



Wireless Activity + Sleep Wristband



Käyttöohje

Sisältö

Käytön aloitus.....	1
Pakkauksen sisältö	1
Flex-rannekkeen sovittaminen	1
Rannekkeen valinta	1
Soljen irrottaminen.....	1
Soljen kiinnittäminen	2
Anturin asentaminen	2
Rannekkeen kiinnittäminen ranteeseen.....	3
Fitbit Flex -aktiivisuusanturin käyttöönotto tietokoneen avulla	5
Mac OS- ja Windows-tietokoneiden järjestelmävaatimukset	5
Fitbit Connectin asentaminen tietokoneeseen	5
Ohjelman asentaminen Mac-tietokoneeseen.....	5
Ohjelman asentaminen Windows-tietokoneeseen.....	5
Anturin yhdistäminen tietokoneeseen	6
Anturin yhdistäminen Mac-tietokoneeseen.....	6
Anturin yhdistäminen Windows-tietokoneeseen	7
Langaton synkronointi tietokoneen kanssa	8
Fitbit Flex -anturin käyttöönotto mobiililaitteen avulla.....	9
Mobiililaitteen järjestelmävaatimukset	9
Ennen laitteen käyttöönottoa.....	9
Fitbit-sovelluksen asentaminen.....	9
Yhdistäminen iOS-laitteisiin.....	10
Synkronointi iOS-laitteen kanssa.....	10

Synkronoinnin käynnistäminen käsin	11
Reaaliaikainen Dashboard-näkymä.....	11
Jatkuva synkronointi	11
Yhdistäminen Android-laitteeseen.....	12
Synkronointi Android-laitteen kanssa.....	12
Synkronointi napauttamalla NFC:n avulla.....	13
Synkronoinnin käynnistäminen käsin	13
Synkronointi taustalla	13
Flex-anturin käyttö	14
Flex-rannekkeen pitäminen.....	14
Laitteen pitäminen vahvemmassa tai heikommassa kädessä	14
Flex-rannekkeen käyttö kosteassa ympäristössä.....	14
LED-merkkivalot	14
Laitteen akku.....	15
Akun kesto	15
Flex-anturin lataaminen	15
Muisti	16
Mitä Fitbit Flex mittaa?	17
Tavoitteiden asettaminen Flexin avulla	17
Tavoitteiden seuranta	18
Unen laadun seuranta Flex-anturin avulla	19
Unen laadun seuranta mobiililaitteen avulla	19
Hiljainen hälytys	20
Hiljaisen hälytyksen asettaminen tietokoneen avulla	20
Hiljaisen hälytyksen asettaminen iOS-laitteen avulla.....	20

Hiljaisen hälytyksen asettaminen Android-laitteen avulla.....	21
Hiljaisen hälytyksen hylkääminen	22
Fitbit.com-palvelun Dashboard-näkymä	23
Selainvaatimukset	23
Dashboard-näkymän toiminnot.....	23
Ruokaan, aktiivisuuteen ja uneen liittyvien tietojen lisääminen	23
Laitteen tiedot	24
Flex-anturin hallinta Fitbit.com-palvelun avulla.....	24
Fitbit Flex -anturin päivittäminen.....	25
Päivittäminen tietokoneen avulla	25
Päivittäminen iOS-laitteen avulla	25
Päivittäminen Android-laitteen avulla	26
Fitbit Flex -anturin tiedot.....	27
Anturit ja värinätoiminto.....	27
Laitteen mitat	27
Käyttö- ja säilytysympäristö	27
Tuotetuki.....	27
Takuu ja tuotepalautukset	28
Lainsäädäntöä ja turvallisuutta koskevia tietoja.....	29
USA: Federal Communications Commission (FCC) Statement	29
Canada: Industry Canada (IC) Statement.....	29
EU (Euroopan unioni).....	30
Muut tiedot.....	30
Turvallisuutta koskevia tietoja.....	31
Laitteen turvallinen käyttö	31

Akun turvallisuutta koskevia tietoja	32
Tuotteiden hävittäminen ja kierrätys.....	32

Käytön aloitus

Pakkauksen sisältö

Fitbit Flex -aktiivisuusanturin pakkaus sisältää seuraavat osat:

- Flex-anturi
- latausjohto
- langaton synkronointisovitin
- 1 pieni ja 1 suuri ranneke



Flex-anturi



latausjohto



langaton
synkronointisovitin



rannekkeet

Flex-rannekkeen sovittaminen

Rannekkeen valinta

Flex-aktiivisuusanturin pakkaukseen kuuluu kaksi erikokoista ranneketta. Valitse niistä paremmin omaan ranteeseesi sopiva.

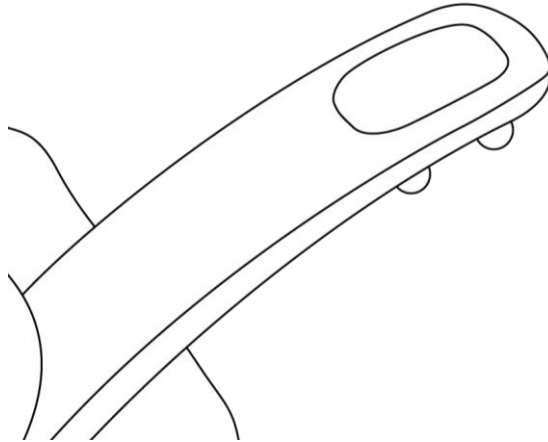
Jos valitset pienen rannekkeen, tulee solki irrottaa suuremmasta rannekkeesta ja kiinnittää sitten pieneen rannekkeeseen.

Soljen irrottaminen

Työnnä solkea toisella peukalolla ulospäin rannekkeen sisäpuolelta ja vedä sitten solki irti.

Soljen kiinnittäminen

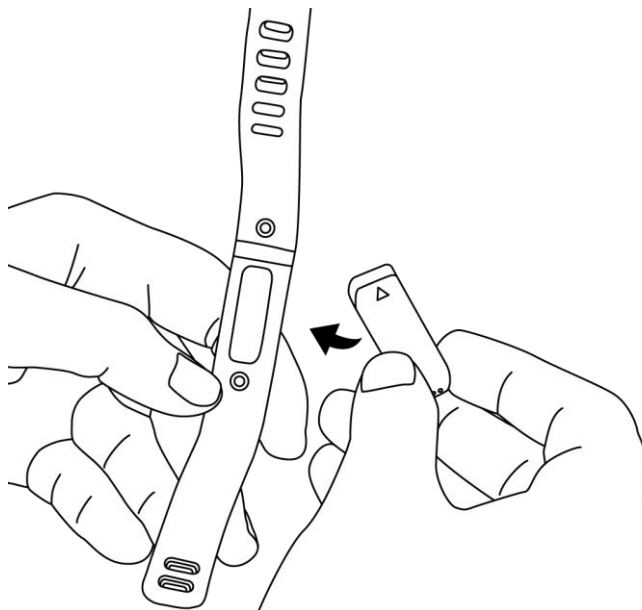
Laita solki paikalleen rannekkeeseen ja paina sitä muutaman kerran molemmilla peukaloilla, niin että se on paikoillaan tasaisesti ja rannekkeen myötäisesti.



HUOMAA: Jos rannekkeen sisäpuolella on pullistuma soljen kahden hakasen välissä, sen voi työntää tasaiseksi jollakin pienellä esineellä, esimerkiksi luottokortilla.

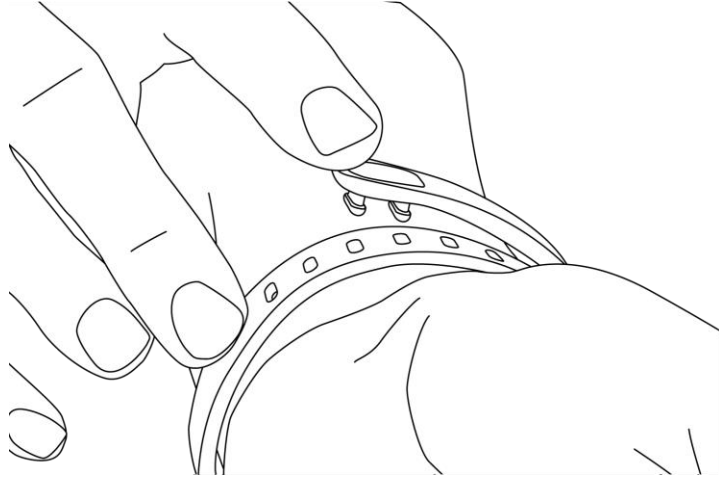
Anturin asentaminen

Ota anturi käteesi niin, että harmaa nuoli on ylöspäin. Työnnä anturi rannekkeeseen nuolipää edellä siten, että nuoli osoittaa kohti rannekkeessa olevia reikiä.

