

Registrieren
Sie Ihr Produkt
online auf:

www.scosche.com/register



SCOSCHE®

RHYTHM24™
RTHM24

LEISTUNGSVERHALTEN DES HERZFREQUENZMESSGERÄTS UND DES BIOMETRISCHEN SENSORS

VALENCELL
PRECISION BIOMETRICS

BENUTZERHANDBUCH

Die aktuellsten Dokumente, einschließlich *Bluetooth* Smart-Help, empfohlene Apps, kompatible Geräte und Fehlerbehebung sind auf scosche.com/rhythm24 erhältlich.

!!WARNUNG!!

Dies ist kein Medizingerät und nur für Sport- und Freizeitzwecke vorgesehen. Lassen Sie sich vor dem Gebrauch von Ihrem Arzt beraten, um angemessene Herzfrequenzbereiche zu bestimmen.

BEMERKUNG:

Das **Rhythm24** Herzmonitor ist gemäß IEC-Norm 60529 IP68 wasserdicht. Er kann das Eintauchen in 3 Meter Wasser für 30 Minuten überstehen. Längeres Eintauchen kann zu Schäden am Gerät führen.



Dieses Produkt ist ANT+ zertifiziert und kompatibel mit zertifizierten ANT+ Displays, die die folgenden Daten unterstützen:

Besuchen Sie bitte
www.thisisant.com/directory



(Deutsch)

Über Valencell

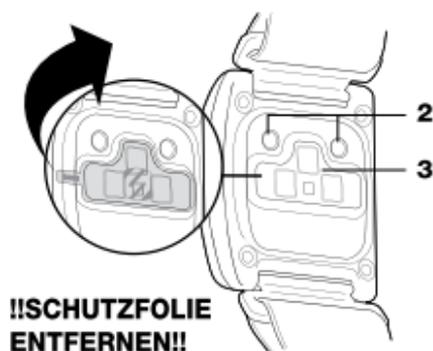
Valencell Precision Biometrics ist eine patentgeschützte Sensortechnologie, die kontinuierlich Messungen der biometrischen Daten mit hoher Genauigkeit in Echtzeit durchführt und aussagekräftige Bewertung des Fitnessstrainings mit diesen Daten ermöglicht. Es kann leicht in Audio-Ohrhörer und andere tragbare Geräte wie Armbänder und Handgelenkbänder integriert werden und kann sich mit Smartphone-Apps verbinden, die bereits beim Training verwendet werden.

Die Valencell-Sensortechnologie ermöglicht Ihnen genaue Daten wie z.B. Herzfrequenz, Distanz, Geschwindigkeit, Trittfrequenz, Kalorienverbrauch und VO2 max (Aerobic Fitness Level) zu erfassen.

Patent: www.valencell.com/patents

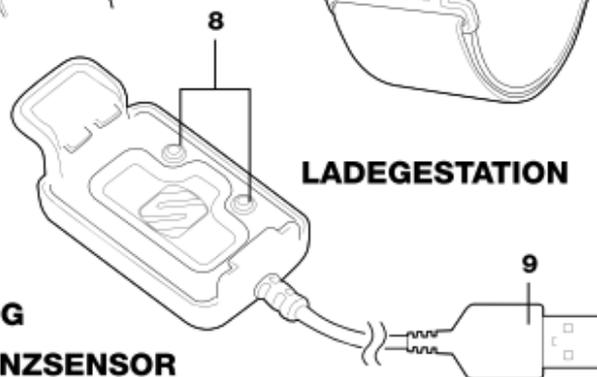
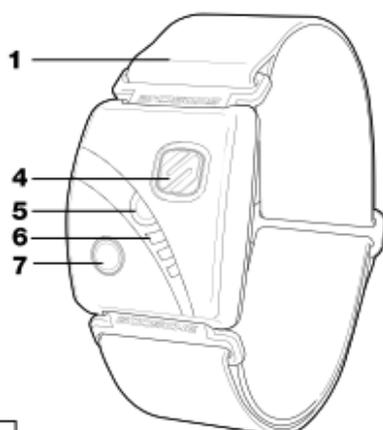
ERSTE SCHRITTE

