



Smartsko



[Bruksanvisning](#)

Modellnr. AFM1737Q.0
Modellnr. AFW1737Q.0

Innholdsfortegnelse

Viktige forholdsregler	1
Spørsmål?	2
Komme i gang.....	2
Installer Altra IQ-appen og koble til skoene	2
Bruk av skoene	3
Vedlikehold og feilsøking.....	4
Informasjon om resirkulering	4
Informasjon om overholdelse	5
Begrenset garanti	6
Begrenset garanti i Europa	6

Viktige forholdsregler

⚠ ADVARSEL: For å redusere risikoen for alvorlig skade, bør du lese alle viktige forholdsregler og instruksjoner før du bruker dette produktet. ICON påtar seg ikke noe ansvar for personlig skade eller skade på eiendom forårsaket av eller gjennom bruk av dette produktet.

1. Det er eierens ansvar å sørge for at alle brukere av dette produktet er informert om alle forholdsregler.
2. Før du begynner et treningsprogram, bør du rådføre deg med legen din. Dette er spesielt viktig for personer over 35 år eller personer med underliggende helseproblemer.
3. Dette produktet skal oppbevares utilgjengelig for barn under 13 år og kjæledyr til enhver tid.
4. Overtrening kan føre til alvorlige skader eller dødsfall. Hvis du føler deg svimmel, kortpustet eller hvis du kjenner smerte mens du trener, slutt umiddelbart og ro deg ned.
5. Bruk ikke dette produktet i en badstue eller et damprom eller mens du dusjer eller svømmer. Produktet skal ikke legges i en vaskemaskin eller tørketrommel.
6. Ikke utsett produktet for ekstremt høye eller lave temperaturer, for direkte sollys over lengre tid eller åpen ild.
7. Ikke bruk skuremiddel til å rengjøre dette produktet.
8. Dette produktet skal bare brukes slik det er beskrevet i denne håndboken.

Spørsmål?

Hvis du har spørsmål etter at du har fulgt instruksjonene i denne bruksanvisningen, **BER VI OM AT DU IKKE KONTAKTER BUTIKKEN.**

For spørsmål angående skoene eller Altra IQ™ appen, besøk altrarunning.com/iq når som helst, eller ring **888-851-9411**, **Man–Fre 8.00–20.00 MT (unntatt helligdager).**

Komme i gang

1. Installer Altra IQ-appen på din iOS®- eller Android™-enhet og koble til skoene.

Bruk Altra IQ-appen til å sette opp en iFit-konto, koble til skoene, tilpasse innstillingene for skoene og sporinformasjonen. Se INSTALLER ALTRA IQ-APPEN OG KOBLE TIL SKOENE nedenfor.

2. Finn ut hvordan man bruker skoene.

Bruk skoene til å spore og ta opp kadens, landingssone, støtbelastning og kontaktid i Altra IQ-appen. Se BRUK AV SKOENE på side 3.

Installer Altra IQ-appen og koble til skoene

Installer Altra IQ-appen

Du kan installere Altra IQ-appen på din **iOS-enhet (iPhone® 4s og nyere)** eller din **Android-enhet (Android 5.0 og nyere).**

Søk etter Altra IQ-appen, som er gratis, med din iOS- eller Android-enhet på App Store™ eller Google Play™-butikken, og installer appen på enheten din. **Sørg for at BLUETOOTH-alternativet er aktivert på enheten din.**

Koble til skoene

Åpne Altra IQ-appen og følg instruksjonene for å sette opp en iFit-konto og koble til skoene til Altra IQ-appen på enheten din.

Bruk innstillinger-menyen i Altra IQ-appen til å tilpasse hyppigheten på løpetips og andre innstillinger (se BRUK AV SKOENE på side 3).

Bruk av skoene

Bruk skoene sammen med Altra IQ-appen

KONFIGURER APPEN OG KOBLE TIL SKOENE

Appen vil guide deg gjennom installasjonsprosessen den første gangen du åpner Altra IQ-appen. Trykk på den blå pilen nederst på skjermen for å gå videre til den neste skjermen gjennom installasjonsprosessen. Du kommer til å bli spurt om å lage en iFit-konto eller å logge inn med en eksisterende iFit-konto. Du kommer også til å bli spurt om informasjon om deg selv, sånn som vekt og kjønn.

