



fitbit versa 2™



Brugervejledning
Version 1.0

Indholdsfortegnelse

Kom godt i gang	7
Æsken indeholder.....	7
Opsætning af Versa 2	8
Oplad dit ur.....	8
Opsætning af din telefon eller tablet.....	9
Oprettelse af forbindelse til wi-fi.....	9
Se dine data i Fitbit-appen.....	10
Lås op for Fitbit Premium	11
Brug Versa 2	12
Placering for at have uret på hele dagen vs. ved motion.....	12
.....	12
Håndethed.....	13
Udskiftning af remmen	14
Tag remmen af.....	14
.....	14
Sæt en rem på.....	15
Det elementære	16
Naviger Versa 2.....	16
Grundlæggende navigation.....	16
Knapgenveje.....	18
Juster indstillingerne.....	20
Kontroller batteriniveauet.....	21
Indstil enhedslås.....	21
Juster altid tændt-indstillingerne.....	22
Sluk for skærmen.....	23
Pleje for Versa 2.....	24
Apps og urskiver	25
Skift urskiven.....	25
Åbn apps.....	25
Organisering af apps.....	25

Download ekstra apps.....	26
Fjern apps.....	26
Opdater apps.....	26
Stemmestyring.....	27
Opsæt Alexa.....	27
Interager med Alexa.....	27
Tjek dine Alexa-alarmer, -påmindelser og -timere.....	28
Livsstil.....	30
Starbucks.....	30
Strava.....	30
Vejret.....	30
Tjek vejret.....	31
Tilføj eller fjern en by.....	31
Meddelelser.....	32
Opsæt meddelelser.....	32
Se indgående meddelelser.....	32
Administrer meddelelser.....	33
Sluk for meddelelser.....	33
Besvar eller afvis telefonopkald.....	34
Besvar beskeder.....	35
Tidtagning.....	36
Brug Alarm-appen.....	36
Afvis eller snooze en alarm.....	36
Brug Timer-appen.....	37
Aktivitet og søvn.....	38
Se dine statistikker.....	38
Sporing af dagligt aktivitetsmål.....	39
Vælg et mål.....	39
Sporing af aktivitet per time.....	39
Spor din søvn.....	40
Indstil et søvnmål.....	40
Angiv en påmindelse ved sengetid.....	40

Lær om dine søvnvaner.....	41
Se din puls.....	41
Øv dig på vejledt vejtrækning.....	41
Fitness og motion.....	43
Spør automatisk din træning.....	43
Spør og analyser træning med trænings-appen.....	43
GPS-krav.....	44
Spør en træningssession.....	44
Tilpas dine træningsindstillinger og genveje.....	45
Tjek dit træningssammendrag.....	46
Tjek din puls.....	46
Standard-pulszoner.....	46
Tilpassede pulszoner.....	48
Træn med Fitbit Coach.....	48
Del dine aktiviteter.....	48
Spør din konditionstræningsscore.....	49
Musik og podcasts.....	50
Tilslut Bluetooth-høretelefoner eller -højtalere.....	50
Lyt til personlig musik og podcasts.....	51
Kontroller musik med Versa 2.....	51
Vælg musikkilden.....	51
Kontroller musik.....	52
Kontroller musik med Spotify-appen.....	52
Brug Pandora på Versa 2 (kun i USA).....	52
Brug Deezer på Versa 2.....	53
Fitbit Pay.....	54
Brug kredit- og betalingskort.....	54
Sæt Fitbit Pay op.....	54
Udfør betalinger.....	55
Skift dit standardkort.....	56
Betalt for transit.....	56
Opdater, genstart og slet.....	58
Opdater Versa 2.....	58

Genstart Versa 2.....	58
Sluk for Versa 2.....	59
Slet Versa 2.....	59
Fejlfinding.....	60
Pulssignal mangler.....	60
GPS-signal mangler.....	60
Kan ikke oprette forbindelse til wi-fi.....	61
Andre spørgsmål.....	62
Generelle oplysninger og specifikationer.....	63
Sensorer.....	63
Materialer.....	63
Trådløs teknologi.....	63
Haptisk feedback.....	63
Batteri.....	64
Hukommelse.....	64
Skærm.....	64
Remstørrelse.....	64
Miljøforhold.....	65
Lær mere.....	65
Returpolitik og garanti.....	65
Meddelelser om regulativer og sikkerhed.....	66
USA: Erklæring fra Federal Communications Commission (FCC).....	66
Canada: Erklæring Industry Canada (IC).....	67
Den Europæiske Union (EU).....	68
IP-vurdering.....	69
Argentina.....	70
Australien og New Zealand.....	70
Hviderusland.....	70
Toldunionen.....	70
Kina.....	70
Indien.....	72
Indonesien.....	72
Israel.....	72

Japan.....	72
Mexico.....	73
Marocco.....	73
Nigeria.....	73
Oman.....	73
Pakistan.....	74
Filippinerne.....	74
Serbien.....	75
Sydkorea.....	75
Taiwan.....	75
De Forenede Arabiske Emirater.....	79
Vietnam.....	79
Zambia.....	79
Sikkerhedserklæring.....	79

Kom godt i gang

Gør din dag endnu bedre med Fitbit Versa 2, et førsteklasses sundheds- og fitnessur med Amazon Alexa indbygget, fitnessfunktioner, apps og mere. Brug et øjeblik på at gennemgå alle vores sikkerhedsoplysninger på fitbit.com/safety.

Æsken indeholder

Din Versa 2-æske indeholder:



Ur med lille rem (farve og materiale varierer)



Opladerkabel



Ekstra, stor rem

Versa 2's aftagelige rem leveres i en række farver og materialer, der sælges separat.

Opsætning af Versa 2

For den bedste oplevelse skal du bruge Fitbit-appen til iPhones og iPads eller Android-telefoner.

For at oprette en Fitbit-konto skal du indtaste din fødselsdato, højde, vægt og køn, når du bliver bedt om det, for at beregne din skridtlængde og estimere afstand, basal metabolisk hastighed og kalorieforbrænding. Når du har oprettet din konto, er dit fornavn, sidste initial og dit profilbillede synlige for alle andre Fitbit-brugere. Du har mulighed for at dele andre oplysninger, men de fleste af de oplysninger, du angiver for at oprette en konto, er som standard private.

Oplad dit ur

Dit fuldt opladede Versa 2 har en batterilevetid på mere end 5 dage. Batteriets levetid og opladningscyklusser varierer med brug og andre faktorer. Faktiske resultater vil variere.

Opladning af Versa 2:

1. Sæt opladerkablet i USB-porten på din computer, en UL-certificeret USB-vægoplader, eller en anden lavenergi-opladningsanordning.
2. Klem clipset på, og sæt Versa 2 i opladningsstationen. Clipset på opladningsstationen skal passe med guldkontakterne på bagsiden af uret. Opladningsprocenten vises på skærmen.



Mens uret oplades, skal du trykke på skærmen to gange for at tænde for skærmen og kontrollere batteriniveauet. Tryk igen for at bruge Versa 2.

Konfigurering af din telefon eller tablet

Opsæt Versa 2 med Fitbit-appen til iPhones og iPads eller Android-telefoner. Fitbit-appen er kompatibel med de mest populære telefoner og tablets. For mere information henvises der til fitbit.com/devices.

Kom godt i gang:

1. Download Fitbit-appen.
 - Apple App Store til iPhones og iPads
 - Google Play Store til Android-enheder
2. Installer appen, og åbn den.
 - Hvis du allerede har en Fitbit-konto, skal du logge ind på din konto > tryk på fanen I dag  > dit profilbillede > **Set Up a Device** (Opsætning af en enhed).
 - Hvis du ikke har en Fitbit-konto, skal du trykke på **Join Fitbit** (Tilmeld dig til Fitbit) for at blive guidet gennem en række spørgsmål for at oprette en Fitbit-konto.
3. Fortsæt med at følge instruktionerne på skærmen for at forbinde Versa 2 til din konto:

Når du er færdig med opsætningen, skal du læse vejledningen for at lære mere om dit nye ur og derefter udforske Fitbit-appen.

Oprettelse af forbindelse til wi-fi

Under installationen bliver du bedt om at forbinde Versa 2 til dit wi-fi-netværk. Versa 2 bruger wi-fi til hurtigere at downloade spillelister og apps fra Fitbit App-galleriet samt til hurtigere og mere pålidelige firmwareopdateringer.

Versa 2 kan forbinde til åbne, WEP-, WPA personlige og WPA2 personlige wi-fi-netværk. Dit ur kan ikke forbindes til 5 GHz, WPA virksomheds- eller offentlige wi-fi-netværk, der kræver mere end en adgangskode, som fx logins, abonnementer eller profiler. Hvis du ser felter til indtastning af brugernavn eller domæne, når du opretter forbindelse til wi-fi-netværket på en computer, så understøttes netværket ikke.

For at få de bedste resultater skal du forbinde Versa 2 til dit wi-fi-netværk derhjemme. Sørg for at kende netværksadgangskoden før tilslutning.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Se dine data i Fitbit-appen

Synkroniser Versa 2 for at overføre dine data til Fitbit-appen, hvor du kan se din aktivitets- og søvndata, logge mad og vand, deltage i udfordringer og meget mere. For at opnå de bedste resultater skal du anvende heldags-synkronisering, så Versa 2 synkroniserer med appen med jævne mellemrum. Synkronisering er påkrævet for visse funktioner på Versa 2, fx Amazon Alexa.

Lås op for Fitbit Premium

Fitbit Premium hjælper dig med at opbygge sunde vaner ved at tilbyde skræddersyede træningsprogrammer, indsigt i, hvordan din adfærd påvirker dit helbred, samt personaliserede planer, der hjælper dig med at nå dine mål. Den specielle udgave af Versa 2 fås med en 3-måneders gratis prøveversion af Fitbit Premium i visse lande.

Fitbit Premium inkluderer:

- | Detaljerede programmer, der er skræddersyet til dine sundheds- og fitnessmål
- | Indblik i din aktivitet og fremskridt gennem programmer
- | Trin-for-trin-træning med Fitbit Coach

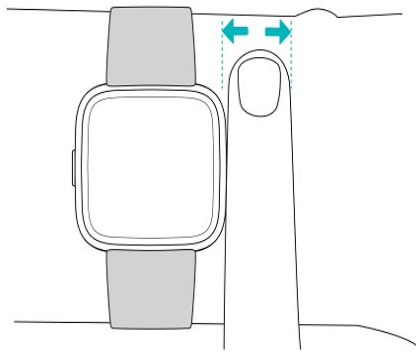
For mere information, se help.fitbit.com.

Brug Versa 2

Placer Versa 2 omkring dit håndled. Hvis du vil sætte en anden rem på, eller hvis du har købt en anden rem, kan du finde instruktionerne i "[Udskiftning af remmen](#)" på side 14.

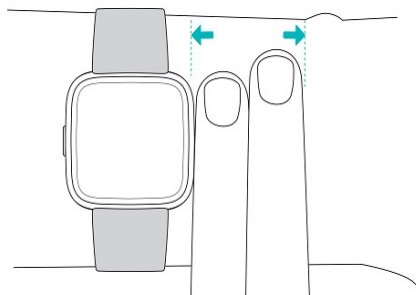
Placering for at have uret på hele dagen eller ved motion

Når du ikke træner, skal du bære Versa 2 en fingerbredde over knoglen på dit håndled.



