



Sapatilha inteligente



[Manual do utilizador](#)

Modelo n.º AFM1737Q.0
Modelo n.º AFW1737Q.0

Índice

Precauções importantes.....	1
Dúvidas?	2
Primeiros passos	2
Instalar a aplicação Altra IQ e conectar as sapatilhas.....	2
Utilizar as sapatilhas	3
Manutenção e resolução de problemas	4
Informação sobre reciclagem	4
Informação sobre conformidade.....	5
Garantia limitada	6
Garantia limitada para a Europa	6

Precauções importantes

⚠ AVISO: para reduzir o risco de lesões graves, leia todas as precauções e instruções importantes deste manual antes de utilizar este produto. A ICON não assume qualquer responsabilidade por lesões pessoais ou danos em bens decorrentes da utilização deste produto.

1. É da responsabilidade do proprietário garantir que todos os utilizadores deste produto estejam informados acerca de todas as precauções.
2. Consulte o seu médico antes de iniciar qualquer programa de exercício. Isto é especialmente importante para pessoas com mais de 35 anos ou com problemas de saúde prévios.
3. Mantenha sempre as crianças menores de 13 anos e os animais de estimação afastados deste produto.
4. O excesso de exercício pode provocar lesões graves ou a morte. Se sentir fraqueza, falta de ar ou dores ao fazer exercício, pare imediatamente e deixe-se arrefecer.
5. Não utilize este produto numa sauna ou sala de vapor nem enquanto nada ou toma duche; não mergulhe este produto; e não ponha este produto em máquinas de lavar ou de secar roupa.
6. Não exponha este produto a temperaturas extremamente altas ou baixas, a luz solar direta por um longo período ou a chamas vivas.
7. Não use produtos de limpeza abrasivos para limpar este produto.
8. Utilize este produto apenas da forma descrita neste manual.

Dúvidas?

Se tiver dúvidas depois de seguir as instruções deste manual, **NÃO CONTACTE A LOJA.**

Para perguntas acerca das sapatilhas ou da aplicação Altra IQ™, visite altrarunning.com/iq em qualquer altura ou ligue para o n.º **888-851-9411**, seg.–sex., 08h00–20h00, hora das regiões montanhosas dos EUA e Canadá (excluindo feriados).

Primeiros passos

1. [Instale a aplicação Altra IQ no seu dispositivo iOS® ou Android™ e conecte as sapatilhas.](#)
Use a aplicação Altra IQ para configurar uma conta iFit, conectar as sapatilhas, personalizar a configuração das mesmas e acompanhar informações. Consulte **INSTALAR A APLICAÇÃO ALTRA IQ E CONECTAR AS SAPATILHAS** abaixo.
2. [Saiba como utilizar as sapatilhas.](#)
Use as sapatilhas para acompanhar e registar a cadência, a zona de pouso, a taxa de impacto e o tempo de contacto da sua passada na aplicação Altra IQ. Consulte **UTILIZAR AS SAPATILHAS** na página 3.

Instalar a aplicação Altra IQ e conectar as sapatilhas

[Instale a aplicação Altra IQ](#)

Pode instalar a aplicação Altra IQ no seu **dispositivo iOS (iPhone® 4s e posteriores)** ou **dispositivo Android (Android 5.0 e posteriores)**.

No seu dispositivo iOS ou Android, entre na App StoreSM ou na loja Google PlayTM, procure a aplicação gratuita Altra IQ e instale-a. **Certifique-se de que a opção BLUETOOTH esteja ativada no seu dispositivo.**

[Conecte as sapatilhas](#)

Abra a aplicação Altra IQ e siga as instruções para configurar uma conta iFit e conectar as sapatilhas à aplicação Altra IQ no seu dispositivo.

Use o menu de configuração da aplicação Altra IQ para personalizar a frequência dos conselhos sobre a corrida e outras definições (consulte **UTILIZAR AS SAPATILHAS na página 3).**

Utilizar as sapatilhas

Utilize as sapatilhas com a aplicação Altra IQ

CONFIGURAR A APLICAÇÃO E CONECTAR AS SAPATILHAS

Na primeira vez que a abrir, a aplicação Altra IQ orientá-lo(a)-á ao longo do processo de configuração. Toque na seta azul na parte inferior do ecrã para avançar para a página seguinte do processo de configuração. Ser-lhe-á solicitado que crie uma conta iFit ou que inicie sessão numa conta iFit existente. Ser-lhe-ão também solicitados dados sobre si, como o seu peso e o seu género.

