

iFIT[®] VUE

Bracelet d'Activité



Version 2
Manuel de l'Utilisateur



Table des Matières

Précautions Importantes	1
Des Questions ?	2
Dans le Coffret	2
Pour Commencer	3
Installer l'Application iFit Coach et Configurer le Moniteur d'Activité	4
Charger le Moniteur d'Activité	6
Porter le Moniteur d'Activité	7
Nettoyer le Bracelet	7
Utiliser le Moniteur d'Activité	8
Utiliser la Ceinture Cardiaque	17
Résolution des Problèmes et Rangement	19
Information de Conformité	23
Information sur le Recyclage	24
Information sur la Pile	24
Garantie Limitée	25
Garantie Limitée pour l'Europe	25

Précautions Importantes

⚠ AVERTISSEMENT : pour réduire les risques de blessures graves, lisez attentivement toutes les précautions importantes et les instructions contenues dans ce manuel avant d'utiliser cet appareil. ICON ne peut être tenu responsable des blessures ou des dommages directes ou indirectes liés à l'utilisation de cet appareil.

1. Le propriétaire est responsable de s'assurer que tous les utilisateurs de cet appareil sont correctement informés de toutes les précautions.
2. Consultez votre médecin avant de commencer tout programme d'exercices. Ceci est particulièrement important pour les personnes de plus de 35 ans et celles ayant des problèmes de santé.
3. Utilisez uniquement cet appareil de la manière décrite dans ce manuel.
4. Gardez l'appareil hors de portée des enfants de moins de 13 ans et des animaux domestiques en tout temps.
5. Utilisez uniquement le chargeur inclus avec un ordinateur, un hub alimenté ou un bloc d'alimentation pour charger la pile du moniteur.
6. N'essayez pas d'ouvrir ou de démonter le moniteur d'activité ; la pile n'est pas remplaçable ou réparable.
7. N'utilisez pas cet appareil dans un sauna, un hammam, en nageant ou sous la douche ; n'immergez pas cet appareil dans de l'eau ; ne placez pas cet appareil dans une machine à laver ou un séchoir électrique.
8. Si votre peau s'irrite quand vous utilisez cet appareil, référez-vous à la section PORTER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ page 7.
9. Un excès d'exercice peut entraîner des blessures graves, voire la mort. Si vous ressentez des étourdissements ou de la douleur, ou si vous avez du mal à respirer, arrêtez immédiatement l'exercice et retrouvez votre calme.
10. N'utilisez pas de produits abrasifs pour nettoyer cet appareil.
11. N'exposez pas l'appareil à des températures extrêmes, aux rayons directs du soleil pendant de longues périodes de temps, ou aux flammes.
12. Une ceinture cardiaque est incluse avec certains modèles. La ceinture cardiaque n'est pas un dispositif médical. De nombreux facteurs peuvent rendre la lecture du rythme cardiaque moins précise. La ceinture cardiaque ne sert qu'à donner une idée approximative des fluctuations de votre rythme cardiaque durant l'exercice.
13. Si vous avez des problèmes cardiaques, ou si vous avez plus de 60 ans et n'avez pas fait de sport depuis quelques temps, n'utilisez pas la ceinture cardiaque pour effectuer des entraînements basés sur le pouls. Consultez votre médecin si vous portez un dispositif médical implanté comme un pacemaker, ou si vous prenez des médicaments régulièrement.

Des Questions ?

Si vous avez des questions après avoir suivi les instructions contenues dans ce manuel, **MERCI DE NE PAS CONTACTER LE MAGASIN OÙ VOUS AVEZ ACHETÉ CET APPAREIL.** Veuillez vous rendre sur le site internet de notre Service à la Clientèle support.iFit.com ou envoyez un e-mail à support@iFit.com.

Dans le Coffret



Moniteur d'activité, bracelet(s), chargeur
(Certains modèles viennent avec plusieurs bracelets).

Pour Commencer

- 1. [Installez l'application iFit Coach sur votre appareil iOS® ou Android™ et configurez le moniteur d'activité.](#)**
Utilisez l'application iFit Coach pour ouvrir un compte iFit, coupler et configurer le moniteur d'activité, personnaliser les paramètres du moniteur, fixer des objectifs, et enregistrer et suivre vos données. Référez-vous à la section **INSTALLER L'APPLICATION IFIT COACH ET CONFIGURER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ** page 4.
- 2. [Apprenez à charger le moniteur d'activité.](#)**
Chargez le moniteur d'activité à l'aide du chargeur inclus. Référez-vous à la section **CHARGER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ** page 6.
- 3. [Apprenez à porter le moniteur d'activité.](#)**
Portez le moniteur d'activité dans le bracelet inclus ou portez-le seul. Référez-vous à la section **PORTER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ** page 7.
- 4. [Apprenez à utiliser le moniteur d'activité.](#)**
Utilisez le moniteur d'activité pour suivre et synchroniser vos données de calories, nombre de pas, distance, temps de sommeil et temps d'exercice avec l'application iFit Coach. Référez-vous à la section **UTILISER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ** page 8.

Installer l'Application iFit Coach et Configurer le Moniteur d'Activité

Activer le Moniteur d'Activité

La première fois que vous utilisez le moniteur d'activité, vous aurez peut-être besoin de l'allumer. Pour l'allumer, appuyez une fois sur le bouton du moniteur d'activité. Si un message s'affiche sur l'écran, appuyez sur le bouton pendant 5 secondes jusqu'à ce que l'écran de couplage s'affiche. Le moniteur d'activité est alors activé et quitte le mode de transport.

Installer l'Application iFit Coach

Couplez, configurez et synchronisez le moniteur d'activité avec votre **appareil iOS (iPhone® 4s et plus récent)** ou votre **appareil Android (Android 4.3 et plus récent)** compatible avec la technologie BLUETOOTH® 4.0.

Sur votre appareil iOS ou Android, ouvrez l'App StoreSM ou Google PlayTM, effectuez une recherche pour l'application gratuite iFit Coach, puis installez l'application sur votre appareil. **Assurez-vous que l'option BLUETOOTH est activée sur votre appareil.**

Coupler, Configurer et Synchroniser le Moniteur d'Activité

Ouvrez l'application iFit Coach et suivez les instructions pour ouvrir un compte iFit et coupler le moniteur d'activité avec l'application iFit Coach sur votre appareil.

