



vívokí™ gebruikershandleiding

⚠ WAARSCHUWING

Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

Raadpleeg altijd een arts voordat u een trainingsprogramma begint of wijzigt.

Aan de slag

Als u het toestel voor de eerste keer gebruikt, voert u de volgende taken uit om het toestel in te stellen en vertrouwd te raken met de basisfuncties.

- 1 Ga naar www.garmin.com/wellness/start en selecteer uw wellness-programma.
- 2 Zoek het serienummer ① op de achterkant van het toestel.



- 3 Volg de aanwijzingen op het scherm om het toestel te registreren.
- 4 Ga naar www.garmin.com/apps en download de Garmin Connect™ Mobile app (optioneel).
- 5 Ga naar www.garminconnect.com/start en volg de instructies op het scherm om het toestel te registreren bij Garmin Connect (optioneel).
- 6 Plaats het toestel in de siliconenclip of draag het toestel in uw zak (*Het toestel dragen*, pagina 1).
- 7 Ga een eindje lopen (ten minste 1 minuut).
- 8 Controleer de vorderingen die u maakt om uw dagelijkse doel te bereiken (*Uw vorderingen bijhouden*, pagina 1).

Gebruik van Garmin Connect Mobile

Voordat u gegevens automatisch kunt synchroniseren met behulp van uw compatibele mobiele toestel, moet u uw vívokí toestel rechtstreeks koppelen via de Garmin Connect Mobile app.

OPMERKING: Uw compatibele Android™ of iOS® mobiele toestel moet Bluetooth® 4.0 ondersteunen om het te kunnen koppelen met uw vívokí toestel en gegevens te synchroniseren.

- 1 Ga op uw mobiele toestel naar de Garmin Connect Mobile app.
- 2 Volg de instructies op het scherm om het toestel te koppelen en uw voorkeuren bij te werken.

Software-update

Software-updates voor uw vívokí toestel zijn beschikbaar via de Garmin Connect Mobile app. Beschikbare updates worden de volgende keer dat u uw toestel synchroniseert via de Garmin Connect Mobile app automatisch gedownload en geïnstalleerd.

Het toestel dragen

- 1 Plaats het toestel ① in de flexibele siliconenclip ② door het flexibele clipmateriaal uit te rekken en over het toestel heen te trekken.



- 2 Bevestig de clip aan uw ceintuur, riem of bovenlichaam, of draag het toestel in uw zak.
- 3 U kunt het toestel de hele dag bij u dragen.

Uw vorderingen bijhouden

Terwijl u het toestel draagt, is het actief en verzendt het gegevens, maar er branden geen LED-lampjes.

- Tik twee of drie keer achter elkaar op het toestel tot de LED-lampjes knipperen.

OPMERKING: U kunt alleen terwijl u stilstaat uw vorderingen bekijken.

Tot vijf groene LED-lampjes branden om uw dagelijkse vorderingen aan te geven.

LED-patroon	Vorderingen ten opzichte van doel
○○○○●	0-10% Elke knipperende LED staat voor ongeveer 10% van uw vorderingen om het dagelijkse doel te bereiken.
○○○○●	11-20% Elke constant brandende LED staat voor ongeveer 20% van uw vorderingen om het dagelijkse doel te bereiken.
○○○●●	21-30%
○○●●●	31-40%
○●●●●	41-50%
●●●●●	51-60%
●●●●●	61-70%
●●●●●	71-80%
●●●●●	81-90%
●●●●●	91-100% Als u uw dagelijkse doel hebt benaderd, branden alle vijf de LED-lampjes constant.
●●●●●	>100% Als u uw dagelijkse doel hebt overtroffen, knipperen alle vijf de LED-lampjes.
●○○○○	Batterij bijna leeg



- Koppel uw toestel met de Garmin Connect Mobile app om uw vorderingen in real-time te bekijken ([Gebruik van Garmin Connect Mobile, pagina 1](#)).

Over het stapdoel

Uw toestel heeft een standaarddoel van 5.000 stappen per dag. Zodra u aan uw activiteit bent begonnen, registreert het toestel de vorderingen die u maakt om uw dagelijkse doel te bereiken.

U kunt de functie Automatisch doel inschakelen of een persoonlijk stapdoel instellen via uw Garmin Connect account. Na inschakeling van de functie Automatisch doel maakt het toestel automatisch een dagelijks stapdoel op basis van uw vorige activiteitsniveaus.

Geschiedenis

Uw toestel houdt uw dagelijkse stappen, de afgelegde afstand, het aantal verbrande calorieën en de intensiteit bij. Deze geschiedenis kan naar de Garmin Connect Mobile app, de Garmin Connect website of de website van uw wellness-partner worden verzonden.

Uw toestel bewaart de gegevens van uw activiteiten maximaal 30 dagen. Wanneer de gegevensopslag vol is, verwijdt het toestel de oudste bestanden om plaats te maken voor nieuwe gegevens.

Gegevens verzenden naar uw Garmin Connect account en de website van uw wellness-partner

U kunt van uw vívokí toestel opgehaalde gegevens bekijken en analyseren op de Garmin Connect Mobile app, de Garmin Connect website of de website van uw wellness-partner. U kunt de vívohub™ ontvanger of de Garmin Connect Mobile app gebruiken om uw gegevens te verzenden.

- Gegevens worden automatisch verzonden als u binnen bereik bent van een vívohub ontvanger.

OPMERKING: Neem voor meer informatie over de vívohub ontvanger contact op met uw wellness-programmabeheerder.

- U kunt gegevens verzenden door het vívokí toestel te synchroniseren met de Garmin Connect Mobile app ([Gebruik van Garmin Connect Mobile, pagina 1](#)).

