

SONY®

Gebruikershandleiding

SmartBand 2 (voor iOS)
SWR12

Inhoudsopgave

Basisprincipes.....	3
Inleiding.....	3
Hardwareoverzicht.....	3
De SmartBand 2 opladen.....	4
Samenstelling.....	4
De SmartBand 2 dragen.....	5
In- en uitschakelen.....	6
De SmartBand 2 gereedmaken voor gebruik.....	7
Het gebruik van uw SmartBand 2 voorbereiden.....	7
De verbinding van de SmartBand 2 herstellen.....	7
De SmartBand 2 resetten.....	7
De SmartBand 2 gebruiken.....	8
De SmartBand 2-applicatie gebruiken.....	8
Meldingen ontvangen.....	8
Blijf in beweging.....	8
Stress en herstel meten.....	8
Alarmsen voor slim wekken.....	11
Buitenbereikmeldingen.....	12
Niet storen.....	12
Afstandsbediening.....	12
Verbinden met Health.....	13
Meldingslampjes.....	13
Belangrijke informatie.....	14
De SmartBand 2 onder natte en stoffige omstandigheden gebruiken.....	14
Juridische informatie.....	14

Basisprincipes

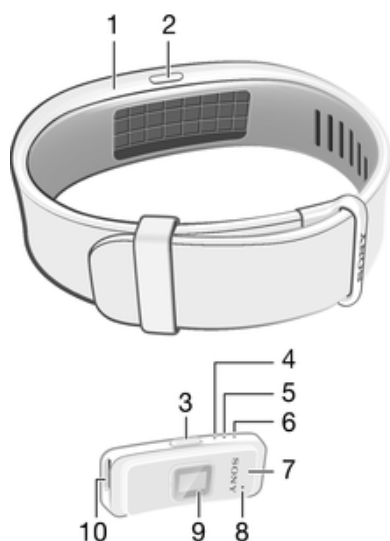
Inleiding

De SmartBand 2 is een begeleidend product dat via Bluetooth® draadloos verbinding maakt met uw iPhone. Wanneer u het apparaat om uw dominante pols draagt, kan het uw lichaamsbewegingen bijhouden en samenwerken met uw iPhone om gegevens over uw dagelijkse leven en gewoonten te genereren. De SmartBand 2 telt bijvoorbeeld uw stappen en registreert gegevens over uw fysieke gesteldheid als u loopt of hardloopt.

De SmartBand 2 is een apparaat dat u de hele dag kunt dragen en hij bevat een sensor die uw polsslag en hartslag kan meten. Als u de SmartBand 2 in combinatie met een compatibel iPhone gebruikt, kunt u er meldingen op ontvangen en alarmsignalen en telefoongesprekken mee beheren.

Voordat u met de SmartBand 2 aan de slag kunt, moet u de SmartBand 2-applicatie downloaden en het accessoire instellen voor gebruik met de iPhone. Denk eraan dat u een iPhone met iOS-versie 8.2 of hoger moet gebruiken.

Hardwareoverzicht



1	Polsband
2	Aan-uittoetscover
3	Aan-uitknop
4	Meldingslampje A
5	Meldingslampje B
6	Meldingslampje C
7	Core
8	Ventilatieopening
9	Hartslagsensor
10	Micro-USB-poort

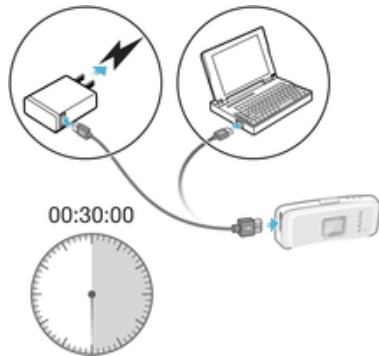
- ! De ventilatieopening wordt niet gebruikt om het apparaat te resetten. Plaats en forceer geen scherpe voorwerpen in de opening omdat dit het apparaat kan beschadigen.

De SmartBand 2 opladen

Voordat u de SmartBand 2 voor de eerste keer gebruikt, moet u deze ongeveer 30 minuten lang opladen. We raden aan Sony-laders te gebruiken.

De SmartBand 2 wordt automatisch uitgeschakeld als de lader wordt aangesloten. U kunt het apparaat niet inschakelen als de lader is aangesloten.

De SmartBand 2 opladen



- 1 Sluit een uiteinde van de USB-kabel aan op de lader of op de USB-poort van een computer.
 - 2 Sluit het andere uiteinde van de kabel aan op de Micro-USB-poort van uw SmartBand 2.
 - 3 Als de batterij wordt opgeladen, verandert de kleur van het meldingslampje A. Het meldingslampje verandert in groen als de batterij 90% vol is.
- 💡 Zorg dat de USB-poort droog is voordat u een USB-kabel in de poort steekt.
- ! De SmartBand 2 wordt uitgeschakeld als u een oplader aansluit en keert terug naar de vorige aan- of uittoestand als de oplader wordt losgetrokken.

