

VÍVOFIT® JR. 3

Gebruikershandleiding

© 2020 Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen

Alle rechten voorbehouden. Volgens copyrightwetgeving mag deze handleiding niet in zijn geheel of gedeeltelijk worden gekopieerd zonder schriftelijke toestemming van Garmin. Garmin behoudt zich het recht voor om haar producten te wijzigen of verbeteren en om wijzigingen aan te brengen in de inhoud van deze handleiding zonder de verplichting te dragen personen of organisaties over dergelijke wijzigingen of verbeteringen te informeren. Ga naar www.garmin.com voor de nieuwste updates en aanvullende informatie over het gebruik van dit product.

Garmin®, het Garmin logo en vivofit® zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen, geregistreerd in de Verenigde Staten en andere landen. Garmin Connect™, Garmin Jr.™, en Toe-to-Toe™ zijn handelsmerken van Garmin Ltd. of haar dochtermaatschappijen. Deze handelsmerken mogen niet worden gebruikt zonder uitdrukkelijke toestemming van Garmin.

Android™ is een handelsmerk van Google Inc. Apple® is een handelsmerk van Apple Inc., geregistreerd in de VS en andere landen. Het woordmerk en de logo's van BLUETOOTH® zijn eigendom van Bluetooth SIG, Inc. en voor het gebruik van deze merknaam door Garmin is een licentie verkregen. Overige handelsmerken en merknamen zijn het eigendom van hun respectieve eigenaars.

M/N: A04065

Inhoudsopgave

Inleiding	1
Het toestel gebruiken	1
Koppelen met uw smartphone	1
Garmin Jr. app	1
Garmin Connect	1
Pictogrammen	1
Menuopties	2
Slaap bijhouden	2
Geschiedenis	2
Handmatig gegevens verzenden naar uw smartphone	3
Uw toestel aanpassen	3
Instellingen van de Garmin Jr. app	3
Toestelinformatie	3
Specificaties	3
Software-update	3
Toestelgegevens weergeven	3
Toestelonderhoud	3
Door de gebruiker vervangbare batterijen	3
De band vervangen	4
Problemen oplossen	4
Mijn stappentelling lijkt niet nauwkeurig te zijn	4
Mijn toestel geeft de juiste tijd niet weer	4
Is mijn smartphone compatibel met mijn toestel?	4
Meerdere mobiele toestellen koppelen	4
Hoe koppel ik een extra toestel met de Garmin Jr. app?	5
Het toestel herstellen	5
Ik kan mijn toestel niet inschakelen	5
Mijn toestel wordt niet ingeschakeld nadat de batterij is vervangen	5
Appendix	5
Meer informatie	5
Index	6

Inleiding

⚠ WAARSCHUWING

Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

Raadpleeg altijd een arts voordat u een trainingsprogramma begint of wijzigt.

Het toestel gebruiken



- Druk op de knop ① om door de toestelfuncties te bladeren (*Pictogrammen, pagina 1*).
- Houd de knop 1 seconde ingedrukt en laat deze los om het menu  weer te geven (*Menuopties, pagina 2*).
- Druk op de knop om door de menuopties te bladeren.



- Houd de knop 1 seconde ingedrukt en laat deze dan los om menuopties te selecteren.
- Houd de knop minder dan 1 seconde ingedrukt om de schermverlichting in te schakelen.

De schermverlichting wordt automatisch uitgeschakeld.

Koppelen met uw smartphone

Voordat u uw vívofit jr. 3 toestel met een smartphone kunt koppelen, dient minimaal één ouder of verzorger een Garmin Connect™ account te hebben (*Garmin Connect, pagina 1*).

Uw toestel moet direct via de Garmin Jr.™ app worden gekoppeld, in plaats van via de Bluetooth® instellingen op uw smartphone.

- 1 U kunt de Garmin Jr. app via de app store op uw smartphone installeren en openen.
- 2 Meld u aan met uw Garmin Connect gebruikersnaam en wachtwoord.
- 3 Volg de instructies in de app om uw gezin in te stellen en een kind toe te voegen.
- 4 Houd op het vívofit jr. 3 toestel de knop ingedrukt tot  verschijnt.
Het toestel schakelt over op de koppelmodus.