Pour coupler le moniteur d'activité avec votre appareil, suivez les étapes ci-dessous :

1. Placez le moniteur d'activité près de votre appareil.
2. Appuyez sur le bouton. Le mot VUE et un numéro d'identification s'affichent.

VUE 1234

3. Dans l'application iFit Coach, sélectionnez le moniteur d'activité dans la liste des appareils détectés. Le processus de couplage commence alors.
4. Si le couplage réussit, l'écran de l'heure et de la date s'affiche.

**4:26 P
m 1/13**

5. Une fois le moniteur d'activité couplé, il aura peut-être besoin d'une mise à jour. Si une notification de mise à jour s'affiche dans l'application iFit Coach, suivez les instructions ci-dessous :
- Sélectionnez l'option de mise à jour dans l'application iFit Coach. Placez le moniteur d'activité à côté de votre appareil durant la mise à jour ; la mise à jour peut prendre plus de 5 minutes. Si la mise à jour réussit, une notification s'affiche dans l'application iFit Coach. Si la mise à jour ne réussit pas, une notification d'échec s'affiche dans l'application iFit Coach. **Si la mise à jour n'est pas terminée après plus de 10 minutes, ou si la mise à jour ne réussit pas, forcez la fermeture de l'application iFit Coach sur votre appareil, ouvrez de nouveau l'application iFit Coach, et essayez une nouvelle fois de lancer la mise à jour.**
 - Une fois la mise à jour terminée, synchronisez manuellement le moniteur d'activité avec l'application iFit Coach en tirant l'écran de votre appareil. Ensuite, répétez les étapes 2 à 4 et coupez le moniteur d'activité avec votre appareil. Si le couplage réussit, l'écran de l'heure et de la date s'affiche.

A rectangular smartwatch display with rounded corners. The background is white. The time '4:26' is displayed in a large, bold, black font. To the right of the time, 'P' is above 'm' in a smaller font. Further to the right, '1/13' is displayed in a smaller font.

Une fois couplé, le moniteur d'activité se synchronise automatiquement quand l'application iFit Coach est ouverte et que le BLUETOOTH est activé sur votre appareil. Vous pouvez aussi synchroniser manuellement le moniteur d'activité à partir de l'application iFit Coach.

Suivez les instructions dans l'application iFit Coach pour personnaliser les paramètres du moniteur d'activité, entrer et consulter des données et vous fixer des objectifs.

Charger le Moniteur d'Activité

Durée de Vie de la Pile

Le moniteur d'activité est équipé d'une pile lithium rechargeable. Avec une utilisation normale et une charge complète, le moniteur d'activité peut fonctionner environ 7 jours avant d'être rechargé. Vérifiez le niveau de la pile du moniteur d'activité en appuyant sur le bouton du moniteur jusqu'à ce que l'heure et la date apparaissent sur l'écran. Ensuite, appuyez deux fois sur le bouton pour que l'icône de la pile et le niveau de charge s'affichent.



20% BATTERY LOW

Quand la pile arrive à 20%, à 10% et à 5% de sa capacité, un avertissement s'affiche sur l'écran pour vous prévenir que la pile doit être rechargée. Le moniteur d'activité s'éteint quand la pile est à 1% de sa capacité. **IMPORTANT : assurez-vous de synchroniser le moniteur d'activité avec l'application iFit Coach quand la pile est faible ; les données enregistrées sur le moniteur sont effacées quand la pile se vide complètement.**

Remarque : la pile se vide plus rapidement quand plusieurs fonctionnalités du menu des paramètres sont activés dans l'application iFit Coach.

Charger le Moniteur d'Activité

Pour charger le moniteur d'activité, sortez-le du bracelet. Ensuite, attachez le chargeur au moniteur d'activité en alignant la languette et les contacts sur le moniteur avec la fente et les contacts sur le chargeur ; insérez ensuite le moniteur dans le chargeur.

Remarque : vous ne pouvez pas attacher le chargeur au moniteur d'activité tant que ce dernier se trouve dans le bracelet.



Ensuite, branchez le chargeur dans un port USB sur votre ordinateur. Le niveau de la pile apparaît à 100% quand le moniteur d'activité est complètement chargé.

Remarque : pour charger plus rapidement le moniteur d'activité, branchez le chargeur dans un adaptateur USB de prise murale (non inclus) ou dans un chargeur USB de voiture (non inclus).

100%

Quand le moniteur d'activité est complètement chargé, la capacité de la pile s'affiche à 100% jusqu'à ce que le chargeur soit débranché.

Si vous avez besoin d'un nouveau chargeur, visitez le site Internet de notre Service à la Clientèle support.iFit.com, ou envoyez un email à support@iFit.com. **IMPORTANT : pour ne pas endommager le moniteur d'activité, utilisez uniquement un chargeur fourni par le fabricant.**

Porter le Moniteur d'Activité



Dans le Bracelet

Comment Insérer le Moniteur d'Activité dans le Bracelet

Pliez le bracelet et enfoncez le moniteur d'activité dans l'ouverture à l'intérieur du bracelet. Assurez-vous que l'écran du moniteur d'activité est à l'extérieur. Suivez ces étapes à l'envers pour retirer le moniteur d'activité du bracelet.

Comment Attacher le Bracelet

Placez le bracelet autour de votre poignet, insérez le bout du bracelet dans la boucle, puis insérez la languette dans le trou désiré. Ensuite, insérez le bout du bracelet dans la boucle. **Le bracelet doit être un peu plus large que votre poignet.** Suivez ces étapes à l'envers pour desserrer le bracelet.

Pour orienter l'écran correctement, réglez l'emplacement du bracelet d'activité dans l'application iFit Coach. Dans l'application iFit Coach, sélectionnez l'écran du menu principal, touchez l'icône de la montre, touchez l'option Pod Location (emplacement du moniteur) puis touchez Select Wrist (choix du poignet) pour sélectionner votre poignet gauche ou votre poignet droit comme emplacement du bracelet d'activité.