Meldingslampje batterijstatus

Rood lampje	De batterij wordt opgeladen en het oplaadniveau is minder dan 15%.
Oranje lampje	De batterij wordt opgeladen en het oplaadniveau is tussen 15% en 90%.
Groen lampje	De batterij wordt opgeladen en het oplaadniveau is meer dan 90%.

Het batterijniveau van de SmartBand 2 controleren

- Zoek en tik op de iPhone op **SmartBand 2**. Het batterijniveau verschijnt op het startscherm van de SmartBand 2-applicatie.
- ! U kunt het batterijniveau niet controleren als de SmartBand 2 wordt opgeladen.

Melding 'Batterij bijna leeg'

Als de SmartBand 2 een bepaald batterijniveau bereikt, trilt het apparaat en knippert elke vier seconden een rood lampje totdat u het apparaat oplaadt of het uitschakelt. De melding 'Batterij bijna leeg' verschijnt als nog ongeveer 5 minuten resteren in de modus Hartactiviteit en 75 minuten in de modus STAMINA. De precieze tijd is afhankelijk van het gebruik. Als het batterijniveau lager is dan 1% wordt de SmartBand 2 automatisch uitgeschakeld. Laad de SmartBand 2 als de batterij bijna leeg is.

- ! Als de functie 'Niet storen' is geactiveerd, krijgt u de melding 'Batterij bijna leeg' niet te zien.

Samenstelling

Om uw SmartBand 2 persoonlijk te maken, kunt u de polsband vervangen met banden met een andere kleur. Deze zijn apart verkrijgbaar.

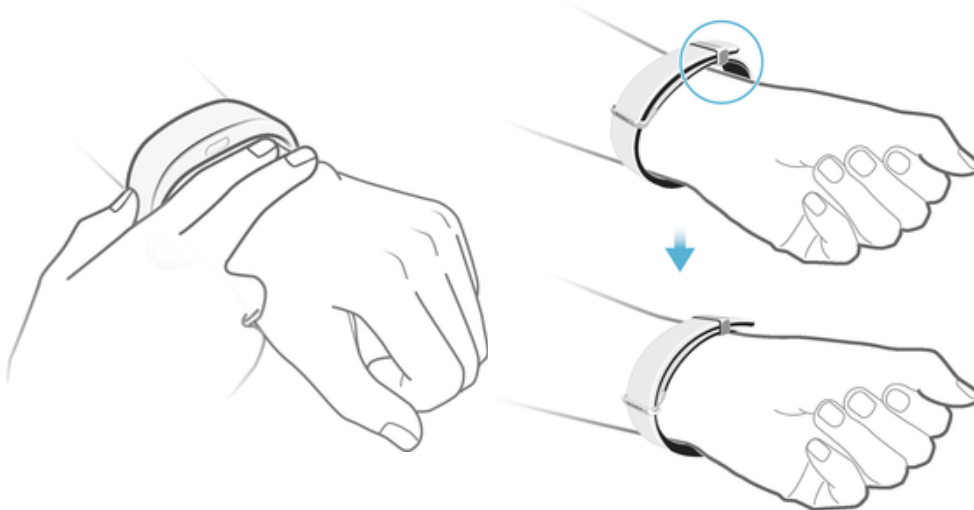
De SmartBand 2 in elkaar zetten



- Steek de core op een dusdanige manier in de polsband zodat de aan-uitknop onder de cover van de aan-uitknop komt.

De SmartBand 2 dragen

Als u rechtshandig bent, draagt u de SmartBand 2 rechts, als u linkshandig bent links, en plaats het apparaat twee vingers boven het handwortelbeen rond de pols. Draag de SmartBand 2 stevig en comfortabel rond de pols, niet te strak en niet te los. De SmartBand 2 kan alleen uw polsslag bijhouden als de polsband niet rond de pols schuift. Trek de polsband wat steviger vast als u sport. Als u klaar bent maakt u de polsband weer wat losser.



De SmartBand 2 en uw huid verzorgen

Om huidirritatie tegen te gaan, dient u de armband zo af te stellen dat deze correct rond uw pols past. Maak de SmartBand 2 regelmatig schoon. Spoel de SmartBand 2 af onder de kraan met schoon water en droog het apparaat volledig af, vooral na zware inspanning, veel transpiratie of activiteiten buitenshuis.

Als u last heeft van huidirritatie of een allergische reactie stopt u met het dragen van de SmartBand 2. Raadpleeg een arts als de symptomen aanhouden.

In- en uitschakelen

De SmartBand 2 inschakelen

- Houd de aan-uitknop ingedrukt totdat de SmartBand 2 trilt. Alle meldingslampjes gaan één voor één branden en vervolgens uit.
- ! Als u de SmartBand 2 voor het eerst inschakelt, activeert deze automatisch de koppelmodus en knippert meldingslampje A totdat de SmartBand 2 met een apparaat is verbonden.

De SmartBand 2 uitschakelen

- Houd de aan-uitknop ingedrukt totdat de SmartBand 2 trilt. Alle meldingslampjes gaan gelijktijdig branden en vervolgens één voor één uit.

De SmartBand 2 gereedmaken voor gebruik

Het gebruik van uw SmartBand 2 voorbereiden

De SmartBand 2 kan alleen correct functioneren als de nieuwste versie van de SmartBand 2-applicatie op uw iPhone is geïnstalleerd. Koppel en verbind vervolgens het SmartBand 2-apparaat via Bluetooth® met uw iPhone.

