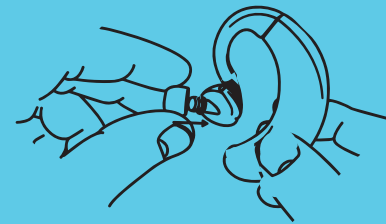
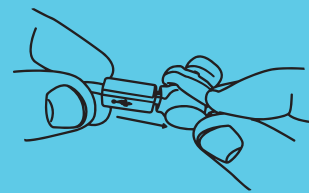


VORBEREITUNG

1. Die passenden Polster und Abdeckungen auswählen.



2. Zum Laden und Synchronisieren von von Music, Trainingsplänen und Übungseinheiten an einen Computer mit USB-Anschluss anschließen.



ANMERKUNG Bevor Sie KuaiFit an Ihren PC anschließen, müssen Sie die KuaiFit-Computeranwendung installiert haben.

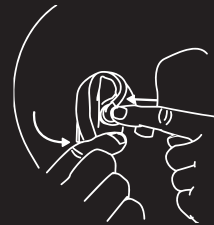
Sie können Sie unter WWW.KUAI.FIT downloaden.

EINSETZEN

1. Ohrhörer einsetzen und drehen.



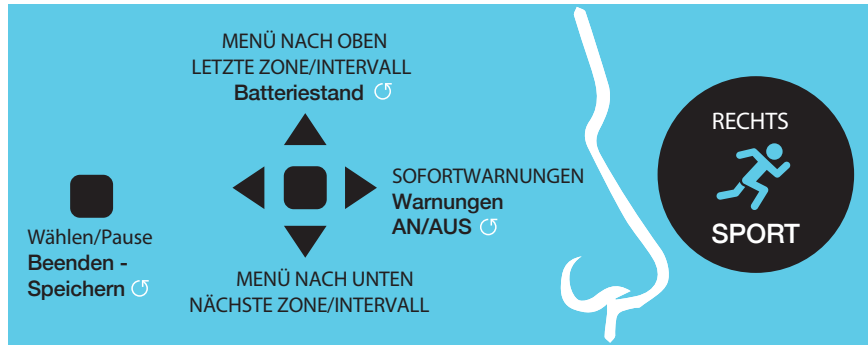
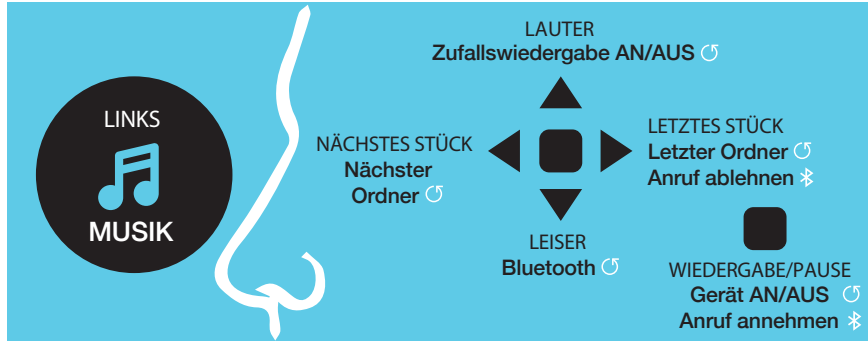
2. Den Ohrhörer in das Ohr drücken.



2. Den Ohrhörer in das Ohr drücken.



EINSTELLUNGEN



⌘ = LANG DRÜCKEN (2-5 SEKUNDEN) ✂ = BLUETOOTH-MODUS

EINE FREIE TRAININGSSITZUNG STARTEN

1. Auf der SPORT -Seite auf ▼ und danach auf ■ drücken, um ein freies Training zu wählen.
2. Auf ▼ drücken, um die Sportarten durchzugehen. Zur Auswahl auf ■ drücken.
3. Die Übungseinheit starten.
4. Sie können jederzeit auf ■ drücken um die Einheit anzuhalten oder zu beenden.
5. Am Ende zum Speichern* lang auf ■ drücken.

TIPP Um während eines freien Trainings ein Sofortnachricht zu den Ihren Daten zu hören (welche Daten angesagt werden sollen, können Sie in Ihrem Online-KuaiFit-Konto einstellen, oder die Standardeinstellungen wählen), auf der SPORT-Seite auf ► in den Einstellungen drücken, um Ihre Daten ansagen zu lassen.

* Ihre Daten werden auf dem Gerät gespeichert. Um Sie in KuaiFit zu laden, das Gerät an den PC anschließen.