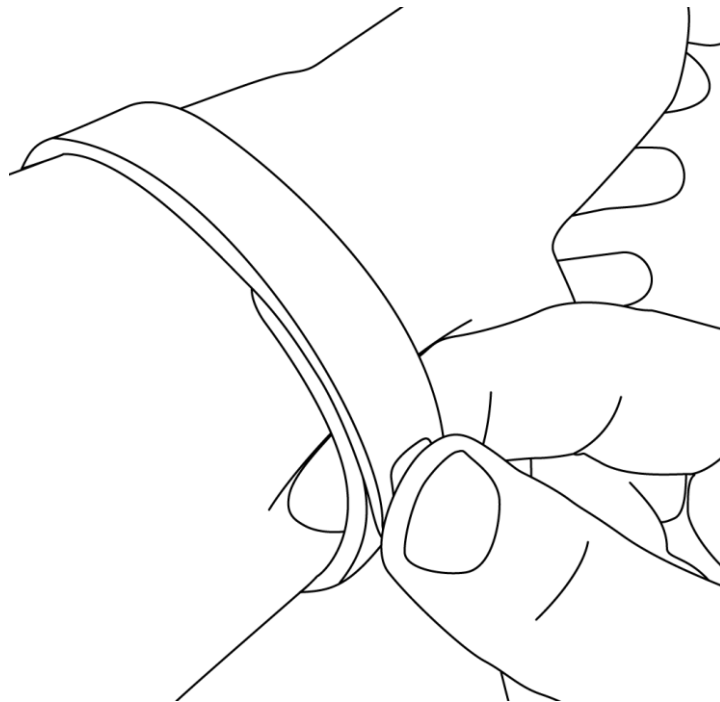


Rannekkeen kiinnittäminen ranteeseen

1. Laita ranneke käteesi niin, että sen valot ovat ranteesi ulkolaidalla ja sinuun päin.
2. Aseta rannekkeen päät päällekkäin ja siten, että soljen kaksi hakasta ovat kahden reiän päällä.



3. Purista solkea ja ranneketta yhteen peukalon ja etusormen välissä, kunnes kuulet naksahduksen.



Flex-ranneke on kunnolla kiinnitetty, kun molemmat hakaset ovat täysin paikallaan.



HUOMAA: Jos sinulla ongelmia soljen kiinnittämisessä, ota ranneke pois kädestä, ja kokeile, miten solki kiinnitetään kunnolla. Yritä sitten uudestaan kiinnittää ranneke ranteeseesi.

Fitbit Flex -aktiivisuusanturin käyttöönotto tietokoneen avulla

Mac OS- ja Windows-tietokoneiden järjestelmävaatimukset



Käyttöjärjestelmä
Mac OS 10.5 tai uudempi
Internetyhteys

Laitteisto
USB-liitäntä



Käyttöjärjestelmä
Windows XP, Vista, 7, 8
Internetyhteys

Laitteisto
USB-liitäntä

Fitbit Connectin asentaminen tietokoneeseen

Fitbit Connect -ohjelman avulla Flex-anturi yhdistetään Fitbit Dashboard -verkkopalveluun. Ohjelman voi ladata maksutta osoitteesta Fitbit.com.

HUOMAA: Jos olet jo asentanut Fitbit Connectin tietokoneeseesi, lataa ohjelman uusin versio, jotta voit käyttää sitä Flex-anturin kanssa.

Ohjelman asentaminen Mac-tietokoneeseen

1. Siirry osoitteeseen <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Varmista, että kohta Mac on korostettu ja napsauta Flexin alapuolella sijaitsevaa **Download Here** -painiketta.
3. Kaksoisnapsauta Lataukset-kansiossa olevaa .dmg-tiedostoa.

HUOMAA: Jos tiedosto ei ilmesty työpöydälle, etsi se Spotlight-haun avulla kirjoittamalla hakusanoiksi "Fitbit Connect".

4. Käynnistä Fitbit Connect -ohjelman asennus kaksoisnapsauttamalla **Install Fitbit Connect.pkg** -tiedostoa.
5. Seuraa näytölle ilmestyviä ohjeita.

Ohjelman asentaminen Windows-tietokoneeseen

1. Siirry osoitteeseen <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Varmista, että kohta PC on korostettu ja napsauta Flexin alapuolella sijaitsevaa **Download Here** -painiketta.

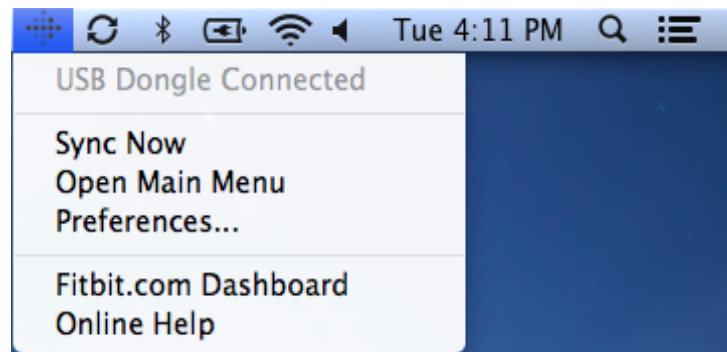
3. Avaa sitten Ladatut tiedostot -kansio ja kaksoisnapsauta **FitbitConnect_Win.exe** -tiedostoa.
4. Valitse kieli ja seuraa näytölle ilmestyviä ohjeita.

Anturin yhdistäminen tietokoneeseen

Kun olet asentanut Fitbit Connect -ohjelman tietokoneeseesi, voit yhdistää Flex-anturin tiliisi. Tällöin voit siirtää anturista tietoja tilille, määrittää laitteen asetukset ja asettaa itsellesi tavoitteita.

Anturin yhdistäminen Mac-tietokoneeseen

1. Napsauta Macin valikkopalkissa sijaitsevaa Fitbit Connect -kuvaketta ja valitse kohta **Open Main Menu**.



2. Valitse päävalikossa kohta **Set Up a New Fitbit Device**.
3. Tilin luominen:
 - a. Valitse **New to Fitbit**, jos sinulla ei vielä ole Fitbit.com-tiliä.
 - b. Valitse **Existing User**, jos sinulla on jo Fitbit.com-tili, jolloin pääset kirjautumaan siihen.

HUOMAA: Tiliin voi yhdistää vain yhden Fitbit-aktiivisuusanturin.

Jos olet jo yhdistänyt toisen Fitbit-anturin tiliisi, ja haluat jatkaa sen käyttämistä, valitse kohta **Don't Replace**, jolloin voit määrittää tilin käyttämään toista sähköpostiosoitetta.

Jos haluat poistaa tilistä toisen aktiivisuusanturin ja korvata sen uudella Flex-anturillasi, valitse kohta **Replace Tracker**.

4. Kirjoita tai vahvista tietosi ja napsauta **Next**. Nämä tiedot yksilöivät Fitbit-tilisi, ja parantavat arvioidun kalorien kulutuksen ja etäisyyden mittauksen tarkkuutta. Oletusarvoisesti henkilökohtaiset tietosi näkyvät vain ystävillesi, mutta muuttamalla Fitbit.com-tilin yksityisyysasetuksia voit määrittää, mitä tietoja haluat jakaa muiden kanssa.
5. Valitse yhdistettäväksi laitteeksi **Flex**.
6. Irrota Flex-anturi rannekkeesta näytölle ilmestyvien ohjeiden mukaisesti, lataa se ja laita takaisin paikalleen valitsemaasi rannekkeeseen.