Remarque : vous pouvez aussi toucher l'icône engrenage, l'option Product Settings (paramètres de l'appareil), l'option Pod Location, puis touchez l'option Select Wrist pour naviguer jusqu'à ce paramètre.

Remarque : comme avec toute montre ou bijou, certaines personnes peuvent avoir une réaction de la peau en portant le bracelet. Si votre peau réagit au bracelet, enlevez le bracelet et portez le moniteur d'activité seul dans votre poche. Si vous avez des questions supplémentaires, envoyez un e-mail à support@iFit.com.



Seul

Placez tout simplement le moniteur d'activité sans le bracelet dans votre poche. **Assurez-vous que le moniteur d'activité ne peut pas tomber de votre poche quand vous bougez.**

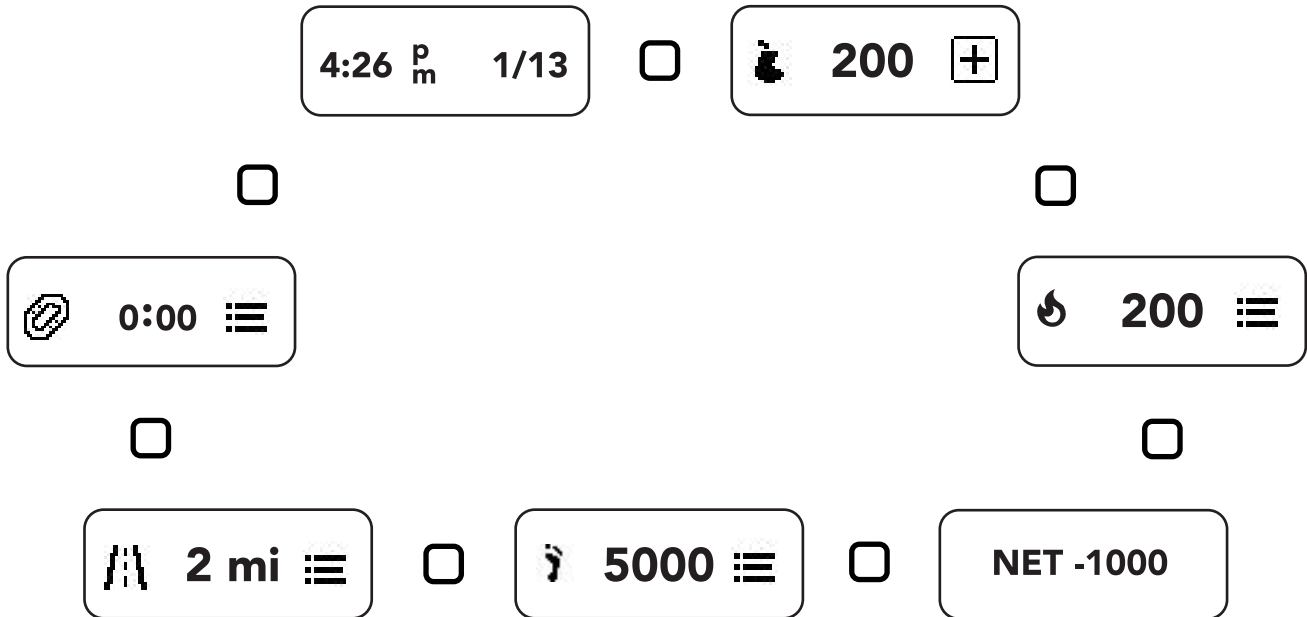
Nettoyer le Bracelet

Si vous portez le moniteur d'activité dans le bracelet, retirez-le régulièrement du bracelet et nettoyez le bracelet avec de l'eau et quelques gouttes de savon liquide doux. **Ne placez pas le bracelet ou le moniteur d'activité dans un lave-vaisselle, une machine à laver ou un séchoir électrique.** Assurez-vous que le bracelet est complètement sec avant de le remettre sur votre poignet.

Utiliser le Moniteur d'Activité

Naviguer sur le Bracelet d'Activité et Voir les Données

Appuyez plusieurs fois sur le bouton pour voir les écrans des menus principaux. Les écrans des menus principaux sont décrits en détails dans les pages suivantes.



Légende

Icône menu : appuyez deux fois sur le bouton quand une icône menu apparaît sur l'écran d'un menu principal pour voir les différentes informations et options.



Symbole d'une simple pression : appuyez une fois sur le bouton.



Symbole d'une double pression : appuyez deux fois sur le bouton.



Symbole de pression continue : maintenez le bouton enfoncé pendant le nombre de secondes indiqué dans les instructions.



4:26 P_m 1/13



 20%



0.0.32 - 0.94



PAIR 1234



UNPAIR?



RESET?



4:26 P_m 1/13

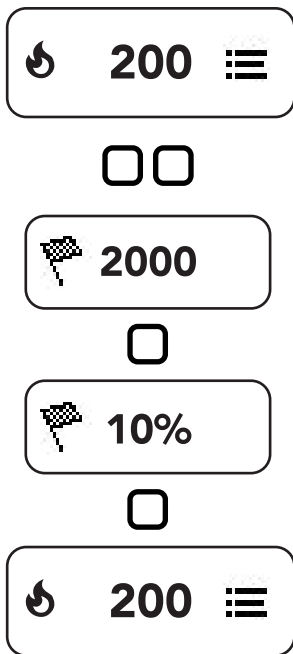
Heure et date : cet écran affiche l'heure et la date. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir le niveau de charge de la pile.

Niveau de charge de la pile : cet écran affiche le niveau de charge de la pile. Appuyez sur le bouton ou attendez quelques secondes pour revenir à l'écran de l'heure et de la date. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir les écrans d'information et de paramètres.

