

runtastic
ORBIT



ON-LINE РУКОВОДСТВО ПО ЭКСПЛУАТАЦИИ

Содержание:

В комплект входит	3
Введение.....	3
Использование Runtastic Orbit.....	4
Фиксация / Снятие	5
Начало работы	5
С приложением Runtastic Me.....	5
Без приложения Runtastic Me	6
Режимы и показатели.....	6
Runtastic Orbit и Runtastic Me.....	8
Расчеты и замеры	9
Orbit Connect.....	11
Память и синхронизация данных.....	11
Батарея и зарядка.....	12
Обновление ПО.....	12
Как сбросить параметры Вашего Orbit.....	12
Правовая информация.....	13

В комплект входит

- 1 Runtastic Orbit
- 2 наручных ремешка
- 1 зажим
- 1 USB кабель для зарядки
- 1 краткая инструкция
- 1 информация о продукте и правовая информация
- 1 цветовая гамма наручных ремешков

Введение

ФУНКЦИИ

Runtastic Orbit разработан, чтобы помочь Вам достичь Ваших целей в фитнесе, общей активности и режиме сна. Он поддерживает Вас на ежедневной основе и включает в себя следующие особенности:

- Счетчик шагов и расстояний
- Установка целей
- Подсчет сожженных калорий
- Минуты активности
- Happy Tracking
- Orbit Connect для приложений Runtastic
- Мониторинг сна
- Датчик окружающего освещения (саморегулировка подсветки)
- Время
- Будильник
- Уведомление простоя
- Водонепроницаемость 100 м / 300 футов
- Оповещения вибрацией
- Долгосрочная аккумуляторная батарея
-
-

“Совместимо с приложениями Runtastic.

Следите за прогрессом в реальном времени на ваше усмотрение: используя Orbit как отдельное устройство или вместе с приложениями Runtastic на вашем смартфоне* с Bluetooth®”.

* Работает с iPhone 4s и выше, устройствами на Android 4.3 и выше с поддержкой технологии Bluetooth® Smart. Список совместимых устройств доступен на hardware.runtastic.com

Описание устройства

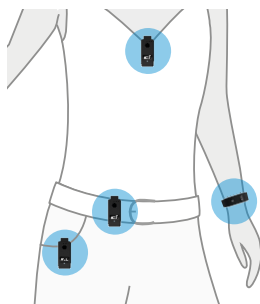
Обзор:

1. Дисплей
2. Кнопка навигации
3. Кнопка сброса
4. Датчик окружающего освещения
5. Ремешок
6. Зажим
7. Зарядное устройство

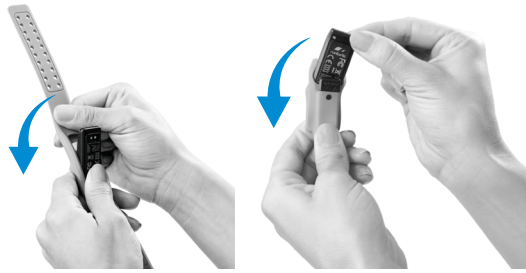


Использование Runtastic Orbit

Вы можете носить Runtastic Orbit как Вам нравится: на одном из наручных ремешков или на зажиме.



Фиксация / Снятие



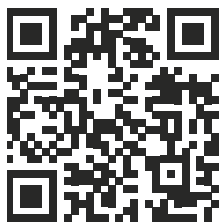
Начало работы

Активация Runtastic Orbit

1. Снимите защитную пленку с дисплея и включите Runtastic Orbit, нажав и удерживая кнопку навигации в течение 3 секунд.
2. Вставьте Runtastic Orbit в наручный ремешок или зажим.

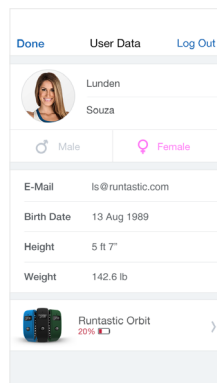
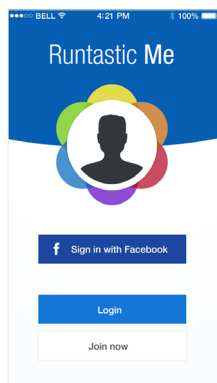
ПРИМЕЧАНИЕ: Пожалуйста, зарядите Ваш Orbit перед первым использованием. Смотрите пункт „Батарея и зарядка“.