EINEN TRAININGSPLAN STARTEN

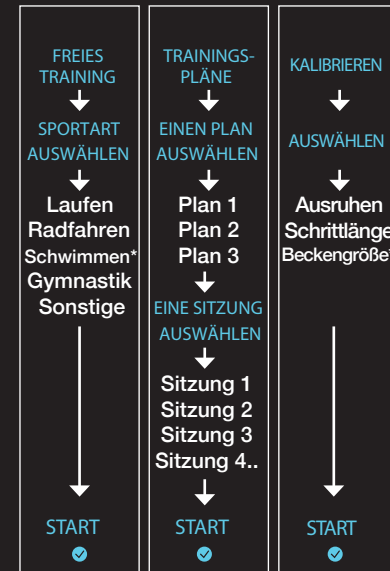
1. Auf der SPORT-Seite auf ▼ und danach auf ■ drücken, um Trainingspläne zu wählen.
2. Auf ▼ drücken, um die Pläne durchzugehen. Zur Auswahl auf ■ drücken.
3. Auf ▼ drücken, um die Sitzungen durchzugehen. Zur Auswahl auf ■ drücken.
4. Starten Sie Ihr Training und hören Sie während der Übungen den Coach.
5. Sie können jederzeit auf ■ drücken, um die Einheit anzuhalten oder zu beenden.
6. Am Ende zum Speichern* lang auf ■ drücken.

TIPP Sie können jederzeit zurück zum Hauptmenü gelangen, indem Sie lang auf ■ auf der SPORT-Seite drücken, um die Sitzung zu abbrechen und zurückzugehen.

* Ihre Daten werden auf dem Gerät gespeichert. Um Sie in KuaiFit zu laden, das Gerät an den PC anschließen.

SPORT-NAVIGATION

KuaiFit nutzt für die Navigation durch die SPORT-Seite eine Menüstruktur. Zum Navigieren auf ▼ bzw. ▲ drücken.



* Nur Schwimmversion

KALIBRIEREN

Damit KuaiFit genauere Daten liefert, muss es auf Ihren Körper eingestimmt werden. Zum Kalibrieren nach folgenden Schritten vorgehen:

Auf der SPORT-Seite auf ▼ drücken, bis „Kalibrieren“ gesagt wird. Jetzt mit der ■ Taste auswählen.

Zum KALIBRIEREN DER PULSFREQUENZ auf ▼ drücken und die Option *Pulsfrequenz kalibrieren* wählen. Nun 2 Minuten hinlegen.

Zum KALIBRIEREN DER SCHRITTLÄNGE auf ▼ drücken und die Option *Schrittlänge kalibrieren* wählen. Zuerst 400 m rennen, danach 400 m gehen. Nutzen Sie eine Laufbahn oder Ihr Telefon, um die richtige Streckenlänge sicherzustellen.

Zur AUSWAHL DER BECKENGRÖÖE auf ▼ drücken und die Option *Beckengröße* wählen. Sie können zwischen 25 m, 50 m oder offen wählen. Nur Schwimmversion.

PULSFREQUENZZONEN

Beim Freien Training müssen Sie manuell wählen, in welcher Zone Sie sich jeweils befinden, um die richtigen Warnungen zu erhalten. Dies geht durch Drücken von ▼ oder ▲ auf der SPORT-Seite. Das Training beginnt immer in Zone 1.

ERLÄUTERUNG DER ZONEN
Die Pulsfrequenz (PF) dienen zur Einstellung der Trainingsintensität während der Sitzungen.

- PF-ZONE 1
Aufwärmen und Abkühlen (weniger als 60 % Anstrengung).
- PF-ZONE 2
leichtes Training (60-70 %).
- PF-ZONE 3
mittleres Training (70-80 %).
- PF-ZONE 4
hartes Training (80-90 %).
- PF-ZONE 5
sehr schnelles Tempo nur für ganz kurze Zeiträume (90-100 %).

ANMERKUNG Zu den Trainingsplänen sind bereits Warnungen und Ziele voreingestellt.

SOFORTWARNUNGEN

Ihr KuaiFit-Headset erstellt ausgehend von Ihren persönlichen Angaben automatisch Standardwarnungen und Benachrichtigungen.

WARNUNGEN informieren Sie, wenn Sie über oder unter eine bestimmte *Pulsfrequenz, Schritzfrequenz, Geschwindigkeit/Tempo* u. ä. kommen.

BENACHRICHTIGUNGEN informieren Sie (in bestimmten Abständen) über Ihre aktuelle Leistung wie *Entfernung, Pulsfrequenz, Kalorienverbrauch, Schritzfrequenz, Tempo, Runden, Tipps* u. a. Sie können auch manuell auf ► auf der SPORT-Seite Ihres KuaiFit-Headsets drücken, um Ihre ausgewählten Daten sofort ansagen zu lassen.