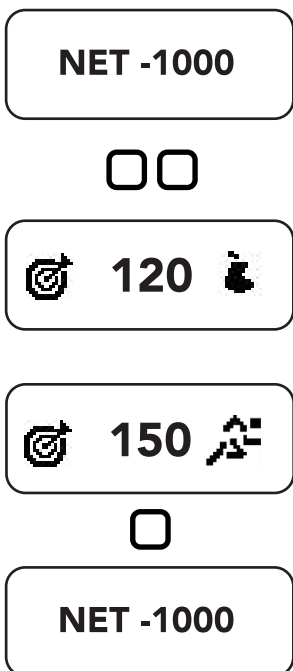
Information et paramètres : appuyez plusieurs fois sur le bouton pour voir le numéro de version du moniteur d'activité, le numéro d'identification de couplage et les options de découplage et de réinitialisation. Pour découpler ou réinitialiser le moniteur d'activité, référez-vous à la section RÉSOLUTION DES PROBLÈMES ET RANGEMENT page 19. Appuyez de nouveau sur le bouton pour revenir à l'écran de l'heure et de la date.

 200 

Calories consommées : cet écran affiche le nombre approximatif de calories que vous avez consommées. Pour enregistrer des calories, référez-vous à la section ENREGISTRER DES CALORIES page 13.

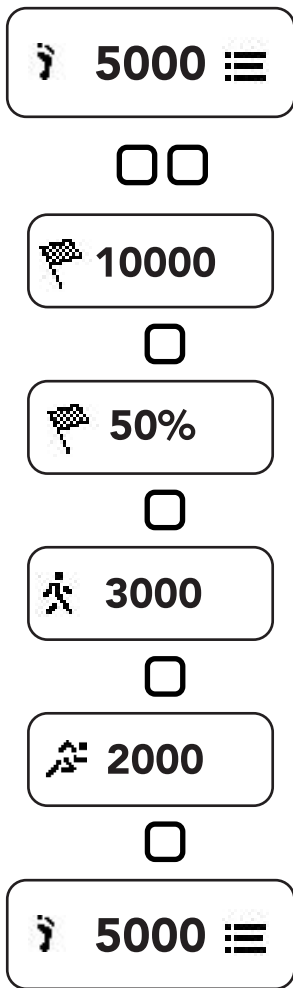


Calories brûlées : cet écran affiche le nombre approximatif de calories brûlées. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir le statut de votre objectif de calories à brûler et le pourcentage de votre objectif de calories brûlées. L'écran avance automatiquement toutes les quelques secondes ; touchez plusieurs fois le bouton pour voir les différents écrans plus rapidement.



Cible de l'objectif de calories : cet écran affiche le statut de votre objectif de calories. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir votre statut de calories en cours. Si vous pouvez consommer plus de calories et rester dans les limites de votre objectif, une icône poire et le nombre de calories restant à consommer s'affichent. Si vous devez brûler plus de calories, un coureur et le nombre de calories restant à brûler s'affichent.

Remarque : pour que cette fonction soit possible, vous devez enregistrer vos calories consommées dans le moniteur d'activité ou dans l'application iFit Coach. Référez-vous à la section ENREGISTRER DES CALORIES page 13.



Pas : cet écran affiche le nombre total de pas effectués. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir le statut de votre objectif de pas, le pourcentage de votre objectif de pas, le nombre de pas effectués, et le nombre de pas effectués en courant. L'écran avance automatiquement toutes les quelques secondes ; touchez plusieurs fois le bouton pour voir les différents écrans plus rapidement.

Remarque : quand vos mains ne bougent pas quand vous effectuez certaines activités comme pousser une tondeuse, une poussette ou un chariot, le moniteur d'activité ne peut pas compter vos pas de manière précise.



Distance : cet écran affiche la distance que vous avez parcourue en miles ou en kilomètres. Appuyez deux fois sur le bouton pour voir le statut de votre objectif de distance, le pourcentage de votre objectif de distance, la distance parcourue en marchant, et la distance parcourue en courant. L'écran avance automatiquement toutes les quelques secondes ; touchez plusieurs fois le bouton pour voir les différents écrans plus rapidement.

Remarque : vous pouvez changer l'unité de mesure dans l'application iFit Coach. Dans l'application iFit Coach, sélectionnez l'écran du menu principal, touchez l'icône engrenage, touchez Account Settings (paramètres du compte), touchez Unit of Measurement (unité de mesure) puis sélectionnez le système impérial ou le système métrique comme unité de mesure.



Entraînement : cet écran affiche le temps écoulé durant un entraînement. Pour commencer un entraînement, référez-vous à la section COMMENCER ET TERMINER UN ENTRAÎNEMENT MANUELLEMENT page 14.



Rythme cardiaque : cet écran affiche votre rythme cardiaque quand vous portez une ceinture cardiaque compatible. Référez-vous à la section MESURER VOTRE RYTHME CARDIAQUE page 15.

Détection d'Activité

Le moniteur d'activité détecte automatiquement le type d'activité que vous effectuez, comme la marche, la course, le sommeil, etc. Il faut compter quelques secondes pour que le moniteur d'activité détecte le type d'activité en cours.

Le moniteur d'activité se met automatiquement en mode entraînement quand il détecte plus de 5 minutes d'activité vigoureuse. Il quitte automatiquement le mode entraînement après avoir détecté 3 minutes d'inactivité. Vous pouvez également quitter manuellement le mode entraînement en appuyant sur l'icône stop sur l'écran.

Pour commencer et terminer manuellement un entraînement, référez-vous à la section COMMENCER ET TERMINER UN ENTRAÎNEMENT MANUELLEMENT page 14.

Enregistrer des Calories

Pour enregistrer les calories que vous avez consommées, suivez les étapes ci-dessous.



1. Naviguez jusqu'à l'écran des calories consommées, puis appuyez deux fois sur le bouton.
2. Entrez le nombre de calories que vous avez consommées dans le moniteur d'activité par étapes de 50. Appuyez sur le bouton pour augmenter le nombre de calories.
3. Pour enregistrer le nombre, appuyez deux fois sur le bouton ou ne touchez pas le bouton pendant 3 secondes. Pour annuler un enregistrement, maintenez le bouton enfoncé pendant 3 secondes.

Remarque : vous pouvez également enregistrer les calories mangées dans l'application iFit Coach.

Commencer et Terminer un Entraînement Manuellement

Le moniteur d'activité détecte automatiquement vos entraînements. Vous pouvez également commencer et terminer un entraînement manuellement sur le moniteur d'activité.

Pour commencer et terminer un entraînement manuellement, suivez les étapes ci-dessous.