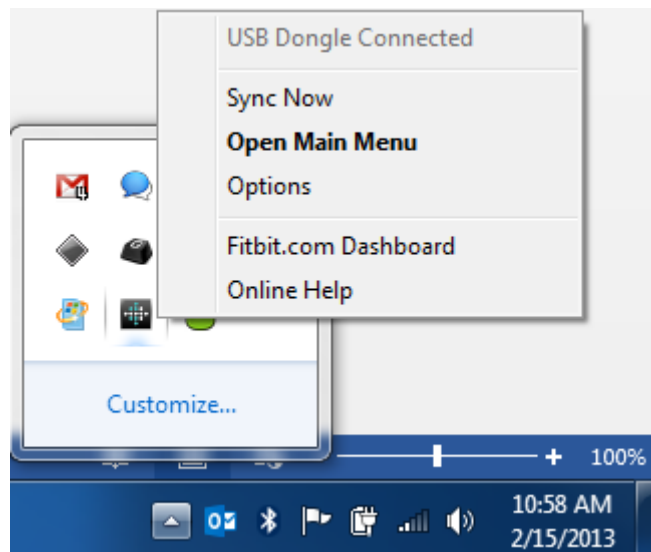
7. Liitä langaton synkronointisovitin tietokoneeseesi ja napsauta kohtaa **Next**.
8. Fitbit Connect etsii nyt Flex-anturisi. Kun anturi on löytynyt, sen valot alkavat vilkkua. Napauta Flexin ikkunaa kaksi kertaa sormella, jolloin ranneke värähtää. Jos Fitbit Connect ei löydä Flex-anturiasi, napsauta kohtaa **Not working**, niin näytölle ilmestyvät ohjeet kertovat, miten tällöin tulee toimia.

HUOMAA: Jos sinulla on ongelmia Flex-anturin käyttöönotossa, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

9. Kun Fitbit Connect ilmoittaa, että yhdistäminen on valmis, napsauta **Next**.
10. Nyt asennus on valmis. Napsauta kohtaa **Go to Dashboard**, kun haluat seurata aktiivisuuttasi tai muuttaa tilin asetuksia.

Anturin yhdistäminen Windows-tietokoneeseen

1. Napsauta hiiren oikealla painikkeella Windowsin tehtäväpalkissa sijaitsevaa Fitbit Connectin kuvaketta ja valitse kohta **Open Main Menu**.



2. Valitse päävalikossa kohta **Set Up a New Fitbit Device**.
3. Tilin luominen:
 - a. Valitse **New to Fitbit**, jos sinulla ei vielä ole Fitbit.com-tiliä.
 - b. Valitse **Existing User**, jos sinulla on jo Fitbit.com-tili, jolloin pääset kirjautumaan siihen.

HUOMAA: Tiliin voi yhdistää vain yhden Fitbit-aktiivisuusanturin.

Jos olet jo yhdistänyt toisen Fitbit-anturin tiliisi, ja haluat jatkaa sen käyttämistä, valitse kohta **Don't Replace**, jolloin voit määrittää tilin käyttämään toista sähköpostiosoitetta.

Valitse kohta **Replace Tracker**, jos haluat poistaa tilistä toisen anturin ja korvata sen Flex-anturillasi.

4. Kirjoita tai vahvista tietosi ja napsauta **Next**. Nämä tiedot yksilöivät Fitbit-tilisi, ja parantavat arvioidun kalorien kulutuksen ja etäisyyden mittauksen tarkkuutta. Oletusarvoisesti henkilökohtaiset tietosi näkyvät vain ystävillesi, mutta muuttamalla Fitbit.com-tilin yksityisyysasetuksia voit määrittää, mitä tietoja haluat jakaa muiden kanssa.
 5. Valitse yhdistettäväksi laitteeksi **Flex**.
 6. Irrota Flex-anturi rannekkeesta näytölle ilmestyvien ohjeiden mukaisesti, lataa se ja laita takaisin paikalleen valitsemaasi rannekkeeseen.
 7. Kun olet liittännyt langattoman synkronointisovittimen tietokoneeseen, napsauta **Next**.
 8. Fitbit Connect etsii nyt Flex-anturisi. Kun anturi on löytynyt, sen valot alkavat vilkkua. Napauta Flexin ikkunaa kaksi kertaa sormella, jolloin ranneke värähtää. Jos Fitbit Connect ei löydä Flex-anturiasi, napsauta kohtaa **Not working**, niin näytölle ilmestyvät ohjeet kertovat, miten tällöin tulee toimia.
-

HUOMAA: Jos sinulla on ongelmia Flex-anturin käyttöönotossa, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

9. Kun Fitbit Connect ilmoittaa, että yhdistäminen on valmis, napsauta kohtaa **Next**.
10. Nyt asennus on valmis. Napsauta kohtaa **Go to Dashboard**, kun haluat seurata aktiivisuuttasi tai muuttaa tilin asetuksia.

Langaton synkronointi tietokoneen kanssa

Anturi synkronoidaan automaattisesti Fitbit.com-palvelun kanssa, jos seuraavat vaatimukset täyttyvät:

- tietokone on päällä ja siinä on verkkoyhteys
- langaton synkronointisovitin on liitetty tietokoneeseen
- Fitbit Connect on asennettu tietokoneeseen ja ohjelma on käynnistetty.

Flex-anturi synkronoi tiedot automaattisesti aina, kun se on enintään noin 6 metrin päässä tietokoneesta.

Flexin synkronoinnin voi käynnistää napsauttamalla tietokoneen tehtäväpalkissa ajan ja päiväyksen vieressä sijaitsevaa Fitbit Connect -kuvaketta. Käynnistä synkronointi valitsemalla **Sync Now**.

HUOMAA: Jos sinulla on ongelmia Flexin synkronoinnissa tietokoneen kanssa, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Fitbit Flex -anturin käyttöönotto mobiililaitteen avulla

Mobiililaitteen järjestelmävaatimukset

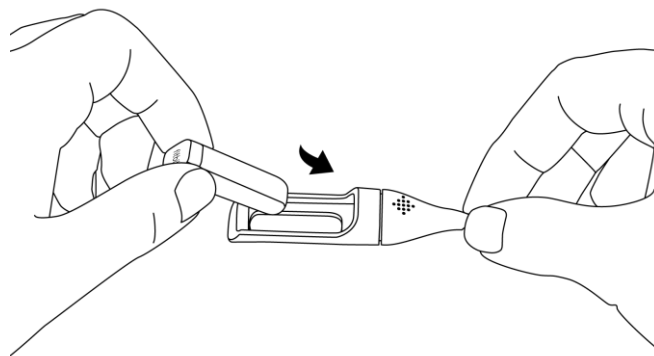
Fitbit Flexin voi ottaa käyttöön ja synkronoida tiettyjen Bluetooth 4.0 -tekniikkaa tukevien mobiililaitteiden kanssa. Voit tarkistaa mobiililaitteesi yhteensopivuuden Flex-anturin kanssa osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

HUOMAA: Vaikka mobiililaitteesi ei tukisikaan Bluetooth-synkronointia, voit silti tarkastella tietojasi ja seurata edistymistäsi Fitbit-sovelluksessa. Flex-anturi tulee tällöin kuitenkin ottaa käyttöön Mac- tai Windows-tietokoneen avulla.

Ennen laitteen käyttöönottoa

Flex-anturi on ladattava, ennen kuin sen voi ottaa käyttöön mobiililaitteen avulla.

1. Irrota Flex-anturi rannekkeesta.
2. Liitä latausjohto tietokoneen USB-liitäntään.
3. Kiinnitä Flex-anturi latausjohtoon.



Voit aloittaa Flexin käyttöönoton, kun sen neljä valoa syttyvät latauksen päätteeksi palamaan.

Fitbit-sovelluksen asentaminen

Fitbit-sovellus löytyy Applen App Store- ja Google Play -sovelluskaupoista hakusanalla "Fitbit". Jos olet jo asentanut Fitbit-sovelluksen, varmista, että käytössäsi on uusin versio.

Yhdistäminen iOS-laitteisiin

Toisin kuin useimmat muut Bluetooth-laitteet, kuten kuulokkeet, Flex täytyy yhdistää mobiililaitteeseen Fitbit-sovelluksen avulla. Sitä ei voi yhdistää iOS-laitteen asetuksista.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Luo tili:
 - a. Valitse kohta **Join Fitbit**, jos sinulla ei vielä ole Fitbit.com-tiliä.

HUOMAA: Napauta kohtaa **Log In**, jos käytät jo Fitbit-sovellusta. Tiliin voi yhdistää vain yhden Fitbit-aktiivisuusanturin.