Als u uw toestel hebt gekregen en geregistreerd in het kader van een wellness-programma, worden uw gegevens automatisch verzonden naar de website van uw wellness-partner.

OPMERKING: Garmin® adviseert om de voorwaarden en het privacybeleid van uw wellness-programma zorgvuldig te lezen.

Toestelinformatie

vívokí specificaties

Batterijtype	CR2032 (3 Volt), door gebruiker te vervangen
Levensduur van batterij	Maximaal 6 maanden (bij normaal gebruik)
Bedrijfstemperatuurbereik	van -10°C tot 50°C (van 14°F tot 122°F)
Radiofrequentie/-protocol	2,4 GHz ANT® protocol voor draadloze communicatie Bluetooth Smart draadloze technologie
Waterbestendigheid	1 ATM ¹

Toestelonderhoud

LET OP

Vermijd schokken en ruwe behandeling omdat hierdoor het product korter meegaat.

Gebruik nooit een scherp voorwerp om het toestel schoon te maken.

¹ Het toestel is bestand tegen druk tot een diepte van maximaal 10 meter. Ga voor meer informatie naar www.garmin.com/waterrating.

Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen, oplosmiddelen en insectenwerende middelen die plastic onderdelen en oppervlakken kunnen beschadigen.

Spoel het toestel goed uit met leidingwater nadat het in aanraking is geweest met chloor of zout water, zonnebrand, cosmetica, alcohol en andere chemicaliën die een reactie kunnen veroorzaken. Langdurige blootstelling aan deze stoffen kan de behuizing beschadigen.

Bewaar het toestel niet op een plaats waar het langdurig aan extreme temperaturen kan worden blootgesteld omdat dit onherstelbare schade kan veroorzaken.

De batterij vervangen

⚠ WAARSCHUWING

Gebruik nooit een scherp voorwerp om de batterijen te verwijderen.

Bewaar een batterij buiten het bereik van kinderen.

Stop batterijen nooit in uw mond. Als u een batterij inslikt, dient u onmiddellijk contact op te nemen met uw dokter of plaatselijke toxicologiecentrum.

Vervangbare knoopcelbatterijen kunnen perchloraten bevatten. Voorzichtigheid is geboden. Zie www.dtsc.ca.gov/hazardouswaste/perchlorate.

⚠ VOORZICHTIG

Neem contact op met uw gemeente voor informatie over het hergebruik van de batterijen.

Voordat u de batterij kunt vervangen, moet u de siliconenclip verwijderen.

- 1 De batterijdeksel ① is rond en bevindt zich op de achterkant van de sensor.



- 2 Draai de deksel linksom tot deze los genoeg zit om te verwijderen.

- 3 Verwijder de deksel en de batterij ②.

TIP: U kunt een stuk tape ③ of een magneet gebruiken om de batterij uit de deksel te verwijderen.



- 4 Wacht 30 seconden.

- 5** Plaats de nieuwe batterij in de deksel met de polen in de juiste richting.
OPMERKING: Zorg dat u de afdichtring niet beschadigt of verliest.
- 6** Plaats de deksel terug door de stippen op één lijn te brengen en de deksel met de klok mee te draaien.
TIP: Tik op het toestel. Als de LED-lampjes gaan knipperen, is de batterij correct vervangen.

Appendix

Softwarelicentieovereenkomst

DOOR HET TOESTEL TE GEBRUIKEN VERKLAART U DAT U DE VOORWAARDEN EN BEPALINGEN VAN DE VOLGENDE SOFTWARELICENTIEOVEREENKOMST ZULT NALEVEN. LEES DEZE OVEREENKOMST ZORGVULDIG.

Garmin Ltd. en/of haar dochterondernemingen ("Garmin") kent u een beperkte licentie toe om de software die is ingebouwd in dit toestel (de "software") in binaire, uitvoerbare vorm te gebruiken bij het normale gebruik van dit product. De titel, eigendomsrechten en intellectuele eigendomsrechten in en op de Software blijven in bezit van Garmin en/of haar dochtermaatschappijen.

U erkent dat de Software het eigendom is van Garmin en/of haar externe leveranciers en wordt beschermd door de wetgeving met betrekking tot auteursrechten van de Verenigde Staten van Amerika en internationale verdragen inzake auteursrechten. U erkent bovendien dat de structuur, organisatie en code van de Software, waarvan de broncode niet wordt verschaft, waardevolle handelsgeheimen van Garmin en/of haar externe leveranciers zijn en dat de Software in de broncodevorm een waardevol handelsgeheim van Garmin en/of haar externe leveranciers blijft. U verklaart dat u de Software of elk deel daarvan niet zult decompileren, demonteren, wijzigen, onderwerpen aan reverse assembly of reverse engineering, herleiden tot door mensen leesbare vorm of afgeleide werken zult maken op basis van de Software. U verklaart dat u de software niet zult exporteren of herexporteren naar landen die de exportwetten van de Verenigde Staten van Amerika of enig ander toepasselijk land schenden.

© 2014 Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen

Garmin®, het Garmin logo en ANT® zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen, geregistreerd in de Verenigde Staten en andere landen. Garmin Connect™, vivohub™, en vívokí™ zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen. Deze handelsmerken mogen niet worden gebruikt zonder de uitdrukkelijke toestemming van Garmin.

Android™ is een handelsmerk van Google Inc. Het merk en de logo's van Bluetooth® zijn eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en voor het gebruik van deze merknaam door Garmin is een licentie verkregen. iOS® is een geregistreerd handelsmerk van Cisco Systems, Inc., gebruikt onder licentie van Apple Inc. Andere handelsmerken en handelsnamen zijn eigendom van hun respectieve eigenaars.

Het FCC identificatienummer bevindt zich aan de binnenkant van het batterijcompartiment. Het FCC identificatienummer is IPH-A2442.

