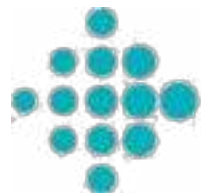




fitbitkopen.nl



fitbit blaze™



Handleiding

# Inhoudsopgave

Inhoudsopgave .....	2
Aan de slag .....	5
Wat zit er in de doos.....	5
Wat staat er in dit document .....	5
Installeren van uw Fitbit Blaze.....	6
Installeren van uw tracker met een mobiel toestel .....	6
Installatie van uw tracker op uw PC (Windows 10) .....	7
Installeren van uw tracker op de PC (Windows 8.1 en ouder).....	7
Installeer de tracker op uw Mac .....	8
Synchroniseer uw tracker met het Fitbit account .....	8
Leer uw Fitbit Blaze kennen .....	9
Plaatsen om de pols .....	9
Dragen gedurende de dag en tijdens trainingen.....	9
Dominante arm bepalen.....	10
Navigatie .....	10
Batterij duur en opladen .....	11
Bepalen van uw batterij niveau .....	11
Opladen van uw tracker .....	12
Zorgen voor de batterij.....	13
Onderhoud .....	13
Band veranderen.....	13
De band afdoen .....	14
Een nieuwe band omdoen .....	14
Automatisch bijhouden met Fitbit Blaze .....	15
Weergeven van dagelijkse statistieken.....	15
Gebruik van hartslag zones .....	15
Standaard hartslag zones .....	16
Zelf instellen van de hartslag zones .....	16
Slaapritme meten .....	17
Bijhouden van een dagelijks doel .....	17
Een doel kiezen .....	17

Voortgang tot een doel zien .....	17
Oefeningen bijhouden met Fitbit Blaze.....	18
Gebruik SmartTrack .....	18
Gebruiken van het Exercise menu.....	18
Meldingen ontvangen en muziek afspelen .....	20
Zelf instellen van de opties menu oefeningen (Exercise menu).....	20
Gebruik geluidloze wekker .....	21
Instellen geluidloze wekker .....	21
Fitbit app voor iOS .....	21
Fitbit app voor Android .....	21
Fitbit app voor Windows 10.....	21
Inschakelen of uitzetten van stille wekker .....	22
Uitzetten of snoozen van een wekker .....	22
Ontvangen van telefoongesprekken, bericht- en agenda meldingen .....	23
Agenda voorwaarden .....	23
Meldingen aan zetten .....	23
Fitbit app voor iOS .....	24
Fitbit app voor Android .....	24
Binnenkomende meldingen zien.....	24
Meldingen beheren.....	25
Meldingen uitzetten .....	25
Opnemen en wegdrücken telefoongesprekken.....	25
Muziek beheren .....	26
Muziek beheren aan zetten .....	26
Muziek beheren met uw Fitbit Blaze .....	27
Fitbit Blaze naar eigen behoefte instellen.....	28
De klok veranderen .....	28
Fitbit app voor iOS .....	28
Fitbit app voor Android .....	28
Fitbit app voor Windows 10.....	29
Helderheid aanpassen.....	29
Quick View aan of uit zetten .....	29
De hartslag tracker aanpassen.....	29
Updaten van uw Fitbit Blaze.....	30

Problemen oplossen van uw Fitbit Blaze.....	31
Hartslag signaal ontbreekt.....	31
Onverwachte problemen .....	31
Fitbit Blaze Algemene informatie en specificaties.....	33
Sensoren.....	33
Materiaal .....	33
Draadloze technologie.....	33
Haptische Feedback.....	33
Batterij.....	33
Geheugen .....	34
Scherm.....	34
Grootte .....	34
Natuurlijke omstandigheden .....	35
Hulp.....	35
Retourneren beleid en garantie .....	35
Regelgeving en veiligheidsvoorschriften .....	36
Important Safety Instructions .....	42
Cautions .....	42
Care and wearing tips .....	43
Built-in battery precautions.....	43
Disposal and recycling information .....	43

## Aan de slag

Welkom namens Fitbit Blaze™, een fitness smart watch die u helpt uw fitness doelen te bereiken in stijl.