Jos haluat korvata nykyisen aktiivisuusanturin, valitse **Account > Set Up a New Fitbit device**.

- b. Valitse yhdistettäväksi laitteeksi **Flex**.
 - c. Napauta kohtaa **Set up your Flex**. Seuraavissa ruuduissa voit lisätä henkilökohtaiset tietosi. Nämä tiedot yksilöivät Fitbit-tilisi, ja parantavat arvioidun kalorien kulutuksen ja etäisyyden mittauksen tarkkuutta. Oletusarvoisesti henkilökohtaiset tietosi näkyvät vain ystävillesi, mutta muuttamalla Fitbit.com-tilin yksityisyysasetuksia voit määrittää, mitä tietoja haluat jakaa muiden kanssa.
 - d. Kirjoita nimesi ja sähköpostiosoite, jota haluat käyttää Fitbit-tilin kanssa. Määritä tilille myös salasana.
 3. Napauta lopuksi kohtaa **All done!** Irrota sitten Flex-anturi ohjeiden mukaisesti rannekkeesta ja lataa se.
 4. Kun haluat yhdistää Flexin iOS-laitteeseesi, napauta kohtaa **I'm Ready**.
 5. Kun anturi on löytynyt, sen valot alkavat vilkkua. Napauta Flexin ikkunaa sormella useita kertoja, kunnes ranneke värähtää.
 6. Napauta sitten sovelluksessa kohtaa **Next** ja siirry Dashboard-näkymään.

HUOMAA: Jos sinulla on ongelmia Flexin yhdistämisessä mobiililaitteeseen, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Synkronointi iOS-laitteen kanssa

Bluetooth-yhteyden avulla Flex-anturi synkronoi tiedot suoraan tuettuihin iOS-laitteisiin. Voit tarkistaa iOS-laitteesi yhteensopivuuden Flex-anturin kanssa osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

Tiedot synkronoidaan aina automaattisesti, kun avaat Fitbit-sovelluksen, jos Bluetooth on aktivoitu iOS-laitteen asetuksissa.

Synkronoinnin käynnistäminen käsin

Synkronoinnin voi käynnistää myös käsin sovelluksen ollessa auki.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta Dashboard-näkymän yläosassa sijaitsevaa kohtaa **Flex**.
3. Napauta kohtaa **Sync Now**.

Reaaliaikainen Dashboard-näkymä

Fitbit-sovelluksessa voit seurata edistymistäsi reaaliajassa. Avaa Fitbit-sovellus. Kun Flex-anturi on yhdistetty mobiililaitteeseen, sen näytön yläosaan ilmestyy Connected to your Flex -teksti. Kokeile kävellä muutama askel, niin näet, kuinka sovelluksen tiedot päivittyvät välittömästi.

Jatkuva synkronointi

Fitbit-sovellus tukee myös jatkuvaa synkronointia. Sitä käytettäessä Flex synkronoi tiedot iOS-laitteeseen samalla, kun Fitbit-sovellus on käynnissä taustalla.

Napauta kohtaa **Account** ja valitse sitten **Flex. All-Day Sync** -painikkeella voit aktivoida jatkuvan synkronoinnin tai poistaa sen käytöstä.

Yhdistäminen Android-laitteeseen

Toisin kuin useimmat muut Bluetooth-laitteet, Flex täytyy yhdistää mobiililaitteeseen Fitbit-sovelluksen avulla. Sitä ei voi yhdistää Android-laitteen Bluetooth-asetuksista.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Tilin luominen:
 - a. Valitse **Get started**, jos sinulla ei vielä ole Fitbit.com-tiliä.
 - b. Valitsemalla **Log in** voit kirjautua jo olemassa olevalle Fitbit.com-tilillesi.

HUOMAA: Käytätkö jo Fitbit-sovellusta?

Tiliin voi yhdistää vain yhden Fitbit-aktiivisuusanturin.

Jos haluat vaihtaa tiliin liitetyn aktiivisuusanturin uuteen, napauta **Menu-painiketta** ja valitse **Device Settings > Set up new device**. Valitse sitten **Replace** ja siirry suoraan kohtaan 6.

3. Kirjoita Fitbit.com-tilillä käyttämäsi sähköpostiosoite ja salasana ja napauta kohtaa **Sign Up**.
4. Kirjoita pyydetyt tiedot ja valitse sitten **Save**. Nämä tiedot yksilöivät Fitbit-tilisi, ja parantavat arvioidun kalorien kulutuksen ja etäisyyden mittauksen tarkkuutta. Oletusarvoisesti henkilökohtaiset tietosi näkyvät vain ystävillesi, mutta muuttamalla Fitbit.com-tilin yksityisyysasetuksia voit määrittää, mitä tietoja haluat jakaa muiden kanssa.
5. Napauta kohtaa **Set up Now**.
6. Valitse kohta **Flex** ja seuraa näytölle ilmestyviä ohjeita.
7. Kun napautat kohtaa **I'm Ready**, sovellus alkaa etsiä Flex-anturiasi.
8. Kun anturi on löytynyt, sen valot alkavat vilkkua. Napauta Flexin ikkunaa sormella useita kertoja, kunnes ranneke värähtää. Jos sovellus ei löydä Flex-anturiasi, valitse **Try Again** ja seuraa näytölle ilmestyviä ohjeita.
9. Kun Fitbit-sovellus ilmoittaa "You're all set!", napauta **Go To Dashboard**, niin asennus on valmis.

HUOMAA: Jos sinulla on ongelmia Flexin yhdistämisessä mobiililaitteeseen, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Synkronointi Android-laitteen kanssa

Bluetooth-yhteyden avulla Flex-anturi synkronoi tiedot suoraan tuettuihin Android-laitteisiin. Voit tarkistaa Android-laitteesi yhteensopivuuden Flex-anturin kanssa osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

Tiedot synkronoidaan aina automaattisesti, kun avaat Fitbit-sovelluksen, jos Bluetooth on aktivoitu sekä Android-laitteen asetuksissa että Fitbit-sovelluksessa. Jos haluat aktivoida Bluetoothin Fitbit-sovelluksessa, napauta **Menu-painiketta** ja valitse **Device Settings**. Valitse lopuksi kohta **Use Bluetooth**.

Synkronointi napauttamalla NFC:n avulla

Flex-anturissa on myös lähilukuun tarkoitettu NFC-siru, jonka avulla se voi muodostaa yhteyden sellaisiin Android-laitteisiin, joissa on sama ominaisuus.

Varmista ensin, että Android-laitteen näyttö on päällä ja että laite ei ole lukittuna, ja napauta sitten laitteella Flex-ranneketta. Napautettava kohta riippuu siitä, missä kohtaa NFC-siru sijaitsee Android-laitteessa.

Hetken kuluttua Fitbit-sovellus avautuu automaattisesti. Jos et ole käyttänyt Fitbit-sovellusta äskettäin, sovelluksen avautuessa käynnistetään myös synkronointi Bluetooth-yhteyden kautta.

Synkronoinnin käynnistäminen käsin

Synkronoinnin voi käynnistää napauttamalla valikon oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa synkronoinnin kuvaketta.

Synkronoinnin voi käynnistää myös Devices-valikosta.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta **Menu**-painiketta.
3. Valitse **Device Settings**.

HUOMAA: Varmista, että kohta **Use Bluetooth** on valittu.

4. Napauta kohtaa **Flex**.
5. Napauta **Sync Now** -kuvaketta.

Synkronointi taustalla

Fitbit-sovellus tukee myös taustalla tapahtuvaa synkronointia. Tämän asetuksen avulla Flex pystyy synkronoimaan tiedot Android-laitteeseen samalla, kun Fitbit-sovellus on taustalla tai piilotettuna.

Kun haluat ottaa taustalla synkronoinnin käyttöön, napauta **Menu**-painiketta ja valitse **Device Settings**. Valitse sitten **Flex** ja napauta kohtaa **Background Sync**.

Flex-anturin käyttö

Flex-rannekkeen pitäminen

Flex-anturi mittaa aktiivisuutesi tarkimmin, kun se on kiinnitetty ranteeseen. Jos tarvitset apua rannekkeen kiinnittämisessä, katso kohta [Flex-rannekkeen sovittaminen](#).