1. Naviguez jusqu'à l'écran entraînement, puis appuyez deux fois sur le bouton.
2. Pour commencer l'entraînement, appuyez sur le bouton.

Durant l'entraînement, le temps écoulé est affiché. Votre pouls sera également mesuré à intervalles réguliers quand vous portez une ceinture cardiaque compatible. Le moniteur d'activité reste en mode entraînement jusqu'à ce que vous mettiez fin à l'entraînement. Les données enregistrées durant l'entraînement seront affichées dans votre profil dans l'application iFit Coach.

Durant l'entraînement, vous pouvez appuyer sur le bouton pour naviguer vers les autres écrans des menus principaux.

3. Pour terminer l'entraînement, naviguez d'abord jusqu'à l'écran entraînement et appuyez deux fois sur le bouton. Ensuite, appuyez sur le bouton quand l'icône stop apparaît sur l'écran.

Remarque : si vous effectuez un entraînement actif sans interruption comme la course, il est recommandé de laisser le moniteur d'activité détecter automatiquement votre entraînement (voir la section DÉTECTION D'ACTIVITÉ page 13). Si vous effectuez un entraînement actif de façon intermittente comme le yoga, il est recommandé de commencer et terminer manuellement l'entraînement comme décrit ci-dessus.

Mesurer votre Rythme Cardiaque

Le moniteur d'activité est compatible avec toutes les ceintures cardiaques BLUETOOTH Smart. Durant vos entraînements, le moniteur d'activité affiche votre rythme cardiaque si vous portez une ceinture cardiaque compatible.

Une ceinture cardiaque est incluse avec certains modèles. **Pour utiliser une ceinture cardiaque,** référez-vous à la section UTILISER LA CEINTURE CARDIAQUE page 17.



Quand le moniteur d'activité détecte une ceinture cardiaque, votre rythme cardiaque s'affiche sur l'écran.



Quand le moniteur d'activité essaye de se connecter ou de se reconnecter à votre ceinture cardiaque, les lettres HRM ou trois tirets apparaissent sur l'écran.



Si votre rythme cardiaque ne s'affiche pas quand vous portez une ceinture cardiaque compatible, référez-vous au manuel de l'utilisateur de votre ceinture cardiaque pour résoudre le problème.

Si votre rythme cardiaque ne s'affiche pas quand vous portez une ceinture cardiaque incluse, référez-vous aux sections COMMENT PORTER LA CEINTURE CARDIAQUE page 17 et RÉOLUTION DES PROBLÈMES DE LA CEINTURE CARDIAQUE page 18.

Si votre rythme cardiaque ne s'affiche toujours pas, envoyez un email à support@iFit.com.

Utiliser l'Alerte d'Inactivité

Pour programmer une alerte d'inactivité, vous devez d'abord activer cette option dans l'application iFit Coach. Dans l'application iFit Coach, appuyez sur l'icône montre puis entrez le paramètre désiré. Par exemple, si vous entrez une durée de 45 minutes pour l'option Idle Before Alert (durée d'inactivité avant l'alerte), le moniteur d'activité vous demandera de vous mettre debout et de bouger quand vous avez été inactif pendant 45 minutes.

TIME TO MOVE!

Atteignez Vos Objectifs Quotidiens de Calories, de Distance et de Nombre de Pas

Pour enregistrer des objectifs quotidiens dans l'application iFit Coach, appuyez sur l'icône engrenage, puis sur Goals Settings (paramètres des objectifs), puis enregistrez les objectifs désirés. Quand vous atteignez un objectif, le moniteur d'activité se met à vibrer et un message comme CALORIE GOAL ACHIEVED (objectif de calories atteint), DISTANCE GOAL ACHIEVED (objectif de distance atteint), ou STEP GOAL ACHIEVED (objectif de pas atteint) s'affiche.

GOAL ACHIEVED!

Laissez le Mode de Sommeil Automatique Enregistrer Votre Sommeil

Le moniteur d'activité détecte automatiquement quand vous dormez et se met en mode sommeil.

Vous pouvez aussi programmer un créneau de sommeil dans l'application iFit Coach pour les heures durant lesquelles vous dormez habituellement. Les fonctionnalités telles que Move Time Alert (alerte d'inactivité) et Caller ID & Text (affichage du numéro et SMS) seront désactivées durant le créneau de sommeil que vous avez programmé. Pour programmer un créneau de sommeil, appuyez sur l'icône montre, activez l'option Sleep (sommeil), puis enregistrez In Bed Time (heure du coucher) et Wake Up Time (heure de réveil).

Remarque : vous pouvez aussi sélectionner l'écran du menu principal, appuyer sur le touche engrenage, puis toucher Product Settings (paramètres de l'appareil) pour naviguer jusqu'aux paramètres de cette fonctionnalité.

Utilisez l'Option de l'Affichage du Numéro et des SMS

Cette fonctionnalité est possible uniquement avec les appareils Android. Pour recevoir des appels et des notifications SMS, vous devez d'abord activer cette fonctionnalité dans l'application iFit Coach. Dans l'application iFit Coach, touchez l'icône montre, puis activez les options Caller ID & Text (affichage du numéro et des SMS) et Show Messages On Device (afficher les messages sur l'appareil).

Remarque : vous pouvez aussi sélectionner l'écran du menu principal, appuyer sur le touche engrenage, puis toucher Product Settings (paramètres de l'appareil) pour naviguer jusqu'aux paramètres de cette fonctionnalité.

En activant cette fonctionnalité, vous réduirez considérablement la durée de charge de la pile du moniteur d'activité. L'information qui apparaît sur l'écran du moniteur d'activité varie selon l'appareil que vous utilisez. L'écran du moniteur d'activité peut afficher un maximum de 32 caractères par notification.

Si votre appareil reçoit un appel téléphonique, le moniteur d'activité se met à vibrer et une notification d'appel défile sur l'écran.

Si votre appareil reçoit un message, le moniteur d'activité se met à vibrer et une notification de message défile sur l'écran. Si un message défile sur l'écran et qu'un deuxième message arrive, le deuxième message sera ignoré.

Pour arrêter une notification d'appel ou de message alors qu'elle défile sur l'écran, appuyez sur le bouton.