### Wat zit er in de doos

Uw Fitbit Blaze doos bevat:



Fitbit Blaze



Oplaad kabel

Extra bandjes zijn apart verkrijgbaar. Het scherm wordt losgemaakt van de band voor het opladen.

### Wat staat er in dit document

Om snel van start te gaan helpen we u met een Fitbit® account aan te maken en te zorgen dat de tracker gegevens kan synchroniseren met uw Fitbit dashboard.

Het dashboard is de plek waar u uw data kunt zien, geschiedenis van uw activiteiten, doelen stellen, eten en drinken bijhouden, in contact blijven met vrienden en nog veel meer.

Wanneer uw tracker geïnstalleerd is, bent u klaar hem te gebruiken.

Daarna volgt uitleg hoe u de gebruik maakt van de mogelijkheden en uw eigen voorkeuren instelt.

Voor meer informatie, tips, en oplossingen voor problemen, vindt onze uitgebreide uitleg op (ENG): <http://help.fitbit.com>.

# Installeren van uw Fitbit Blaze

Om het meeste uit uw Blaze te halen, gebruik de gratis Fitbit app beschikbaar voor iOS®, Android™, en Windows® 10 toestellen. Mocht u geen toestel hebben met deze besturing, kunt u een computer gebruiken in die plaats, onthoud dat een mobiel toestel nodig is voor bepaalde eigenschappen zoals meldingen, muziek beheren en GPS verbinding.

## Installeren van uw tracker met een mobiel toestel

De Fitbit app werkt met meer dan 200 toestellen die iOS, Android, en Windows 10 ondersteunen.

Om te beginnen:

1. Zorg dat de Fitbit app geschikt is voor uw toestel door <http://www.fitbit.com/devices> te checken (ENG).
2. Vind de Fitbit app op een van de locaties op uw toestel:
  - De Apple App Store® voor iOS toestellen zoals iPhones en iPads.
  - De Google Play™ Store voor Android toestellen zoals Samsung Galaxy S5 en Motorola Droid Turbo.
  - De Windows® Store voor Windows 10 mobiele toestellen zoals de Lumia Phone or Surface tablet.
3. Installeer de app. Onthoud dat u een account met de bijbehorende store nodig heeft voor u kunt downloaden. Ook de gratis Fitbit app.
4. Als de app is geïnstalleerd, open hem en druk **Join Fitbit** om te beginnen. U zal door het proces worden geleid om een Fitbit account aan te maken en uw Blaze te koppelen aan het account. Het koppelen zorgt ervoor dat de tracker en uw toestel kunnen communiceren door synchronisatie.

NB: Onthoud dat persoonlijke informatie die wordt gevraagd tijdens de installatie wordt gebruikt voor het berekenen van uw Harris-Benedict-Vergelijking. Dit zorgt ervoor dat uw calorie-verbranding gemeten wordt. Deze informatie is privé tenzij u naar instellingen gaat en kiest voor delen: leeftijd, lengte of gewicht met Fitbit vrienden.

Na de installatie bent u klaar te beginnen.

## Installatie van uw tracker op uw PC (Windows 10)

Als u geen mobiel toestel heeft, kunt u de tracker installeren en laten synchroniseren op uw Windows 10 PC met dezelfde app beschikbaar voor Windows. Om de app te krijgen, klik op Start en open de Windows® Store (genaamd Store). Zoek naar "Fitbit app." Let erop dat als u nog niet eerder heeft gedownload van de store dat u eerst een account moet aanmaken.

Open de app en volg de instructies om een Fitbit account te creëren en uw Blaze te installeren. U kunt draadloos installeren en synchroniseren als uw computer bluetooth heeft, anders plug de tracker in de computer via de oplaadkabel.

Als het signaal van de Bluetooth zwak is kunt u sneller installeren met inpluggen.

## Installeren van uw tracker op de PC (Windows 8.1 en ouder)

Als u geen geschikt mobiel toestel heeft, kunt u uw tracker instelleren met behulp van de computer en uw Fitbit statistieken zien op fitbit.com. Om deze methode van installeren te gebruiken dient u eerst de software applicatie genoemd Fitbit Connect installeren die de Blaze gegevens laat synchroniseren met uw fitbit.com dashboard.