С приложением Runtastic Me



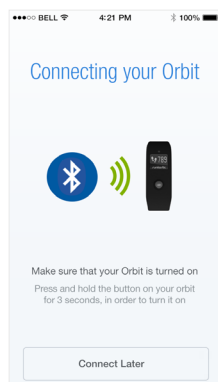
Загрузите приложение Runtastic Me здесь:

<http://me.runtastic.com/download>



Войти или создать нового пользователя

Актуализируйте и заполните персональную информацию, что позволит максимально точно рассчитать данные для Вас.



Подключите и настройте Runtastic Orbit: следуйте инструкциям, указанным в Вашем приложении Runtastic Me.

Без приложения Runtastic Me

Установите время, нажав кнопку сброса ровно в 12:00 дня.

Orbit считает Ваши шаги и показывает общее количество шагов за день (отсчет шагов каждого дня начинается с 0:00).

По умолчанию суточная цель количества шагов — 8000.

Расчет сожженных Вами калорий основан на показателях среднестатистического пользователя Runtastic. Используются следующие параметры тела:

Вес: 72 кг

Рост: 172 см

Дата рождения: 1.1.1989

Пол: мужской

Эти данные не могут быть изменены без приложения Runtastic Me.

Режимы и показатели

Orbit работает в 3-х различных режимах:

1. Нормальный режим: отслеживает Ваши шаги в течение дня
2. Режим мониторинга сна: отслеживает продолжительность и качество сна
3. Orbit Connect: позволяет другим приложениям Runtastic использовать Orbit в качестве второго дисплея

Вы можете переключаться между нормальным режимом и режимом мониторинга сна, нажав и удерживая кнопку навигации в течение 3 секунд. Режим Orbit Connect активируется автоматически, как только Вы запускаете приложение, поддерживающее Orbit Connect.

Каждый режим имеет свои показатели, которые можно переключать с помощью кнопки навигации.

07:30

Время

Показатель времени отображает текущее время. Оно устанавливается автоматически Вашим приложением Runtastic Me.



Шаги

Runtastic Orbit постоянно отслеживает Ваши шаги, если не активирован режим мониторинга сна. Показатель шагов отображает количество шагов, пройденных за день. Количество шагов автоматически обнуляется в полночь, в то время как предыдущие данные сохраняются в Orbit, до тех пор, пока есть достаточно памяти, или пока данные не будут синхронизированы с Вашим приложением Runtastic Me

(см. пункт „[Память и синхронизация данных](#)“).



Runtastic Orbit ежедневно подсчитывает потраченные калории. Расчеты основаны на Вашей активности и персональных данных (вес, рост, пол,...), которые Runtastic Orbit получает из приложения Runtastic Me. Кроме того, учитывается и количество калорий потраченных во время занятий фитнесом и другой активности, отслеженных в приложении Runtastic.



Минуты активности

Runtastic Orbit показывает общее количество активных минут на текущий день, начиная с 0:00.



Режим мониторинга сна

Runtastic Orbit не может автоматически определить когда Вы спите. Когда Вы ложитесь спать, нажмите кнопку навигации и удерживайте в течение 3-х секунд, пока Ваш Orbit не завибрирует и на дисплее не отобразится значок сна. Теперь Runtastic Orbit находится в режиме мониторинга сна и будет измерять продолжительность и качество Вашего сна. Эти параметры будут показаны в приложении Runtastic Me.



Продолжительность сна

Находясь в спящем режиме, Runtastic Orbit определяет продолжительность Вашего сна. Нажмите кнопку навигации несколько раз, пока не появится значок продолжительности сна, чтобы увидеть продолжительность Вашего сна на данный момент.



Выход из режима мониторинга сна

Когда Вы проснулись, снова нажмите и удерживайте кнопку навигации в течение 3-х секунд, пока Ваш Orbit не завибрирует и на дисплее не отобразится значок "Солнце".



Happy Tracking

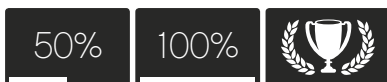
Runtastic Orbit позволяет Вам отслеживать настроение и счастливые моменты. Happy Tracking срабатывает при быстром нажатии кнопки навигации дважды.