Uw SmartBand 2 instellen met Bluetooth®

- 1 Controleer of uw SmartBand 2-apparaat volledig is opgeladen en ingeschakeld.
 - 2 Controleer op de iPhone of de SmartBand 2-applicatie is geïnstalleerd en of deze naar de nieuwste versie is bijgewerkt.
 - 3 Open **SmartBand 2** op de iPhone en volg de instructies op het scherm.
- ! Wellicht moet u de firmware van de SmartBand 2 bijwerken nadat deze met de iPhone is gekoppeld.
 - 💡 Als u geen introductiescherm ziet, tikt u op het tabblad **SmartBand 2** van de SmartBand 2-applicatie voor hulp over het verbinden van het apparaat.

De verbinding van de SmartBand 2 herstellen

Mocht een verbinding worden verbroken, voert de SmartBand 2 automatisch een aantal verbindingspogingen uit. Als het niet lukt om automatisch de verbinding te herstellen, kunt u met de aan-uitknop het accessoire forceren de verbinding met de iPhone te herstellen.

De SmartBand 2 forceren opnieuw verbinding te maken

- Druk kort op de aan-uitknop van het SmartBand 2-apparaat of tik op **SmartBand 2 zoeken** op het tabblad **SmartBand 2** van de SmartBand 2-applicatie op de iPhone.
- ! Als u nog altijd problemen ondervindt bij het verbinden met de iPhone, tik dan op de hulpknop op het tabblad **SmartBand 2** van de SmartBand 2-applicatie en volg de instructies op het scherm.

De SmartBand 2 resetten

Reset de SmartBand 2 als deze zich vreemd gedraagt of als u verbinding met een ander apparaat wilt maken.

De fabrieksinstellingen herstellen

- 1 Schakel uw SmartBand 2 uit.
- 2 Houd de aan-uitknop vijf tot tien seconden ingedrukt totdat een groen lampje knippert.

De SmartBand 2 ontkoppelen

- 1 Zoek en tik op de iPhone op Instellingen > Bluetooth.
- 2 Ga naar **SWR12** en tik op ⓘ, tik vervolgens op Dit apparaat vergeten.
- 3 Tik op Apparaat vergeten om uw keuze te bevestigen.

De SmartBand 2 gebruiken

De SmartBand 2-applicatie gebruiken

U kunt de instellingen van uw SmartBand 2 bekijken en wijzigen via de SmartBand 2-applicatie op uw iPhone. U kunt ook de actuele polsslag, stress en fysieke activiteiten, zoals het aantal stappen zien op de SmartBand 2-applicatie.

Meldingen ontvangen

U kunt instellen dat de SmartBand 2 trilt bij een inkomend gesprek of meldingen op de iPhone.

Alle meldingen op een verbonden iPhone kunnen naar uw SmartBand 2 worden doorgestuurd.

Melding via	Trilling	Lampjes
Inkomende gesprekken	Onafgebroken trilling	Alle lampjes knipperen onafgebroken wit
Slimme wekker	Onafgebroken trilling	Niet beschikbaar
Overige meldingen	Eén trilling	Lampje A knippert vijf minuten wit

Meldingen inschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Meldingen** en versleep de schuifregelaars naast **Inkomende gesprekken** en **Overig apps** naar de positie 'aan'.

Een inkomend gesprek weigeren

- Druk kort op de aan-uitknop.

De functie Lage trilling inschakelen

- Sleep de schuifregelaar **Lage trilling** naar de positie 'aan'.

Blijf in beweging

Als u te lang inactief bent, kan de SmartBand 2 u eraan herinnering dat u moet opstaan en een aantal stappen moet zetten.

U kunt een interval en tijdsbestek voor deze herinneringen instellen.

De functie Blijf in beweging inschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Blijf in beweging** en sleep vervolgens de schuifregelaars op de positie 'aan'.

Stress en herstel meten

Stress is een natuurlijk onderdeel van het dagelijkse leven en bevordert een gezonde en gebalanceerde algemene conditie van een individu. De waarde Stress en herstel van SmartBand 2 verwijst naar een combinatie van uw hartslag (HR) en uw hartslagvariatie (HRV). SmartBand 2 analyseert uw hartslagvariatie (HRV) en beoordeelt hoe uw lichaam omgaat met stressniveaus tijdens verschillende dagelijkse situaties.

De SmartBand 2 kan de hartslag (HR) en de hartslagvariatie (HRV) zelfs meten als het apparaat niet verbonden is met uw iPhone. De gegevens die verzameld

worden met de hartslagsensor worden maximaal 72 uur bewaard en worden met uw iPhone gesynchroniseerd zodra verbinding wordt gemaakt via Bluetooth.