---

Tip: Als u een andere Fitbit tracker heeft met dongle, kunt u die dongle gebruiken om te synchroniseren met uw Blaze met Fitbit Connect in plaats van via de oplaad kabel. Dongles zijn verkrijgbaar op fitbit.com.

---

Om Fitbit Connect te installeren en uw tracker gereed te maken:

1. Installeer de draadloze sync dongle.
2. Ga naar <http://www.fitbit.com/setup>.
3. Scrol naar beneden en klik op de optie download.
4. Volgende stap is het bestand (FitbitConnect\_Win.exe) opslaan.
5. Vind het bestand en dubbelklik om het installatie programma te openen.
6. Klik Continue om door te gaan naar de instructies.
7. Als dit is gelukt, kies **Set up a New Fitbit Device**.
8. Volg de instructies op het scherm om een Fitbit account aan te maken en te verbinden met uw Blaze.

NB: Onthoud dat persoonlijke informatie die wordt gevraagd tijdens de installatie wordt gebruikt voor het berekenen van uw Harris-Benedict-Vergelijking. Dit zorgt ervoor dat uw calorie-verbranding gemeten wordt. Deze informatie is privé tenzij u naar instellingen gaat en kiest voor delen: leeftijd, lengte of gewicht met Fitbit vrienden.

## Installeer de tracker op uw Mac

Als u geen geschikte mobiel heeft, kunt u de tracker met een pc installeren en Fitbit statistieken zien op [fitbit.com](http://fitbit.com). Omdat deze methode te gebruiken, dient u eerst de software applicatie te installeren genaamd Fitbit Connect die Blaze gegevens laat synchroniseren met uw [fitbit.com](http://fitbit.com) dashboard.

Om Fitbit Connect te installeren en uw tracker gereed te maken:

1. Ga naar: <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Scrol naar beneden en kies de optie download.
3. Wanneer gelukt, sla het bestand op dat verschijnt: (Install Fitbit Connect.pkg).
4. Dubbel klik op het bestand om het installatie programma te laten beginnen.
5. Klik **Continue** om door te gaan naar de installatie instructies.
6. Als dit is gelukt, kies **Set up a New Fitbit Device**.
7. Volg de instructies op het scherm, om een Fitbit account aan te maken en te verbinden met uw Blaze. Als uw computer Bluetooth heeft, kan de installatie draadloos verlopen. Zo niet plug dan de tracker met de oplaad unit in de USB ingang op uw computer.

NB: Onthoud dat persoonlijke informatie die wordt gevraagd tijdens de installatie wordt gebruikt voor het berekenen van uw Harris-Benedict-Vergelijking. Dit zorgt ervoor dat uw calorie-verbranding gemeten wordt. Deze informatie is privé tenzij u naar instellingen gaat en kiest voor delen: leeftijd, lengte of gewicht met Fitbit vrienden.

## Synchroniseer uw tracker met het Fitbit account

Wanneer u de Blaze heeft geïnstalleerd en klaar bent hem te gebruiken, dient u ervoor te zorgen dat hij regelmatig gegevens naar Fitbit synchroniseert zodat u uw geschiedenis kunt zien van uw trainingen, badges kunt verdienen, slaap ritme kunt zien en meer op uw Fitbit dashboard. Een dagelijkse synchronisatie wordt aangeraden maar is niet noodzakelijk; de tracker kan data opslaan voor 7 dagen, tussen synchronisatie momenten.

De Fitbit apps gebruiken Bluetooth Low Energy (BLE) technologie om te synchroniseren met uw Fitbit tracker. Elke keer als u de app opent, zal de tracker synchroniseren als hij in de buurt is. Synchronisatie zal gedurende de dag plaatsvinden als u all-day sync heeft ingesteld. Als u de Fitbit app gebruikt op een Windows 10 PC die geen Bluetooth heeft, moet u zorgen dat de tracker is ingeplugd in de computer met de oplaadkabel.

Fitbit Connect op de Mac® gebruikt ook Bluetooth voor synchroniseren (wanneer mogelijk), anders zult u de tracker in de computer moeten pluggen via de oplaadkabel. U kunt handmatig laten synchroniseren, of kiezen voor automatisch synchroniseren elke 15 minuten als:

- De tracker niet verder dan 9 meter van de computer af is en nieuwe data heeft om te versturen.
- De computer aan staat, niet op de slaapstand en verbonden is met internet.