Utiliser la Ceinture Cardiaque

Une ceinture cardiaque est incluse avec certains modèles. **S'il n'y a pas de ceinture cardiaque incluse avec votre modèle, vous pouvez aller sur le site [iFit.com/shop](https://www.ifit.com/shop) pour acheter une ceinture cardiaque BLUETOOTH Smart.**

Remarque : le moniteur d'activité est compatible avec toutes les ceintures cardiaques BLUETOOTH Smart.



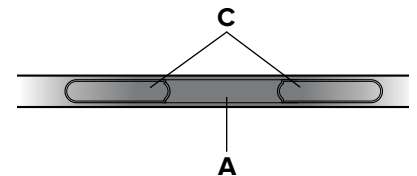
Comment Porter la Ceinture Cardiaque

La ceinture cardiaque comprend une sangle du torse (A) et un capteur (B). Attachez le capteur sur la sangle du torse en enfonçant les tiges du capteur dans les attaches sur la sangle du torse.



La ceinture cardiaque doit être portée sous vos vêtements, au contact de la peau. Pour porter la ceinture cardiaque, passez la sangle du torse (A) autour de votre torse, puis glissez la boucle qui se trouve sur une extrémité de la sangle dans la pince sur l'autre extrémité. Assurez-vous que le logo sur le capteur (B) est à l'endroit. Ensuite, réglez la longueur de la sangle du torse, si nécessaire, et placez la sangle dans la position indiquée sur le schéma.

Enfin, soulevez la sangle du torse (A) de votre peau de quelques centimètres et trouvez les deux électrodes (C). Mouillez les électrodes à l'aide d'une solution saline comme de la salive ou du liquide pour lentilles de contact. Ensuite, replacez la sangle du torse contre votre torse.



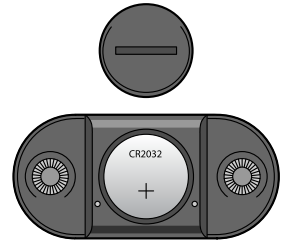
Entretien de la Ceinture Cardiaque

- Séchez complètement la zone des électrodes sur la sangle du torse avec une serviette douce après chaque utilisation. L'humidité peut maintenir le capteur activé, ce qui réduit la durée de vie de la pile.
- Rangez la ceinture cardiaque dans un endroit sec et tiède. Ne rangez pas la ceinture cardiaque dans un sac en plastique ou tout autre emballage qui retient l'humidité.
- La ceinture cardiaque ne doit pas être exposée aux rayons directs du soleil pendant de longues périodes ; elle ne doit pas non plus être exposée à des températures supérieures à 50°C ou inférieures à -10°C.
- Pour nettoyer le capteur, utilisez un chiffon humide et un peu de savon doux. Ensuite, essuyez le capteur avec un chiffon humide, puis séchez-le complètement avec une serviette douce. **N'utilisez jamais d'alcool ou des produits chimiques ou abrasifs pour nettoyer le capteur.** Lavez la sangle à la main et laissez-la sécher à l'air libre.

Résolution des Problèmes de la Ceinture Cardiaque

Si la ceinture cardiaque ne fonctionne pas correctement, suivez les étapes ci-dessous.

- Assurez-vous de porter la ceinture cardiaque comme décrit dans la section COMMENT PORTER LA CEINTURE CARDIAQUE page 17. Si la ceinture cardiaque ne fonctionne pas correctement quand elle est portée comme décrit, baissez-la ou montez-la sur votre torse.
- Si votre rythme cardiaque ne s'affiche pas jusqu'à ce que vous commenciez à transpirer, humidifiez de nouveau les électrodes.
- La ceinture cardiaque est conçue pour être utilisée par des personnes ayant un rythme cardiaque normal. Les problèmes de lecture du pouls peuvent être causés par certaines pathologies telles que les extrasystoles ventriculaires (ESV), les accès de tachycardie ou l'arythmie.
- Si votre ceinture cardiaque ne fonctionne toujours pas, retirez le capteur de la sangle du torse et trouvez le couvercle des piles au dos du capteur. Insérez la tranche d'une pièce dans la fente sur le couvercle des piles, tournez le couvercle dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, puis retirez le couvercle. Ensuite, remplacez la pile existante par une pile neuve CR 2032 ; **assurez-vous que le texte sur la pile est face à vous**. Enfin, réattachez le couvercle des piles et tournez-le dans le sens des aiguilles d'une montre.
- La ceinture cardiaque peut également communiquer avec des appareils de fitness compatibles avec le BLUETOOTH Smart comme des tapis de course ou des vélos elliptiques. Pour utiliser la ceinture cardiaque avec un autre appareil de fitness, assurez-vous que l'appareil est équipé d'un récepteur BLUETOOTH Smart.
- Pour que la console de votre appareil de fitness puisse afficher votre rythme cardiaque, vous devez vous trouver à une distance de bras de celle-ci.
- Le fonctionnement de la ceinture cardiaque peut être affecté par des interférences magnétiques provenant de lignes de haute tension ou d'autres sources. Si vous pensez que des interférences magnétiques causent un problème, essayez de déplacer votre appareil de fitness.



Résolution des Problèmes et Rangement

Résolution des Problèmes du Moniteur d'Activité

Si le moniteur d'activité se bloque ou ne répond plus, suivez les procédures ci-dessous, dans l'ordre.

Fermez et ouvrez de nouveau l'application iFit Coach.