- ! Dit product is ervoor gemaakt om u te helpen met het bijhouden van uw training en levensstijl. Het is geen medisch apparaat en de verzamelde gegevens mogen niet worden gebruikt voor medische beslissingen (zoals het voorkomen, herkennen, bewaken of behandelen van ziekte of blessure) en mogen nooit in plaats komen van het advies van een arts. Sony Mobile wijst elke garantie af voor het gebruik van dit apparaat voor medische doeleinden. Win medisch advies in voordat u een nieuw of gewijzigd trainingsprogramma met dit apparaat begint, vooral als u dit apparaat in combinatie met een pacemaker of andere medische apparatuur gebruikt.
- ! Veelvuldig gebruik van hartslag- en stressmetingen verhogen het energieverbruik.

Polsslagmeting

Polsslagmeting is de algemeen aanbevolen methode om uw hartslag (HR) te meten. Dit kan worden opgevat als een ruwe indicator van de bewegingsintensiteit. Polsslag wordt uitgedrukt door het aantal keren dat uw hart per minuut slaat (BPM). Ook al zijn 'polsslag' en 'hartslag' twee verschillende begrippen, in deze Gebruikershandleiding worden ze in dezelfde context gebruikt.

Stress en herstellniveaus

Stress en herstel wordt vastgesteld via hartslagvariatie (HRV). De hartslag is nooit constant en het tijdsverschil tussen twee opeenvolgende hartslagen verandert van slag tot slag. Deze variatie heet hartslagvariatie (HRV). Als de variatie tussen hartslagen hoog is, geeft dit een toestand van ontspanning of herstel aan. Als de variatie laag is, geeft dit stress aan.

Activiteiten als het lezen van een boek kunnen lage stressniveaus opleveren of kunnen worden herkend als herstel. Actieve momenten op werk of school kunnen resulteren in hogere stress. Het is belangrijk op te merken dat een stressreactie niet nadelig hoeft te zijn: het kan ook aangeven dat u iets spannends of prettigs ervaart. Om perioden van hoge stress te compenseren, moet u herstellen door te ontspannen en goed te slapen. Een gemiddeld stressniveau kan moeiteloze productiviteit aanduiden, wat normaal is tijdens werk en sociale activiteiten.

Herstel treedt meestal op als u slaapt. Er zijn een aantal factoren die de herstelmetingen kunnen beïnvloeden. Een fysiek actieve levensstijl, gezonde voeding, lage alcoholconsumptie en het uitsluiten van stressfactoren kunnen op lange termijn resulteren in beter herstel tijdens de slaap. Beoefen geen zeer zware fysieke activiteiten en trage mentale activiteiten voordat u naar bed gaat. Dit heeft een positief effect op herstel.

- ! Stress- en herstelwaardes van de SmartBand 2 zijn geen betrouwbare bron voor het beoordelen van algemene conditie. Oefeningen van lage intensiteit kunnen bijvoorbeeld onjuist worden geïnterpreteerd als herstel.
- ! Voor een meting van uw stress en herstel draagt u de SmartBand 2 minstens één nacht als u naar bed gaat.

Zo meet de SmartBand 2 uw polsslag en stress

De SmartBand 2 gebruikt groene lampjes met lichtgevoelige fotodiodes om te meten hoeveel bloed op een bepaald moment door uw pols stroomt. Deze lampjes knipperen honderden malen per seconden, waardoor de SmartBand 2 kan berekenen hoe vaak uw hart per minuut slaat en uw hartslag kan schatten.

Factoren die het meten van polsslag en stress beïnvloeden

Diverse factoren kunnen de prestaties van de hartslagsensor van de SmartBand 2 beïnvloeden.

- Huiddoorbloeding: de hoeveelheid bloed die door de huid stroomt, varieert aanzienlijk per individu en kan ook worden beïnvloed door de omgeving. Als u

bijvoorbeeld sport in een koude omgeving, kan de huiddoorbloeding in uw pols zo laag zijn dat de hartslagsensor geen meting kan uitvoeren.

- **Beweging:** de hartslagsensor kan betere metingen uitvoeren bij ritmische bewegingen als rennen en fietsen dan bij onregelmatige bewegingen als tennis of boxen.
- **Variaties in huidpigmentatie:** permanente of tijdelijke veranderingen van de huid, zoals bepaalde tatoeages. De inkt, het patroon en de intensiteit van bepaalde tatoeages kan het licht van de sensor blokkeren, waardoor het lastig is betrouwbare resultaten te krijgen.

Alles uit de hartslagsensor van de SmartBand 2 halen

Zelfs onder ideale omstandigheden kan de SmartBand 2 wellicht niet altijd en voor iedereen een betrouwbare hartslagmeting uitvoeren. Voor een klein percentage gebruikers maken diverse factoren het onmogelijk om überhaupt een hartslagmeting uit te voeren. Voer de volgende stappen uit als u de meting van de hartslagsensor wilt verbeteren:

- Zorg dat u de SmartBand 2 stevig en comfortabel rond de pols draagt. Als deze niet op z'n plek om uw pols blijft zitten en de hartslagsensor geen goede meting kan uitvoeren, trekt u de polsband vaster.
- Wellicht moet u de SmartBand 2 schoonmaken na lichaamsbeweging of hevig transpireren, dit geldt vooral voor de hartslagsensor.

Polsslag en stress automatisch meten

De SmartBand 2 meet ongeveer zes maal per uur uw polsslag, stress en herstellniveau.