Runtastic Orbit и Runtastic Me

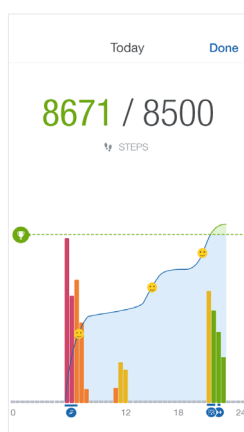
ФУНКЦИИ

Цели

Runtastic Orbit отображает соотношение количества уже пройденных шагов и количества шагов согласно цели на день. Уведомления в виде вибрации и специальных иконок при достижении 50% и 100% от Вашей цели.



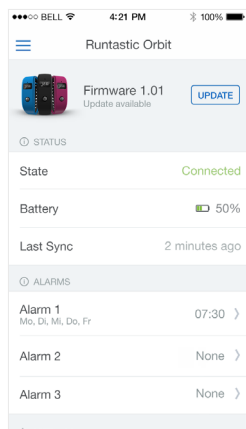
Вы можете установить дополнительные задачи или изменить Вашу цель по количеству шагов в Вашем приложении Runtastic Me. Тренировки, записанные на других приложениях Runtastic помогут Вам достичь Ваших целей. При установке личных целей, приложение подскажет Вам Ваши индивидуальные пределы, чтобы помочь Вам найти идеальную цель.



Подробные показатели за день

У Вашего приложения Runtastic Me на экране отображаются показатели текущего дня. Тренировки, отслеживаемые другими приложениями Runtastic, а также "Happy Tracking" тоже отображаются на дисплее.

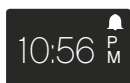
Дисплей детализации сна показывает фазы Вашего сна, а также уровень окружающего освещения, который измеряется Вашим Orbit.



Будильник

Устанавливайте будильник непосредственно в настройках Orbit в Вашем приложении Runtastic Me.

Вы можете установить до трех, разовых или повторяющихся, сигналов будильника. Если будильник установлен, на экране Вашего Orbit отображается соответствующий значок:



При выключении будильника, Ваш Orbit завибрирует и на экране отобразится следующий значок:



Функция повтора: если Вы не выключите будильник, нажав кнопку навигации, Ваш Orbit будет вибрировать каждые пять минут (максимум пять раз).

Уведомление простоя

Orbit мотивирует своих пользователей вести более активный образ жизни. После длительного периода простоя, вибрация напоминает пользователю, чтобы пора снова быть активным. Эта функция может быть включена или выключена в настройках Orbit в вашем приложении Runtastic Me. Вы также можете изменить время, после которого сработает уведомление простоя.

Расчеты и замеры

Шаги

Ваши шаги отслеживаются непосредственно Вашим Orbit. Они отображаются как на Orbit, так и в Вашем приложении Runtastic Me.

Приблизительно 8000 шагов в день идеально и полезно для Вашего здоровья.

Расстояние

Расстояние рассчитывается в километрах/милях на основе пройденных шагов и индивидуальных данных, таких как рост и пол. При отслеживании ходьбы, бега и другой пешей активности через GPS в приложении Runtastic может быть указан более точный показатель расстояния вместо того, что рассчитан Вашим Orbit. Рекомендуемое ежедневное расстояние — 5-7,5 км в день.

Калории (потребление)

Калорий, которые Вы сожгли рассчитываются на основе пройденных Вами шагов и индивидуальных данных, таких как возраст, пол, рост и вес. Продолжительность сна также влияет на количество сжигаемых калорий и берется в расчет. При отслеживании фитнес активности приложением Runtastic, Orbit так же берет эти показатели в расчет. Текущий показатель сожженных калорий отображается как в Вашем приложении Runtastic Me, так и на Вашем Orbit. Идеальная цель потребления калорий варьируется для каждого человека и зависит от индивидуальных показателей организма.

Минуты активности

Индивидуальный пороговое значение определяет, является ли минута активной или неактивной, в зависимости от числа отслеживаемых шагов. Каждая минута тренировки, которая отслеживается приложением Runtastic, так же учитывается. Минуты сна всегда считаются неактивными. Рекомендуется быть активными в течение приблизительно 60 минут в день.

Продолжительность сна

Orbit отслеживает продолжительность и детали Вашего сна. После чего Ваше приложение Runtastic Me анализирует собранные данные и отображает фазы и качество сна. Вашему телу требуется приблизительно 8 часов сна в сутки для идеального восстановления сил.