1. Fermez et ouvrez de nouveau l'application iFit Coach.

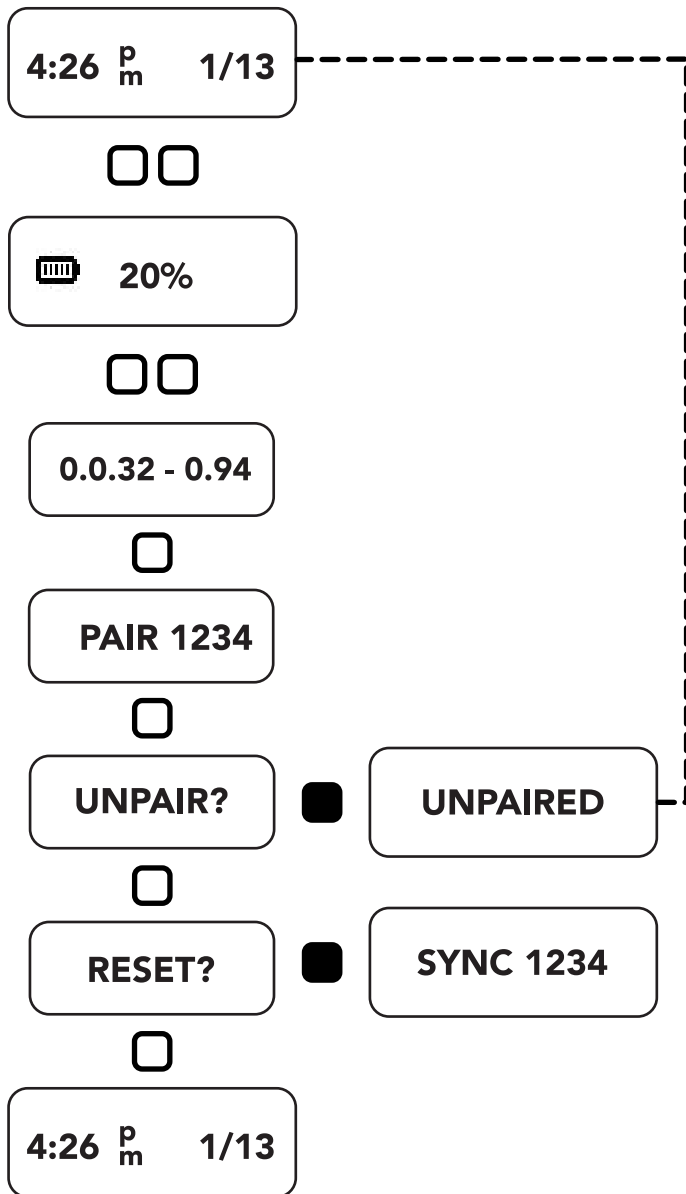
Si le moniteur d'activité ne fonctionne toujours pas correctement, référez-vous à la section RÉINITIALISATION DU MONITEUR D'ACTIVITÉ ci-dessous.

Réinitialisation du moniteur d'activité

1. Réinitialisez le moniteur d'activité. Référez-vous à la section DÉCOUPLER OU RÉINITIALISER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ page 20.

Découpler ou Réinitialiser le Moniteur d'Activité

Pour découpler ou réinitialiser le moniteur d'activité, suivez les étapes ci-dessous.



1. Naviguez jusqu'à l'écran de l'heure et de la date et appuyez deux fois sur le bouton. L'écran du niveau de charge de la pile s'affiche sur l'écran. Ensuite, appuyez deux fois sur le bouton. L'écran des paramètres s'affiche.
2. Appuyez plusieurs fois sur le bouton jusqu'à ce que l'option de découplage ou l'option de réinitialisation s'affiche.
3. **Pour découpler le moniteur d'activité**, tenez le bouton enfoncé pendant 15 secondes quand l'option de découplage s'affiche.

Quand vous découplez le moniteur d'activité, il ne sera plus connecté à votre appareil et ne synchronisera plus vos données avec l'application iFit Coach sur votre appareil. Si vous le désirez, vous pouvez à présent coupler le moniteur d'activité avec un autre appareil.

4. Pour réinitialiser le moniteur d'activité, tenez le bouton enfoncé pendant 15 secondes quand l'option de réinitialisation s'affiche.

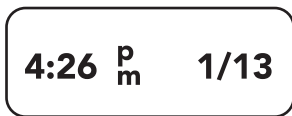
Si le moniteur d'activité ne fonctionne pas correctement, réinitialisez-le. **IMPORTANT : quand vous le réinitialisez, les données enregistrées sur le moniteur d'activité seront effacées. Assurez-vous d'avoir synchronisé le moniteur d'activité avec l'application iFit Coach avant de le réinitialiser.**

Une fois le moniteur d'activité réinitialisé, synchronisez-le avec l'application iFit Coach sur votre appareil.

Coupler le Moniteur d'Activité

Pour coupler le moniteur d'activité avec votre appareil, suivez les étapes ci-dessous :

1. Placez le moniteur d'activité près de votre appareil.
2. Naviguez jusqu'à l'écran de l'heure et de la date.



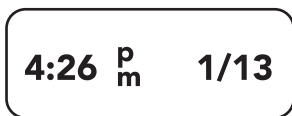
3. Appuyez deux fois sur le bouton. L'écran du niveau de charge de la pile s'affiche.



4. Appuyez deux fois sur le bouton. Le numéro de version du moniteur d'activité s'affiche.
5. Appuyez sur le bouton. L'écran du couplage s'affiche.

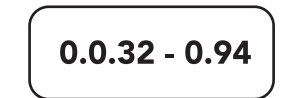
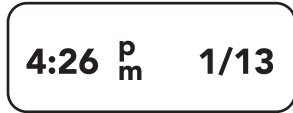


6. Dans l'application iFit Coach, sélectionnez le moniteur d'activité dans la liste des appareils détectés. Le processus de couplage commence alors.
7. Si le couplage réussit, l'écran de l'heure et de la date s'affiche.



Ranger le Moniteur d'Activité

Pour désactiver le moniteur d'activité et le mettre en mode de transport pour un rangement de longue durée, suivez les étapes ci-dessous.



1. Naviguez jusqu'à l'écran de l'heure et de la date et appuyez deux fois sur le bouton. L'écran du niveau de charge de la pile s'affiche sur l'écran. Ensuite, appuyez deux fois sur le bouton. L'écran des paramètres s'affiche.
2. Appuyez plusieurs fois sur le bouton jusqu'à ce que l'écran du numéro d'identification de couplage s'affiche.
3. À partir de l'écran du numéro d'identification de couplage, tenez le bouton pendant 10 secondes pour désactiver le moniteur d'activité et entrer en mode de transport.

Pour activer le moniteur d'activité et quitter le mode de transport, appuyez une fois sur le bouton. Un message d'instruction s'affiche alors sur l'écran. Tenez le bouton pendant 5 secondes jusqu'à ce que le moniteur d'activité s'active. Ensuite, synchronisez le moniteur d'activité avec votre appareil. Référez-vous à la section COUPLER, CONFIGURER ET SYNCHRONISER LE MONITEUR D'ACTIVITÉ page 4.