- 5 Volg de aanwijzingen in de app om het instellen te voltooien.

OPMERKING: U kunt meerdere mobiele toestellen koppelen, zoals een tablet en de smartphone van een andere ouder (*Meerdere mobiele toestellen koppelen, pagina 4*).

Garmin Jr. app

Met de gratis Garmin Jr. app kunt u de dagelijkse activiteiten en de taakvoortgang van uw kinderen volgen.

Activiteiten volgen: Hiermee kunt u de dagelijkse stappen, actieve minuten, getimede activiteiten en slaapgegevens van uw kinderen volgen.

Taakvoortgang: Hiermee kunt u taken maken en beheren, punten geven voor het voltooien van taken en punten inwisselen voor aangepaste beloningen.

Avonturenkaart: Hiermee bekijkt u de dagelijkse voortgang van uw kinderen. Wanneer ze het activiteitsdoel van 60 minuten halen, worden er avonturen onthuld.

Klassement: Hiermee kunt u het aantal stappen van het hele gezin en uw contacten in de Garmin Connect community vergelijken.

Instellingen: Hiermee kunt u uw toestel personaliseren en gebruikersinstellingen zoals waarschuwingstonen, contactgegevens voor noodgevallen, profielfoto's en meer aanpassen.

Garmin Connect

Ten minste één ouder moet een Garmin Connect account hebben om de Garmin Jr. app te kunnen gebruiken. Meld u aan voor een gratis account op www.garminconnect.com. Uw Garmin Connect account biedt u de hulpmiddelen om te volgen, te analyseren, te delen en elkaar aan te moedigen. Leg de prestaties van uw actieve lifestyle vast en neem deel aan gezinsuitdagingen door een compatibele activiteiten-tracker te koppelen met uw Garmin Connect account.

Pictogrammen

De toestelfuncties worden aangegeven door pictogrammen. U kunt de knop indrukken om door de verschillende functies te bladeren.

	De huidige datum. Het toestel werkt de tijd en datum bij wanneer u gegevens naar uw smartphone verzendt.
	Het totale aantal stappen dat u die dag hebt gezet.
	Het totale aantal actieve minuten voor die dag en de voortgang ten opzichte van het activiteitsdoel van 60 minuten.
	Het aantal voltooide taken en het aantal toegewezen taken voor die dag.
	Het totale aantal verdiende punten.
	Nieuw niveau. U kunt zetten verdienen en missies voltooien op de avonturenkaart.
	Contactgegevens voor noodgevallen. De pagina ICE (in geval van nood) wordt weergegeven nadat u deze hebt ingesteld in de Garmin Jr. app.

Activiteitsdoel

Om de gezondheid van uw kinderen te verbeteren, adviseren organisaties als de U.S. Centers for Disease Control and Prevention ten minste 60 minuten fysieke activiteit per dag. Dit kan zowel gemiddelde inspanning zijn, zoals wandelen met verende tred, als intensieve inspanning, zoals hardlopen.

Het toestel moedigt kinderen aan om actief te zijn door de voortgang ten opzichte van het dagelijkse doel van 60 minuten weer te geven.

Taakvoortgang

U kunt de Garmin Jr. app gebruiken om taken te maken en toe te wijzen. Daarnaast kunt u de taakvoortgang van uw kind bijwerken. Wanneer uw vívofit jr. 3 toestel is gekoppeld met een smartphone, toont het toestel het aantal voltooide taken ① en het aantal toegewezen taken ② voor de dag.



Verdiende punten

U kunt de Garmin Jr. app gebruiken om punten toe te wijzen voor het voltooiën van taken. Wanneer uw vívofit jr. 3 toestel is gekoppeld met een smartphone, toont het toestel het aantal verdiende punten ①.



Punten kunnen worden ingewisseld voor beloningen in de Garmin Jr. app. U kunt de app gebruiken om aangepaste beloningen te maken en het aantal benodigde punten voor een beloning in te stellen. Wanneer u punten inlevert in de app en uw toestel koppelt aan een smartphone, geeft het toestel het bijgewerkte aantal punten weer.

Menuopties

U kunt de knop 1 seconde ingedrukt houden en dan loslaten om het menu weer te geven.

