie die Tasten nach Möglichkeit nicht unter Wasser.

Verwenden Sie keine scharfen Gegenstände zum Reinigen des Geräts.

Verwenden Sie keine chemischen Reinigungsmittel, Lösungsmittel oder Insektenschutzmittel, die die Kunststoffteile oder die Oberfläche beschädigen könnten.

Spülen Sie das Gerät mit klarem Wasser ab, nachdem es mit Chlor- oder Salzwasser, Sonnenschutzmitteln, Kosmetika, Alkohol oder anderen scharfen Chemikalien in Berührung gekommen ist. Wenn das Gerät diesen Substanzen über längere Zeit ausgesetzt ist, kann dies zu Schäden am Gehäuse führen.

Lassen Sie das Gerät nicht in Umgebungen mit hohen Temperaturen, z. B. in einem Wäschetrockner.

Bewahren Sie das Gerät nicht an Orten auf, an denen es über längere Zeit extrem hohen oder niedrigen Temperaturen ausgesetzt sein kann, da dies zu Schäden am Gerät führen kann.

## Reinigen der Uhr

### ⚠ ACHTUNG

Bei einigen Benutzern kann es nach einer längeren Verwendung der Uhr zu Hautirritationen kommen. Dies gilt insbesondere für Benutzer mit einer empfindlichen Haut oder Allergien. Falls Sie Hautirritationen bemerken, nehmen Sie die Uhr ab und lassen Sie die Haut abheilen. Stellen Sie zum Vermeiden von Hautirritationen sicher, dass die Uhr sauber und trocken ist, und tragen Sie sie nicht zu fest am Handgelenk.

**TIPP:** Weitere Informationen finden Sie unter [www.garmin.com/fitandcare](http://www.garmin.com/fitandcare).

- 1 Spülen Sie das Gerät mit Wasser ab oder verwenden Sie ein befeuchtetes fusselfreies Tuch.
- 2 Lassen Sie die Smartwatch vollständig trocknen.

## Auswechselbare Batterie

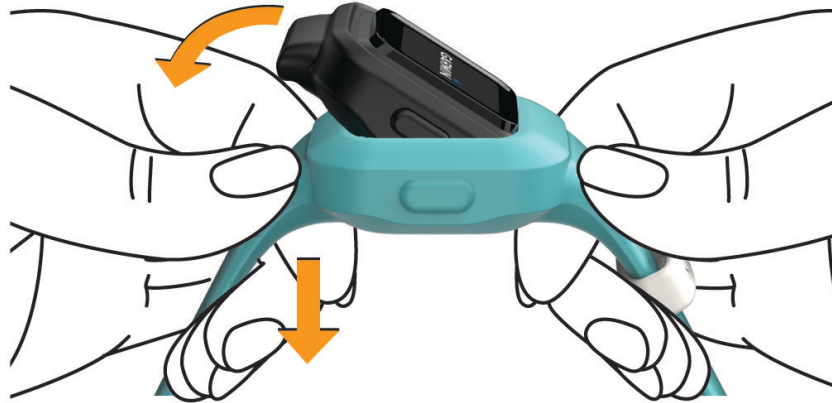
### ⚠ WARNUNG

Lesen Sie alle Produktwarnungen und sonstigen wichtigen Informationen der Anleitung "*Wichtige Sicherheits- und Produktinformationen*", die dem Produkt beiliegt.

## Auswechseln der Batterie

Die Uhr verwendet eine CR2025-Batterie.

- 1 Nehmen Sie die Uhr aus dem Armband.



- 2 Lösen Sie mit einem kleinen Kreuzschlitzschraubendreher die vier Schrauben auf der Rückseite der Uhr.
- 3 Entfernen Sie die hintere Abdeckung und die Batterie.



- 4 Legen Sie die neue Batterie ein, wobei der Pluspol zur hinteren Abdeckung weisen muss.
- 5 Vergewissern Sie sich, dass die Dichtung nicht beschädigt ist und dass sie vollständig in der vorderen Abdeckung sitzt.
- 6 Setzen Sie die hintere Abdeckung wieder auf.
- 7 Ziehen Sie die vier Schrauben gleichermaßen fest an.