For optimeret pulssporing under træning:


- Under træning kan du eksperimentere med at bære uret højere på håndledet (2 fingerbredder) for at opnå en bedre pasform. Mange øvelser såsom cykelture eller vægtløftning gør, at du skal bøje dit håndled ofte, hvilket øger sandsynligheden for at forstyrre pulssignalet, hvis uret sidder lavt på dit håndled.



- | Bær din Fitbit-enhed øverst på håndleddet, og sørg for, at enhedens bagside er i kontakt med huden.
- | Overvej at stramme remmen inden træningen og løsne den igen, når du er færdig. Remmen skal sidde tæt, men ikke stramme (en stram rem begrænser blodgennemstrømningen, hvilket kan påvirke pulssignalet).

Håndthed

For større nøjagtighed skal du angive, om du bruger Versa 2 på din dominerende eller ikke-dominerende hånd. Den dominerende hånd er den, du bruger til at skrive og spise med. Som standard er uret indstillet til den ikke-dominerende hånd. Hvis bærer Versa 2 på din dominerende hånd, skal du ændre håndledsindstillingen i Fitbit-appen:

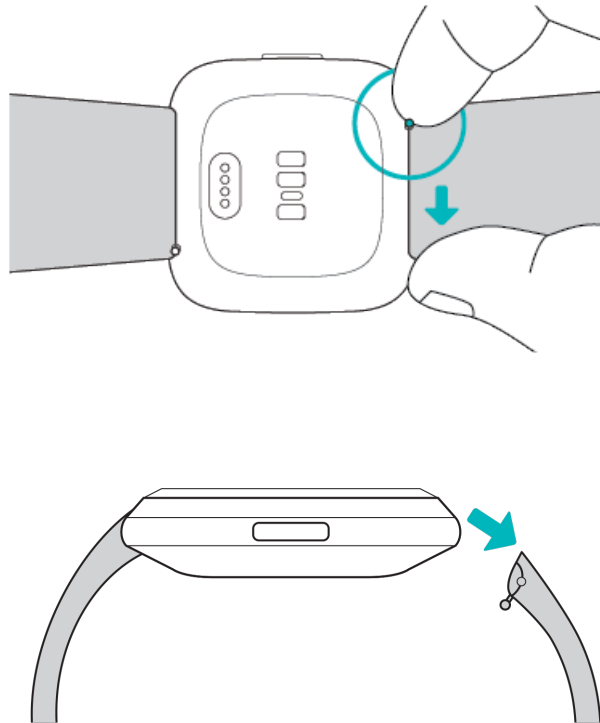
Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2 > **Wrist** (Håndled) > **Dominant**.

Udskiftning af remmen

Versa 2 leveres med en lille rem samt en ekstra, stor underrem i æsken. Både over- og underrem kan skiftes ud med tilbehørsremme, der sælges separat på [fitbit.com](https://www.fitbit.com). For remmål henvises der til "[Remstørrelse](#)" på side 64. Alle remme i Versa-serien er kompatible med alle enheder i Fitbit Versa-serien.

Aftagning af en rem

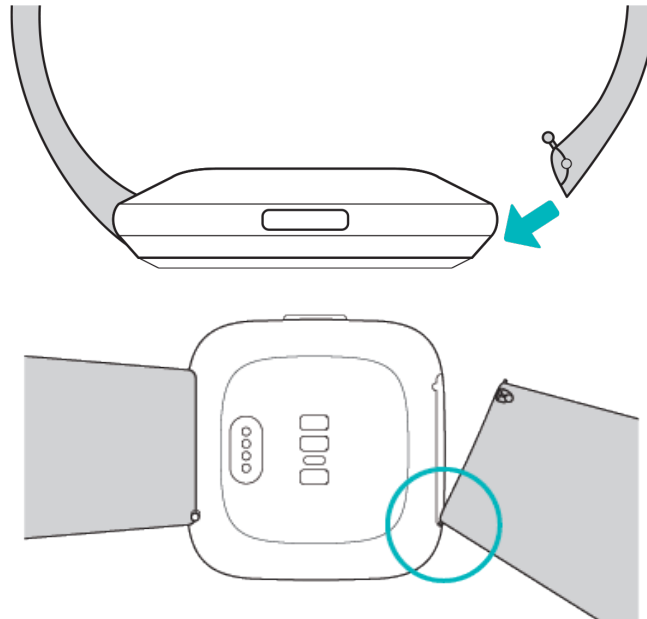
1. Vend Versa 2, og find hurtigudløseren.
2. Mens du trykker hurtigudløseren indad, skal du forsigtigt trække remmen væk fra uret for at frigøre den.



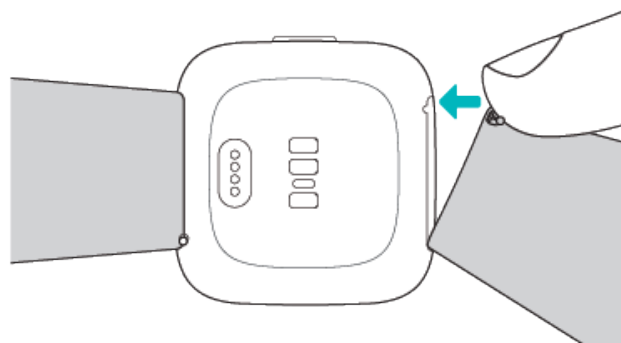
3. Gør det samme på den anden side.

Fastgør rem:

1. For at fastgøre en rem skal du holde remmen i en vinkel på 45 ° og skubbe stiftens (siden modsat hurtigudløserhåndtaget) ind i hakket på uret.



2. Mens du trykker hurtigudløseren indad, skal du skubbe den anden ende af remmen på plads.



3. Når begge stiftens ender er indsat, skal du slippe hurtigudløseren.

Det elementære

Lær, hvordan man administrerer Versa 2's indstillinger, indstiller en personlig PIN-kode, navigerer på skærmen og mere.

Naviger Versa 2

Versa 2 har en AMOLED-berøringskærm i farve og 1 knap.

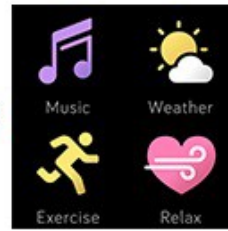
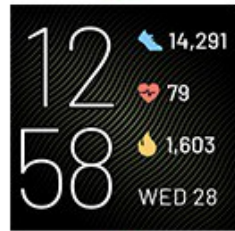
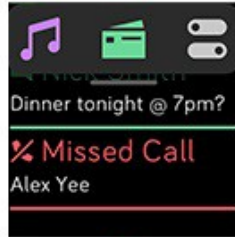
Naviger Versa 2 ved at trykke på skærmen, stryge fra side til side og op og ned eller ved at trykke på knappen. For at spare på batteriet slukkes urets skærm, når den ikke bruges, medmindre du indstiller den til **Altid tændt**. For mere information se "[Juster Altid tændt-indstillingerne](#)" på side 22.

Grundlæggende navigation

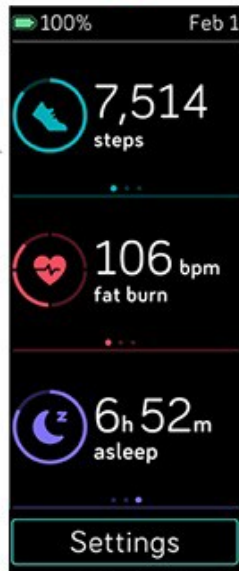
Hjemmeskærmen er uret.

- | Stryg ned fra toppen af skærmen for at se meddelelser og få adgang til genveje til musik, Fitbit Pay, Alexa og hurtigindstillinger. Genveje forsvinder efter 2 sekunder. Stryg ned for at se dem igen.
- | Stryg op for at se dine daglige statistikker.
- | Stryg til venstre for at se appsne på dit ur.
- | Tryk på knappen for at gå tilbage til en tidligere skærm eller vende tilbage til urskiven.

**SWIPE DOWN TO
SEE NOTIFICATIONS
AND SHORTCUTS**



**SWIPE LEFT TO
SEE APPS**



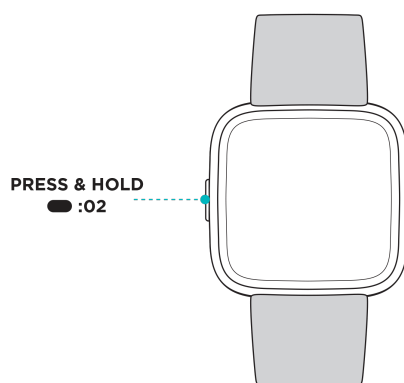
**SWIPE UP TO SEE
FITBIT TODAY**


Knapgenveje

Tryk og hold knappen nede på Versa 2 for hurtigere adgang til visse indstillinger.


Vælg en genvej








Hold knappen nede i 2 sekunder for at aktivere Alexa eller Fitbit Pay. For mere information om disse funktioner henvises der til "[Stemmestyring](#)" på side 27" og "[Brug kredit- og betalingskort](#)" på side 54.



Første gang du bruger genvejsknappen skal du vælge, hvilken funktion den aktiverer. For senere at ændre, hvilken funktion der aktiveres, når du holder knappen nede, skal du åbne appen Indstillinger  på dit ur og trykke på **venstre knap**.

Hurtigindstillinger

Stryg ned fra toppen af din urskærm, og tryk på ikonet for hurtigindstillinger  for at få adgang til bestemte indstillinger.

<p>Forstyr ikke </p>	<p>Når indstillingen Forstyr ikke er aktiveret:</p> <ul style="list-style-type: none"> Meddelelser, nåede mål og påmindelser om at bevæge sig får ikke uret til at vibrere og tænder ikke skærmen. Du ser ikonet Forstyr ikke  øverst på skærmen, når du stryger op for at se din statistik. <p>Du kan ikke aktivere Forstyr ikke og dvaletilstand på samme tid.</p>
<p>Dvaletilstand </p>	<p>Når indstillingen for dvaletilstand er aktiveret:</p> <ul style="list-style-type: none"> Meddelelser får ikke uret til at vibrere og skærmen tændes ikke. Skærmens lysstyrke er indstillet til svag. Urskiven 'altid tændt' er slået fra. Urets skærm tændes ikke, når du drejer håndleddet. Du kan se et dvaletilstand-ikon  øverst på skærmen, når du stryger op for at se din statistik. <p>Dvaletilstand slukkes ikke automatisk, medmindre du indstiller en tidsplan for dvaletilstand. For at planlægge dvaletilstand, så den automatisk tændes på bestemte tidspunkter, skal du åbne indstillings-appen  og trykke på Sleep Mode (Dvaletilstand) > Schedule (Planlæg). Dvaletilstand slukkes automatisk på det tidspunkt, du planlægger det, selvom du manuelt har tændt for den.</p>
<p>Tænd skærm </p>	<p>Når du indstiller Tænd skærm til Auto (Motion) (Auto Bevægelse), tændes skærmen, hver gang du drejer håndleddet.</p> <p>Når du indstiller Tænd skærm til Manual (Button) (Manuel Knap), skal du trykke på knappen for at tænde for skærmen.</p>
<p>Lysstyrkeikon </p>	<p>Juster skærmens lysstyrke.</p>

Skærm altid tændt 

For mere information se "[Juster Altid tændt-indstillinger](#)" på side 22.