TIP: U kunt de knop ingedrukt houden om door de menuopties te bladeren.

	Verzendt gegevens naar uw smartphone met Bluetooth.
	Hiermee worden de opties voor de takentimer weergegeven.
	Hiermee wordt de stopwatch gestart.
	Hiermee wordt een Toe-to-Toe™ uitdaging gestart.
	Start een activiteit met tijdmeting.
	Hiermee wordt toestelinformatie weergegeven.
	Hiermee keert u terug naar het vorige scherm.

De takentimer gebruiken

U kunt uw toestel gebruiken om een afteltimer te starten.

- 1 Houd de knop ingedrukt om het menu weer te geven.
- 2 Houd ingedrukt.
- 3 Druk op de knop om door de opties van de takentimer te bladeren.
- 4 Houd de knop ingedrukt om een timer te kiezen en te starten.
Het toestel piept, de timer begint met aftellen en het toestel stuurt een melding naar de dichtstbijzijnde gekoppelde smartphone. Wanneer er nog 3 seconden over zijn, piept het toestel tot de tijd is afgelopen.

TIP: U kunt de knop ingedrukt houden om de timer te stoppen.

TIP: U kunt op de knop drukken om de tijd van de dag weer te geven en terug te bladeren naar de actieve timer.

Opties voor takentimer

Er staan vooraf geïnstalleerde takentimers op uw toestel die u kunt gebruiken voor dagelijkse activiteiten. U kunt bijvoorbeeld de 2-minuten-timer gebruiken voor tandenpoetsen, of voor een andere taak die 2 minuten duurt. Elke taak is vooraf ingesteld op een bepaald aantal minuten.

Tijdsduur	Voorbeeldactiviteit
2 minuten	Tandenpoetsen
5 minuten	Speelgoed delen
10 minuten	Eten opeten
15 minuten	Lezen
20 minuten	Les of oefenen
30 minuten	Computergebruik/televisie kijken

De stopwatch gebruiken

- 1 Houd de knop ingedrukt om het menu weer te geven.

- 2 Houd ingedrukt.
- 3 Druk op de knop om de timer te starten.
- 4 Druk op de knop om de timer te stoppen.
- 5 Houd de knop ingedrukt.
- 6 Selecteer een optie.
 - Druk op de knop om de timer te herstellen.
 - Houd de knop ingedrukt om de timer af te sluiten.

Een Toe-to-Toe stappenuitdaging starten

U kunt een Toe-to-Toe stappenuitdaging van 2 minuten met uzelf of met een vriend starten.

OPMERKING: Hier wordt een stappenuitdaging voor twee spelers beschreven. Beide spelers moeten een uitdaging starten op hun vívofit jr. 3 toestel. Tijdens een uitdaging voor één speler wordt de timer gestart als u ingedrukt houdt.

- 1 Houd de knop ingedrukt om het menu weer te geven.
- 2 Houd ingedrukt.
- 3 Selecteer om een andere vívofit jr. 3 speler in uw buurt uit te dagen (binnen 3 m).
- 4 Houd ingedrukt als de naam van de speler verschijnt.
Voordat de timer wordt gestart, telt het toestel 3 seconden af.
- 5 Ga 2 minuten lopen.
Wanneer er nog 3 seconden over zijn, piept het toestel tot de tijd voorbij is.
- 6 Plaats de toestellen binnen bereik (3 m).
Op de toestellen wordt het aantal stappen voor elke speler weergegeven en welke speler gewonnen heeft.

De spelers kunnen een nieuwe uitdaging starten of het menu verlaten.

Een activiteit met tijdmeting registreren

U kunt een activiteit met tijdmeting registreren zoals bij een basketbal- of voetbalwedstrijd die kan worden verzonden naar uw Garmin Jr. account.

- 1 Houd de knop ingedrukt om het menu weer te geven.
- 2 Houd ingedrukt.
- 3 Druk op de knop om de timer te starten.
- 4 Start de activiteit.
- 5 Druk op de knop om de activiteitentimer te stoppen.
- 6 Houd de knop ingedrukt om de activiteit met tijdmeting op te slaan.
- 7 Houd de knop ingedrukt om de activiteit met tijdmeting af te sluiten.