- 8** Setzen Sie die Uhr in das flexible Silikonband ein. Dabei müssen Sie das Band ein wenig ziehen und formen, bis es um die Uhr passt.  
Die Uhrtaste muss auf die Tastenaussparung an der Seite des Armbands ausgerichtet sein.

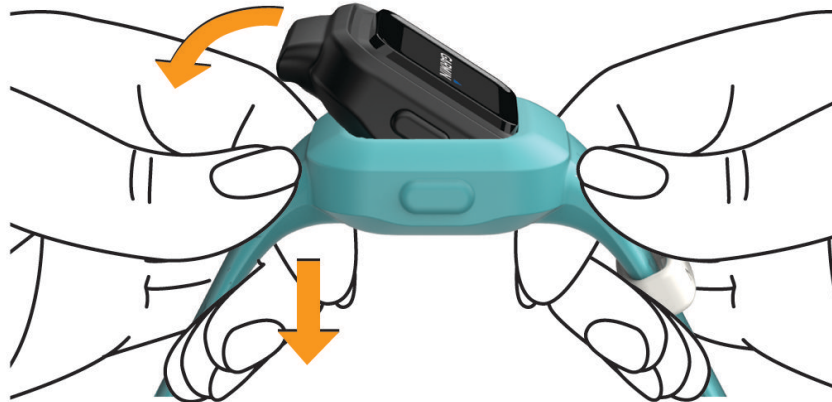


- 9** Drücken Sie die Taste, um die Uhr einzuschalten.

## Auswechseln des Armbands

Das verstellbare Armband sollte Kindern im Alter ab 4 Jahren passen. Rufen Sie die Website [buy.garmin.com](http://buy.garmin.com) auf oder wenden Sie sich an einen Garmin® Händler, wenn Sie Informationen zu optionalen Zubehör- und Ersatzteilen benötigen.

- 1 Nehmen Sie die Uhr aus dem Armband.



- 2 Setzen Sie die Uhr in das flexible Silikonband ein. Dabei müssen Sie das Band ein wenig ziehen und formen, bis es um die Uhr passt.

Die Uhrtaste muss auf die Tastenaussparung an der Seite des Armbands ausgerichtet sein.



## Fehlerbehebung

### Meine Schrittzahl ist ungenau

Falls Ihre Schrittzahl ungenau ist, versuchen Sie es mit diesen Tipps.

- Rufen Sie die Website <http://garmin.com/ataccuracy> auf.
- Tragen Sie die Smartwatch an Ihrer nicht dominanten Hand.
- Tragen Sie die Smartwatch in der Tasche, wenn Sie nur Ihre Hände oder Arme aktiv verwenden.

**HINWEIS:** Die Smartwatch interpretiert u. U. einige sich wiederholende Bewegungen, z. B. das Klatschen mit den Händen oder das Zähneputzen, als Schritte.



## Meine Smartwatch zeigt nicht die richtige Uhrzeit an

Die Uhr aktualisiert die Uhrzeit und das Datum, wenn Sie Daten an das Smartphone senden. Senden Sie Daten manuell an das Smartphone, damit beim Wechseln in eine andere Zeitzone die richtige Uhrzeit angezeigt wird und um die Uhrzeit auf die Sommerzeit einzustellen.


- 1 Vergewissern Sie sich, dass auf dem Smartphone oder dem Mobilgerät die richtige Ortszeit angezeigt wird.
- 2 Senden Sie Daten an das Smartphone ([Manuelles Senden von Daten an das Smartphone, Seite 6](#)).  
Uhrzeit und Datum werden automatisch aktualisiert.

## Ist mein Smartphone mit meiner Uhr kompatibel?

Die vívofit jr. 3 Uhr ist mit digitalen Android™ und Apple® Mobilgeräten mit Bluetooth Technologie kompatibel.