Polsslag en stress handmatig meten

U kunt de SmartBand 2 op elk moment uw polsslag laten meten. Dit kan via het apparaat zelf of via uw iPhone.

U krijgt de beste hartslaggegevens terwijl u sport als u enkele minuten voordat u sport de hartslagsensor start, zodat de sensor uw polsslag kan meten.

Uw polsslag en stress handmatig meten met de SmartBand 2

- 1 Start met het meten van polsslag en stressniveau door tweemaal op de aan-uitknop te drukken. De meldingslampjes knipperen om de beurt oranje en vervolgens samen als de meting is afgerond. De resultaten worden weergegeven in de SmartBand 2-applicatie op uw iPhone.
 - 2 U stopt de meting door nogmaals tweemaal op de aan-uitknop te drukken.
- ! Als de SmartBand 2 uw polsslag niet kan detecteren, trilt deze driemaal en de meldingslampjes knipperen om de beurt oranje. Als de hartslagsensor geen meting kan verkrijgen, past u de positie van de SmartBand 2 om uw pols aan of maakt u de sensor schoon. Zie *Alles uit de hartslagsensor van de SmartBand 2 halen* op de pagina 10 voor meer informatie over het verbeteren van de meting van de hartslagsensor.

Uw polsslag en stress handmatig meten met de iPhone

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone. De SmartBand 2 probeert onmiddellijk een meting van de hartslagsensor te krijgen en toont het resultaat op de SmartBand 2-applicatie- of Lifelog-applicatie.
- 2 Stop de meting door de SmartBand 2-applicatie te sluiten.

STAMINA-modus

Schakel de STAMINA-modus in om de belasting op de batterij te beperken. Deze modus schakelt de automatische meting van polsslag en stress uit. U kunt nog altijd handmatig een meting starten, zelfs als de STAMINA-modus op de SmartBand 2 is geactiveerd.

De STAMINA-modus in- of uitschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
 - 2 Tik op **Stamina-modus** en sleep vervolgens de schuifregelaar naast **Stamina-modus** naar de positie 'aan'.
- 💡 U kunt **Stamina-modus** automatisch toepassen door de **Batterijbesparingsmodus** te selecteren.

Alarmsen voor slim wekken

U kunt een of meer alarmen voor slim wekken instellen in de SmartBand 2-applicatie. Het alarm voor slim wekken maakt u wakker op het tijdstip dat volgens uw slaapcyclus optimaal is. Het alarm waarschuwt u door aanhoudend te trillen. Nadat u een periode hebt ingesteld waarin u wilt worden gewekt door het alarm, detecteert de SmartBand 2 als u een lichte slaapfase bereikt en wekt u vervolgens.

Als u bijvoorbeeld een alarm voor slim wekken hebt ingesteld tussen 6.30 en 7.00 uur, wordt u tussen 6.30 en 7.00 uur gewekt op het moment dat het apparaat detecteert dat u een lichte slaapfase hebt bereikt. Bereikt u binnen deze periode niet een fase van lichte slaap, dan wekt slim wekken u om 7.00 uur.

- ! Als u een alarm voor slim wekken wilt toevoegen, verwijderen of wijzigen, moet de SmartBand 2 verbonden zijn met de iPhone.


Een alarm voor slim wekken instellen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Slimme wekker** en vervolgens op **+**.
- 3 Tik op **Wektijd** en kies de relevante waarden voor uur en minuut.
- 4 Bewerk een periode door op **Wekinterval** te tikken en selecteer de relevante waarde.
- 5 Tik op **Herhalen** en markeer vervolgens de dagen waarop het alarm moet klinken en tik op **Alarm bewerken**.
- 6 Als u klaar bent, tikt u op **Terug**.

Een ingesteld alarm voor slim wekken aanpassen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Slimme wekker** en vervolgens op het alarm dat u wilt bewerken.
- 3 Bewerk de opties naar wens.
- 4 Als u klaar bent, tikt u op **Terug**.

Een alarm voor slim wekken verwijderen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Slimme wekker** en vervolgens op het alarm dat u wilt verwijderen.
- 3 Tik op .

Een alarm voor slim wekken inschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Slimme wekker**.
- 3 Versleep de schuifregelaar naast het alarm dat u wilt inschakelen.

Een alarm van slimme wekker laten sluimeren als de SmartBand 2 trilt

- Druk kort op de aan-uitknop.

Een alarm voor slim wekken uitschakelen als de SmartBand 2 trilt

- Houd de aan-uitknop ingedrukt totdat de SmartBand 2 eenmaal kort trilt.

De functie Lage trilling inschakelen

- Sleep de schuifregelaar **Lage trilling** naar de positie 'aan'.

Buitenbereikmeldingen

Als u de functie buitenbereikmelding inschakelt, ontvangt u een melding als u uw iPhone achterlaat. Uw SmartBand 2 maakt u met drie korte trillingen erop attent dat de afstand tussen uw SmartBand 2 en de verbonden iPhone te groot wordt en de verbinding wordt verbroken. Deze functie is standaard uitgeschakeld.