Juster indstillingerne

Administrer grundlæggende indstillinger i appen Indstillinger :

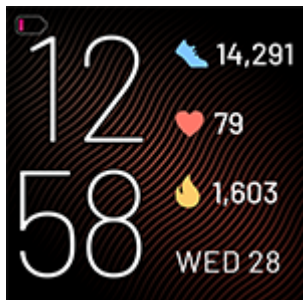
Lysstyrke	Skift skærmens lysstyrke.
Skærm timeout	Vælg, hvor længe skærmen forbliver tændt, når du holder op med at interagere med dit ur.
Skærm altid tændt	Juster Altid tændt-indstillingerne, herunder de oplysninger, du ser på urskiven.
Dvaletilstand	Juster indstillingerne for dvaletilstand, herunder indstilling af en tidsplan for tilstanden, så den automatisk tændes og slukkes.
Forstyr ikke	Juster Forstyr ikke-indstillingerne, herunder om tilstanden skal tændes automatisk, når du bruger trænings-appen.
Tænd skærm	Juster, om skærmen tændes, når du drejer håndledet.
Vibrationer	Juster urets vibrationsstyrke.
Mikrofon	Vælg, om dit ur kan få adgang til mikrofonen.
Venstre knap	Vælg den funktion, knappen aktiverer.
Alexa	Slå Alexa-meddelelser til eller fra.
Bluetooth	Administrer tilsluttede Bluetooth-enheder.
Puls	Tænd eller sluk for pulssporing.

Tryk på en indstilling for at justere den. Stryg op for at se den fulde liste over indstillinger.

Kontroller batteriniveauet

Stryg ned fra toppen af skærmen. Vent 2 sekunder på, at genvejstasterne forsvinder. Batteriniveauikonet vises øverst til venstre.

Hvis urets batteriniveau er lavt (mindre end 24 timer tilbage), vises der en rød batteriindikator på urskiven. Hvis dit urs batteriniveau er kritisk lavt (mindre end 4 timer tilbage), blinker batteriindikatoren.




Wi-fi fungerer ikke på Versa 2, når batteriet er 25 % eller derunder, og du kan ikke opdatere din enhed.

Opsæt enhedslås

For at hjælpe med at holde dit ur sikkert, skal du aktivere enhedslåsen i Fitbit-appen, som beder dig om at indtaste en personlig firecifret PIN-kode for at låse dit ur op. Hvis du konfigurerer Fitbit Pay til at foretage kontaktløse betalinger fra dit ur, tændes enhedslåsen automatisk, og du skal angive en kode. Hvis du ikke bruger Fitbit Pay, er enhedslåsen valgfri.

Aktivér enhedslåsen, eller nulstil din PIN-kode i Fitbit-appen:




Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2 > **Device Lock** (Enhedslys).

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Juster Altid tændt-indstillingerne


Aktivér Altid tændt skærm for at vise klokkeslættet på dit ur, selv når du ikke interagerer med skærmen. Vælg at også vise urets batteriniveau og din fremgang mod 2 af dine kernestatistikker.



For at slå denne funktion til eller fra skal du stryge ned fra toppen af dit ur og trykke på ikonet for hurtigindstillinger  > Ikon for Altid tændt skærm , eller find **Always-On Display** (Altid tændt skærm) i appen Indstillinger .



Bemærk, at det påvirker dit urs batterilevetid at aktivere denne funktion. Når Altid tændt skærm er aktiveret, har Versa 2 en batterilevetid på op til 2 dage.

Åbn appen Indstillinger for at justere, hvad der vises på skærmen, når Altid tændt skærm er slået til  > **Always-On Display** (Altid tændt skærm) > **Customize** (Tilpas).

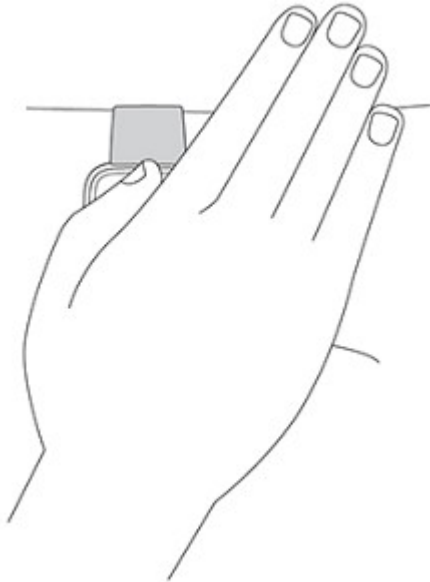
Urstil	Vælg mellem en digital eller analog urskive.
Statuslinje	Tænd for batteriindikatoren.
Nøglestatistikker	Vis dine fremskridt mod 2 kernestatistikker efter eget valg.
Slukket	Indstil skærmen til at slukke i løbet af bestemte timer.

Altid tændt skærm slukker automatisk for skærmen, når urets batteri er kritisk lavt.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Sluk for skærmen.

For at slukke for Versa 2's skærm, når den ikke er i brug, skal du dække urskriven kort med din modsatte hånd, trykke på knappen eller dreje håndleddet væk fra kroppen.



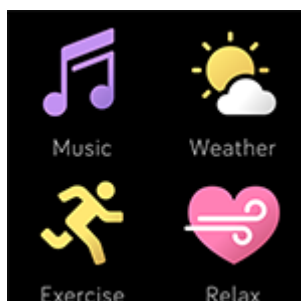
Bemærk, at hvis du tænder for Altid tændt skærm, så slukkes skærmen ikke.

Pleje for Versa 2


Det er vigtigt at rengøre og tørre Versa 2 af regelmæssigt. For mere information henvises der til fitbit.com/productcare.

Apps og urskiver

Fitbit App-galleriet og urskive-galleriet tilbyder apps og urskiver, der kan personliggøre dit ur og opfylde en bred vifte af sundheds-, fitness-, tidsmålings- og dagligdagsbehov.



Skift urskiven

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Clock Faces** (Urskiver) > **All Clocks** (Alle ure).
3. Gennemse de tilgængelige urskiver. Tryk på en urskive for at se en detaljeret visning.
4. Tryk på **Select** (Vælg) for at anvende urskiven på Versa 2.

Åbn apps


Fra urskiven skal du stryge til venstre for at se de apps, der er installeret på dit ur. For at åbne en app skal du trykke på den.

Organiserings af apps

Hvis du vil ændre en apps placering på Versa 2, skal du trykke og holde appen nede, indtil den er valgt, og så trække den hen til en ny placering. Appen er blevet valgt, når ikonet øges lidt i størrelse, og uret vibrerer.

Download flere apps


Tilføj nye apps til Versa 2 fra Fitbit App-galleriet.

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Apps** > **All apps** (Alle apps).
3. Gennemse de tilgængelige apps. Når du finder en, du vil installere, skal du trykke på den.
4. Tryk på **Install** (Installer) for at tilføje appen til Versa 2.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Fjern apps

Du kan fjerne de fleste apps installeret på Versa 2:

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Apps**.
3. På fanen Mine apps skal du finde den app, du vil fjerne. Du skal måske stryge op for at finde den.
4. Tryk på appen > **Remove** (Fjern).

Opdater apps


Apps opdateres via wi-fi efter behov. Versa 2 søger efter opdateringer, når den er sluttet til opladeren og er inden for dit wi-fi-netværks rækkevidde.

Du kan også opdatere apps manuelt. For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Stemmestyring


Kontroller vejret, indstil timere og alarmer, kontroller dine smarte hjemmeenheder og mere ved at tale til dit ur.

Opsæt Alexa

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Amazon Alexa** > **Login with Amazon** (Log ind på Amazon).
3. Tap på **Get Started** (Begynd).
4. Log ind på din Amazon-konto, eller opret en om nødvendigt.
5. Læs om, hvad Alexa kan gøre, og tryk på **Close** (Luk) for at vende tilbage til dine enhedsindstillinger i Fitbit-appen.

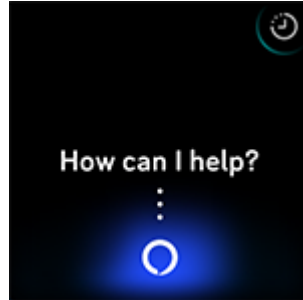
Hvis du vil ændre sproget, som Alexa genkender, eller afbryde forbindelsen til din Amazon-konto, skal du trykke på **Amazon Alexa** på siden med enhedsindstillinger og justere dine indstillinger.

Interager med Alexa

1. Aktivér Alexa.
 - Hvis du valgte Alexa som din knapgenvej, skal du holde knappen på dit ur nede i 2 sekunder.
 - Stryg ned fra toppen af skærmen, og tryk på Alexa-ikonet , hvis du valgte en anden knapgenvej.

Bemærk, at Fitbit-appen skal køre i baggrunden på din telefon.

2. Sig din anmodning.



Du behøver ikke at sige "Alexa", før du udtaler din anmodning. For eksempel:


- | Indstil timeren til 10 minutter.
- | Indstil en alarm til kl. 8:00.
- | Hvad er temperaturen udenfor?
- | Mind mig om at lave middag kl. 18:00.
- | Hvor meget protein er der i et æg?


Bemærk, at det at sige "Alexa" ikke aktiverer Alexa på dit ur - du skal åbne Alexa ved hjælp af knapgenvejen eller Alexa-ikonet, før mikrofonen i dit ur tændes. Mikrofonen slukkes, når du lukker Alexa, eller når urets skærm slukkes.

For tilføjet funktionalitet kan du installere Amazon Alexa-appen på din telefon. Med appen kan dit ur få adgang til yderligere Alexa-muligheder. Bemærk, at ikke alle muligheder fungerer med Versa 2, da de skal kunne vise feedback som tekst på urets skærm. Versa 2 har ikke en højttaler, så du vil ikke høre Alexa svare.



For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Kontrollér dine Alexa-alarmer, påmindelser og timere




1. Aktivér Alexa.
 - | Hvis du valgte Alexa som din knapgenvej, skal du holde knappen på dit ur nede i 2 sekunder.
 - | Stryg ned fra toppen af skærmen, og tryk på Alexa-ikonet , hvis du valgte en anden knapgenvej.

2. Tryk på notifikationsikonet , og stryg mod venstre eller højre for at navigere mellem alarmer, påmindelser og timere.
3. Tryk på en alarm for at tænde eller slukke for den. For at justere eller annullere en påmindelse eller timer skal du trykke på

Alexa-ikonet  og sige din anmodning.


Bemærk, at Alexas alarmer og timere er adskilt fra dem, du indstiller i Alarm-appen  og Timer-appen .

Livsstil

Brug apps som fx Starbucks , Strava  og Vejret  for at holde dig orienteret om det, du interesserer dig mest for. Se "Apps og urskiver" på side 25 for instruktioner om, hvordan du tilføjer og sletter apps.