RÜCKANSICHT



**!!SCHUTZFOLIE
ENTFERNEN!!**

VORDERANSICHT



LADEGESTATION

1. ARMBAND
2. LADEAUSGANG
3. HERZFREQUENZSENSOR
4. MULTIFUNKTIONSTASTE (MFT)
5. CENTER-LED-ANZEIGE
6. DREIFACHE-LED-ANZEIGE (3 LEUCHTEN)
7. AUFNAHMETASTE
8. LADEAUSGANG
9. USB-KABEL

ERSTE SCHRITTE

AN-/AUS-SCHALTER

An: Drücken und halten Sie die MFT für 3 Sekunden.

Aus: Drücken und halten Sie die MFT für 5 Sekunden.

AKKUSTAND

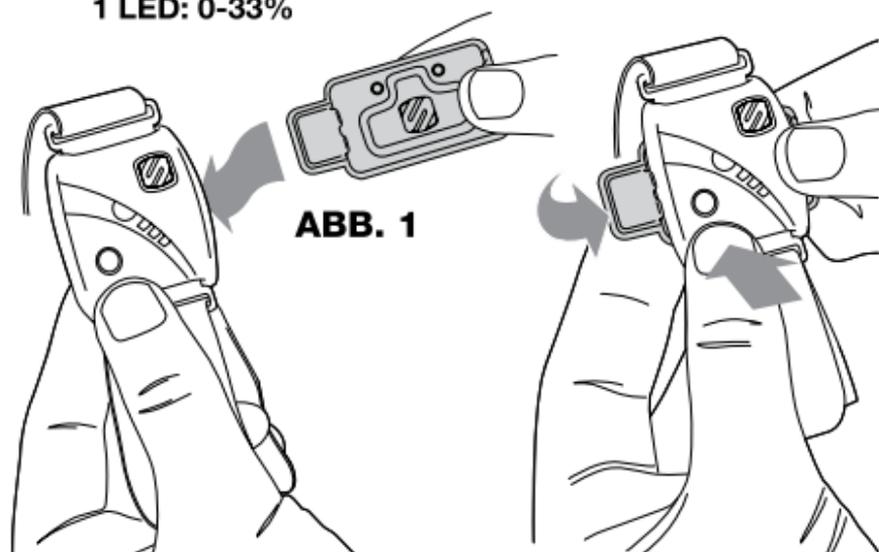
Überprüfen des Akkustands: Bei angeschaltetem Gerät, halten und drücken Sie die MFT für 2 Sekunden.