Laitteen pitäminen vahvemmassa tai heikommassa kädessä

Jotta Flex pystyisi mittaamaan aktiivisuutesi mahdollisimman tarkasti, voit määrittää sen asetuksissa, pidätkö sitä vahvemmassa vai heikommassa kädessäsi.

HUOMAA: Vahvempi käsi on se, jota käytät useimpiin päivittäisiin toimiin, kuten kirjoittamiseen, tiskaamiseen, pallon heittämiseen jne.

Voit muuttaa tätä asetusta seuraavasti:

1. Kirjaudu Fitbit.com-sivustolle.
2. Napsauta aloitusnäytön oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa **rataskuvaketta**.
3. Valitse **Settings**.
4. Napsauta vasemmalla olevassa valintapalkissa kohtaa **Device Settings**.
5. Valitse haluamasi asetus kohdassa Dominant hand.

HUOMAA: Tekemäsi muutokset näkyvät vasta, kun seuraavan kerran synkronoit Flex-anturin.

Flex-rannekkeen käyttö kosteassa ympäristössä

Flex-rannekettä voi pitää suihkussa ja hikiliikunnassa. Laite kestää hikeä ja sadetta, ja se on vedenkestävä 10 metriin saakka.

LED-merkkivalot

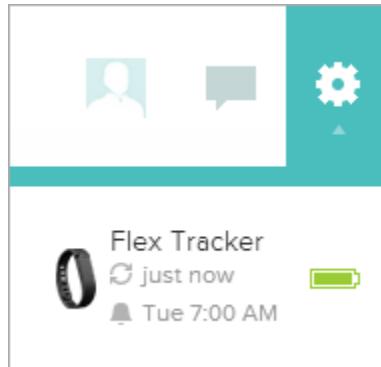
Flex-anturissa on viisi LED-merkkivaloa. Valot ilmoittavat aktiivisuusanturin eri toiminnoista, esimerkiksi edistymisestä tavoitteen saavuttamisessa, akun latautumisesta ja nukkumatilasta.

Laitteen akku

Akun kesto

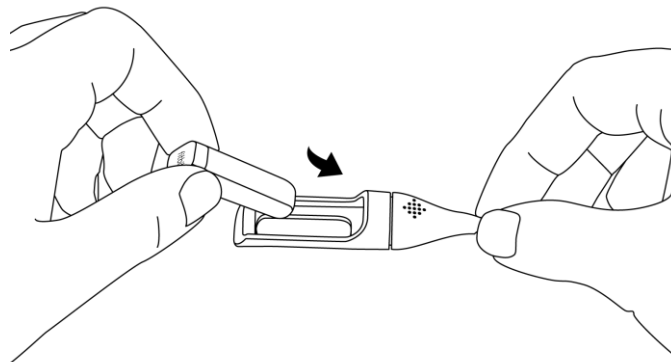
Flex-anturissa on ladattava litiumpolymeeriakku.

Normaalikäytössä akku kestää noin viisi päivää. Voit tarkistaa akun tilan kirjautumalla Fitbit.com-sivustolle ja napsauttamalla sivun oikeassa yläkulmassa olevaa rataskuvaketta.



Flex-anturin lataaminen

Kun haluat ladata Flex-anturin, liitä latausjohto tietokoneen USB-liitäntään. Irrota anturi rannekkeesta ja aseta se latausjohtoon niin, että LED-merkkivalot osoittavat ylöspäin.



Valot syttyvät sitä mukaa, kun lataus edistyy. Jokainen valo vastaa 20 prosenttia täydestä varauksesta. Kun akku on ladattu täyteen, kaikki viisi valoa alkavat sykkiä samassa tahdissa. Akun täyteen latautumiseen kuluu korkeintaan kolme tuntia.

Muisti

Kun Flex synkronoidaan, aktiivisuustiedot siirretään Fitbit.com-palveluun. Flex säilyttää tarkat aktiivisuustiedot viimeisten seitsemän päivän ajalta ja yhteenvedon päivittäisestä aktiivisuudesta korkeintaan 30 päivän ajalta.

Tietoihin sisältyvät askelmäärät, kulutetut kalorit, kuljettu matka ja aktiiviset minuutit.

Kun synkronoit Flexin säännöllisesti, niin Fitbit.com-palvelussa ovat käytettävissäsi aina tarkat ja ajantasaiset tiedot.

HUOMAA: Flex-anturi alkaa seurata seuraavalle päivälle asettamasi tavoitteen saavuttamista keskiyöllä kello 00:00 Fitbit.com-tilille määrittämälläsi aikavyöhykkeellä. Voit muuttaa aikavyöhykettä osoitteessa <http://www.fitbit.com/user/profile/edit>.

Aikavyöhykkeen vaihtaminen ei poista edellisen päivän tietoja. Ne siirretään normaalisti Fitbit.com-palveluun, kun seuraavan kerran synkronoit Flex-anturin.

Mitä Fitbit Flex mittaa?

Flex-aktiivisuusanturi mittaa

- otetut askeleet
- kulutetut kalorit
- kuljetun matkan
- erittäin aktiiviset minuutit
- nukutun ajan
- montako kertaa heräsit unen aikana.

Tavoitteiden asettaminen Flexin avulla

Flex on suunniteltu seuraamaan päivittäisen aktiivisuuden lisäksi Fitbit.com-palvelussa määritettävän tavoitteen saavuttamista. Tavoitteeksi voi asettaa tietyn askelmäärän, kulutettavien kalorien määrän tai kuljettavan etäisyyden.

Voit asettaa tavoitteen seuraavasti:

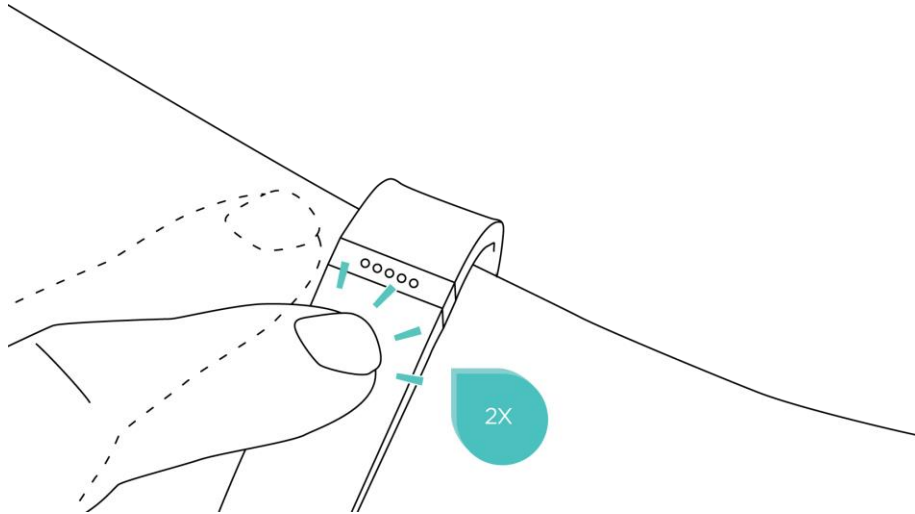
1. Kirjaudu Fitbit.com-sivustolle.
2. Napsauta aloitusnäytön oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa rataskuvaketta.
3. Valitse **Settings**.
4. Valitse **Devices**.
5. Aseta tavoite kohdassa Daily Goal Progress.
6. Siirrä uusi tavoite sitten Flex-anturiin synkronoimalla se.

HUOMAA: Voit valita vain yhden seurattavan tavoitteen kerrallaan. Tavoitetta voi kuitenkin muuttaa ja sen voi vaihtaa Fitbit.com-palvelussa.

Kun olet valinnut seurattavan tavoitteen, voit määrittää sen suuruuden Fitbit.com-palvelun Dashboard-näkymässä tai mobiililaitteiden Fitbit-sovelluksessa.