For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Starbucks

Tilføj dit Starbucks-kort eller Starbucks Rewards-programnummer i Fitbit App-galleriet i Fitbit-appen, og synkroniser dit ur. Brug derefter Starbucks-appen  til at betale fra dit håndled.


For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Strava

Forbind dine Strava- og Fitbit-konti med hinanden i Fitbit-appen for at se dine løb- og cykeldata i Strava-appen  på dit ur

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Vejret

Se vejret for din nuværende placering samt 2 yderligere steder, du vælger i vejr-appen  på dit ur.



Tjek vejret

Åbn Vejr-appen for at se forholdene på din nuværende placering. Stryg til venstre for at se vejret andre steder, du har tilføjet.

Hvis vejret for din nuværende placering ikke vises, skal du kontrollere, at du har aktiveret placeringstjenester for Fitbit-appen. Hvis du ændrer placering, skal du synkronisere dit ur for at se den nye placering i vejr-appen.

Vælg din temperatureenhed i Fitbit-appen. For mere information, se help.fitbit.com.

Tilføj eller fjern en by


1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Apps**.
3. Tryk på tandhjulsikonet  ved siden af **Vejret**. Du skal måske stryge op for at finde appen.
4. Tryk på **Add City** (Tilføj by) for at tilføje op til 2 yderligere steder, eller tryk på **Edit** (Rediger) > **X**-ikonet for at slette en placering. Bemærk, at du ikke kan slette din nuværende placering.
5. Synkroniser dit ur med Fitbit-appen for at se de opdaterede placeringer på dit ur.

Meddelelser

Versa 2 kan vise opkald, tekstbeskeder, kalender- og app-meddelelser fra din telefon for at holde dig orienteret. Hold dit ur inden for 30 meter fra din telefon for at modtage meddelelser.

Indstil meddelelser

Kontroller, at Bluetooth er tændt på din telefon, og at din telefon kan modtage meddelelser (ofte under **Settings** (Indstillinger) > **Notifications** (Meddelelser)). Indstil derefter meddelelser:

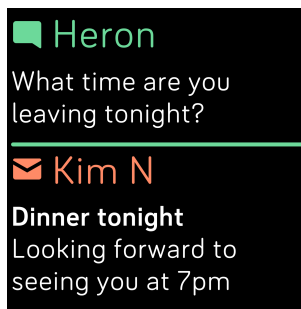
1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Notifications** (Meddelelser).
3. Følg instruktionerne på skærmen for at parre dit ur, hvis du ikke allerede har gjort det. Opkald, tekstbeskeder og kalendermeddelelser er slået til automatisk.
4. Sådan aktiveres meddelelser fra apps installeret på din telefon, herunder Fitbit og WhatsApp, tryk på **App Notifications** (App-meddelelser) og aktiver de meddelelser, du ønsker at se.

Bemærk, at hvis du har en iPhone eller iPad, så viser Versa 2 meddelelser fra alle kalendere, der er synkroniseret til kalender-appen. Hvis du har en Android-telefon, viser Versa 2 kalendermeddelelser fra den kalender-app, du vælger under opsætningen.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Se indgående meddelelser

En meddelelse får dit ur til at vibrere. Hvis du ikke læser meddelelsen, når den kommer, kan du tjekke den senere ved at stryge ned fra toppen af skærmen.



Hvis urets batteriniveau er kritisk lavt, vibrerer Versa 2 ikke og skærmen tændes ikke, når der er indgående meddelelser.

Administrer meddelelser

Versa 2 gemmer op til 30 meddelelser, hvorefter de ældste erstattes, når du modtager nye.


For at administrere meddelelser:

- ▮ Stryg ned fra toppen af skærmen for at se dine meddelelser, og tryk på en meddelelse for at udvide den.
- ▮ For at slette en meddelelse skal du trykke på den for at udvide den og derefter stryge den mod bunden og trykke på **Clear** (Ryd).
- ▮ Hvis du vil slette alle meddelelser på én gang, skal du stryge til toppen af dine meddelelser og trykke på **Clear all (Ryd alle)**.

Sluk for meddelelser



Sluk for visse meddelelser i Fitbit-appen, eller sluk for alle meddelelser i hurtigindstillingerne på Versa 2. Når alle meddelelser er slået fra, vibrerer dit ur ikke, og skærmen tændes ikke, når din telefon modtager en meddelelse.

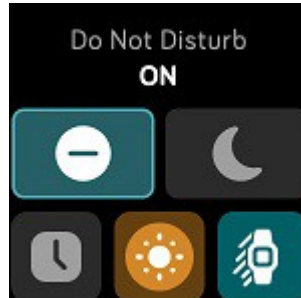
At slukke for visse meddelelser:

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen på din telefon, skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2 > **Notifications** (Meddelelser).

2. Sluk for de meddelelser, du ikke længere vil modtage, på dit ur.
3. Synkroniser dit ur for at gemme ændringerne.

At slukke for alle meddelelser:

1. Stryg ned fra toppen af skærmen, og tryk på ikonet for hurtigindstillinger .
2. Tryk på ikonet Forstyr ikke . Alle meddelelser, herunder nåede mål og påmindelser om at bevæge sig, er slået fra.



Bemærk, at hvis du bruger indstillingen Forstyr ikke på din telefon, så modtager du ikke meddelelser på dit ur, før du deaktiverer denne indstilling.

Besvar eller afvis telefonopkald

Hvis Versa 2 er parret til en iPhone eller Android-telefon (8.0+), har du mulighed for at acceptere eller afvise indgående telefonopkald. Hvis din telefon bruger en ældre version af Android OS, kan du afvise, men ikke acceptere, opkald på dit ur.

Hvis du vil acceptere et opkald, skal du trykke på det grønne telefonikon på urets skærm. Bemærk, at du ikke kan tale i uret. Når du accepterer et telefonopkald, besvarer du opkaldet på din nærliggende telefon.



Opkalderens navn vises, hvis denne person er på din kontaktliste, ellers ser du et telefonnummer.




Reager på meddelelser

Svar direkte på tekstbeskeder og meddelelser fra udvalgte apps på dit ur med forudindstillede hurtigsvar eller ved at indtale dit svar i Versa 2. Denne funktion er i øjeblikket tilgængelig på ure, der er parret til en Android-telefon. Hold din telefon i nærheden med den tændte Fitbit-app i baggrunden for at svare på meddelelser fra dit ur.

Sådan svarer du på en meddelelse:

1. Tryk på meddelelsen på dit ur. For at se de seneste meddelelser skal du stryge ned fra urskiven.
2. Tryk på **Reply** (Svar). Hvis du ikke ser en mulighed for at svare på beskeden, er svar ikke tilgængelige for den app, der sendte meddelelsen.
3. Vælg et tekstsvar fra listen over hurtigsvar, eller tryk på emoji-ikonet  for at vælge en emoji. Tryk på **More Replies** (Flere svar) eller **More emojis** (Flere emojis) for at se yderligere indstillinger.
4. Hvis du vil svare på en meddelelse med din stemme, skal du trykke på mikrofonikonet  og indtale din besked. Hvis meddelelsen er korrekt, skal du trykke på **Send** eller på **Retry** (Prøv igen) for at prøve igen. Hvis du bemærker en fejl, efter at du har sendt meddelelsen, skal du trykke på **Undo** (Fortryd) inden for 3 sekunder for at annullere meddelelsen.

For at ændre det sprog, der genkendes af mikrofonen, skal du trykke på 3-prik ikonet  ud for Sprogene og vælge et andet sprog.

For mere information, herunder hvordan man tilpasser hurtigsvar, se help.fitbit.com.

Tidtagning

Alarmerne vibrerer for at vække eller advare dig på et tidspunkt, du indstiller. Indstil op til 8 alarmer til en enkelt gang eller på flere dage i ugen. Du kan også tage tid med stopuret eller indstille en nedtællingstimer.

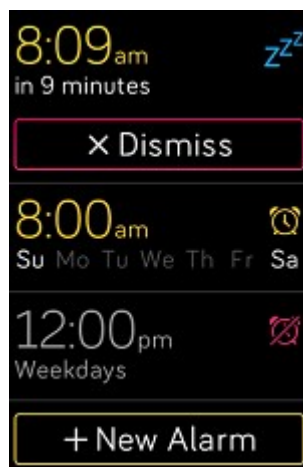
Brug Alarm-appen

Indstil engangs- eller gentagne alarmer med Alarm-appen 🕒. Når en alarm aktiveres, vibrerer uret. For mere information henvises der til help.fitbit.com.


Afvis eller snooze en alarm

For at slå alarmen fra skal du trykke på fluebenet. Hvis du vil snooze alarmen i 9 minutter, skal du trykke på ZZZ-ikonet.

Du kan snooze alarmen, så mange gange som du vil. Versa 2 går automatisk i snooze-tilstand, hvis du ignorerer alarmen i mere end 1 minut.



Brug Timer-appen

Tag tid med stopuret, eller indstil en nedtællingstimer med Timer-appen . Du kan bruge stopuret og nedtællingstimeren på samme tid.

Hvis Altid tændt skærm er aktiveret, viser skærmen stopuret eller nedtællingsuret, indtil den udløber, eller du går ud af appen.

Bemærk, at alarmer og timere, du indstiller med Alexa, er adskilt fra dem, du indstiller i Alarm- og Timer-appen. For mere information se "[Stemmestyring](#)" på side 27.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Aktivitet og søvn

Versa 2 sporer løbende en række statistikker, når du har det på, herunder aktivitet per time, puls og søvn. Data synkroniseres automatisk, når uret er inden for rækkevidde af Fitbit-appen i løbet af dagen.

Se dine statistikker

Stryg op fra urskiven for at få adgang til Fitbit Today, som viser op til 7 af disse statistikker:

Nøglestatistikker	Trin taget i dag, distance, etager du er gået op, forbrændte kalorier, aktive minutter og målhistorik i løbet af de sidste 7 dage
Trin pr. time	Trin taget inden for denne time og det antal timer, du mødte dit aktivitetsmål
Puls	Nuværende puls og enten din pulszone eller hvilepuls (hvis ikke i en zone), tid brugt i hver pulszone og din konditionstræningsscore
Træning	Antal dage, du mødte dit træningsmål i denne uge og op til 5 af dine senest sporede øvelser
Cykelbane	Oplysninger om din menstruationscyklus' aktuelle fase, hvis det er relevant
Søvn	Din søvns varighed og kvalitet og din søvnhistorik i løbet af de sidste 7 dage
Vand	Vandindtag logget i dag og historik i løbet af de sidste 7 dage
Mad	Kalorier indtaget, resterende kalorier og din makronæringsinddeling i procent
Vægt	Resterende vægt tilbage at tabe eller tage på for at nå dit mål, din nuværende vægt og dine fremskridt, siden du sidst indstillede dit mål
Badges	De næste daglige og levetids-badges, du vil låse op

Stryg til venstre eller højre på hver flise for at se det komplette sæt statistikker. Tryk på +-ikonet på vandflisen eller vægtflisen for at logge en indtastning.

For at omarrangere fliserne skal du trykke på og holde en række og derefter trække den op eller ned for at ændre dens position. Tryk på **Settings** (Indstillinger) nederst på skærmen for at vælge, hvilken statistikker du ser.