## Leer uw Fitbit Blaze kennen

Dit stuk gaat over hoe u de tracker het beste kunt dragen, kunt laten navigeren, en opladen.

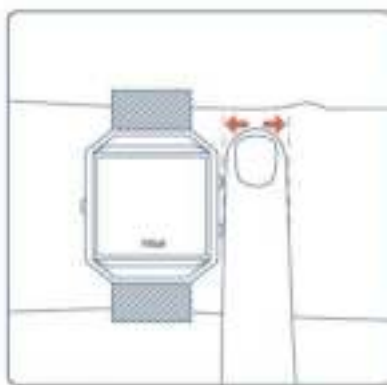
Wanneer u een extra band heeft gekocht, vindt u daarbij instructies hoe een band af te doen en een nieuwe te plaatsen.

## Plaatsen om de pols

Zie onderstaande tips om de tracker op de juiste manier te dragen.

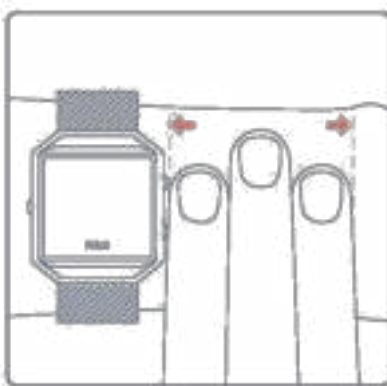
### Dragen gedurende de dag en tijdens trainingen

Voor het dragen van de Blaze gedurende de dag wanneer u geen training beoefent, zult u hem op de plek om de pols moeten dragen een vinger breedte vanaf het bot bij de pols. Zoals u een horloge normaliter draagt.



Voor betere resultaten voor het meten van uw hartslag:

1. Experimenteer door de tracker hoger om de pols te dragen tijdens trainingen. Doordat uw hartslag beter te meten is hoger op in de arm. Een stukje hoger dragen kan de signalen verbeteren. Daarnaast, bij oefeningen zoals opdrukken, buigt u uw pols vaker wat ervoor kan zorgen dat het meten wordt geïnterveerd.



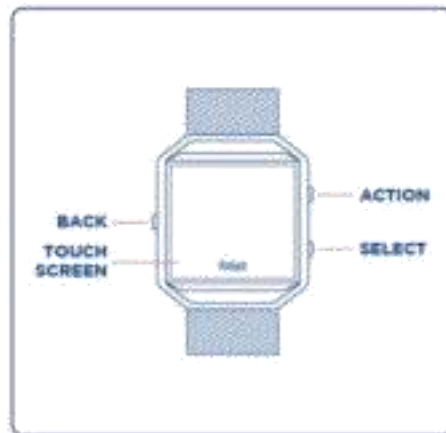
2. Draag uw tracker niet te strak, te strak dragen vermindert de bloedstroom wat mogelijk de hartslag metingen beïnvloedt. Tijdens trainingen raden we aan de band iets strakker te dragen dan de rest van de dag.
3. Tijdens intensieve trainingen met interval of andere activiteiten waarbij u uw pols veel beweegt, kan deze beweging ervoor zorgen dat de sensor de hartslag niet zeer precies meet. Net als bij gewicht heffen of roeien, kan het zijn dat de band losser en strakker gaat zitten tijdens de oefeningen. Probeer dan te ontspannen en stil te zitten (voor 10 seconden ongeveer) en dan ziet u een verbeterde hartslag meting.

## Dominante arm bepalen

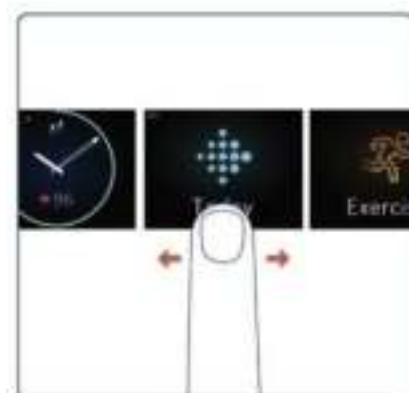
Voor meer nauwkeurigheid, dient uw tracker te weten om welke arm u hem draagt. Uw niet dominante arm is standaard ingesteld. Wanneer u uw tracker om uw dominante arm draagt (waarmee u schrijft) kunt u dat instellen in de Account sectie van de Fitbit app of bij Devices op uw fitbit.com dashboard instellingen.