U kunt uw toestel synchroniseren zodat u de activiteitgegevens in de Garmin Jr. app kunt bekijken.

Slaap bijhouden

Het toestel registreert de bewegingen die u maakt in uw slaap. U kunt uw normale slaaptijden instellen in de Garmin Jr. app-instellingen. U kunt uw slaapstatistieken inzien in de Garmin Jr. app.

Geschiedenis

Uw toestel houdt uw dagelijkse aantal stappen, slaapstatistieken en activiteiten met tijdslijm bij. Deze geschiedenis kan naar uw Garmin Jr. account worden verzonden.

Uw toestel kan maximaal 7 activiteiten met tijdslijm en 14 dagen aan gegevens voor het volgen van activiteiten opslaan. Wanneer de gegevensopslag vol is, verwijdert het toestel de oudste bestanden om plaats te maken voor nieuwe gegevens.

TIP: Synchroniseer uw gegevens regelmatig om de synchronisatietijd te beperken.

Handmatig gegevens verzenden naar uw smartphone

Uw toestel verzendt regelmatig automatisch gegevens naar het dichtstbijzijnde gekoppelde Bluetooth toestel. U kunt gegevens op elk gewenst moment ook handmatig verzenden. Zo kunt u activiteiten, taken en munten bekijken in de Garmin Jr. app.

- 1 Breng het toestel dicht bij uw smartphone.
- 2 Open de Garmin Jr. app.
- 3 Houd de knop op het vívofit jr. 3 toestel ingedrukt om het menu  weer te geven.
Het  wordt weergegeven terwijl het toestel gegevens verzendt.
- 4 Veeg omlaag op uw smartphone om de app te vernieuwen.

Uw toestel aanpassen

Instellingen van de Garmin Jr. app

U kunt uw toestel-, gebruiker- en app-instellingen aanpassen in de Garmin Jr. app.

Selecteer in de Garmin Jr. app de optie Meer.

Gezinsinstellingen: Hiermee kunt u uw gezinsinstellingen aanpassen. Zo kunt u bijvoorbeeld uw gezinsnaam wijzigen of extra ouders of verzorgers uitnodigen.

App-instellingen: Hiermee kunt u de app-instellingen aanpassen, de Kindermodus inschakelen en juridische en wettelijke informatie weergeven.

Help: Hier vindt u informatie over toestelonderhoud, video's en andere nuttige informatie.

Instellingen voor kinderen

Selecteer in de Garmin Jr. app eerst uw kind en daarna Instellingen.

Instellingen: Hiermee kunt u de toestelinstellingen aanpassen. U kunt waarschuwingstonen in- of uitschakelen, de watch face en het stappenpictogram wijzigen en de contactgegevens voor noodgevallen configureren.

Registreer een accessoireband: Hiermee kunt u een accessoireband registreren en een nieuwe avonturenkaart ontgrendelen.

Toestelinformatie

Specificaties

Batterijtype	Door gebruiker te vervangen CR2025-batterij TIP: Als u de batterij wilt vervangen, gaat u naar De batterij vervangen , pagina 3.
Levensduur van batterij	Maximaal 1 jaar.
Bedrijfstemperatuurbereik	Van -15° tot 45°C (van 5° tot 113°F)
Radiofrequentie	Bluetooth technologie, 2,4 GHz bij 2 dBm nominaal
Waterbestendigheid	5 ATM ¹

Software-update

Wanneer er een software-update beschikbaar is, downloadt uw toestel deze automatisch wanneer u gegevens naar uw smartphone verzendt ([Handmatig gegevens verzenden naar uw smartphone](#), pagina 3).

Tijdens het updateproces worden een voortgangsbalk en  weergegeven op het vívofit jr. 3 toestel. De update kan enkele

minuten duren. Houd het toestel tijdens de update dicht bij uw smartphone. Als de update is voltooid, wordt het toestel opnieuw opgestart.

Toestelgegevens weergeven

U kunt de toestel-id en softwareversie bekijken.

- 1 Houd de knop ingedrukt om het menu weer te geven.
- 2 Houd  ingedrukt.

Toestelonderhoud

LET OP

Vermijd schokken en ruwe behandeling omdat hierdoor het product korter meegaat.