Find din komplette historik og andre oplysninger, der registreres af dit ur i Fitbit-appen.

Hold øje med dagens aktivitetsmål

Versa 2 sporer dine fremskridt hen imod et dagligt aktivitetsmål efter eget valg. Når du når dit mål, vibrerer uret og viser en fejring.

Vælg et mål

Sæt et mål til at hjælpe dig med at komme i gang med din sundheds- og fitnessrejse. Til at begynde med er dit mål 10.000 trin om dagen. Vælg at øge eller mindske antallet af trin, eller ændr dit mål til aktive minutter, tilbagelagt distance eller forbrændte kalorier. For

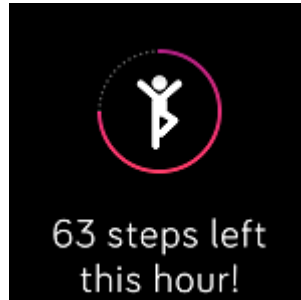
mere information henvises der til help.fitbit.com.

Spor fremskridt mod dit mål på Versa 2. For mere information se "[Se dine statistikker](#)" på [forrige side](#).

Sporing af aktivitet per time

Versa 2 hjælper med at holde dig aktiv hele dagen ved at holde styr på, hvornår du er inaktiv og minde dig om at bevæge dig.

Påmindelser minder dig om at gå mindst 250 trin hver time. Du vil føle en vibration og se en påmindelse på skærmen, 10 minutter før timen er gået, hvis du ikke har gået 250 trin. Når du opfylder 250-trins målet efter at have modtaget påmindelsen, vil du mærke vibrationen igen og se en lykønskingsbesked.



For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Spør din søvn

Brug Versa 2 i sengen for automatisk at spore din søvn, søvnstadier (tid tilbragt i REM, let søvn og dyb søvn) og søvnscore (kvaliteten af din søvn). For at se dine søvnstatistikker skal du synkronisere dit ur, når du vågner, og tjekke appen. Du skal muligvis vente et øjeblik for at se din søvnstatistik, mens Fitbit-appen analyserer dine søvndata.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Indstil et søvnmål

Til at begynde med har du et søvnmål på 8 timers søvn pr. nat. Tilpas dette mål til dine behov.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Angiv en påmindelse ved sengetid

Fitbit-appen kan anbefale faste senge- og stå op-tider for at hjælpe dig med at forbedre din søvncyklus. Tænd for påmindelser ved sengetid for at få påmindelser hver aften, når det er tid til at gøre dig klar til at gå i seng.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Lær om dine søvnvaner

Versa 2 sporer adskillige søvnstatistikker, herunder hvornår du går i seng, hvor længe du sover, din tid i hver søvnfase og din søvns samlede kvalitet.

Spor din søvn med Versa 2, og kontroller Fitbit-appen for at forstå, hvordan dine søvnmønstre er i forhold til andres. Med et Fitbit Premium-abonnement kan du se flere detaljer om din søvnscore for at hjælpe dig med at skabe en bedre søvnrutine og vågne udhvilet.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.


Se din puls



Versa 2 sporer din puls hele dagen. Stryg op fra urskærmen for at se din realtidspuls og hvilepuls. For mere information se "[Se dine statistikker](#)" på side 38. Visse ure viser din realtidspuls på skærmen.

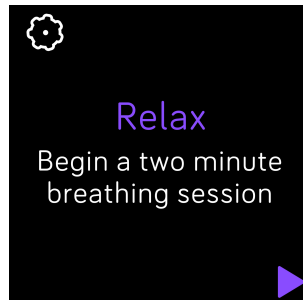
Når du træner, viser Versa2 din pulszone for at hjælpe dig med at målrette din træningsintensitet.

For mere information se "[Kontroller din puls](#)" på side 46.

Øv dig på vejledt vejrtrækning

Afslapnings-appen  på Versa 2 giver personlige, guidede vejrtrækningsøvelser for at hjælpe dig med at finde rolige øjeblikke i løbet af dagen. Du kan vælge mellem sessioner på 2 minutter og 5 minutter.

1. På Versa 2 skal du åbne Afslapnings-appen .
2. Sessionen på 2 minutter er den første mulighed. Tryk på tandhjulsikonet  for at vælge sessionen på 5 minutter eller slukke for den valgfrie vibration. Tryk knappen på uret for at vende tilbage til afslapnings-skærmen.





3. Tryk på play-ikonet for at starte sessionen, og følg instruktionerne på skærmen.



Efter øvelsen vises der et resumé, der viser dig, hvor tæt du fulgte vejtrækningen, din puls ved starten og slutningen af sessionen, og hvor mange dage du har gennemført en guidet vejtrækningsøvelse i denne uge.



Alle meddelelser deaktiveres automatisk under sessionen. For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Fitness og motion

Spor aktivitet med Trænings-appen  og følg guidet træning med Fitbit Coach-appen  lige på håndledet.

Synkroniser Versa 2 med Fitbit-appen, og del så din aktivitet med venner og familie, se, hvordan dit generelle fitnessniveau er i forhold til dine jævnaldrende og meget mere.

Under træning kan du afspille musik med Musik-appen , Pandora-appen  eller

Deezer-appen  på dit ur, eller du kan kontrollere musik, der afspilles på din telefon. For at afspille musik, der er gemt på dit ur, skal du åbne appen og vælge den musik, du vil lytte til. Gå så tilbage til Trænings-appen eller Fitbit Coach-appen og påbegynd træningen. For at kontrollere musikafspilning, mens du træner, skal du stryge ned fra toppen af skærmen og trykke på ikonet for musikstyring . Bemærk, at du skal parre en Bluetooth-lydenhed som f.eks. hovedtelefoner eller en højttaler til Versa 2 for at høre musik, der er gemt på dit ur.

For mere information se "[Musik og podcasts](#)" på side 50.

Spor automatisk din træning

Versa 2 genkender og registrerer automatisk mange højbevægelsesaktiviteter, der varer mindst 15 minutter. Synkroniser din enhed for at se grundlæggende statistikker om din aktivitet i din træningshistorik.

For mere information, herunder hvordan du ændrer minimumsvarigheden, inden en aktivitet spores, se help.fitbit.com.

Spor og analyser træning med trænings-appen


Spor specifikke typer træning med Trænings-appen på Versa 2 for at se realtidsstatistikker, herunder pulsdata, forbrændte kalorier, forløbet tid og et resume efter

træningen på dit håndled. For mere dybdegående træningsstatistikker og oplysninger om rute og tempo, hvis du brugte GPS, kan du gennemgå din træningshistorik i Fitbit-appen.






Bemærk: Versa 2 bruger GPS-sensorer på din nærliggende telefon til at indsamle GPS-data.

GPS-krav

Tilsluttet GPS er tilgængelig for alle understøttede telefoner med GPS-sensorer.

1. Tænd for Bluetooth og GPS på din telefon.
2. Sørg for, at Versa 2 er parret til din telefon.
3. Sørg for, at Fitbit-appen har tilladelse til at bruge GPS- eller placeringstjenester.
4. Kontroller, at tilsluttet GPS er tændt til træningen.
 - a. Åbn trænings-appen, og stryg for at finde den træning, du vil spore.
 - b. Tryk på tandhjulsikonet , og sørg for, at tilsluttet GPS er indstillet til **On**. Du skal måske stryge op for at finde denne mulighed.
5. Hold din telefon tæt på dig, mens du træner.

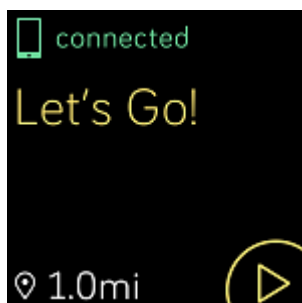
Spor din træning

1. På Versa 2 skal du åbne Trænings-appen .
2. Stryg for at finde en type træning, og tryk for at vælge den.
3. Tryk på play-ikonet  for at starte træningen, eller tryk på flag-ikonet  for at vælge en tid, distance eller kalorier afhængigt af aktiviteten.
4. Når du er færdig med din træning eller vil stoppe, skal du trykke på pause-ikonet .
5. Tryk på play-ikonet for at genoptage din træning, eller tryk på flag-ikonet  for at afslutte.
6. Når du bliver bedt om det, skal du bekræfte, at du vil afslutte træningen. Din træningsoversigt vises.
7. Tryk på **Done** (Afsluttet) for at lukke oversigtsskærmen.

Bemærk:

- | Versa 2 viser 3 realtidsstatistikker efter eget valg. Stryg eller tryk på den midterste statistik for at se alle dine realtidsstatistikker. Du kan justere de statistikker, du ser i indstillingerne for hver type træning.
- | Hvis du sætter et træningsmål, vibrerer dit ur, når du er halvvejs mod dit mål, og når du når målet.



- Hvis træningen bruger GPS, vises der et ikon øverst til venstre, mens dit ur forbinder til telefonens GPS-sensorer. Når skærmen siger "connected" (tilsluttet) og Versa 2 vibrerer, er GPS'en tilsluttet.





Tilpas dine træningsindstillinger og genveje

Tilpas forskellige indstillinger for hver træningstype på dit ur. Indstillingerne omfatter:

Tilsluttet GPS	Spor din rute ved hjælp af GPS
Auto-pause	Sætter automatisk en aktivitet på pause, når du holder op med at bevæge dig
Vis runder	Modtag notifikationer, når du når bestemte milepæle under din træning
Opdag løb	Spor automatisk løb uden at skulle åbne trænings-appen
Altid tændt	Hold skærmen tændt under træning

1. På Versa 2 skal du åbne Trænings-appen 
2. Stryg gennem træningstyperne, indtil du finder den, du vil tilpasse.
3. Tryk på tandhjulsikonet , og stryg gennem listen over indstillinger.
4. Tryk på en indstilling for at justere den.
5. Når du er færdig, skal du trykke på knappen for at vende tilbage til træningsskærmen og trykke på play-ikonet for at starte træningen.

Sådan ændres eller omarrangeres træningsgenveje i Trænings-appen:

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Exercise Shortcuts** (Træningsgenveje).
 - For at tilføje en ny træningsgenvej skal du trykke på **+**-ikonet og vælge en type træning.
 - Stryk til venstre på en genvej for at fjerne den.
 - For at omarrangere en træningsgenvej skal du trykke på **Edit** (Rediger) og trykke på hamburger-ikonet og holde det nede , træk det derefter op eller ned.

Se din træningsoversigt

Når du har gennemført træningen, viser Versa 2 en oversigt over din statistik.

Synkroniser dit ur for at gemme træningen i din træningshistorik, hvor du kan finde yderligere statistikker og se din rute og tempo, hvis du brugte tilsluttet GPS.

Kontroller din puls

Pulszoner hjælper dig med at målrette din træningsintensitet. Versa 2 viser din aktuelle pulszone og fremskridt mod din maksimale puls ved siden af din pulslæsning. I appen kan du se din tid brugt i pulszone i løbet af en bestemt dag eller træning. Der er tre mulige zoner tilgængelige, baseret på den amerikanske hjerteforenings anbefalinger. Men du kan også oprette en brugerdefineret zone, hvis du vil gå efter en specifik puls.