Dreifache-LED-Anzeige

3 LEDs: 66 - 100%

2 LEDs: 33 - 66%

1 LED: 0-33%



LADEVORGANG

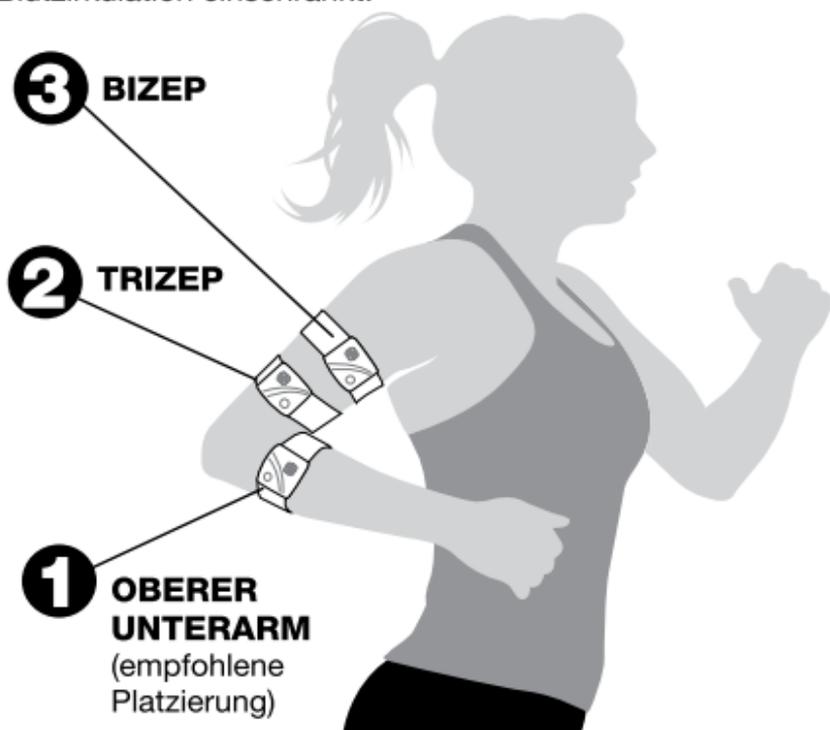
1. Schließen Sie das USB-Kabel an das SCOSCHE® Rhythm24 Gerät an. (Abb. 1).
2. Schließen Sie das USB-Kabel an das Ladegerät oder an Ihren Computer an.
3. Laden Sie den Rhythm24 für 2 Stunden oder bis die dreifachen LEDs anzeigen, dass das Gerät komplett aufgeladen ist. Prüfen Sie den „Akkustand“.
4. Entfernen Sie die Ladestation wie abgebildet. (Abb. 2)



VERWENDUNG DES ARMBAND-MONITORS

ARMBAND-PLATZIERUNG

Für genaueste Messwerte, tragen Sie den **Rhythm24** eng anliegend am oberen Unterarm, den Bizeps oder Trizeps, damit er nicht verrutscht, aber NICHT so eng, dass er die Blutzirkulation einschränkt.



KOPPELN

Der **Rhythm24** geht automatisch in Kopplungsmodus über, sobald er angeschaltet ist.

1. Öffnen Sie die **Rhythm-Sync**-App am iPhone (oder einem Fitness-App Ihrer Wahl).
2. Stellen Sie die Verbindung vom Startbildschirm des **Rhythm-Sync**-Apps her.
3. Vernetzen Sie den Rhythm24 mit Ihrer gewählten App, indem Sie entweder BLE (*Bluetooth Smart*) oder ANT+* wählen.

***Rhythm24**-Verbindung wird durch die Einstellungen Ihres gewählten Apps hergestellt, nicht durch die *Bluetooth*-Einstellungen.

Bemerkung: Die Herzfrequenzmessung funktioniert mit den meisten *Bluetooth Smart* Fitness Apps. Eine Liste mit kompatiblen Apps finden Sie auf:

www.scosche.com/rhythm24

VERWENDUNG DES ARMBAND-MONITORS

EINSTELLUNG

Die **Rhythm-Sync**-App wurde für die Einstellung des **Rhythm24** entwickelt. Die Funktionsmerkmale sind unten aufgeführt:

- Modus Wahl
 - nur Herzfrequenz
 - Laufsport
 - Radsport
 - Schwimmen
 - Herzfrequenzvariabilität
 - Multimode: Duathlon, Triathlon
- Metrik-Aktualisierung
- Firmware-Aktualisierung
- Mitbenutzer-Konfiguration
- Akkustand überprüfen
- Aufgezeichnetes Training hochladen

Modus-Einstellung

- Bei erstmaliger Anwendung startet der **Rhythm24** nur im Herzfrequenzmodus.
- Der **Rhythm24** bleibt im gleichen Modus, bis Sie den Modus manuell im **Rhythm-Sync**-App ändern.
- Sie können die Modi im **Rhythm-Sync**-App ändern, indem Sie das Modus-Tab im App auswählen.