Druk niet op de knoppen onder water.

Gebruik nooit een scherp voorwerp om het toestel schoon te maken.

Gebruik geen chemische reinigingsmiddelen, oplosmiddelen en insectenwerende middelen die plastic onderdelen en oppervlakken kunnen beschadigen.

Spoel het toestel goed uit met leidingwater nadat het in aanraking is geweest met chloor of zout water, zonnebrand, cosmetica, alcohol en andere chemicaliën die een reactie kunnen veroorzaken. Langdurige blootstelling aan deze stoffen kan de behuizing beschadigen.

Plaats het toestel niet in omgevingen met hoge temperaturen, zoals een wasdroger.

Bewaar het toestel niet op een plaats waar het langdurig aan extreme temperaturen kan worden blootgesteld, omdat dit onherstelbare schade kan veroorzaken.

Het toestel schoonmaken

- 1 Veeg het toestel schoon met een doek die is bevochtigd met een mild schoonmaakmiddel.
- 2 Veeg de behuizing vervolgens droog.

Laat het toestel na reiniging helemaal drogen.

TIP: Ga voor meer informatie naar www.garmin.com/fitandcare.

Door de gebruiker vervangbare batterijen

⚠ WAARSCHUWING

Lees de gids *Belangrijke veiligheids- en productinformatie* in de verpakking voor productwaarschuwingen en andere belangrijke informatie.

De batterij vervangen

Het toestel gebruikt één CR2025 batterij.

- 1 Verwijder het toestel van de band.



- 2 Gebruik een kleine kruiskopschroevendraaier om de vier schroeven aan de achterkant van het toestel los te draaien.
- 3 Verwijder de behuizing aan de achterkant en de batterij.

¹ Het toestel is bestand tegen druk tot een diepte van maximaal 50 meter. Ga voor meer informatie naar www.garmin.com/waterrating.



- 4 Plaats de nieuwe batterij met de pluskant naar de behuizing aan de achterkant gericht.
- 5 Controleer of de pakking niet is beschadigd en of deze goed in de behuizing aan de voorkant zit.
- 6 Vervang de behuizing aan de achterkant.
- 7 Draai de vier schroeven gelijkmatig en stevig vast.
- 8 Plaats het toestel in de flexibele siliconenband door het flexibele bandmateriaal uit te rekken en over het toestel heen te trekken.

De toestelsleutel moet op één lijn liggen met het sleutelinzetstuk aan de zijkant van de band.



De band vervangen

De instelbare band is ontworpen voor kinderen van 4 jaar en ouder. Ga naar buy.garmin.com of neem contact op met uw Garmin® dealer voor informatie over optionele accessoires en vervangingsonderdelen.

- 1 Verwijder het toestel van de band.



- 2 Plaats het toestel in de flexibele siliconenband door het flexibele bandmateriaal uit te rekken en over het toestel heen te trekken.

De toestelsleutel moet op één lijn liggen met het sleutelinzetstuk aan de zijkant van de band.



Problemen oplossen

Mijn stappentelling lijkt niet nauwkeurig te zijn

Als uw stappentelling niet nauwkeurig lijkt te zijn, kunt u deze tips proberen.

- Ga naar <http://garmin.com/ataccuracy>.
- Draag het toestel om uw niet-dominante pols.
- Draag het toestel in uw zak wanneer u alleen uw handen of armen gebruikt.

OPMERKING: Het toestel kan herhalende bewegingen, zoals met uw handen klappen of uw tanden poetsen, interpreteren als stappen.

Mijn toestel geeft de juiste tijd niet weer

Het toestel werkt de tijd en datum bij wanneer u gegevens naar uw smartphone verzendt. U dient gegevens handmatig naar uw smartphone te verzenden om de juiste tijd te ontvangen wanneer u naar een andere tijdzone gaat, en om het toestel bij te werken voor zomertijd of wintertijd.

- 1 Controleer of uw smartphone of mobiele toestel de juiste lokale tijd weergeven.
- 2 Verzend gegevens naar uw smartphone (*Handmatig gegevens verzenden naar uw smartphone, pagina 3*).
Tijd en datum worden automatisch bijgewerkt.

Is mijn smartphone compatibel met mijn toestel?