Uma vez introduzidos os dados solicitados, serão facultadas instruções para conectar cada sapatilha à aplicação. Para ativar o modo de descoberta das sapatilhas, basta correr no mesmo sítio ou fazer polichinelos com as sapatilhas calçadas até que a aplicação as detete (nota: também pode bater com as sapatilhas uma na outra se não as tiver calçadas). Quando a aplicação detetar cada sapatilha, terá a opção de a conectar ou cancelar. Se houver outros pares de sapatilhas Altra IQ próximos, poderá ter de se afastar 15 m dos mesmos para ajudar a distinguir o seu. Ao segurar o seu dispositivo próximo das sapatilhas, a leitura de força do sinal na aplicação deve ser de 90% ou superior.

Em seguida, a aplicação apresentará os diferentes tipos de dados que registará acerca da sua corrida. A aplicação também pode facultar conselhos sobre corrida personalizados com base nos dados da sua corrida. Para personalizar os conselhos e outras definições, toque no ícone da roda dentada na parte inferior do ecrã para aceder ao modo de configuração. Para aceder ao seu historial de exercício e a mais informações acerca do produto ou da sua conta iFit, toque no ícone do menu no canto superior esquerdo.

INICIAR UMA SESSÃO DE EXERCÍCIO

Pode iniciar uma sessão de exercício na aplicação tocando no botão Go (ir) na parte inferior do ecrã. A aplicação lembrar-se-á das suas sapatilhas devido ao processo de configuração, mas solicitar-lhe-á que conecte cada uma para confirmar que estão ambas a funcionar. **IMPORTANTE: certifique-se de que o seu dispositivo tenha o BLUETOOTH ativado, a aplicação esteja a funcionar e ambas as sapatilhas estejam conectadas à aplicação antes de iniciar a sessão de exercício. Tem de manter o dispositivo consigo durante a sessão de exercício para acompanhar os dados da mesma.**

Nota: a aplicação Altra IQ acompanha a distância através do GPS do seu dispositivo. Se fizer uma sessão de exercício no tapete rolante, a aplicação não poderá registar a distância.

Manutenção e resolução de problemas

Sempre que fizer uma sessão de exercício, a aplicação Altra IQ indicará-lhe se está disponível alguma atualização de firmware para as suas sapatilhas. Se estiver disponível uma atualização de firmware, surgirá uma notificação na parte inferior do ecrã. Toque na notificação para efetuar a atualização do firmware.

Se quiser limpar as sapatilhas, esfregue-as com um pano humedecido e algumas gotas de um detergente líquido suave.

Não ponha as sapatilhas na máquina de lavar ou de secar. Deixe secar completamente as sapatilhas antes de voltar a utilizá-las.

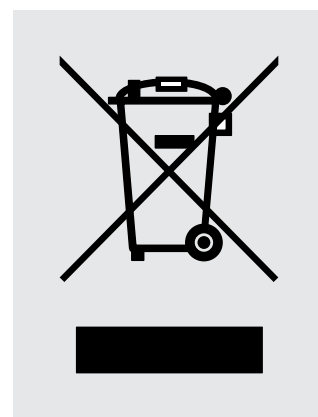
Cada sapatilha contém uma pilha-botão CR 2032 substituível de longa duração. Se precisar de substituir as pilhas, poderá adquirir pilhas de substituição na maioria das lojas de eletrónica. Para substituir a pilha em cada sapatilha, comece por localizar a tampa do compartimento da pilha por baixo da palmilha. Utilize uma moeda para rodar e retirar a tampa do compartimento da pilha. Em seguida, **tendo em conta a posição da pilha original, insira uma pilha nova na mesma posição.** Depois, utilize a moeda para voltar a colocar a tampa do compartimento da pilha.



Informação sobre reciclagem

Este produto eletrónico não deve ser depositado numa lixeira municipal. Para preservar o ambiente, este produto deve ser reciclado após o fim da sua vida útil, tal como exigido por lei.

Recorra a unidades de reciclagem que estejam autorizadas a recolher este tipo de resíduos na sua área. Ao fazê-lo, estará a ajudar a preservar os recursos naturais e a melhorar os padrões de proteção ambiental. Para informações sobre métodos seguros e corretos de eliminação de resíduos, contacte o departamento municipal adequado, os serviços locais de recolha de resíduos ou o estabelecimento onde adquiriu este produto.