## Koppeln mehrerer Mobilgeräte


Nach Abschluss der Grundeinstellungen ([Koppeln mit dem Smartphone, Seite 1](#)) können Sie die vívofit jr. 3 Uhr mit bis zu zwei weiteren Mobilgeräten koppeln, z. B. mit einem Tablet oder dem Smartphone eines anderen Elternteils.

- 1 Installieren Sie über den App-Shop des Smartphones oder Tablets die Garmin Jr. App und öffnen Sie sie.
- 2 Melden Sie sich mit Ihrem Garmin Connect Benutzernamen und Kennwort an.
- 3 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um einer bereits bestehenden Familie beizutreten.
- 4 Das Mobilgerät muss sich in einer Entfernung von 3 m (10 Fuß) zur vívofit jr. 3 Uhr befinden.  
**HINWEIS:** Halten Sie beim Koppeln eine Entfernung von 10 m (33 Fuß) zu anderen Mobilgeräten ein.
- 5 Deaktivieren Sie bei Bedarf die drahtlose Bluetooth Technologie auf zuvor gekoppelten Mobilgeräten.
- 6 Halten Sie auf der vívofit jr. 3 Uhr die Taste gedrückt, um das Menü anzuzeigen.
- 7 Halten Sie  gedrückt, um den Kopplungsmodus zu aktivieren.
- 8 Folgen Sie den Anweisungen in der App, um die Kopplung abzuschließen.
- 9 Wiederholen Sie die Schritte 1 bis 8 bei Bedarf für jedes weitere Mobilgerät.

## Wie koppel ich eine weitere Smartwatch mit der Garmin Jr. App?

Wenn Sie bereits eine Smartwatch mit der Garmin Jr. App gekoppelt haben, können Sie über das Kindermenü ein neues Kind und eine neue Smartwatch hinzufügen. Sie können bis zu acht Smartwatches koppeln.

**HINWEIS:** Sie müssen eine Smartwatch für ein Kind entfernen, bevor Sie für das Kind eine neue Smartwatch hinzufügen.

- 1 Öffnen Sie die Garmin Jr. App.
- 2 Wählen Sie **Startseite** >  > **Neues Kind oder Gerät hinzufügen**.
- 3 Wählen Sie eine Option:
  - Wählen Sie ein Kind aus, um diesem bereits vorhandenen Kind eine neue Smartwatch hinzuzufügen.
  - Wählen Sie **Neues Kind**, um eine neue Smartwatch für ein neues Kind hinzuzufügen.
- 4 Folgen Sie den Anweisungen auf dem Display.

## Zurücksetzen der Uhr

Wenn die Uhr nicht mehr reagiert, müssen Sie sie möglicherweise zurücksetzen. Durch diesen Vorgang werden keine Daten gelöscht.

- 1 Halten Sie die Taste gedrückt, bis sich die Uhr ausschaltet.
- 2 Drücken Sie die Taste, um die Uhr einzuschalten.

## Meine Uhr schaltet sich nicht ein

Falls sich die Uhr nicht mehr einschaltet, müssen Sie evtl. die Batterie auswechseln.

Weitere Informationen finden Sie unter [Auswechseln der Batterie, Seite 10](#).

## Meine Uhr schaltet sich nach dem Auswechseln der Batterie nicht ein

Falls sich die Uhr nach dem Auswechseln der Batterie nicht einschaltet, versuchen Sie es mit folgenden Tipps.

- Stellen Sie sicher, dass Sie eine neue CR2025-Batterie eingelegt haben, die Sie von einem Qualitätshersteller und einem angesehenen Anbieter erworben haben.
- Stellen Sie sicher, dass der Pluspol der Batterie zur hinteren Abdeckung weist.
- Stellen Sie sicher, dass Sie die Taste drücken, um die Uhr einzuschalten.

## Anhang

### Weitere Informationsquellen

- Unter [support.garmin.com](https://support.garmin.com) finden Sie zusätzliche Handbücher, Artikel und Software-Updates.
- Rufen Sie die Website [buy.garmin.com](https://buy.garmin.com) auf, oder wenden Sie sich an einen Garmin Händler, wenn Sie weitere Informationen zu optionalen Zubehör- bzw. Ersatzteilen benötigen.