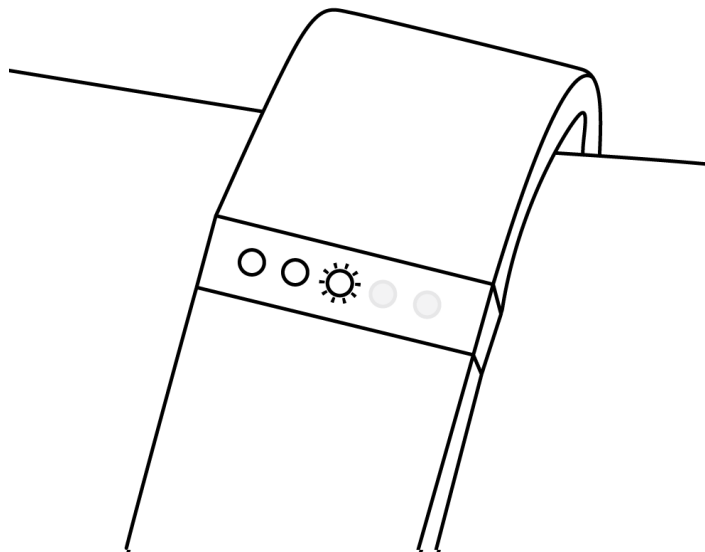
Tavoitteiden seuranta

Kun Flex-ranneketta napauttaa sormella kaksi kertaa, LED-merkkivalot ilmoittavat, kuinka suuri osa tavoitteesta on saavutettu.



Jokainen valo vastaa 20 prosenttia koko tavoitteesta. Vilkuva valo osoittaa, mitä osaa tavoitteesta olet tällä hetkellä täyttämässä.

Alapuolella olevassa esimerkissä kaksi valo palaa koko ajan ja kolmas vilkkuu. Se tarkoittaa, että olet saavuttanut 40–60 prosenttia koko tavoitteestasi.



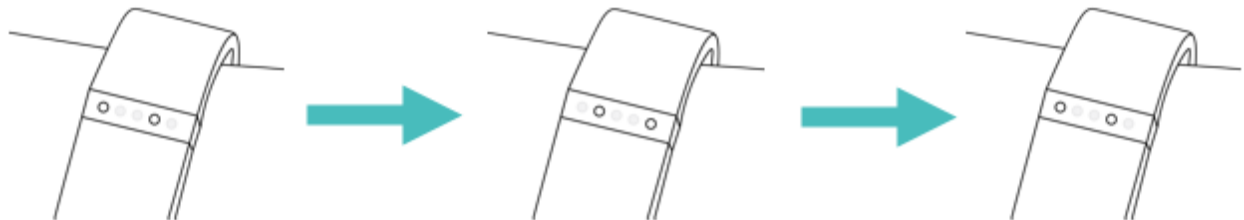
Kun saavutat päivän tavoitteesi, Flex-ranneke värisee ja merkkivalot vilkkuvat sen kunniaksi.

Unen laadun seuranta Flex-anturin avulla

Flex rekisteröi, kuinka monta tuntia nuket, sekä liikkeesi unen aikana. Näiden tietojen perusteella voit seurata unesi laatua.

Flex siirtyy nukkumatiilaan, kun sitä naputetaan nopeasti sormella noin kahden sekunnin ajan. Väriinä ja kaksi hitaasti himmenevää merkkivaloa ilmoittavat, että Flex on siirtynyt nukkumatiilaan.

HUOMAA: Nukkumatiilassa Flex ei näytä tavoitteeseen liittyviä tietoja, kun sitä napauttaa kahdesti. Sen sijaan se vilkuttaa kahta valoa merkiksi siitä, että se on asetettu nukkumatiilaan.



Kun heräät, naputa Flex-rannekettä nopeasti sormella noin kahden sekunnin ajan, jolloin se poistuu nukkumatiilasta. Kun Flex poistuu nukkumatiilasta, se värähtää ja vilkuttaa kaikkia viittä merkkivaloa.

Jos unohtat asettaa Flexin nukkumatiilaan, voit myöhemmin määrittää nukkumasi ajan osoitteessa <http://www.fitbit.com/sleep>. Kun tallenne on luotu, voit alkaa tarkastella unesi laatua.

Unen laadun seuranta mobiililaitteen avulla

Voit seurata unesi laatua mobiililaitteen Fitbit-sovelluksen avulla. Unen seuranta toimii, vaikka Fitbit-sovellus ei olisikaan laitteen ruudulla, joten voit huoletta käyttää sitä myös herätyskellona.

Toimi seuraavasti, kun haluat seurata unesi laatua iOS-laitteen avulla:

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta unikuvaketta Dashboard-näkymässä.
3. Napauta oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa **+**-painiketta.
4. Valitse **Begin Sleep Now**.

Toimi seuraavasti, kun haluat seurata unesi laatua Android-laitteen avulla:

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Avaa sovelluksen vasemmassa yläkulmassa sijaitseva **valikko**.
3. Valitse **Sleep**.
4. Napauta oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa **+**-painiketta.
5. Valitse **Begin Sleep Now**.

Unen seuranta jatkuu, vaikka pienentäisitkin Fitbit-sovelluksen kotipainiketta painamalla. Kun olet herännyt, avaa Fitbit-sovellus, napauta kohtaa **I'm Awake**. Valitsemalla **View Summary** voit tarkastella yhteenvetoa anturin keräämistä unitiedoista.

Hiljainen hälytys

Flex-rannekkeen hiljaisen hälytyksen kevyt värinä herättää sinut tai muistuttaa tärkeästä tapahtumasta. Hälytys asetetaan tietokoneella tai yhteensopivan mobiililaitteen avulla.

Hiljaisen hälytyksen voi määrittää toistettavaksi joka päivä tai tiettyinä päivinä viikossa.

Flex-anturiin voi asettaa yhtä aikaa korkeintaan kahdeksan hälytystä.

HUOMAA: Flex-anturin akku saattaa kulua loppuun nopeammin, jos asetat siihen useita hälytyksiä.

Hiljaisen hälytyksen asettaminen tietokoneen avulla

Hiljaisen hälytyksen voi asettaa tietokoneen avulla Fitbit.com-palvelun Dashboard-näkymässä.

1. Kirjaudu Fitbit.com-sivustolle.
2. Napsauta aloitusnäkyvän oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa rataskuvaketta.
3. Valitse **Settings**.
4. Napsauta kohtaa **Silent Alarms**.
5. Napsauta **Add Alarm** -painiketta.
6. Määritä hälytyksen ajankohta.
7. Valitse, kuinka usein haluat hälytyksen toistuvan:
 - a. Once (Kerran) – Hälytys soi määrittämänsä ajankohtana, eikä sitä toisteta.
 - b. Repeats (Toistuva) – Valitse, minä päivinä haluat hälytyksen toistuvan joka viikko.
8. Valitse **Save**.

Uusi hälytys siirretään Flex-anturiin, kun se seuraavan kerran synkronoidaan.

HUOMAA: Jos haluat siirtää hälytyksen heti anturiin, avaa Fitbit Connect -ohjelma ja valitse **Sync Now**.

Hiljaisen hälytyksen asettaminen iOS-laitteen avulla

Jotta voit asettaa hiljaisen hälytyksen iOS-laitteessa olevan Fitbit-sovelluksen avulla, on Bluetooth aktivoitava iOS-laitteen asetuksista.

iOS-laitteen on myös tuettava langatonta synkronointia. Voit tarkistaa iOS-laitteesi yhteensopivuuden Flex-anturin kanssa osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

1. Avaa Fitbit-sovellus.

2. Napauta kohtaa **Account**.
3. Napauta kohtaa **Silent Alarms**.
4. Valitse **Set a New alarm**.
5. Määritä hälytyksen ajankohta.
6. Halutessasi voit napauttaa viikonpäiviä, jolloin haluat hälytyksen toistuvan.
(Esimerkiksi kello 7:00 joka arkipäivä.)
7. Valitse **Save**.
8. Synkronoimalla anturin voit varmistaa, että hälytyksen tiedot on siirretty siihen.

Tällöin iOS-laite siirtää hälytyksen Flex-anturiin.

HUOMAA: Varmista, että Flex-anturi on iOS-laitteen lähellä synkronoinnin ajan. Jos haluat käynnistää synkronoinnin käsin, valitse **Account > Flex > Sync Now**.

Hiljaisen hälytyksen asettaminen Android-laitteen avulla

Jotta voit asettaa hiljaisen hälytyksen Android-laitteessa olevan Fitbit-sovelluksen avulla, on Bluetooth aktivoitava sekä Android-laitteen asetuksista että Fitbit-sovelluksessa.