Окружающее освещение

Orbit каждые 3 минуты измеряет окружающее освещение специальным датчиком. Результаты отображаются в Вашем приложении Runtastic Me. Темная окружающая среда во время сна и достаточное количество (солнечного) света в течение дня способствует Вашему здоровью хорошему настроению.

Orbit Connect

Runtastic Orbit также служит в качестве второго экрана для других приложений Runtastic. Ваш Orbit будет подключен к Вашей учетной записи и, следовательно, очень важно использовать одну и ту же учетную запись Runtastic в обоих приложениях Runtastic и Runtastic Me.

Любое приложение Runtastic с поддержкой Orbit Connect может отображать несколько личных показателей во время тренировок на Вашем Orbit. Для использования этого режима, активируйте пункт "Orbit Connect" в настройках Вашего приложения Runtastic.

В любое момент нажмите кнопку навигации и удерживайте в течение 3 секунд, чтобы вернуться в нормальный режим. Даже, когда Ваше приложение Runtastic открыто. Однако, после этого, дисплей Orbit будет восстановлен в качестве второго дисплея через 1 минуту.

Статистику текущей фитнес тренировки можно посмотреть на дисплее Orbit. Вы можете просматривать эти показатели нажимая кнопку навигации на Orbit несколько раз:



Продолжительность



Расстояние



Текущий темп



Средний темп



Сожженные
калории



Частота сердечных
сокращений



Средняя скорость

В настоящее время, Orbit Connect поддерживается только приложением Runtastic.

Память и синхронизация данных

Orbit синхронизирует собранные данные с Вашего приложения Runtastic Me всякий раз, когда Ваш телефон находится в пределах досягаемости и регулярно обновляет Ваши показатели.

Когда память вашего Orbit заполнена, устройство начнет перезаписывать самые старые данные, пока синхронизация не произойдет вновь. Orbit может хранить данные до 7 дней.

Батарея и зарядка

Runtastic Orbit имеет мощный аккумулятор, который не требует зарядки от 5 до 7 дней.



Ваш Orbit был без батареи в течение длительного времени. Пожалуйста зарядите Ваш Orbit с помощью прилагаемого зарядного кабеля.



Для тех, кто использует приложение Runtastic Me: просто запустите и подключите приложение Runtastic Me, чтобы продолжить отслеживание.

Для тех, кто использует Orbit как автономное устройство: нажмите кнопку перезагрузки в 12:00 дня, чтобы продолжить отслеживание с оптимальной точностью.



Чтобы перезарядить батарею, просто подсоедините прилагаемый кабель для зарядки Вашего Orbit и подключите его к источнику питания через USB.

Обновление ПО

Вы можете обновить Ваш Orbit до последней версии в настройках Orbit в Вашем приложении Runtastic Me. Эта опция видна только если доступна более новая версия ПО.

Как сбросить параметры Вашего Orbit

Чтобы удалить все пользовательские данные из вашего Orbit, необходимо перезагрузить устройство.

Для этого рекомендуется выбрать пункт "Отключить этот Orbit" в приложении Runtastic Me.

Вы также можете перезагрузить устройство, нажав на кнопку сброса.

Правовая информация

ИНСТРУКЦИИ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Пожалуйста, внимательно прочтите этот документ и следуйте всем содержащимся в нем инструкциям в целях обеспечения надежной работы и длительного срока службы вашего Runtastic Orbit.

РИСКИ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ЛЮДЕЙ, НУЖДАЮЩИХСЯ В КОНТРОЛЕ

Это устройство не предназначено для использования детьми в возрасте до 8 (восьми) лет или лиц с ограниченными физическими, сенсорными или эмоциональными возможностями или с ограниченным опытом/знаниями, за исключением если они находятся под контролем лица, ответственного за их безопасность, или получают от него указания об использовании устройства и понимают все риски. Дети должны быть под присмотром, чтобы гарантировать, что они не играют с устройством. Чистка и обслуживание не должны выполняться детьми без присмотра.

УКАЗАНИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ



Внимание:

- В случае аллергической реакции кожи прекратите использование браслета и обратитесь к врачу.
- Совместное воздействие влаги и интенсивного трения может привести к стиранию черного/синего цвета и возможному окрашиванию светлой одежды.
- Не пытайтесь заменить аккумулятор Runtastic Orbit. Он является встроенным, и его замена не предусмотрена.
- Для подзарядки Runtastic Orbit просто подключите устройство к вашему компьютеру с помощью прилагаемого USB-кабеля.
- Для зарядки устройства используйте только кабель, который поставляется в комплекте с Orbit Runtastic.
- Никогда не открывайте корпус вашего Runtastic Orbit, он не содержит деталей, обслуживаемых пользователем.
- Не кладите предметы на блок отслеживания и не нажимайте на дисплей, так как это может привести к его повреждению.
- Не касайтесь дисплея острыми предметами.