Standard-pulszoner

Standard-pulszoner beregnes ud fra din estimerede maks. puls. Fitbit beregner din maks. puls med den traditionelle formel (220 minus alder).

Ikon	Zone	Beregning	Beskrivelse
<p>273 cal 68 heart rate 30:01.4</p>	Uden for zonen	Under 50% af din maksimale puls	Din puls kan være forhøjet, men ikke nok til at blive betragtet som motion.
<p>303 cal 110 fat burn 27:31.9</p>	Fedtforbrænding	Mellem 50% og 69% af din maks. puls	Dette er en lav-til-medium intensitets træningszone. Denne zone kan være et godt sted at starte, hvis man lige er begyndt at træne. Den kaldes fedtforbrænding, fordi man forbrænder en højere kalorieandel fra fedt, men det samlede antal forbrændte kalorier er lavere.
<p>346 cal 135 cardio 32:18.4</p>	Konditionstræning	Mellem 70% og 84% af din maks. puls	Dette er en medium-til-høj intensitets træningszone. I denne zone presser du dig selv, men anstrenger dig ikke for meget. De fleste bør sigte efter denne træningszone.
<p>556 cal 162 peak 35:19.7</p>	Peak	Mere end 85% af din maks. puls	Dette er en højintensitets træningszone. Denne zone er beregnet til korte intense intervaller, som forbedrer præstation og hastighed.

Bemærk, at pulsværdien vises i grå, hvis dit ur søger efter en stærkere læsning.




Brugerdefinerede pulszoner

Indstil en brugerdefineret pulszone eller en brugerdefineret maks. puls i Fitbit-appen, hvis du har et bestemt mål i tankerne. For eksempel kan eliteatleter have et mål, der adskiller sig fra den amerikanske hjerteforenings anbefalinger til de fleste mennesker.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Træn med Fitbit Coach

Fitbit Coach-appen  giver vejledende kropsvægtsøvelser på dit håndled for at hjælpe dig med at holde dig i form hvor som helst.

1. Åbn Fitbit Coach-appen på Versa 2 .
2. Stryg for at finde en type træning.
3. Tryk på den ønskede type træning, og tryk så på play-ikonet for at starte. Tryk på menuikonet øverst til højre for at få forhåndsvist træningen.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Del dine aktiviteter

Når du er færdig med træningen, skal du synkronisere dit ur med Fitbit-appen for at dele din statistik med venner og familie.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Se din konditionstræningsscore

Se din overordnede konditionstræningsscore på håndleddet eller i Fitbit-appen. Se din konditionstræningsscore og konditionstræningsniveau, som viser, hvor du ligger sammenlignet med dine jævnaldrende.

På dit ur skal du stryge op til Fitbit Today og finde pulsflisen. Stryg til venstre for at se din tid brugt i hver pulszone i løbet af dagen. Stryg til venstre igen for at se din konditionstræningsscore og dit konditionstræningsniveau.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Musik og podcasts

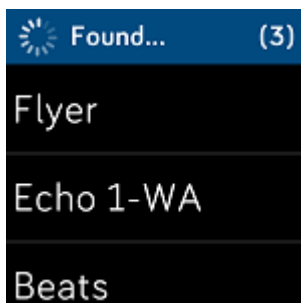
Gem dine foretrukne afspilningslister på Versa 2, og lyt til musik og podcasts med Bluetooth-hovedtelefoner eller -højttalere uden at skulle bruge din telefon.

Tilslut Bluetooth-hovedtelefoner eller -højttalere

Tilslut op til 8 Bluetooth-lydenheder for at lytte til afspilningslister på dit ur. Når du tilføjer en ny Bluetooth-enhed, skal du sørge for, at både enheden og Versa 2 er i parringstilstand.

Sådan parres en ny Bluetooth-lydenhed:

1. Start med at aktivere parringstilstand på dine Bluetooth-hovedtelefoner eller -højttaler.
2. Åbn appen **Indstillinger** i Versa 2  > **Bluetooth**.
3. Tryk på **+ Audio Device** (+ Lydenhed). Versa 2 søger efter enheder i nærheden.



4. Når Versa 2 finder Bluetooth-lydenheder i nærheden, vises der en liste på skærmen. Tryk på navnet på den enhed, du vil parre.


Når parringen er afsluttet, vises der et flueben på skærmen.

Sådan lytter du til musik med en anden Bluetooth-enhed:

1. Åbn appen **Indstillinger** i Versa 2  > **Bluetooth**.
2. Tryk på den enhed, du vil bruge, eller par en ny enhed. Vent derefter et øjeblik på, at enheden opretter forbindelse.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Lyt til personlig musik og podcasts



Med Musik-appen  på Versa 2 kan du gemme timevis af dine yndlingsange og podcasts, så de kan afspilles lige fra håndledet. For at downloade afspilningslister til dit ur skal du bruge en computer, der kan oprette forbindelse til den samme wi-fi-forbindelse som dit ur og den gratis Fitbit Connect-app. Husk, at du kun kan overføre filer, du ejer, eller som ikke kræver licens. Sange fra musikabonnementstjenester kan ikke downloades til Musik-appen. For information om understøttede abonnementstjenester se "[Brug Deezer på Versa 2](#)" på side 53 og "[Brug Pandora på Versa 2 \(Kun i USA\)](#)" på næste side.

For instruktioner henvises der til help.fitbit.com.


Styr musik med Versa 2

Styr musik og podcasts, der afspilles på Versa 2 eller på din telefon.


Vælg musikkilden

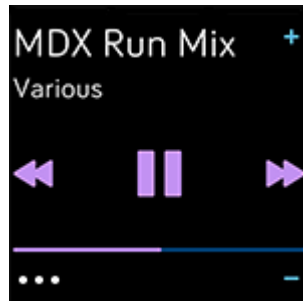
1. Stryk ned fra toppen af skærmen, og tryk på ikonet for musikstyring .
2. Tryk på ikonet med de 3 prikker .
3. Tryk på telefon- eller urikonet for at skifte kilde.

Hvis du har en Android-telefon, skal du tænde for Bluetooth Classic for at styre musik på din telefon:

1. Åbn appen Indstillinger  på Versa 2 > **Bluetooth** > **Restore Music Controls** (Gendan musikstyring).
2. Naviger til Bluetooth-indstillingerne på din telefon, hvor der vises parrede enheder. Din telefon scanner efter tilgængelige enheder.
3. Tryk på **Versa 2 (Classic)**.

Musikstyring

1. Mens der afspilles musik, skal du stryge ned fra toppen af din skærm og trykke på ikonet for musikstyring .
2. Play, pause eller tryk på pil-ikonerne for at gå til næste eller forrige spor. Tryk på ikonerne + og - for at styre lydstyrken.




Musikstyring med Spotify-appen

Brug Spotify-appen  på Versa 2 for at styre Spotify på din telefon, computer eller anden Spotify Connect-enhed. Naviger mellem afspilningslister, synes godt om sange, og skift mellem enheder fra dit ur. Bemærk, at appen ikke understøtter afspilning af offline musik, så din parrede telefon skal forblive i nærheden og være forbundet til internettet. Du skal bruge et Spotify Premium-abonnement for at bruge denne app. For mere information om Spotify Premium se support.spotify.com.


For instruktioner henvises der til help.fitbit.com.

Brug Pandora på Versa 2 (kun i USA)

Med Pandora-appen  til Versa 2 kan du downloade op til 3 af dine mest spillede Pandora-stationer eller populære kuraterede træningsstationer direkte på dit ur. Bemærk, at du har brug for et betalt abonnement på Pandora og en wi-fi-forbindelse for at downloade stationer. For mere information om Pandora-abonnementer se help.pandora.com.

For instruktioner henvises der til help.fitbit.com.

Brug Deezer på Versa 2

Med Deezer-appen  til Versa 2 kan du downloade dine Deezer-afspilningslister og Flow direkte til dit ur. Bemærk, at du har brug for et betalt abonnement på Deezer og en wi-fi-forbindelse for at downloade musik. For mere information om Deezer-abonnementer se support.deezer.com.

For instruktioner henvises der til help.fitbit.com.

Fitbit Pay

Versa 2 indeholder en indbygget NFC-chip, som lader dig bruge dine kredit- og betalingskort på uret.


Brug kredit- og betalingskort

Konfigurer Fitbit Pay i Wallet-sektionen (Pungen) i Fitbit-appen, og brug dit ur til at foretage køb i butikker, der accepterer kontaktløse betalinger.

Vi tilføjer altid nye placeringer og kortudstedere til vores liste over partnere. For at se om dine betalingskort fungerer med Fitbit Pay henvises der til fitbit.com/fitbit-pay/banks.

Opsæt Fitbit Pay

For at bruge Fitbit Pay skal du tilføje mindst 1 kredit- eller betalingskort fra en deltagende bank til Wallet-sektionen (Pungen) i Fitbit-appen. Wallet (Pungen) er det sted, hvor du tilføjer og fjerner betalingskort, indstiller et standardkort til dit ur, redigerer en betalingsmetode og gennemgår de seneste køb.

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Wallet** (Pung).
3. Følg instruktionerne på skærmen for at tilføje et betalingskort. I nogle tilfælde kan din bank påkræve yderligere verifikation. Hvis du tilføjer et kort for første gang, bliver du bedt om at indstille en 4-cifret PIN-kode på dit ur. Bemærk, at du også skal anvende adgangskodebeskyttelse på din telefon.
4. Når du har tilføjet et kort, skal du følge instruktionerne på skærmen for at slå meddelelser til på din telefon (hvis du ikke allerede har gjort det) for at fuldføre opsætningen.


Du kan føje op til 6 betalingskort til pungen og vælge, hvilket kort du vil indstille som standardbetalingsmulighed på dit ur.

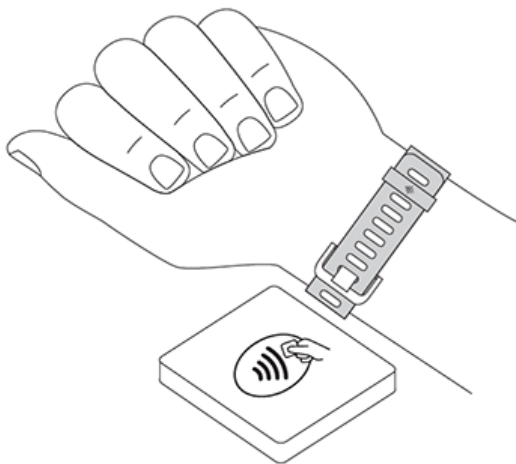
Foretag køb

Foretag køb ved hjælp af Fitbit Pay i enhver butik, der accepterer kontaktløse betalinger. For at afgøre, om butikken accepterer Fitbit Pay, skal du kigge efter symbolet nedenfor på betalingsterminalen:



Alle kunder undtagen i Australien:

1. Aktivér Fitbit Pay.
 - Hvis du valgte Fitbit Pay som genvejsknap, skal du holde knappen på dit ur nede i 2 sekunder.
 - Stryg ned fra toppen af skærmen, og tryk på Fitbit Pay-ikonet , hvis du valgte en anden genvejsknap.
2. Hvis du bliver bedt om det, skal du indtaste din 4-cifrede PIN-kode til uret. Dit standardkort vises på skærmen.
3. For at betale med dit standardkort skal du holde håndleddet i nærheden af betalingsterminalen. For at betale med et andet kort skal du stryge for at finde det kort, du vil bruge, og holde håndleddet i nærheden af betalingsterminalen.