Android-laitteen on myös tuettava langatonta synkronointia. Voit tarkistaa Android-laitteesi yhteensopivuuden osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta **valikkopainiketta**.
3. Valitse **Device Settings**.
4. Valitse **Flex**.
5. Valitse **Silent Alarm**.
6. Valitse **Add a new alarm**.
7. Napauta kohtaa **Next**.
8. Valitse **Add a new alarm**.
9. Määritä **aika** napauttamalla sitä.
10. Halutessasi voit valita kohdan **Repeats**, ja napauttaa viikonpäiviä, joihin haluat hälytyksen toistuvan.
11. Valitse **Done**.
12. Napauta lopuksi **Sync tracker to save alarms** -painiketta.

HUOMAA: Varmista, että Flex-anturi on Android-laitteen lähellä synkronoinnin ajan. Jos haluat käynnistää synkronoinnin käsin, napauta **valikkopainiketta** ja valitse **Device Settings > Flex**. Napauta lopuksi **Sync Now** -kuvaketta.





Hiljaisen hälytyksen hylkääminen

Flex-anturi hälyttää hiljaa värisemällä ja sytyttämällä LED-merkkivalot. Anturi toistaa hälytyksen kolme kertaa tai siihen saakka, kunnes se hylätään. Hälytys hylätään napauttamalla anturia muutamia kertoja sen jälkeen, kun värinä on loppunut.

Hälytyksen hylkäämisen merkinä Flex-anturin näytön keskelle syttyy merkkivalo, joka sitten himmenee hitaasti. Jos hälytystä ei hylätä, Flex-anturi toistaa sen yhdeksän minuutin kuluttua.

Fitbit.com-palvelun Dashboard-näkymä

Selainvaatimukset

Selain	Mac-versio	Windows-versio
 Apple Safari	5.0.5 tai uudempi	Ei tuettu
 Google Chrome	12 tai uudempi	12 tai uudempi
 Microsoft Internet Explorer	Ei tuettu	8 tai uudempi
 Mozilla Firefox	3.6.18 tai uudempi	3.6.18 tai uudempi

Dashboard-näkymän toiminnot

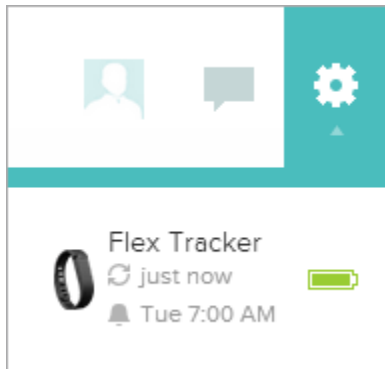
Dashboard on Fitbitin tarjoama maksuton verkkopalvelu, jonka avulla voit seurata, hallita ja arvioida kuntoilusi edistymistä.

Dashboard-näkymä avautuu aina, kun kirjaudut Fitbit.com-palveluun. Näkymässä voit tarkastella, kuinka suuren osan tavoitteestasi olet saavuttanut. Lisäksi se tarjoaa kaavioita ja tietoja aikaisemmasta aktiivisuudestasi.

Ruokaan, aktiivisuuteen ja uneen liittyvien tietojen lisääminen

Dashboard-näkymän eri sivuille voit lisätä ruokaan, aktiivisuuteen, uneen ja muihin antureihin liittyviä tietoja.

Laitteen tiedot



Napsauttamalla Dashboard-näkymän oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa rataskuvaketta voit nopeasti tarkistaa anturin edellisen synkronoinnin ajankohdan, akun tilan ja tulevat hälytykset.

Flex-anturin hallinta Fitbit.com-palvelun avulla

Jos haluat muuttaa Flex-anturin asetuksia Fitbit.com-palvelussa, napsauta sivun oikeassa yläkulmassa sijaitsevaa **rataskuvaketta**, valitse **Settings** ja napsauta vasemmassa laidassa olevan valintapalkin kohtaa **Devices**.

Device Settings -ruudussa voit muuttaa seuraavia asetuksia:

- **Daily Goal Progress (Päivän tavoite):** Valitse, minkä tavoitteen tilanteen Flex-anturi ilmoittaa, kun haluat tarkistaa edistymisesi. Voit muuttaa tavoitteen suuruutta Dashboard-näkymässä tai mobiililaitteen Fitbit-sovelluksessa.
- **Dominant Hand (Vahvempi käsi):** Flex-anturi toimii tarkemmin, kun määrität, kummassa kädessä pidät sitä. Voit lukea lisätietoja tästä aiheesta [täältä](#).
- **Sleep Tracking (Unen laadun seuranta):** Tämän asetuksen avulla voit määrittää unen seurannan herkkyyden. Normal-asetus sopii useimmille. Jos kuitenkin nukut hyvin sikeästi ja lähes liikkumatta, voit valita Sensitive-asetuksen, jolloin anturi rekisteröi pienetkin liikkeesi unen aikana.

Hiljaisen hälytyksen voi asettaa napsauttamalla **Silent Alarms** -kohtaa vasemman laidan valintapalkissa.

HUOMAA: Flex-anturi on synkronoitava aina, kun olet muuttanut sen asetuksia.

Fitbit Flex -anturin päivittäminen

Fitbit voi ajoittain julkaista päivityksiä Flex-anturiin. Anturin voi päivittää tietokoneen Fitbit Connect -ohjelman tai mobiililaitteen Fitbit-sovelluksen avulla.

Suosittellemme pitämään laitteen aina päivitettyinä. Päivitykset sisältävät lisäyksiä ja parannuksia laitteen toimintoihin.

HUOMAA: Flex-anturin päivittäminen voi kestää viisi minuuttia, joten varmista, että sen akussa on tarpeeksi virtaa. Suosittelemme lataamaan laitteen ennen päivitystä tai sen aikana.

Päivittäminen tietokoneen avulla

Toimi seuraavasti, kun haluat päivittää Flex-anturin Mac- tai Windows-tietokoneen avulla:

1. Napsauta tietokoneen ruudulla ajan ja päiväyksen lähellä sijaitsevaa **Fitbit Connect -kuvaketta**.
2. Valitse **Main Menu** -valikossa kohta **Check for device update**.
3. **Kirjaudu** tilillesi käyttäen Fitbit.com-palvelun käyttäjätunnusta ja salasanaa.
4. Fitbit Connect etsii seuraavaksi Flex-anturin.

HUOMAA: Varmista, että langaton synkronointisovitin on liitetty tietokoneeseen. Ohjelman on helpompi löytää Flex-anturi, jos herätät sen ensin napauttamalla sitä kahdesti.

5. Jos anturiin on saatavilla päivitys, Fitbit Connect -ohjelma näyttää edistymispalkin merkinä päivityksen käynnistymisestä. Pidä anturi tietokoneen lähellä päivityksen aikana.
6. Kun päivitys on valmis, Fitbit Connect -ohjelma ilmoittaa "You're all set!"

Jos sinulla on ongelmia Flex-anturin päivittämisessä tietokoneen avulla, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Päivittäminen iOS-laitteen avulla

Jos iOS-laitteesi tukee langatonta synkronointia, voi Flex-anturin päivittää myös siinä olevan Fitbit-sovelluksen avulla. Voit tarkistaa iOS-laitteesi yhteensopivuuden osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta anturin nimeä sovelluksen valikossa. Tällöin siirryt anturin asetuksiin.
3. Valitse **Sync Now**.
4. Jos laitteeseen on saatavilla päivitys, on se valittavissa sovelluksessa. Jos anturissa on jo uusin päivitys, sovelluksessa ei ole valittavissa **"Update Available"** -vaihtoehtoa.

HUOMAA: Varmista, että anturi on koko päivityksen ajan iOS-laitteen lähellä. Sovelluksen on helpompi löytää anturi, jos herätät sen ensin napauttamalla sitä kahdesti.

Kun päivitys on valmis, Fitbit-sovellus ilmoittaa "You're all set!"

Jos sinulla on ongelmia Flex-anturin päivittämisessä iOS-laitteen Fitbit-sovelluksen avulla, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Päivittäminen Android-laitteen avulla

Jos Android-laitteesi tukee langatonta synkronointia, voi Flex-anturin päivittää myös siinä olevan Fitbit-sovelluksen avulla. Voit tarkistaa Android-laitteesi yhteensopivuuden osoitteesta <http://www.fitbit.com/devices>.

1. Avaa Fitbit-sovellus.
2. Napauta **valikkopainiketta**.
3. Valitse **Device Settings**.

HUOMAA: Varmista, että kohta Use Bluetooth on **valittu**.