Når du har fylt inn nødvendig informasjon kommer appen til å gi instruksjoner for å koble hver enkelt sko til appen. For å aktivere skoens oppdagelsesmodus trenger du bare å løpe på stedet eller ta stjerne hopp mens du har på skoene frem til appen oppdager skoene. (Merk: Du kan også dunke skoene mot hverandre hvis du ikke har dem på deg.) Når appen oppdager hver enkelt sko kommer du til å få valget mellom å koble til skoen eller å avbryte. Hvis det er andre par med Altra IQ-sko i nærheten, må du gjerne gå 15 m vekk fra de andre parene med Altra IQ-sko for å hjelpe til med å skille ut dine sko fra de andre. Hvis du holder enheten nær skoene, bør signalstyrken i appen være 90 % eller høyere.

Appen kommer så til å gi deg en demonstrasjon på de forskjellige typene med informasjon den vil ta opp om løpeturen. Appen kan også gi personlige løpetips basert på dine løpedata. For å tilpasse disse tipsene og andre innstillinger, trykker du på utstyr-ikonet nederst på skjermen for å få tilgang til innstillingsmodusen. For å få tilgang til treningshistorikken din og mer informasjon om produktet eller iFit-kontoen din, trykk på meny-ikonet øverst i venstre hjørne.

Å STARTE EN TRENINGSØKT

Du kan starte en treningsøkt i appen ved å trykke på Go (gå)-knappen nederst på skjermen. Appen kommer til å huske skoene dine fra installasjonsprosessen, men den kommer til å be deg om å koble til hver enkelt sko for å forsikre seg om at begge fungerer. **VIKTIG: Sørg for at BLUETOOTH er aktivert på enheten din, at appen kjører på enheten din og at begge skoene er koblet til appen før du begynner på treningsøkten. Du må ha enheten med deg under treningsøkten for å overvåke treningsinformasjonen din.**

Merk: Altra IQ-appen måler distansen via GPS på enheten din. Appen kommer ikke til å være i stand til å registrere distansen din hvis du kjører en treningsøkt på en tredemølle.

Vedlikehold og feilsøking

Hver gang du kjører en treningsøkt kommer Altra IQ-appen til å varsle deg hvis en fastvareoppdatering er tilgjengelig for skoene dine. Hvis en fastvareoppdatering er tilgjengelig, kommer et varsel til å vises nederst på skjermen. Trykk på varselet for å kjøre fastvareoppdateringen.

Hvis du ønsker å rengjøre skoene, tørk dem med en fuktig klut og et par dråper mild, flytende såpe. **Ikke putt skoene i en vaskemaskin eller tørketrommel.** La skoene tørke grundig før du bruker dem igjen.

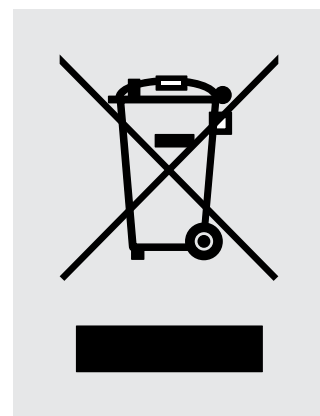
Hver sko inneholder et utbyttbart CR 2032 cellebatteri med lang levetid. Hvis batteriene må skiftes ut, kan erstatningsbatterier finnes hos de fleste elektronikkbutikkene. For å skifte batteriet i hver sko, må du først finne batteridekslet under innersålen i skoen. Bruk en mynt til å skru og fjerne batteridekselet. Neste, **legg merke til retningen på det opprinnelige batteriet, og sett inn et nytt batteri i samme retning.** Bruk deretter mynten til å feste batteridekselet.



Informasjon om resirkulering

Dette elektroniske produktet må ikke kastes i husholdningsavfallet. For å bevare miljøet må dette produktet resirkuleres etter sin brukstid som påkrevd av loven.

Bruk resirkuleringsanlegg som er godkjent for å samle inn denne typen avfall i ditt område. Ved å gjøre dette bidrar du til å bevare naturressurser og forbedre miljøvernstandardene. Du kan få mer informasjon om sikre og korrekte avfallsmetoder ved å kontakte ditt lokale bykontor eller avfallskontor. Alternativt kan du henvende deg der du kjøpte produktet.



Informasjon om overholdelse

Informasjon om overholdelse for USA

FCC-uttalelse. Denne enheten overholder Del 15 av FCC-reglene. Bruk er underlagt følgende to betingelser: (1) Denne enheten kan ikke forårsake skadelige forstyrrelser, og (2) denne enheten må godta enhver forstyrrelse som mottas, inkludert forstyrrelser som kan forårsake uønsket funksjon.