ЭЛЕКТРОМАГНИТНАЯ СОВМЕСТИМОСТЬ

Следует избегать воздействия очень сильных магнитных полей (например, от трансформаторов), так как они могут стать причиной отклонений в результатах измерений. Несоблюдение этих инструкций может привести к нарушениям работы или повреждению Runtastic Orbit.

ПЕРЕЗАРЯЖАЕМЫЕ АККУМУЛЯТОРЫ

Ниже приведена информация о работе с перезаряжаемыми аккумуляторами.

- Перезаряжаемый аккумулятор не подлежит замене и демонтажу.
- Держите Runtastic Orbit вдали от источников тепла или сред с высокими температурами, например прямых солнечных лучей в автомобиле.
- Не сверлите и не поджигайте Runtastic Orbit.
- Зарядка аккумулятора должна осуществляться только с помощью входящего в комплект USB-кабеля. В противном случае это может привести к перегреву, взрыву или пожару. Убедитесь в правильном расположении кабеля во время зарядки.
- Не заряжайте перезаряжаемый аккумулятор вблизи источников тепла или в машине (при ярком солнечном свете и/или высокой температуре). Высокая температура может привести к повреждению аккумулятора, а также перегреву, взрыву и пожару.
- Несоблюдение этих инструкций может привести к сокращению срока эксплуатации встроенного перезаряжаемого аккумулятора или повреждению Runtastic Orbit.



ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ:



Содержит мелкие детали, которые могут стать причиной удушья. Не подходит для детей в возрасте до 3 лет.

УТИЛИЗАЦИЯ



Аккумуляторы представляют собой опасные отходы. Для надлежащей утилизации аккумуляторов предусмотрены соответствующие контейнеры в помещениях продавцов аккумуляторов, а также местный объект утилизации отходов. Если вы хотите утилизировать свой Runtastic Orbit, следуйте соответствующим указаниям. Информацию можно получить в местном управлении утилизации отходов.

KRIPPL-WATCHES

Warenhandels GmbH

Maria-Theresia-Straße 41

4600 Wels, Austria (Австрия)



Упаковка подлежит утилизации в соответствии с действующими стандартами.

Информацию можно получить в местном управлении утилизации отходов.

ТЕХНИЧЕСКИЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Водонепроницаемость

Гарантируется водонепроницаемость Runtastic Orbit на глубине до 100 метров.

Возможные действия и условия, при которых может быть использовано устройство, приведены в таблице ниже:

Дождь, брызги	Мытье рук	Душ	Купание, плавание	Дайвинг с аппаратом
Да	Да	Да	Да	Нет

Диапазон рабочих температур: от -20 до +60°C (от -4 °F до +140°F)

Диапазон температур хранения: от -10 до + 60°C (от +14 °F до +140°F)

ДЕКЛАРАЦИЯ О СООТВЕТСТВИИ

Директива по радио- и телекоммуникационному терминальному оборудованию 1999/5/ЕС, Директива RoHS 2011/65/EU, Директива по электромагнитной совместимости 2004/104/ЕС:

Краткий текст декларации о соответствии: настоящим компания Krippel Watches заявляет, что Runtastic Orbit (№ изд.: RUNOR1, модель: DP166) соответствует основным требованиям и остальным релевантным условиям Директив 1999/5/ЕС, 2011/65/EU и 2004/104/ЕС. Полный текст декларации о соответствии приведен на странице нашего сайта: hardware.runtastic.com

ГАРАНТИЯ

Мы предоставляем гарантию 24 месяца на этот товар. Гарантийный срок начинается с даты приобретения (согласно чеку, квитанции и т.п.). В течении этого периода замена или ремонт будут произведены бесплатно. Гарантия не распространяется на батарейки, случаи неправильного использования, падения и т.д.

В случае возникновения претензий вы можете:

- a) обратится по месту продажи
- b) написать нам по электронной почте: service@runtastic.com

Обратите внимание: по организационным причинам мы не можем принять любые непредоплаченные посылки без предварительной договоренности.