4. Valitse valikosta **Flex**.
5. Jos laitteeseen on saatavilla uusi päivitys, napauta ruudun yläalaidassa sijaitsevaa **Update Available** -painiketta.

HUOMAA: Varmista, että anturi on koko päivityksen ajan Android-laitteen lähellä. Sovelluksen on helpompi löytää anturi, jos herätät sen ensin napauttamalla sitä kahdesti.

6. Kun päivitys on valmis, Fitbit-sovellus ilmoittaa "You're all set!"

Jos sinulla on ongelmia Flex-anturin päivittämisessä Android-laitteen Fitbit-sovelluksen avulla, voit etsiä apua osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Fitbit Flex -anturin tiedot

Anturit ja värinätoiminto

Flex-anturissa on kolmiakselinen MEMS-kiihtyvyyssanturi, joka mittaa kulutetut kalorit, kuljetun etäisyyden, otetut askeleet sekä unen laadun. Lisäksi laitteessa on värinätoiminto, jonka avulla se ilmoittaa asettamasi hälytykset.

Laitteen mitat

	Pituus	Leveys	Paino
Pieni ranneke (ml. anturi)	140–176 mm	13,99 mm	13,4 grammaa
Suuri ranneke (ml. anturi)	161–209 mm	13,99 mm	14,6 grammaa

Käyttö- ja säilytysympäristö

Käyttölämpötila	-20–45° C
Säilytyslämpötila	-30–60° C
Vedenkestävyys	Laite on vedenkestävä, ja se voidaan upottaa 10 metriin saakka.
Maksimi käyttökorkeus merenpinnasta	9144 m

Tuotetuki

Vianmääritykseen ja tuotetukeen liittyvät tiedot löytyvät osoitteesta <http://help.fitbit.com>.

Takuu ja tuotepalautukset

Takuutiedot ja Fitbit.com -verkkokaupan palautusehdot löytyvät osoitteesta <http://www.fitbit.com/returns>.

Lainsäädäntöä ja turvallisuutta koskevia tietoja

Mallinumero: FB401

USA: Federal Communications Commission (FCC) Statement

This device complies with FCC part 15 FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Canada: Industry Canada (IC) Statement

IC Notice to Users English/French in accordance with RSS GEN Issue 3:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause interference, and

2. this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

FCC ID XRAFB401

IC ID 8542A-FB401

EU (Euroopan unioni)

Euroopan unionin direktiivin 1999/5/EY mukainen vaatimustenmukaisuusvakuutus.

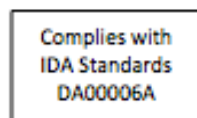
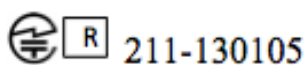
Fitbit Inc. vakuuttaa, että tuote FB401 on direktiivin 1999/5/EY oleellisten vaatimusten ja sitä koskevien direktiivin muiden säännösten mukainen. Tuote on saanut CE-hyväksynnän.



Tuote on standardin R&TTE 99/CE/05 vaatimusten mukainen.

Conforme à la norme R&TTE 99/CE/05

Muut tiedot



אין לבצע כל שינוי טכני בחלק המודולארי של המוצר.

“ 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. ”

- 사용 주파수 (Used frequency): 2402 MHz-2480 MHz
- 채널수 (The number of channels): 40
- 공중선전계강도 (Antenna power): 0.4 dBi
- 변조방식 (Type of the modulation): Digital
- 안테나타입 (Antenna type): Horizontal
- 출력 (Output power): 2.19 mW/MHz E.I.R.P.
- 안테나 종류 (Type of Antenna): PCB



KCC approval information

- 1) Equipment name (model name) : 무선데이터통신시스템용 특정소출력무선기기 FB401
- 2) Certificate number : MSIP-CRM-XRA-FB401
- 3) Applicant : Fitbit, Inc.
- 4) Manufacture: Fitbit, Inc.
- 5) Manufacture / Country of origin: P.R.C.

Turvallisuutta koskevia tietoja

Tuote on testattu ja hyväksytty EN-standardi EN60950-1:2006 + A12: 2011:n mukaisesti.

Täydellinen vaatimustenmukaisuusvakuutus on luettavissa osoitteessa www.fitbit.com/flex/specs.

Laitteen turvallinen käyttö

- Lue laitteen ohjeet huolellisesti.
- Säilytä laitteen ohjeet.

- Ota kaikki varoitukset huomioon.
- Noudata laitteen ohjeita.
- Älä yritä avata laitetta. Laitteen ja/tai sen akun sisältämät materiaalit saattavat olla ympäristölle vaarallisia ja/tai vahingoittaa terveyttä, jos niitä käsitellään sopimattomasti.
- Älä yritä muuttaa laitteen rakennetta tai toimintaa.
- Älä puhdista laitetta hankaavilla puhdistusaineilla.
- Älä puhdista laitetta astian- tai pyykinpesukoneessa, äläkä laita sitä kuivaajaan.
- Äärimmäisen korkeat tai matalat lämpötilat voivat vahingoittaa laitetta.
- Älä käytä laitetta saunassa.
- Älä jätä laitetta suoraan auringonvaloon pitkäksi aikaa.
- Älä pidä laitetta avotulen lähellä.
- Älä heitä laitetta tuleen, sillä sen akku voi tällöin räjähtää.
- Älä pura laitetta. Sen sisältämiä osia ei voi vaihtaa.
- Pidä laite poissa pienten lasten ulottuvilta, sillä sen pienet osat saattavat aiheuttaa tukehtumisvaaran.

Akun turvallisuutta koskevia tietoja

- Älä yritä vaihtaa laitteen akkua. Sitä ei voi irrottaa.
- Lataa akku aina tässä käyttöohjeessa kuvatulla tavalla.
- Lataa akku ainoastaan laitteen mukana tulevalla latausjohdolla.
- Lataa laitteen akku ainoastaan tarkoitukseen sopivan tietokoneen tai virtalähteen avulla.
- Älä yritä avata laitteen akkua.

Voit tarkistaa uusimmat tuotteen käyttöön liittyvät turvallisuustiedot osoitteesta <http://help.fitbit.com> löytyviltä tuotesivuilta.

Tuotteiden hävittäminen ja kierrätys



Kun tämä merkki on painettu tuotteeseen tai pakkausmateriaaliin, tarkoittaa se, että tuotetta ei saa heittää normaalin yhdyskuntajätteen joukkoon. Huomaathan, että kierrättämällä elektroniset tuotteet edistät materiaalien uudelleen käyttöä ja autat säästämään luonnonvaroja. Jokaisen Euroopan unioniin kuuluvan maan tulee järjestää elektronisten tuotteiden keräys ja kierrätys. Jos et tiedä, missä lähin kierrätyspiste sijaitsee, ota yhteys paikalliseen elektronisten laitteiden kierrätyksestä vastaavaan tahoon tai jälleenmyyjään, jolta ostit tuotteen.

Le symbole sur le produit ou sur son emballage signifie que ce produit à la fin de sa vie doit être recyclé séparément des déchets ménagers ordinaires. Notez que ceci est votre responsabilité d'éliminer les équipements électroniques à des centres de recyclage afin d'aider à préserver les ressources naturelles.

Chaque pays de l'Union européenne a ses centres de collecte et de recyclage pour le recyclage des équipements électriques et électroniques. Pour plus d'informations ou trouver un centre de recyclage, contactez votre commune ou le magasin où vous avez acheté le produit.

- Älä heitä laitetta lajittelemattoman yhdyskuntajätteen joukkoon.
- Akkuja ei myöskään saa heittää lajittelemattoman yhdyskuntajätteen joukkoon. Toimita akut niille tarkoitettuihin keräyspisteisiin.
- Toimita käytetyt pakkausmateriaalit ja elektroniset tuotteet niille tarkoitettuihin keräyspisteisiin.

Lisätietoja tuotteiden hävittämisestä ja kierrätyksestä sekä lähimmän jälleenmyyjän yhteystiedot löytyvät osoitteesta <http://help.fitbit.com>

Pour plus amples renseignements sur le recyclage, y compris les coordonnées d'un distributeur dans votre région, visitez <http://help.fitbit.com>





 fitbit flex™

Wireless Activity + Sleep Wristband