FCC-advarsel: Endringer eller modifikasjoner som ikke er uttrykkelig godkjent av parten som er ansvarlig for overholdelse kan føre til at brukeren mister tillatelsen til å bruke dette utstyret.

Merk: Dette utstyret har blitt testet og funnet til å overholde grensene for en digital enhet Klasse B i henhold til Del 15 av FCC-reglene. Disse grensene er utformet for å gi rimelig beskyttelse mot skadelige forstyrrelser ved bruk i boligområder. Dette utstyret genererer, bruker og kan utstråle radiofrekvensenergi og, hvis ikke installert og brukt i henhold til instruksjonene, kan det forårsake skadelige forstyrrelser med radiokommunikasjon. Men det er ingen garanti for at forstyrrelser ikke vil forekomme under en bestemt installasjon. Hvis dette utstyret forårsaker skadelige forstyrrelser for radio- eller TV-mottak, som kan oppdages ved å skru av og på utstyret, oppfordres brukeren til å fikse forstyrrelsene gjennom en av de følgende metodene:

- Bevege eller flytte mottakerantennen.
- Øke avstanden mellom utstyret og mottakeren.
- Koble utstyret til et uttak i en annen krets enn den som mottakeren er koblet til.
- Rådføre seg med forhandleren eller en erfaren radio-/TV-tekniker for hjelp.

Denne enheten oppfyller FCC- og IC-kravene for RF-eksponering i offentlige eller kontrollerte omgivelser.

Informasjon om overholdelse i Canada

IC-uttalelse. Denne enheten overholder Industry Canadas lisensfrie RSS-standard(er). Bruk er underlagt følgende to betingelser: (1) Denne enheten kan ikke forårsake skadelige forstyrrelser, og (2) denne enheten må godta enhver forstyrrelse som mottas, inkludert forstyrrelser som kan forårsake uønsket funksjon.

Dette digitale apparatet Klasse B overholder canadisk ICES-003.

Begrenset garanti

ICON Health & Fitness, Inc. (ICON) garanterer at dette produktet er fritt for feil på utførelse og materialer, under normal bruk og normale driftsforhold. Elektronikken garanteres for 400 miles (650 km) eller ett (1) år fra kjøpsdatoen.

Denne garantien gjelder kun den originale kjøperen (kunden). ICONs forpliktelse under denne garantien er begrenset til å erstatte dette produktet. Hvis et erstatningsprodukt sendes mens produktet er under garanti, kommer kunden til å være ansvarlig for et minimalt administrasjonsgebyr. Ingen annen garanti utover den som er nevnt ovenfor er godkjent av ICON.

ICON er ikke ansvarlig for indirekte, spesielle eller påfølgende skader som oppstår av eller i forbindelse med bruk av produktet eller dens ytelse, skader med hensyn på økonomiske tap, tap av eiendom, tap av inntekt eller avkastning, tap av fornøyelse eller bruk, eller kostnader for fjerning eller installasjon eller enhver annen form for påfølgende skade. Noen områder tillater ikke ekskludering

eller begrensning av tilfeldige skader. Derfor er det ikke sikkert at begrensningene ovenfor gjelder for kunden.

Garantien gitt her er sidestilt med alle andre garantier, og implisitte garantier for salgbarhet eller stand for et spesielt formål er begrenset i sitt omfang og varighet til vilkårene nevnt her. Noen områder tillater ikke begrensninger på hvor lenge en implisitt garanti varer. Derfor er det ikke sikkert at begrensningene ovenfor gjelder for kunden.

Dette garantien gir spesifikke juridiske rettigheter, kunden kan ha andre rettigheter som varierer fra område til område.

For krav, se informasjon om kundeservice som er listet opp på side 2.

ICON Health & Fitness, Inc.
1500 S. 1000 W.
Logan, UT 84321-9813, USA

Begrenset garanti i Europa

Garantivilkårene ovenfor vil kanskje ikke gjelde deg. For å motta informasjon om garantien, se side 2 og kontakte kundestøtte.

IFIT og ALTRA er registrerte varemerker tilhørende ICON Health & Fitness, Inc. App Store og iPhone er varemerker tilhørende Apple Inc., registrert i USA og andre land. Android og Google Play er varemerker tilhørende Google Inc. BLUETOOTH®-merket og -logoer er registrerte varemerker tilhørende Bluetooth SIG, Inc. og brukes under lisens. IOS er et varemerke eller registrert varemerke tilhørende Cisco i USA og andre land og brukes under lisens.