## Navigatie

De Blaze heeft een touch screen met een kleuren LCD en drie knoppen: Action, Select, en Back.



U kunt navigeren met uw Blaze door van links naar rechts te swipen en van boven naar beneden.



Het ingestelde thuis scherm is de klok. Op dit scherm kunt u:

- Omhoog swipen om meldingen te zien.
- Swipe naar beneden om muziek af te spleen en meldingen aan en uit te zetten.
- Swipe naar links, dan kunt u menu's openen:
  - Today—Zie het aantal gezette stappen, hartslag, afgelegde afstand, calorieën verbrand, en trappen beklommen. Samengenomen als all-day stats.
  - Exercise—Swipe naar rechts voor specifieke oefeningen.
  - FitStar™—kies tussen drie FitStar workouts.
  - Timer—Swipe naar rechts om een stopwatch of timer te kiezen
  - Wekker—Stel een wekker in of verander hem.
  - Instellingen—Swipe omhoog voor uw opties.



U kunt elk moment de Back knop drukken om terug te gaan naar het vorige scherm en uiteindelijk de klok.

---

## Batterij duur en opladen

Uw volledig opgeladen Blaze heeft een batterij duur tot 5 dagen. Afhankelijk van gebruik en instellingen kan dit enigszins verschillen.

### Bepalen van uw batterij niveau

U kunt uw batterij niveau checken op het scherm op verschillende plekken:

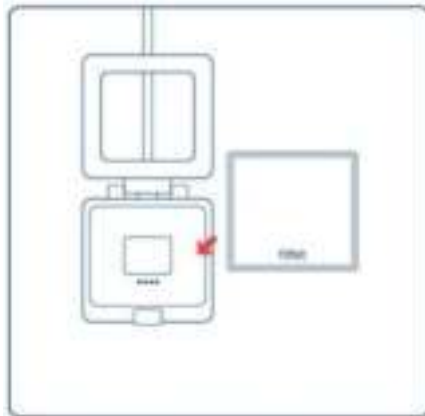
- Als u op een menu scherm kijkt, een klein icoontje links bovenin laat het batterij percentage zien.
- Wanneer u op de klok kijkt, komt het batterij icoontje tevoorschijn als de batterij bijna leeg is.

U kunt het batterij niveau ook zien in de Fitbit app of op uw fitbit.com dashboard.

## Opladen van uw tracker

Om uw Blaze op te laden:

1. Plug de oplaad kabel in de USB ingang van uw computer of een UL-gecertificeerd USB muur oplader.
2. Verwijder de tracker van de band. Om dit te doen, draai de band om en druk voorzichtig op het scherm zodat deze los komt van het frame.
3. Stop de tracker in de oplaad box met het scherm naar u toe.



De vier gouden tanden moeten omlijnd zijn.

4. Doe het doosje dicht.



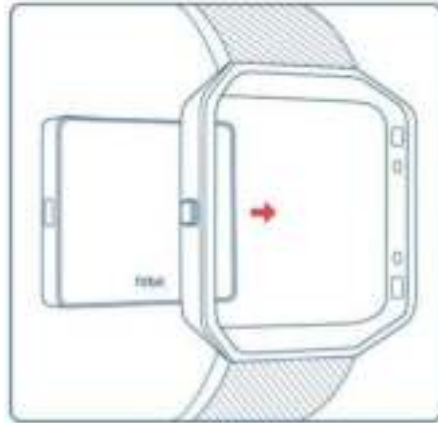
Een groot batterij icoon verschijnt wanneer het opladen begint.

Als uw tracker leeg is, kan het volledig opladen 1 tot 2 uren duren.