Sie können Ihre Wartungen und Benachrichtigungen auf der Seite Freies Training Ihres KuaiFit-Kontos individuell einstellen (Auswahl, Parameter und Häufigkeit).

TRAININGSPLÄNE

Laden Sie sich im www.kuai.fit Store Trainingspläne für verschiedene Sportarten, Ziele und fitnessstufen herunter. Nachdem Sie die Pläne auf Ihren Computer geladen haben, brauchen Sie einfach nur Ihr KuaiFit-Headset mit dem mitgelieferten USB-Kabel anzuschließen und die KuaiFit-Computeranwendung zu öffnen. Alle Ihre downgeloadeten Pläne erscheinen unter „Verfügbar Trainingspläne“ und Sie brauchen nur auf „Hinzufügen“ zu drücken, um die Pläne, die Sie auf Ihrem KuaiFit-Headset haben möchten, zu laden.

TIPP Immer, wenn Sie erneut in den gleichen Plan gehen, merkt sich KuaiFit Ihre Position/Sitzung für diesen Plan.

ANMERKUNG Es können immer maximal drei Pläne gleichzeitig auf Ihrem KuaiFit-Gerät gespeichert werden.

IHRE DATEN

KuaiFit zeichnet Ihre Übungsdaten automatisch intern auf. Sie können Ihre Daten wie folgt anzeigen:

KUAI FIT WEB

Sie können alle Ihre Daten in Ihrem KuaiFit-Konto einsehen. Um Daten nach einer Übungssitzung hochzuladen, KuaiFit mit dem USB-Kabel an Ihren Computer anschließen und die KuaiFit-Computeranwendung öffnen. Ihre Daten werden nun synchronisiert und in Ihrem Online-Konto angezeigt.

KUAI FIT SMARTPHONE APP

Wenn Sie während der Übung an die KuaiFit App angeschlossen sind, werden Ihre Daten automatisch im Bereich „Verlauf-Lokal“ der App gespeichert. Wenn Sie während der Übung nicht an die KuaiFit App angeschlossen sind, können Sie Ihre Übungsdaten nach dem Synchronisieren des Headsets mit dem Computer im Bereich „Verlauf-Web“ der KuaiFit App einsehen.

KONNEKTIVITÄT

KUAI FIT APP

iOS - Verbinden Sie KuaiFit per Bluetooth mit Ihrem Handy und starten Sie Ihre Sitzung am Headset. Öffnen Sie die App und drücken Sie auf START.

Android - Stellen Sie Bluetooth an. Öffnen Sie die App und drücken Sie auf START. Wählen Sie Ihr KuaiFit-Gerät aus. Starten Sie Ihre Sitzung am Headset.

ANDERE APPS UND SPORTUHREN

Während der Übungen sendet KuaiFit stets in BLE und ANT+, so dass Sie jedes Gerät, das mit diesen Profilen Daten empfängt, anschließen können.

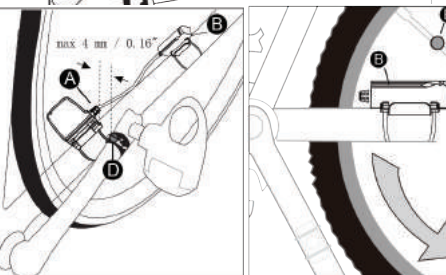
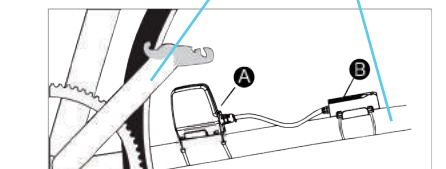
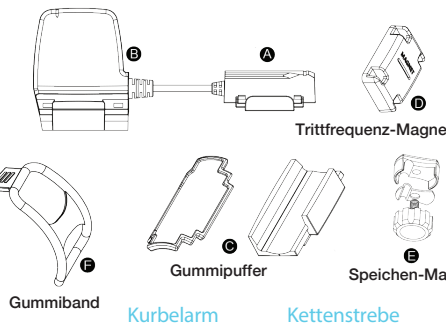
MUSIK STREAMEN UND ANRUF ANNEHMEN

Lang auf ▼ auf der MUSIK-Seite drücken, um Bluetooth einzuschalten (zum Ausschalten erneut drücken). Danach „KuaiFit Musik“ aus der Bluetooth-Liste Ihres Handys auswählen.

FAHRRADSSENSOR

Starten Sie eine Sitzung am Headset. Wenn es einen Sensor mit ANT+ im Bereich gibt, wird eine Verbindung hergestellt.

RADFAHRSENSOR



ANBRINGUNG

An der anderen als der Kettenseite an der Kettenstrebe anbringen.