Informação sobre conformidade

Informação sobre conformidade nos Estados Unidos da América

Declaração da FCC. Este dispositivo cumpre a Parte 15 das Regras da FCC. O funcionamento está sujeito às duas condições seguintes: (1) este dispositivo não pode causar interferências prejudiciais e (2) este dispositivo deve aceitar quaisquer interferências recebidas, incluindo interferências que possam causar um funcionamento indesejado.

Aviso da FCC: quaisquer alterações ou modificações não expressamente aprovadas pela parte responsável pela conformidade podem anular a autoridade do utilizador para utilizar este equipamento.

Nota: este equipamento foi testado e cumpre os limites de um dispositivo digital de Classe B, em conformidade com a Parte 15 das Regras da FCC. Estes limites estão definidos para oferecer uma proteção razoável contra interferências prejudiciais numa instalação residencial. Este equipamento gera, utiliza e pode irradiar energia de radiofrequência e, se não for instalado e utilizado segundo as instruções, pode causar interferências prejudiciais nas comunicações de rádio. No entanto, não há garantias de que não ocorram interferências numa instalação específica. Se este equipamento causar interferências prejudiciais na receção de rádio ou televisão, que podem ser determinadas ligando e desligando o equipamento, incentiva-se o utilizador a tentar corrigir as interferências através de uma das seguintes medidas:

- Reorientar ou relocar a antena recetora.
- Aumentar a separação entre o equipamento e o recetor.
- Ligar o equipamento a uma tomada num circuito diferente daquele a que está ligado o recetor.
- Consultar o revendedor ou um técnico de rádio/TV experiente para obter ajuda.

Este dispositivo cumpre os requisitos da FCC e da IC para exposição a RF em ambientes públicos ou controlados.

Informação sobre conformidade no Canadá

Declaração da IC. Este dispositivo cumpre a(s) norma(s) RSS isenta(s) de licença da Industry Canada. O funcionamento está sujeito às duas condições seguintes: (1) este dispositivo não pode causar interferências prejudiciais e (2) este dispositivo deve aceitar quaisquer interferências recebidas, incluindo interferências que possam causar um funcionamento indesejado.

Este dispositivo digital de Classe B cumpre a norma ICES-003 canadiana.

Garantia limitada

A ICON Health & Fitness, Inc. (ICON) garante que este produto está isento de defeitos de fabrico e material, sob condições de utilização e assistência normais. Os componentes eletrónicos estão garantidos por 400 milhas ou um (1) ano a partir da data da compra.

Esta garantia aplica-se apenas ao comprador original (cliente). A obrigação da ICON ao abrigo desta garantia limita-se à substituição deste produto. Se for enviado um produto de substituição durante o período de garantia do produto, o cliente será responsável por um custo de manuseamento mínimo. Não é autorizada pela ICON nenhuma outra garantia para além da aqui especificamente estabelecida.

A ICON não é responsável nem responsabilizável por: danos indiretos, especiais ou consequentes decorrentes da utilização ou do desempenho do produto; danos relativos a qualquer perda económica, perda de bens, perda de receitas ou lucros, perda de usufruto ou utilização ou custo de remoção ou instalação; ou outros danos consequentes de qualquer tipo. Algumas regiões não permitem a exclusão ou

limitação de danos acidentais ou consequentes. Em conformidade com isso, a limitação acima poderá não se aplicar ao cliente.

A garantia aqui expressa substitui todas e quaisquer outras garantias, e quaisquer garantias implícitas de comerciabilidade ou adequação a um fim específico estão limitadas, no âmbito e na duração, aos termos aqui estabelecidos. Algumas regiões não permitem limitações ao período de vigor de uma garantia implícita. Em conformidade com isso, a limitação acima poderá não se aplicar ao cliente.

Esta garantia proporciona direitos legais específicos; o cliente poderá ter outros direitos que variam de país para país.

Para reclamações, consulte os dados do serviço ao cliente indicados na página 2.

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

Garantia limitada para a Europa

Os termos da garantia acima poderão não se aplicar a si. Para receber informações acerca da sua garantia, consulte a página 2 e contacte o apoio ao cliente.

IFIT e ALTRA são marcas comerciais registadas da ICON Health & Fitness, Inc. App Store e iPhone são marcas comerciais da Apple Inc., registadas nos EUA e noutros países. Android e Google Play são marcas comerciais da Google Inc. A marca nominativa e os logótipos BLUETOOTH® são marcas comerciais registadas da Bluetooth SIG, Inc. e são usados sob licença. IOS é uma marca comercial ou marca comercial registada da Cisco nos EUA e noutros países e é usada sob licença.