Terwijl de tracker oplaadt, kunt u de klok checken door op het scherm te drukken, meldingen gebruiken en muziek afspelen. Een helder batterij icoon link bovenin laat het batterij niveau zien. U kunt ook het batterij niveau zien tijdens het opladen door de omsluiting open en dicht te doen. Wanneer de batterij vol is, verschijnt een groene batterij indicator.

Om de tracker terug te doen in de band wanneer u klaar bent met opladen:

1. Open de omsluiting en haal de tracker eruit.
2. Van de achterkant, houd de knoppen van de tracker op dezelfde hoogte als de gleuf van het frame.



3. Zet de tracker op zijn plaats.

## Zorgen voor de batterij

Als u uw Blaze voor een tijd niet gaat gebruiken, kunt u het batterij niveau behouden door de tracker uit te zetten. Swipe naar het Settings scherm en swipe omhoog om de uitknop te zien. Voor meer tips om de batterij op peil te houden, zie (ENG): [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com).

## Onderhoud

Het is van belang uw Blaze regelmatig schoon en droog te maken. Voor instructies en meer informatie zie (ENG): <http://www.fitbit.com/productcare>.

## Band veranderen

De band bestaat uit twee verschillende banden (boven en onderkant), die u kunt verwisselen voor een andere band.

## De band afdoen

1. Plaats de Blaze met het scherm naar beneden op een vlak oppervlak en vind de twee schakels waarmee u de band kunt verwijderen. Er is een aan elk uiteinde waar de band het frame ontmoet.
2. Om de schakel los te maken, gebruik uw vingertop of nagel om dan voorzichtig de schakel naar de andere kant te bewegen, beweeg daarna de band van het frame af.



3. Herhaal dit aan de andere kant.

## Een nieuwe band omdoen

Voordat u een nieuwe band vastmaakt, kijk eerst wat de bovenste en onderste band is. De bovenste band heeft een gesp aan het einde. De onderste heeft een inkeping.

Om de band te bevestigen:

1. Plaats uw Blaze met het scherm naar beneden. your Blaze face down. When it is face down, two buttons are on the left and a single button is on the right.
2. Vind de pin aan de andere kant van de schakel om hem af te doen, en schuif hem in de opening van het frame.
3. Trek aan de schakel terwijl u de band op zijn plaats schuift, laat hem dan los om de band vast te maken aan het frame.

# Automatisch bijhouden met Fitbit Blaze

Uw Blaze houdt automatisch verschillende statistieken bij wanneer u hem draagt. De laatste data van uw tracker wordt geüpload naar uw Fitbit dashboard wanneer hij wordt gesynchroniseerd.

## Weergeven van dagelijkse statistieken

Op het beginscherm met de klok, swipe naar links voor het Today scherm. Druk hierop en swipe omhoog om dagelijkse statistieken te zien:

- Aantal stappen
- Huidige hartslag en zone van de hartslag
- Afgelegde afstand
- Calorie verbranding
- Aantal trappen genomen

Andere statistieken die worden bijgehouden met uw tracker en die beschikbaar zijn op uw Fitbit dashboard zijn:

- Gedetailleerde geschiedenis van uw hartslag, met wanneer u in welke zone was.
- Actieve minuten.
- Tijd geslapen en slaap ritmes.

Uw Blaze begint met statistieken bijhouden vanaf 00:00 voor de volgende dag, afhankelijk van de tijdzone waar u bent. Hoewel uw statistieken worden gereset naar nul middernacht, is de data van de dag ervoor niet verwijderd. De data zal worden behouden in uw Fitbit account wanneer u uw tracker synchroniseert de volgende dag.

## Gebruik van hartslag zones

Hartslag zones helpen u de intensiteit van uw gekozen trainingen te bepalen. Uw tracker geeft de hartslag en de zone weer. Op uw Fitbit dashboard ziet u hoe lang u in welke zone bent geweest op welke dag en tijdens oefeningen. Drie zones die zijn gebaseerd op American Heart Association aanbevelingen zijn standaard ingesteld. U kunt ook handmatig een zone instellen die u wilt bereiken.

## Standaard hartslag zones

Standaard hartslag zones zijn berekend met uw geschatte maximale hartslag. Fitbit berekent uw maximale hartslag met een standaard formule namelijk 220 min uw leeftijd in jaren.