Buitenbereikmelding inschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Sleep de schuifregelaar naast **Waarschuwing voor buiten bereik** naar de positie 'aan'.

Niet storen

U kunt de functie Niet storen inschakelen als u niet gestoord wilt worden door meldingen. Als de functie Niet storen is ingeschakeld, is alleen de Slimme wekker geactiveerd.

De functie niet storen inschakelen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Meldingen** en sleep vervolgens de schuifregelaar naast **Niet storen** naar de positie 'aan'.

Het interval voor niet storen instellen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Tik op **Meldingen** en sleep vervolgens de schuifregelaar naast **Niet storen** naar de positie 'aan'.
- 3 Tik op **Start** en kies de relevante waarden voor uur en minuut.
- 4 Tik op **Einde** en kies de relevante waarden voor uur en minuut.

Afstandsbediening

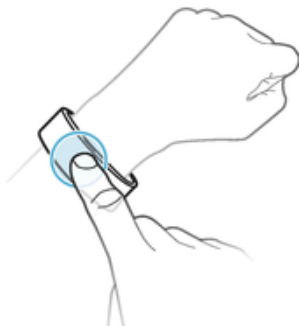
U kunt de SmartBand 2 gebruiken als afstandsbediening voor de Music-applicatie op de verbonden iPhone.

- ! De drie meldingslampjes op de SmartBand 2 zijn blauw als u deze als afstandsbediening gebruikt.

De SmartBand 2 toestaan de iPhone Music-applicatie te bedienen

- 1 Open **SmartBand 2** op de iPhone en tik vervolgens op **SmartBand 2**.
- 2 Sleep de schuifregelaar naast **Muziekbesturing** naar de positie 'aan'.

Het afspelen van muziek op uw iPhone beheren met de SmartBand 2



- 1 Zorg ervoor dat uw SmartBand 2 is verbonden met uw iPhone.
- 2 Druk kort op de aan-uitknop van de SmartBand 2 en tik er meteen op. De drie meldingslampjes knipperen blauw.
- 3 Om het muziekbestand af te spelen of te pauzeren, tikt u eenmaal op de SmartBand 2. Tik tweemaal om naar het volgende muziekbestand te gaan. Tik driemaal om naar het vorige muziekbestand te gaan.
- 4 Beëindig de besturing op afstand door kort op de aan-uitknop te drukken en wacht 10 seconden zonder op de SmartBand 2 te tikken. De drie blauwe meldingslampjes gaan uit.

Verbinden met Health

De SmartBand 2-applicatie heeft toegang nodig tot de Health-applicatie van Apple om uw activiteiten en voortgang te kunnen bijhouden.

Toestaan dat de Apple Health-applicatie toegang krijgt tot gegevens van de SmartBand 2-applicatie

- 1 Open **Gezondheid** op de iPhone.
 - 2 Tik op **Bronnen > SmartBand 2**.
 - 3 Versleep de schuifregelaars naast alle items.
- ! De Health-applicatie houdt met de SmartBand 2-applicatie het stressniveau niet bij.

Meldingslampjes

De status van de SmartBand 2 wordt via drie meldingslampjes op het apparaat aangegeven.

Activiteit van meldingslampjes	Status van de SmartBand 2
Alle lampjes branden één voor één wit en gaan vervolgens gelijktijdig uit	Ingeschakeld
Alle lampjes branden gelijktijdig wit en gaan vervolgens één voor één uit	Uitgeschakeld
Lampje A knippert groen	Standaardinstellingen herstellen/ firmware updaten
Lampje A knippert blauw	Verbinding maken met een iPhone
Alle lampjes branden één voor één blauw en gaan vervolgens gelijktijdig uit	Verbonden met een iPhone
Alle lampjes branden één voor één wit en gaan vervolgens gelijktijdig uit	Niet verbonden met een iPhone
Alle lampjes knipperen onafgebroken oranje	Polsslag, stress en herstellniveau worden handmatig gemeten
Alle lampjes knipperen onafgebroken blauw	Besturing op afstand
Alle lampjes knipperen onafgebroken rood	Batterijniveau laag
Alle lampjes knipperen onafgebroken wit	Inkomende oproepen
Lampje A knippert vijf minuten wit	Overige meldingen

Belangrijke informatie

De SmartBand 2 onder natte en stoffige omstandigheden gebruiken

De SmartBand 2 is waterdicht en beschermd tegen stof, dus geen zorgen over een plotselinge regenbui. Was na verloop van tijd vuil gewoon af onder de kraan. Maar vergeet niet dat de SmartBand 2 alleen beschermd is in schoon en chloorhoudend water tot een diepte van 3 meter en gedurende maximaal 30 minuten. Spoel de SmartBand 2 af met schoon kraanwater en droog het apparaat na het zwemmen volledig af. Misbruik en onjuist gebruik van de SmartBand 2 maakt de garantie ongeldig. Het apparaat heeft een Ingress Protection-classificatie van IP65/68. Zie support.sonymobile.com voor meer informatie.