Het vivofit jr. 3 toestel is compatibel met smartphones met Android™ en Apple® mobiele digitale toestellen via Bluetooth Smart draadloze technologie.

Meerdere mobiele toestellen koppelen

Nadat u de eerste installatie hebt voltooid (*Koppelen met uw smartphone, pagina 1*), kunt u uw vivofit jr. 3 toestel koppelen met maximaal twee extra toestellen, zoals een tablet en de smartphone van een andere ouder.

- 1 Ga naar de app store van uw smartphone of tablet en installeer en open de Garmin Jr. app.
- 2 Meld u aan met uw Garmin Connect gebruikersnaam en wachtwoord.
- 3 Volg de instructies in de app om deel te nemen in een bestaand gezin.
- 4 Houd uw mobiele toestel binnen 3 m (10 ft.) van uw vivofit jr. 3 toestel.

OPMERKING: Zorg ervoor dat u minstens 10 m (33 ft.) bij mobiele toestellen vandaan bent tijdens het koppelen.

- 5 Schakel indien nodig de Bluetooth draadloze technologie van eerder gekoppelde mobiele toestellen uit.
- 6 Op het vívofit jr. 3 toestel de knop ingedrukt om het menu weer te geven.
- 7 Houd  ingedrukt om koppelmodus in te schakelen.
- 8 Volg de aanwijzingen in de app om het koppelen te voltooien.
- 9 Herhaal zo nodig de stappen 1 tot 8 voor elk mobiel toestel dat u wilt koppelen.

Hoe koppel ik een extra toestel met de Garmin Jr. app?

Als u reeds een toestel hebt gekoppeld met de Garmin Jr. app, kunt u in het kindermenu een nieuw toestel en een nieuw kind toevoegen. U kunt tot acht toestellen koppelen.

OPMERKING: Elk kind kan met één toestel worden gekoppeld.

- 1 Open de Garmin Jr. app.
- 2 Selecteer **Kinderen**.
- 3 Selecteer **+**.
- 4 Volg de instructies op het scherm.

Het toestel herstellen

Als het toestel niet meer reageert, moet u het mogelijk herstellen. Uw gegevens worden dan niet gewist.

- 1 Houd de knop ingedrukt totdat het toestel wordt uitgeschakeld.
- 2 Druk op de knop om het toestel in te schakelen.

Ik kan mijn toestel niet inschakelen

Als uw toestel niet meer inschakelt, moet u wellicht de batterijen vervangen.

Ga naar [De batterij vervangen](#), pagina 3.

Mijn toestel wordt niet ingeschakeld nadat de batterij is vervangen

Als uw toestel niet wordt ingeschakeld nadat u de batterij hebt vervangen, kunt u deze tips proberen.

- Zorg ervoor dat u een nieuwe CR2025-batterij hebt geïnstalleerd die is aangeschaft bij een hoogwaardige fabrikant en een betrouwbare leverancier.
- Zorg ervoor dat de positieve kant van de batterij naar de achterkant van de behuizing wijst.

Appendix

Meer informatie

- Ga naar support.garmin.com voor meer handleidingen, artikelen en software-updates.
- Ga naar buy.garmin.com of neem contact op met uw Garmin dealer voor informatie over optionele accessoires en vervangingsonderdelen.

Index

A

accessoires 3, 5
activiteiten 2
activiteiten opslaan 2
activiteiten volgen 1
apps 1

B

banden 3, 4
batterij, vervangen 3
Bluetooth technologie 4

D

de batterij vervangen 3
doelstellingen 1

G

Garmin Connect 1, 3
gegevens 1
 overbrengen 1, 2
geschiedenis 2, 3

H

het toestel resetten 5

I

instellingen 3

K

knoppen 1, 2
koppelen, smartphone 4

M

menu 1

P

pictogrammen 1, 2
problemen oplossen 4, 5

S

slaapmodus 2
smartphone 1, 3, 4
 koppelen 4
software
 bijwerken 3
 versie 3
specificaties 3
stopwatch 2

T

tijdstip van de dag 4
timer 2
toestel aanpassen 3
toestel schoonmaken 3
toestel-id 3

U

uitdagingen 2
updates, software 3

V

vervangingsonderdelen 4