Het hart icoontje die ziet naast uw huidige hartslag geeft de zone weer:



- Als u buiten de zone bent, wat betekent minder dan 50% van uw maximale hartslag, kan het zijn dat uw hartslag omhoog gaat maar nog niet genoeg om als oefening te worden beschouwd.
- Verbranden zone, wat betekent dat uw hartslag tussen 50 en 69% is van uw maximale hartslag. Dit is de lage tot gemiddelde intensiteit inspannings zone en is geschikt voor mensen die beginnen met oefeningen. Deze zone heet verbranden, omdat een hoger percentage van de verbrande calorieën vet is, maar de totale calorie verbranding is lager.
- Cardio zone, deze zone staat voor een hartslag tussen 70% en 84% van uw maximale hartslag. In deze zone pusht u zichzelf maar u houdt het nog wel vol. Dit is de zone voor de meesten om als doel te stellen.
- Piek zone, dit betekent dat uw hartslag op 85% of hoger is van uw maximale hartslag. Dit is de zeer intensieve oefening zone. Piek zone staat voor kort durende intensieve sessies die prestaties en snelheid verbeteren.

## Zelf instellen van de hartslag zones

In plaats van de standaard ingestelde zones te gebruiken, kunt u zelf een zone instellen in de Fitbit app of op het fitbit.com dashboard. Wanneer u in die zone bent ziet u een normaal hart. Bent u niet in de zone dan ziet u een schets van een hart.

Voor meer informatie over uw hartslag bijhouden en links naar American Heart Association, zie (ENG): [help.fitbit.com](https://help.fitbit.com).



## Slaapritme meten

Uw Blaze houdt automatisch bij hoe lang u slaapt en hoeveel u 's nachts beweegt om uw slap patronen te verbeteren. Om dit te meten, draag uw Blaze als u naar bed gaat. Om een gezonde slaap cyclus te bereiken, staat 8 uren slaap automatisch ingesteld per nacht. U kunt dit aanpassen in de Fitbit app of op uw fitbit.com dashboard naar een langere of kortere nacht slaap die u nodig heeft.

Om uw slaap log te zien, synchroniseer uw tracker als u wakker bent. Op uw dashboard kunt u uw slaap log zien en meer gedetailleerde informatie over uw slaap patronen.

## Bijhouden van een dagelijks doel

Uw Blaze houdt voor u bij hoever u bent met het bereiken van een doel dat u zelf kiest. Wanneer u uw doel bereikt, zal de tracker vibreren en oplichten om het behaalde doel te vieren.

### Een doel kiezen

Als standaardinstelling is uw doel 10.000 stappen per dag. Op de Fitbit app of op het Fitbit.com dashboard kunt u een ander doel kiezen of uw doel aanpassen. Andere doelen zijn: afgelegde afstand, calorie verbranding, trappen opgelopen. Bij elk van deze doelen kunt u de waarde aanpassen zoals bij de 10.000 stappen kunt u dit verhogen naar 20.000.

### Voortgang tot een doel zien

Bepaalde klokken laten de voortgang zien tot een doel met een cirkel die compleet wordt of een balk om u gemotiveerd te houden. Bijvoorbeeld de klok op het plaatje hieronder laat de voortgang zien en in dit geval zou u verder dan halverwege zijn tot het behalen van uw doel.



U kunt ook uw voortgang zien in het menu Today menu.

# Oefeningen bijhouden met Fitbit Blaze

Blaze zal automatisch oefeningen detecteren en opslaan in uw exercise geschiedenis door de SmartTrack™ optie te gebruiken. U kunt ook uw tracker handmatig laten beginnen of stoppen om te zien wat uw huidige statistieken zijn en geschiedenis te laten zien. Alle oefeningen zullen worden opgeslagen in uw geschiedenis om terug te kijken en te vergelijken.

## Gebruik SmartTrack

Onze SmartTrack eigenschap herkent oefeningen en houdt ze automatisch bij om ervoor te zorgen dat uw wordt beloond voor uw meest actieve momenten van de dag. Als u uw tracker synchroniseert, na een oefening met SmartTrack, kunt u verschillende statistieken in uw oefeningen geschiedenis met duur, calorie verbranding, invloed op de dag en meer.