Kunder i Australien:

1. Hvis du har et kredit- eller betalingskort fra en australsk bank, skal du holde dit ur nær betalingsterminalen for at betale. Hvis dit kort kommer fra en bank uden for Australien, eller hvis du ønsker at betale med et kort, der ikke er dit standardkort, skal du udføre trin 1-3 i afsnittet ovenfor.
2. Hvis du bliver bedt om det, skal du indtaste din 4-cifrede PIN-kode til uret.
3. Hvis købsbeløbet overstiger 100 AUD, skal du følge instruktionerne på betalingsterminalen. Hvis du bliver bedt om en PIN-kode, skal du indtaste PIN-koden for dit kort (ikke dit ur).


Når betalingen lykkes, vibrerer dit ur, og du ser en bekræftelse på skærmen.

Hvis betalingsterminalen ikke genkender Fitbit Pay, skal du sørge for, at urskriven er i nærheden af læseren, og at kassereren ved, at du bruger en kontaktløs betaling.

For ekstra sikkerhed skal du bære Versa 2 på håndledet for at bruge Fitbit Pay.

For mere information, se help.fitbit.com.

Skift standardkortet

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Wallet** (Pung).
3. Find det kort, du vil angive som standard.
4. Tryk på **Set as Default on Versa 2** (Indstil som standard på Versa 2).

Betal for transit

Brug Fitbit Pay til at checke ind og ud på kortlæsere, der accepterer kontaktløse kredit- eller betalingskortbetalinger. For at betale med dit ur skal du følge trinnene i "[Brug kredit- og betalingskort](#)" på side 54.

Betal med det samme kort på dit Fitbit-ur, når du checker ind på kortlæseren i starten og slutningen af din rejse. Sørg for, at din enhed er opladet, før du begynder din rejse.

Opdater, genstart og slet

Nogle fejlfindingstrin kan kræve, at du genstarter dit ur, og sletning af uret kan være nyttigt, hvis du vil give Versa 2 til en anden person. Opdater dit ur for at modtage nye Fitbit OS-opdateringer.

Opdater Versa 2

Opdater dit ur for at få de nyeste funktionsforbedringer og produktopdateringer.

Når der er en opdatering tilgængelig til installation, vises der en meddelelse i Fitbit-appen. Når du har startet opdateringen, vises der en statuslinje på Versa 2 og i Fitbit-appen, når opdateringen downloades og derefter installeres. Hold dit ur og telefon tæt på hinanden under opdateringsprocessen.

Bemærk: Opdatering af Versa 2 kan være krævende på batteriet. Vi anbefaler, at du sætter dit ur i opladeren, inden du starter opdateringen.



For mere information, se help.fitbit.com.


Genstart Versa 2

For at genstarte dit ur skal du trykke og holde knappen i 10 sekunder, indtil du ser Fitbit-logoet på skærmen.

Genstart af dit ur genstarter enheden, men sletter ikke nogen data.

Versa 2 har små huller på enheden til højdemåleren og mikrofonen. Forsøg ikke at genstarte din enhed ved at indsætte genstande, som fx papirclips, i disse huller, da dette kan beskadige Versa 2.

Sluk for Versa 2

For at slukke for dit ur skal du åbne appen Indstillinger  > **About** (Om) > **Shutdown** (Sluk). For at tænde dit ur skal du trykke på knappen.

For information om hvordan Versa 2 opbevares langsigtet henvises der til help.fitbit.com.

Slet Versa 2

Hvis du ønsker at give Versa 2 til en anden person eller ønsker at returnere det, skal du først rydde dine personlige data:

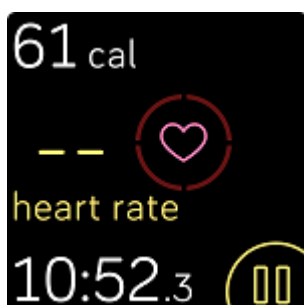
På Versa 2 skal du åbne indstillings-appen  > **About** (Om) > **Factory Reset** (Fabriksindstilling).

Fejlfinding

Hvis Versa 2 ikke fungerer korrekt, henvises der til vores fejlfindingsvejledning nedenfor. Besøg help.fitbit.com for mere information.

Pulssignal mangler

Versa 2 sporer løbende din puls, mens du dyrker motion og i dagens løb. Hvis pulssensoren på uret har svært ved at registrere et signal, vises der stiplede linjer.



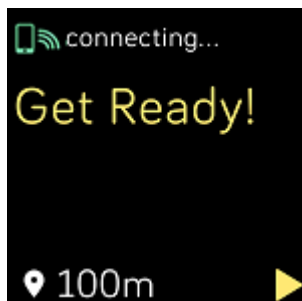
Hvis din enhed ikke registrerer et pulssignal, skal du først sørge for at pulssporing er tændt i appen Indstillinger på din enhed. Derefter skal du sørge for, at du bærer dit ur korrekt, enten ved at flytte det højere op eller længere ned på håndleddet eller stramme eller løsne remmen. Versa 2 bør være i kontakt med huden. Når du holder armen stille og strakt ud i et kort stykke tid, skulle du kunne se pulsen igen.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

GPS-signalet mangler

Miljømæssige faktorer, herunder høje bygninger, tæt skov, stejle bakker og endda et tykt skydække, kan forstyrre telefonens evne til at oprette forbindelse til


GPS-satellitter. Hvis din telefon søger efter et GPS-signal under træning, vises "connecting" (tilslutning) øverst på skærmen.



For de bedste resultater skal du vente på, at telefonen finder signalet, før du starter din træning.

Kan ikke oprette forbindelse til wi-fi

Hvis Versa 2 ikke kan oprette forbindelse til wi-fi, har du muligvis indtastet en forkert adgangskode, eller adgangskoden kan være blevet ændret:

1. Fra fanen I dag  i Fitbit-appen skal du trykke på dit profilbillede > Versa 2.
2. Tryk på **Wi-Fi Settings** (Wi-fi-indstillinger) > **Next** (Næste).
3. Tryk på det netværk, du vil bruge > **Remove** (Fjern).
4. Tryk på **Add Network** (Tilføj netværk), og følg instruktionerne på skærmen for at tilslutte wi-fi-netværket igen.

For at kontrollere, om dit wi-fi-netværk fungerer korrekt, skal du slutte en anden enhed til dit netværk. Hvis den opretter forbindelse, skal du prøve igen for at forbinde dit ur.

Hvis Versa 2 stadig ikke opretter forbindelse til wi-fi, skal du sørge for, at du forsøger at forbinde dit ur til et kompatibelt netværk. For det bedste resultat skal du bruge wi-fi-netværket til dit hjem eller arbejde. Versa 2 kan ikke oprette forbindelse til 5 GHz wi-fi, WPA-virksomhed eller offentlige netværk, der kræver login, abonnementer eller profiler. Se en liste over kompatible netværkstyper i afsnittet [Oprettelse af forbindelse til wi-fi på side 9](#).

Når du har verificeret, at netværket er kompatibelt, skal du genstarte dit ur og prøve at oprette forbindelse til wi-fi igen. Hvis du ser andre netværk i listen over tilgængelige netværk, men ikke dit foretrukne netværk, så skal du flytte dit ur tættere på din router.

Hvis du prøver at downloade personlig musik eller podcasts, skal du sørge for, at Versa 2 og din computer er tilsluttet det samme wi-fi-netværk. For at få en stærkere wi-fi-forbindelse skal dit ur være tæt på din router.

For mere information henvises der til help.fitbit.com.

Andre problemer

Hvis du oplever et af følgende problemer, skal du genstarte enheden:

- ▮ Vil ikke synkronisere.
- ▮ Reagerer ikke på tryk på skærm, strygninger eller tryk på knappen.
- ▮ Sporer ikke skridt eller andre data.

Se "[Genstart Versa 2](#)" på [side 58](#) for vejledning om, hvordan du genstarter dit ur. For

yderligere information eller for at kontakte kundesupport kan du se help.fitbit.com.

Generelle oplysninger og specifikationer

Sensorer

Fitbit Versa 2 indeholder følgende sensorer og motorer:

- ▮ Et MEMS 3-akset accelerometer, som sporer bevægelsesmønstre
- ▮ En højdemåler, som sporer højdeændringer
- ▮ En optisk pulsmåler
- ▮ En omgivende lyssensor
- ▮ En mikrofon
- ▮ En vibrationsmotor

Materialer

Urhus og spænde på Versa 2 er lavet af anodiseret aluminium. Mens anodiseret aluminium kan indeholde spor af nikkel, som kan forårsage en allergisk reaktion hos personer med nikkeloverfølsomhed, opfylder mængden af nikkel i alle Fitbit-produkter den Europæiske Unions strenge nikkeldirektiv.

Det klassiske armbånd til Versa 2 er lavet af en behagelig type silikone i høj kvalitet, der ligner det, der bruges i mange sportsure.

Trådløs teknologi

Versa 2 indeholder en Bluetooth 4.0-radiomodtager, wi-fi-chip og NFC-chip.

Haptisk feedback

Versa 2 indeholder en vibrationsmotor til alarmer, mål, meddelelser, påmindelser og apps.

Batteri

Versa 2 indeholder et genopladeligt lithiumpolymer-batteri.

Hukommelse

Versa 2 gemmer dine data, herunder daglige statistikker, søvndata og motionshistorik i 7 dage. Synkroniser dit ur med Fitbit-appen for at få adgang til dine historiske data. Sørg for, at heldags-synkroniseringsfunktionen er tændt.

Display

Versa 2 har en AMOLED-farveskærm.

Remstørrelse

Remstørrelser er vist nedenfor. Bemærk, at tilbehørsremme, der sælges separat, kan variere lidt.

Lille rem	Passer til et håndled mellem 140 og 180 mm i omkreds
Lang rem	Passer til et håndled mellem 180 og 220 mm i omkreds

Miljøforhold

Driftstemperatur	14 ° til 113 °F (-10 ° til 45 °C)
Ikke-driftstemperatur	-4 ° til 14 °F (-20 ° til -10 °C) 113° til 140°F (45 ° til 60 °C)
Vandbestandighed	Vandbestandigt op til 50 meter
Maksimal driftshøjde	28.000 fod. (8.534 m)

Mere info

Hvis du vil lære mere om dit ur, hvordan du sporer dine fremskridt i Fitbit-appen, og hvordan du opbygger sunde vaner med Fitbit Premium, kan du besøge help.fitbit.com.

Returpolitik og garanti

Find garantioplysninger og fitbit.com-returpolitikken på fitbit.com/legal/returns-and-warranty.