Information de Conformité

Information de Conformité pour les États-Unis

Déclaration de la FCC. Cet appareil est conforme à la section 15 de la Réglementation de la FCC. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) Cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles, et (2) cet appareil doit tolérer toutes les interférences, dont les interférences pouvant causer un fonctionnement non désiré.

Avertissement de la FCC : tout changement ou modification non expressément approuvé par la partie responsable de la conformité peut annuler l'autorisation de l'utilisateur à utiliser cet appareil.

Remarque : cet appareil été testé et déclaré conforme aux limites d'exposition pour les appareils numériques de classe B, selon la section 15 de la Règlementation de la FCC. Ces limites sont conçus pour fournir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles dans une installation résidentielle. Cet appareil produit, utilise et peut émettre de l'énergie radio fréquence et, si elle n'est pas installée et utilisée conformément aux instructions, peut causer des interférences nuisibles aux communications radio. Cependant, il n'est pas garantie que des interférences ne se produisent pas dans une installation particulière. Si cet appareil cause des interférences gênantes à la réception d'un signal radio ou de télévision, ce qui peut être déterminé en allumant et en éteignant l'appareil, l'utilisateur peut corriger les interférences en suivants une des mesures suivantes :

- Réorientez ou repositionnez l'antenne de réception.
- Augmentez la distance entre l'appareil et le récepteur.
- Branchez l'appareil dans une prise sur un circuit différent du circuit sur lequel le récepteur est branché.
- Consulter le revendeur ou un technicien radio/TV expérimenté pour obtenir de l'aide.

Cet appareil est conforme aux exigences de la FCC et de l'IC concernant l'exposition aux ondes dans un environnement public ou contrôlé.

Information de Conformité pour le Canada

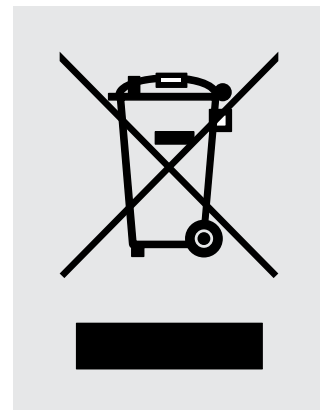
Déclaration de l'IC. Cet appareil est conforme à la norme RSS d'Industry Canada. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes : (1) Cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles, et (2) cet appareil doit tolérer toutes les interférences, dont les interférences pouvant causer un fonctionnement non désiré.

Cet appareil numérique de classe B est conforme à la norme canadienne ICES-003.

Information sur le Recyclage

Cet appareil électronique ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers. Pour préserver l'environnement, cet appareil doit être recyclé après sa vie utile selon les dispositions légales.

Jetez l'appareil dans un site de recyclage autorisé à la collecte de ce type de déchet dans votre région. En suivant cette consigne, vous aidez à préserver les ressources naturelles et à améliorer les normes de protection de l'environnement. Pour plus d'information concernant le recyclage de votre appareil, veuillez contacter votre mairie, la déchetterie locale ou le magasin dans lequel vous avez acheté l'appareil.



Information sur la Pile

Cet appareil électronique contient une pile rechargeable. Une pile rechargeable a une longue durée de vie si elle est utilisée correctement. N'exposez pas la pile à des températures extrêmes. Pour une capacité optimale de la pile, utilisez-la à la température ambiante. Si la pile est utilisée dans un lieu froid, sa capacité en est réduite.

Garantie Limitée

ICON Health & Fitness, Inc. (ICON) garantit que l'appareil est exempt de tout vice de matériau et de fabrication dans des conditions normales d'utilisation et d'entretien. Les pièces sont garanties pendant un (1) an à partir de la date d'achat.

Cette garantie s'applique uniquement à l'acheteur initial (le client). L'obligation d'ICON sous cette garantie est limitée au remplacement de l'appareil. Si un appareil de remplacement est expédié alors que l'appareil est sous garantie, le client sera facturé un forfait minimal de préparation. ICON n'autorise aucune autre garantie que celle expressément énoncée ci-dessus.

ICON n'est pas responsable des dommages indirects, particuliers ou consécutifs résultants de ou en rapport avec l'utilisation ou le fonctionnement de l'appareil ; ou des dommages résultants d'une perte financière, perte de bien, perte de revenus ou de profits, perte de jouissance ou d'utilisation ; ou des frais d'enlèvement ou d'installation ; ou tout autre dommage indirect de quelque nature que se soit. Certaines régions ne permettent pas l'exclusion ou la limitation des dommages indirects ou consécutifs. Par

conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas concerner le client.

Cette garantie remplace toute autre garantie, et toute garantie implicite de vente ou de résultats pour un usage particulier, et est limitée dans sa portée et sa durée aux conditions énoncées dans le présent document. Certaines régions ne permettent pas la limitation de durée d'une garantie implicite. Par conséquent, les limitations mentionnées ci-dessus peuvent ne pas concerner le client.

Cette garantie donne des droits spécifiques ; le client peut avoir d'autres droits qui varient d'une région à l'autre.

Pour faire une déclaration, veuillez visiter le site internet de notre Service à la Clientèle support.iFit.com ou envoyez un e-mail à support@iFit.com.

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

Garantie Limitée pour l'Europe

Les termes de la garantie ci-dessus peuvent ne pas s'appliquer à votre cas. Pour recevoir des informations concernant votre garantie, envoyez un email à support@iFit.com.

iFIT est une marque déposée d'ICON Health & Fitness, Inc. App Store est une marque d'Apple Inc. déposée aux États-Unis et dans d'autres pays. Android et Google Play sont des marques de Google Inc. Le mot et les logos BLUETOOTH® sont des marques déposées de Bluetooth SIG, Inc. et sont utilisées sous licence. IOS est une marque ou une marque déposée de Cisco aux États-Unis et dans d'autres pays, et est utilisée sous licence. La technologie de prise de pouls optique est utilisée sous licence sous le brevet de CSEM Switzerland, et sous brevets demandés par PulseOn Oy.