De SmartBand 2 heeft een onbedekte USB-poort. De USB-poort moet volledig droog zijn voordat een kabel kan worden aangesloten voor opladen. Als de SmartBand 2 wordt blootgesteld aan water en de USB-poort wordt nat, veegt u de SmartBand 2 droog met een microvezeldoek en schudt u het apparaat een aantal keer met de USB-poort omlaag gericht. Herhaal de procedure totdat er geen vocht meer zichtbaar is in de USB-poort.

De garantie dekt geen schade of defecten als gevolg van misbruik of als de SmartBand 2 wordt gebruikt in strijd met de instructies van Sony Mobile. Meer informatie over de garantie vindt u bij Belangrijke informatie, toegankelijk via support.sonymobile.com.

Juridische informatie

Sony SWR12

Dit product is ervoor gemaakt om u te helpen met het bijhouden van uw training en levensstijl. Het is geen medisch apparaat en de verzamelde gegevens mogen niet worden gebruikt voor medische beslissingen (zoals het voorkomen, herkennen, bewaken of behandelen van ziekte of blessure) en mogen nooit in plaats komen van het advies van een arts. Sony Mobile wijst elke garantie af voor het gebruik van dit apparaat voor medische doeleinden. Win medisch advies in voordat u een nieuw of gewijzigd trainingsprogramma met dit apparaat begint, vooral als u dit apparaat in combinatie met een pacemaker of andere medische apparatuur gebruikt.



Lees vóór gebruik de apart meegeleverde brochure *Belangrijke informatie*.

Deze gebruikershandleiding is zonder enige garantie uitgegeven door Sony Mobile Communications Inc. of een van de lokale vestigingen. Er kunnen te allen tijde en zonder voorafgaande kennisgeving verbeteringen en wijzigingen in deze handleiding worden aangebracht door Sony Mobile Communications Inc. op grond van typografische fouten, onjuiste of achterhaalde gegevens of verbeteringen aan programmatuur en/of apparatuur. Dergelijke wijzigingen worden echter wel in nieuwe uitgaven van deze gebruikershandleiding verwerkt.

Alle rechten voorbehouden.

© 2015 Sony Mobile Communications Inc.

De interoperabiliteit en compatibiliteit tussen Bluetooth®-apparaten varieert. Het apparaat ondersteunt de meeste producten met Bluetooth-specificaties 1.2 of hoger en een headset- of handsfree-profiel.

Sony is het handelsmerk of geregistreerde handelsmerk van Sony Corporation. Bluetooth is een handelsmerk van Bluetooth (SIG) Inc. en wordt onder licentie gebruikt. Alle andere merken zijn het eigendom van hun respectieve eigenaars. Alle rechten voorbehouden.

Alle hierin genoemde namen van producten en bedrijven zijn handelsmerken of geregistreerde handelsmerken van hun respectieve eigenaars. Alle rechten die hierin niet uitdrukkelijk worden verleend, zijn voorbehouden. Alle andere handelsmerken zijn het eigendom van hun respectieve eigenaars.

Ga naar www.sonymobile.com voor meer informatie.

Alle afbeeldingen zijn uitsluitend bedoeld ter illustratie en vormen mogelijk geen exacte weergave van het daadwerkelijke accessoire.

Declaration of Conformity for SWR12

CE 0682

Hereby, Sony Mobile declares that the equipment type **RD-0071** is in compliance with Directive: **2014/53/EU**. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: <http://www.compliance.sony.de/>

С настоящото Sony Mobile декларира, че радиосъоръжение тип **RD-0071** е в съответствие с Директива; **2014/53/ЕС**. Цялостният текст на ЕС декларацията за съответствие може да се намери на следния интернет адрес: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile ovime izjavljuje da je radijska oprema tipa **RD-0071** u skladu s Direktivom; **2014/53/EU**. Cjeloviti tekst EU izjave o sukladnosti dostupan je na sljedećoj internetskoj adresi: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile tímto prohlašuje, že radiové zařizení typ **RD-0071** je v souladu se směrnicí; **2014/53/EU**. Úplné znění EU prohlášení o shodě je k dispozici na této internetové adrese: <http://www.compliance.sony.de/>

Hermed erklarer Sony Mobile, at radioudstyrstypen **RD-0071** er i overensstemmelse med direktiv; **2014/53/EU**. EU-overensstemmelseserklaringens fulde tekst kan findes på følgende internetadresse: <http://www.compliance.sony.de/>

Hierbij verklaart Sony Mobile dat het type radioapparatuur **RD-0071** conform is met Richtlijn; **2014/53/EU**. De volledige tekst van de EU-conformiteitsverklaring kan worden geraadpleegd op het volgende internetadres: <http://www.compliance.sony.de/>

Käesolevaga deklareerib Sony Mobile, et käesolev raadioseadme tüüp **RD-0071** vastab direktiivi; **2014/53/EL** nõuetele. ELi vastavusdeklaratsiooni täielik tekst on kättesaadav järgmisel internetiaadressil: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile vakuuttaa, että radiolaitetyypin **RD-0071** on direktiivin; **2014/53/EU** mukainen. EU-vaatimustenmukaisuusvakuutuksen täysimittainen teksti on saatavilla seuraavassa internetosoitteessa: <http://www.compliance.sony.de/>