Metrik Einstellung

- Wählen Sie „Meine Details“ im **Rhythm-Sync**-App.
- Die Herzfrequenzzonen basieren auf den Metrikeingaben im App.
 - Zone 1 = Bau
 - Zone 2 = Grün
 - Zone 3 = Gelb
 - Zone 4 = Rot
 - Zone 5 = Rot – Schnelles Blinken
- Die Zonen werden auf dem **Rhythm24** Center-LED angezeigt.
- Geben Sie Maximum und Ruheherzfrequenz für spezifische Herzfrequenzzonen ein.
- Wenn keine Ruhe- oder Maximum-Herzfrequenz eingegeben wird, werden die voreingestellten Herzfrequenzzonen basierend auf die eingegebenen Metriken eingestellt.

VERWENDUNG DES ARMBAND-MONITORS

MULTI-MODUS-EINSTELLUNG

Anmerkung: Für optimale Leistung empfiehlt es sich, die Aufnahmefunktion zu verwenden.

Triathlon

- Öffnen Sie die **Rhythm Sync** App und wählen Sie „Triathlon“.
- Der Triathlon-Modus beginnt mit dem Schwimm-Modus.
- Drücken und halten Sie die „Aufnahmetaste“ bis die gelben LED-Lichter aufleuchten.
- Klicken Sie die Multi-Funktionstaste (MFB) doppelt, um die Modusauswahl einzugeben.
- Klicken Sie die MFB ein zweites Mal doppelt, um den Modus zu ändern.
 - Schwimmen – 1 blinkendes grünes LED-Licht
 - Radfahren – 2 blinkende grüne LED-Lichter
 - Laufen – 3 blinkende grüne LED-Lichter

Anmerkung: Der **Rhythm24** bleibt 5 Sekunden lang in der Modusauswahl, wenn aber keine Auswahl stattfindet, wird der Modus beendet und geht zu den 3 blinkenden gelben LED-Lichtern zurück. Sie müssen dann die MFB wieder doppelt klicken, um zur Modusauswahl zurückzukehren.

Duathlon

- Öffnen Sie die **Rhythm Sync** App und wählen Sie „Duathlon“.
- Duathlon-Modus beginnt mit dem Laufmodus.
- Drücken und halten Sie die „Aufnahmetaste“ bis die gelben LED-Lichter aufleuchten.
- Klicken Sie die Multi-Funktionstaste (MFB) doppelt, um die Modusauswahl einzugeben.
- Klicken Sie die MFB ein zweites Mal doppelt, um den Modus zu ändern.
 - Laufen – 2 blinkende grüne LED-Lichter
 - Radfahren – 3 blinkende grüne LED-Lichter
 - Laufen – 2 blinkende grüne LED-Lichter

Anmerkung: Der **Rhythm24** bleibt 5 Sekunden lang in der Modusauswahl, wenn aber keine Auswahl stattfindet, wird der Modus beendet und geht zu den 3 blinkenden gelben LED-Lichtern zurück. Sie müssen dann die MFB wieder doppelt klicken, um zur Modusauswahl zurückzukehren.

VERWENDUNG DES ARMBAND-MONITORS

TRAININGS-AUFZEICHNUNG

- Drücken und halten Sie die Aufnahmetaste für 2 Sekunden.
 - Die Dreifache-LED-Anzeige wird ununterbrochen blinken*
- Drücken und halten Sie die Aufnahmetaste für 2 Sekunden, um die Aufnahme zu beenden.
 - Die Dreifache-LED-Anzeige wird 3 Mal blinken.
- ***Anmerkung:** Die Anzahl der blinkenden LED-Leuchten zeigt die verbleibende Kapazität an.
 - 3 LEDs: 66% - 100%
 - 2 LEDs: 33% - 66%
 - 1 LED: 0% - 33%
- Löschen Sie den gesamten Speicher
 - Drücken und halten Sie die MFT und die Aufnahmetaste gleichzeitig für 10 Sekunden.*
- ***Anmerkung:** Laden Sie die Daten hoch, bevor Sie sie auf dem Rhythm24 löschen.