- Den Trittfrequenz-Magnet (D) mit einem Kabelbinder an der Innenseite des Kurbelarms befestigen.
- Den Gummipuffer (C) hinzufügen und den Trittfrequenz-Sensor (B) mit einem Kabelbinder an der Kettenstrebe befestigen. Der Trittfrequenz-Sensor muss mit dem Trittfrequenz-Magnet ausgerichtet sein. Den Gummipuffer (C) zu dem Geschwindigkeitssensor (A) hinzufüge und danach alles mit dem Gummiband (F) an der Kettenstrebe befestigen.
- Den Speichen-Magnet (E) so an einer Speiche festschrauben, dass er an der Mitte des Geschwindigkeitssensors (A) ausgerichtet ist.

ANMERKUNG Der Abstand zwischen dem Speichen-Magnet und dem Geschwindigkeits-/Abstands sensor darf höchstens 10 mm betragen, und der Magnet muss zum Sensor zeigen.

FEHLERBEHEBUNG

Probleme lassen sich mit diesen einfachen Schritten lösen:

PULSFREQUENZ WIRD NICHT ODER FALSCH GEMESSEN

Der Ohrhörer muss ganz eingesetzt sein, und Sie müssen das passende Polster verwenden. Der Sensor muss sicher im Ohr sitzen.

DAS HEADPHONE REAGIERT NICHT

Das Headphone durch 10 Sekunden langes Drücken auf ■ auf der MUSIK-Seite neu starten.

Bei anderen Problemen wenden Sie sich bitte an: support@kuaiwear.com

HINWEIS

Bitte nach der Verwendung in Chlor- oder Salzwasser mit klarem Wasser abspülen. Nur Schwimmversion.

ACHTUNG

Dies ist kein Medizinprodukt und dient nur zu Freizeitzwecken. Bevor Sie Sport oder Übungen machen, fragen Sie Ihren Arzt.

ANDERE DOKUMENTE

EN User Guide, Warranty, and other documents can be found online at www.kuai.fit

FR Vous trouverez le guide d'utilisateur, la garantie et les autres documents en français en ligne sur www.kuai.fit

ES El manual de usuario, la garantía y otros documentos en español están disponibles en línea en www.kuai.fit

PT O guia de utilizador, a garantia e outros documentos em português estão disponíveis na Internet em www.kuai.fit

IT La Guida utente, i Termini di garanzia e altri documenti in lingua italiana sono disponibili online su www.kuai.fit

RU Руководство пользователя, гарантию и другие документы можно найти в Интернете по адресу: www.kuai.fit

ZHCN 用戶指南, 保修和其他文件可以在 www.kuai.fit 在线查找

ZHTW 您可以在線上找到使用指南、保固和其他文件：www.kuai.fit

JA ユーザーガイド、保証書およびその他の文書はウェブサイト www.kuai.fit でご確認ください。

KO 사용자 가이드, 보증서 및 기타 문서는 온라인 사이트 www.kuai.fit 에서 찾아보실 수 있습니다.

RECHTLICHE HINWEISE / GARANTIE

Mit dem Nutzen eines KuaiFit-Gerätes, -Produktes oder -Service erklären Sie sich mit den Nutzungsbedingungen von Kuaiwear Limited einverstanden. Wenn Sie nicht damit einverstanden sind, sollten Sie es nicht benutzen.

Vollständige Nutzungsbedingungen: www.kuai.fit/legal

Kuaiwear Limited (KuaiFit) gewährt für das Hardwareprodukt unter normalen Nutzungsbedingungen eine Garantie von 12 Monate (365 Tage) ab dem Kauf beim Einzelhändler durch den Originalkäufer auf Material- und Herstellungsfehler. Wenn ein Hardwarefehler aufkommt und innerhalb der Garantiezeit ein berechtigter Anspruch eingeht, wird das Produkt im Sinne dieser Eingeschränkten Garantie von KuaiFit nach eigenem Ermessen, soweit gesetzlich zulässig, entweder repariert oder durch ein neues ausgetauscht.

Ein überholtes oder ausgetauschtes Produkt übernimmt die verbleibende Garantie des Originalproduktes bzw. 90 Tage ab dem Austausch, je nachdem, was länder ist.

Vollständige Garantie: www.kuai.fit/legal

VERBINDUNG HERSTELLEN

- Melden Sie sich auf www.kuai.fit für ein KuaiFit-Konto an. Alle Ihre Übungsdaten werden hier gespeichert.
- Laden Sie die KuaiFit-Computeranwendung herunter von: www.kuai.fit Dies ist nötig, um Musik zu laden und Trainingspläne mit Ihren KuaiFit-Headphone zu synchronisieren.
- Laden Sie sich die App herunter. Sie zeigt Ihnen graphische Illustrationen zu den Übungen.