Le soussigné, Sony Mobile, déclare que l'équipement radioélectrique du type **RD-0071** est conforme à la directive; **2014/53/UE**. Le texte complet de la déclaration UE de conformité est disponible à l'adresse internet suivante: <http://www.compliance.sony.de/>

Hiermit erklärt Sony Mobile, dass der Funkanlagentyp **RD-0071** der Richtlinie; **2014/53/EU** entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: <http://www.compliance.sony.de/>

Με την παρούσα η Sony Mobile, δηλώνει ότι ο ραδιοεξοπλισμός **RD-0071** πληροί τους όρους της οδηγίας; **2014/53/ΕΕ**. Το πλήρες κείμενο της δήλωσης συμμόρφωσης ΕΕ διατίθεται στην ακόλουθη ιστοσελίδα στο διαδίκτυο: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile igazolja, hogy a **RD-0071** típusú rádióberendezés megfelel a; **2014/53/EU** irányelvnek. Az EU-megfelelőségi nyilatkozat teljes szövege elérhető a következő internetes címen: <http://www.compliance.sony.de/>

Il fabbricante, Sony Mobile, dichiara che il tipo di apparecchiatura radio **RD-0071** e conforme alla direttiva; **2014/53/EU**. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE e disponibile al seguente indirizzo Internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Ar šo Sony Mobile deklarē, ka radioiekārta **RD-0071** atbilst Direktīvai; **2014/53/ES**. Pilns ES atbilstības deklarācijas teksts ir pieejams šādā interneta vietnē: <http://www.compliance.sony.de/>

Mes, Sony Mobile, patvirtiname, kad radijo įrenginių tipas **RD-0071** atitinka Direktyvą; **2014/53/ES**. Visas ES atitikties deklaracijos tekstas prieinamas šiuo interneto adresu: <http://www.compliance.sony.de/>

Il-Kumpanija Sony Mobile tiddikjara li t-tagħmir tar-radju tat tip **RD-0071** huwa konformi mad-Direttiva; **2014/53/EU**. It-test sħiħ tad-dikjarazzjoni ta' konformita tal-UE huwa disponibbli f'dan l-indirizz tal-Internet li ġej: <http://www.compliance.sony.de/>

Herved erklarer Sony Mobile at radioutstyr typen **RD-0071** er i samsvar med direktiv; **2014/53/EU**. EU-erklaring fulltekst finner du pa Internett under: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile niniejszym oświadcza, że typ urządzenia radiowego **RD-0071** jest zgodny z dyrektywą; **2014/53/UE**. Pełny tekst deklaracji zgodności UE jest dostępny pod następującym adresem internetowym: <http://www.compliance.sony.de/>

O(a) abaixo assinado(a) Sony Mobile declara que o presente tipo de equipamento de rádio **RD-0071** está em conformidade com a Diretiva; **2014/53/UE**. O texto integral da declaração de conformidade está disponível no seguinte endereço de Internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Prin prezenta, Sony Mobile declară că tipul de echipament radio **RD-0071** este în conformitate cu Directiva; **2014/53/UE**. Textul integral al declarației UE de conformitate este disponibil la următoarea adresă internet: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile potrjuje, da je tip radijske opreme **RD-0071** skladen z Direktivo; **2014/53/EU**. Celotno besedilo izjave EU o skladnosti je na voljo na naslednjem spletnem naslovu: <http://www.compliance.sony.de/>

Sony Mobile týmto vyhlasuje, že rádiové zariadenie typu **RD-0071** je v súlade so smernicou; **2014/53/EÚ**. Úplné EÚ vyhlásenie o zhode je k dispozícii na tejto internetovej adrese: <http://www.compliance.sony.de/>

Por la presente, Sony Mobile declara que el tipo de equipo radioeléctrico **RD-0071** es conforme con la Directiva; **2014/53/UE**. El texto completo de la declaración UE de conformidad está disponible en la dirección Internet siguiente: <http://www.compliance.sony.de/>

Härmed försäkrar Sony Mobile att denna typ av radioutrustning **RD-0071** överensstämmer med direktiv; **2014/53/EU**. Den fullständiga texten till EU-försäkran om överensstämmelse finns på följande webbadress: <http://www.compliance.sony.de/>

Bu belgeyle, Sony Mobile Communications Inc., **RD-0071** tipi telsiz cihazının **2014/53/EU** sayılı Direktife uygun olduğunu beyan etmektedir. AB Uygunluk beyanının tüm metnine şu internet adresinden ulaşılabilir: <http://www.compliance.sony.de/>

FCC Statement

This device complies with Part 15 of the 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 received, including interference that may cause undesired operation.

Any change or modification not expressly approved by Sony may void the user's authority to operate the equipment.

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.

AVISO IMPORTANTE PARA MÉXICO

La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones: (1) es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y (2) este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada.

Para consultar la información relacionada al número del certificado, refiérase a la etiqueta del empaque y/o del producto.

Alimentación: 3,7 Vcc

Industry Canada Statement

This device complies with Industry Canada's licence-exempt RSSs. 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.

Avis d'industrie Canada

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes: (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage; (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.