PFLEGEANWEISUNGEN

- Um genaue Messwerte zu gewährleisten, reinigen Sie die Linsenoberfläche des Sensors mit einem weichen Tuch.
- Verwenden Sie ein weiches Tuch mit NUR milder Handseife und kaltem Wasser, um das Armband, die Sensoren und das Kunststoffgehäuse abzuwischen.
- Benutzen Sie Wattestäbchen und NUR Reinigungsalkohol zur Reinigung der Ladekontakte.
- Verwenden Sie keine aggressiven Chemikalien zur Reinigung des **Rhythm24** Armbandes, der Sensoren oder des Kunststoffgehäuses. Dies wird sonst dauerhaften Schaden verursachen.

Für vollständige Garantiedetails, besuchen Sie uns bitte unter www.scosche.com oder kontaktieren Sie uns unter (800) 363-4490

HAFTUNGSAUSSCHLÜSSE

Obwohl unser Rhythm24 Herzmonitor auf dem neusten Stand der Technik ist, gibt es inhärente Beschränkungen, die möglicherweise zur ungenauen Ablesung einiger Herzfrequenzwerte führen können. Einige Umstände, die die Messwerte beeinflussen können, umfassen, sind aber nicht eingeschränkt auf, die physikalischen Eigenschaften des Benutzers, die Anpassung des Gerätes und die Art und Intensität des Trainingsprogramms oder der Aktivität.

Der Rhythm24 Herzmonitor ist nicht für die Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung einer Krankheit gedacht. Der Rhythm24 Herzmonitor hat eine Herzfrequenz-Überwachungsfunktion, die für Benutzer unter bestimmten gesundheitlichen Bedingungen Risiken darstellen können. Konsultieren Sie Ihren Arzt vor Verwendung, falls Sie (1) Beschwerden oder Herzleiden haben, (2) lichtempfindliche Medikamente einnehmen, (3) unter Epilepsie leiden oder nicht in blinkende Lichter schauen können, (4) niedrige Durchblutung haben oder zu Prellungen neigen, oder (5) an einer Muskel-Skelett-Erkrankung leiden. Sollten Sie einen medizinischen Notfall haben, verwenden Sie das Produkt auf keinem Fall und konsultieren Sie sofort mit Ihrem Arzt. Wir übernehmen keine Verantwortung für gesundheitliche Probleme, die durch den Gebrauch des Rhythm24 Herzfrequenzmonitors verursacht werden. Wenn Sie den Rhythm24 Herzfrequenzmonitor benutzen, erklären Sie sich damit einverstanden, dass Sie dies auf eigene Gefahr tun.

Längerer Kontakt mit tragbaren Geräten kann bei einigen Benutzern zu Hautreizungen oder Allergien beitragen. Um Reizungen zu verringern, befolgen Sie drei einfache Trage- und Pflegetipps: (1) sauber halten; (2) trocken halten; (3) nicht zu straff tragen. Entfernen Sie das Gerät, sobald eine Hautreizung entsteht. Bei anhaltenden Beschwerden, die länger als 2-3 nach dem Entfernen des Gerätes anhalten, konsultieren Sie Ihren Arzt.



WICHTIGER HINWEIS!

**GEBEN SIE DAS GERÄT NICHT
AN IHREN FACHHÄNDLER ZURÜCK.**

**FALLS SIE HILFE ODER ERSATZTEILE BENÖTIGEN,
SO RUFEN SIE UNS GEBÜHRENFREI UNTER 1-800-363-4490 X1 AN.**

GESCHÄFTSZEITEN: MONTAGS-FREITAGS 08:00-17:30 (PST)

SAMSTAGS 08:00-14:00 (PST)