Regulativer og sikkerhed

Meddelelse til brugeren: Indhold omkring lovgivning for nogle regioner kan også ses på din enhed. For at se indholdet:

Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige oplysninger)

USA: Erklæring fra Federal Communications Commission (FCC)

Model FB507:

FCC ID: XRAFB507

Meddelelse til brugeren: FCC ID'et kan også ses på din enhed. For at se indholdet:

Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige oplysninger)

Leverandørens overensstemmelseserklæring

Unik identifikator: FB507

Ansvarlig Part - US Kontaktoplysninger 199

Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105, USA
USA +1 877-
623-4997

FCC-overensstemmelseserklæring (for produkter omfattet af del

15)

Denne enhed overholder del 15 i FCC-reglerne.

Drift af enheden er underlagt de følgende to betingelser:

1. Enheden må ikke forårsage skadelig interferens, og
2. Denne enhed skal acceptere enhver interferens, den modtager, herunder interferens, som kan forårsage uønsket drift.

Advarsel fra FCC

Ændringer og modifikationer, der ikke udtrykkeligt er godkendt af den ansvarlige for overholdelse, kan ugyldiggøre brugerens ret til at betjene udstyret.

Bemærk: Enheden er blevet testet, og det er bevist, at den overholder grænserne for digitale enheder tilhørende Klasse B, underlagt del 15 i FCC-reglerne. Disse grænser er fastsat for at yde rimelig beskyttelse imod skadelig interferens i boliginstallationer. Udstyret genererer, bruger og kan udstråle radiofrekvensenergi og kan – hvis det ikke installeres og anvendes ifølge brugsanvisningen – forårsage skadelig interferens på radiokommunikation. Der er dog ingen garanti for, at der ikke forekommer interferens i en bestemt installation. Hvis enheden skulle forårsage skadelig interferens på radio- eller fjernsynsmodtagelse, (kan afgøres ved at slukke og tænde enheden) opfordres brugeren til at korrigere dette på én af de følgende måder:

- I Drej eller flyt modtagerantennen.
- I Forøg afstanden mellem enhed og modtager.
- I Tilslut enheden til en kontakt i et andet kredsløb end det, hvor modtageren er tilsluttet.
- I Spørg butikken, hvor du købte enheden eller en erfaren tv-tekniker.

I Enheden opfylder FCC- og IC-kravene for RF-eksponering i offentligt rum eller miljøer uden kontrol.

Canada: Sikkerhedserklæring fra Industry Canada (IC)

Model/Modèle FB507:

IC: 8542A-FB507

Meddelelse til brugeren: IC ID'et kan også ses på din enhed. For at se indholdet:

Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige oplysninger)

Avis à l'utilisateur: L'ID de l'IC peut également être consulté sur votre appareil. Pour voir le contenu:

Paramètres> À propos> Informations réglementaires

Enheden opfylder IC-kravene for RF-eksponering i offentligt rum eller miljøer uden kontrol.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC-meddelelse til engelsk- / fransktalende brugere i overensstemmelse med aktuelle

udgave af RSS GEN: Enheden opfylder Industry Canada-licensundtagede RSS-standard(er).

Drift af enheden er underlagt de følgende to betingelser:

1. Enheden må ikke forårsage interferens, og
2. Denne enhed skal acceptere enhver interferens, den modtager, herunder interferens, som kan forårsage uønsket drift.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

Den Europæiske Union (EU)

Forenklet EU-overensstemmelseserklæring

Hermed erklærer Fitbit, Inc., at radioudstyrstypen Model FB507 er i overensstemmelse med direktiv 2014/53/EU. Den fulde ordlyd af EU-overensstemmelseserklæringen er tilgængelig på følgende internetadresse: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erkl rt hiermit, dass die Funkger ttypen Modell FB507 die Richtlinie 2014/53/EU erf llen. Der vollst ndige Wortlaut der EU-Konformit tserkl rungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB507 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformit  simplifiée

Fitbit, Inc. d clare par la présente que les modèles d'appareils radio FB507 sont conformes   la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformité UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB507   conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformité UE   disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety



IP-klassificering

Model FB507 har en vandbestandighedsklassificering på IP X8 under IEC-standarden 60529, op til en dybde på 50 meter.

Se begyndelsen af dette afsnit for instruktioner om, hvordan du får adgang til dit produkts IP-klassificering.

Argentina



Australien og New Zealand



Belarus



Toldunionen



Kina

**Meddelelse til brugeren: Lovgivningsindhold kan også ses på din enhed.
Instruktioner til visning af indhold fra din menu:**

**Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige
oplysninger)**

China RoHS

部件名称	有毒和危险品					
Delnavn	Giftige og farlige stoffer eller elementer					
Model	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二苯 醚 (PBDE)
FB507						
表带和表扣 (Rem og spænde)	○	○	○	○	○	○
电子 (Elektronik)	--	○	○	○	○	○
电池 (batteri)	○	○	○	○	○	○
充电线 (Oplader-kabel)	○	○	○	○	○	○

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

○ = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572规定的限量要求以下 (indikerer, at indholdet af giftige og farlige stoffer i alle de homogene materialer af den del er under koncentrationsgrænsekrevet som beskrevet i GB/T 26572).

X = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572规定的限量要求 (indikerer, at indholdet af giftige og farlige stoffer i mindst et homogent materiale af delen overstiger koncentrationsgrænsekrevet som beskrevet i GB/T 26572).



CMIIT ID 2019DJ7444

Frekvensbånd: 2400-2483.5 MHz NFC: 13,56MHz

Overført strøm: Max EIRP, 15.4dBm

Optaget båndbredde: BLE: 2MHz, BT: 1MHz, NFC: 2,3 kHz, wi-fi: 20MHz
moduleringssystem: BLE: GFSK, BT: GSKF/QPSK/8PSK, NFC: ASK, wi-fi:
DSSS/OFDM

CMIIT ID vist: På emballagen

Indien

Meddelelse til brugeren: Indhold omkring lovgivning for denne region kan også ses på din enhed. For at se indholdet:

Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige oplysninger)

Indonesien

62652/SDPPI/2019 3788

Israel

מספר אישור אלחוטי של משרד התקשורת הוא 55-02932. אסור להחליף את האנטנה המקורית של המכשיר ולא לעשות בו כל שינוי טכני אחר

Japan

Meddelelse til brugeren: Indhold omkring lovgivning for denne region kan også ses på din enhed. For at se indholdet:

Settings (Indstillinger) > About (Om) > Regulatory Info (Lovgivningsmæssige oplysninger)



R 201-190454

Mexico



La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

Marokko



AGREE PAR L'ANRT MAROC

Numéro d'agrément: MR 20768 ANRT 2019

Date d'agrément: 29/08/2019

Nigeria

Tilslutning og brug af dette kommunikationsudstyr er tilladt af den nigerianske kommunikationskommission.

Oman

OMAN -
TRA
TRA/TA-
R/7991/19
D090258

Pakistan

TAC-nr. 9.9585/2019



Model: FB507
Serienr.: Se æsken
Fremstillingsår: 2019

Filippinerne



Serbien



Sydkorea

클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

" 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. "

Oversættelse:

Klasse B-enheder (tv-kommunikationsudstyr til hjemmebrug): EMC-registrering er hovedsageligt til husholdningsbrug (B-klasse) og kan bruges i alle områder for denne enhed.

Taiwan

注意！

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條 經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。

低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Oversættelse:

Artikel 12

Uden tilladelse må ingen virksomhed, firma eller bruger ændre frekvensen, øge effekten eller ændre egenskaberne og funktionerne i det originale design af de certificerede elektriske maskiner med lavere strømfrekvens.

Artikel 14

Anvendelsen af elektriske maskiner med lav strømfrekvens må ikke påvirke navigationssikkerheden eller forstyrre en juridisk kommunikation. Hvis der opstår interferens, vil tjenesten blive suspenderet, indtil forbedring er foretaget, og interferensen ikke længere eksisterer. Den anførte juridiske kommunikation henviser til den trådløse telekommunikation, der drives i henhold til telekommunikationsloven og forordningerne. Elektriske maskiner med lav strømfrekvens bør kunne tåle interferens af elektrisk bølgestråling fra elektriske maskiner og udstyr til juridisk kommunikation eller industrielle og videnskabelige applikationer.

使用過度恐傷害視力」

使用30分鐘請休息10分鐘。 2歲以下幼兒不看螢幕， 2歲以上每天看螢幕不要超過1小時。

Oversættelse:

"Overdreven brug kan medføre beskadigelse af synet" Slap af i 10 minutter efter hvert 30. minut.

Børn under 2 år skal holde sig væk fra dette produkt. Børn på 2 år eller derover bør ikke se på skærmen i mere end 1 time.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及／或受傷的風險。

- | 請勿拆解、鑿孔或損壞裝置或電池。
- | 請勿取出或嘗試取出使用者不可自行更換的電池。
- | 請勿將電池曝露於火焰、爆炸或其他危險中。
- | 請勿使用尖銳物品取出電池。

Oversættelse:

Batteriadvarel:

Denne enhed bruger et lithiumionbatteri.

Hvis følgende retningslinjer ikke følges, kan lithiumionbatteriets levetid i enheden forkortes, eller der er fare for beskadigelse af enheden, brand, kemisk forbrænding, elektrolytlækage og / eller skade.

- | Man må ikke afmontere, punktere eller beskadige enheden eller batteriet.
- | Fjern ikke og forsøg ikke at fjerne batteriet. Det ikke udskiftes af brugeren.
- | Udsæt ikke batteriet for ild, eksplosioner eller andre farer.
- | Brug ikke skarpe genstande til at fjerne batteriet.

Taiwan RoHS

設備名稱：智慧型手錶 ， 型號（型式）： FB507 Equipment name Type designation (Type)						
單元 Unit	限用物質及其化學符號 Restricted substances and its chemical symbols					
	鉛Lead (Pb)	汞Mercury (Hg)	鎘Cadmium (Cd)	六價鉻 Hexavalent chromium (Cr ⁶⁺)	多溴聯苯 Polybrominated biphenyls (PBB)	多溴二苯醚 Polybrominated diphenyl ethers (PBDE)
錶帶和錶扣	○	○	○	○	○	○
電子	-	○	○	○	○	○
電池	○	○	○	○	○	○
充電線	○	○	○	○	○	○
備考1. “超出0.1 wt %” 及 “超出0.01 wt %” 係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值。 Note 1 : “Exceeding 0.1 wt %” and “exceeding 0.01 wt %” indicate that the percentage content of the restricted substance exceeds the reference percentage value of presence condition.						
備考2. “○” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 Note 2 : “○” indicates that the percentage content of the restricted substance does not exceed the percentage of reference value of presence.						
備考3. “-” 係指該項限用物質為排除項目。 Note 3 : The “-” indicates that the restricted substance corresponds to the exemption.						

Forenede Arabiske Emirater

TRA-registreret nr.: ER73716/19

Forhandler nr: DA35294/14

Model: FB507 Type:

SmartWatch

Vietnam



Zambia



ZMB / ZICTA / TA / 2019 / 8 / 21

Sikkerhedserklæring

Enheden er blevet testet, og det er påvist, at den opfylder sikkerhedscertificeringen i henhold til specifikationerne i EN-standarderne: EN60950-1: 2006 + A11: 2009 + A1: 2010 + A12: 2011 + A2: 2013.