Als standaard instelling detecteert SmartTrack beweging als het 15 minuten duurt of langer. Deze tijd kunt u verlengen of korter maken, of SmartTrack bepaalde bewegingen niet laten meten.

Voor meer informatie over het zelf instellen en gebruiken van SmartTrack, zie (ENG): [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com).

## Gebruiken van het Exercise menu

Als u het Exercise menu gebruikt, kan Blaze uw oefeningen bijhouden zoals hardlopen, gewicht heffen, spinning, golf en meer. Als u uw GPS wilt gebruiken om een oefening bij te houden zorg dan dat u uw telefoon bij zich heeft. Onze GPS eigenschap werkt met uw telefoon om uw routes in kaart te brengen. Onthoud dat GPS verbinding op dit moment niet beschikbaar is voor de Fitbit app voor Windows 10.

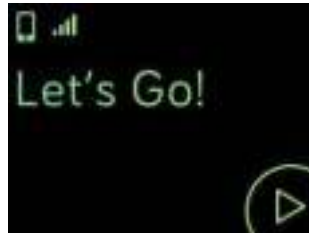
Om een oefening bij te houden:

1. Als u GPS gaat gebruiken met een Android toestel, zorg dan dat telefoongesprekken, berichten en agenda meldingen aan staan.
2. Als u GPS gaat gebruiken, zorg dan dat Bluetooth en GPS beide aan staan op uw telefoon.
3. Op uw tracker: swipe naar links voor het Exercise scherm en druk daar op, swipe vervolgens naar links om de oefening te kiezen die u wilt.

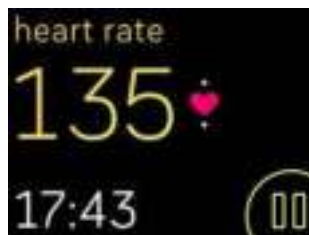
Als u een tandwiel icoon ziet links onderin betekent dat u die oefening met GPS kunt doen. Druk op het tandwiel icoon om GPS aan of uit te zetten. Druk Back (linker) knop om terug te gaan naar uw oefening.

4. Druk op de oefening om te selecteren. U zult het Let's Go! scherm zien.

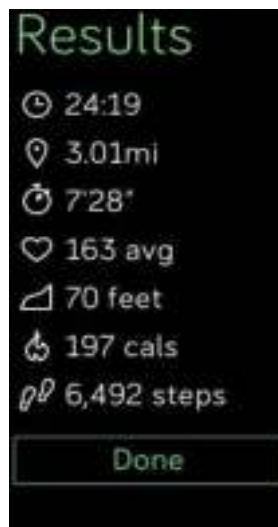
Als u een GPS verbonden oefening kiest, zult u een telefoon zien links bovenin. De puntjes staan voor dat uw tracker op zoek is naar een GPS signaal. Wanneer het telefoon icoontje licht wordt en de tracker trilt, weet u dat er een GPS verbinding is.



5. Druk op het scherm op Play of kies de Select knop rechts onderin om te beginnen met het bijhouden van uw oefening. Een stopwatch verschijnt met de tijd die verstreken is. Swipe naar boven en omlaag om uw huidige statistieken te zien of de tijd.



6. Als u klaar bent met uw oefening, of wilt pauzeren, kies het pauze icoon rechts onderin.
7. Om een samenvatting te zien van uw resultaten, druk op het icoon met de vorm van een vlag of de Action knop (rechts bovenin).



8. Druk Done of druk op de knop Back (links) om het scherm met samenvattingen af te sluiten.

Synchroniseren van uw tracker zorgt voor het opslaan van uw oefeningen in exercise history. Daar vindt u nog meer statistieken en uw route mocht u GPS verbinding hebben gebruikt.

## Meldingen ontvangen en muziek afspelen

U kunt meldingen ontvangen van telefoongesprekken, berichten of afspraken in uw agenda. Daarnaast is het mogelijk muziek af te spelen tijdens een oefening. Als u een melding ontvangt en hem later wilt zien, houd de Select knop (rechts onderin) ongeveer drie seconden ingedrukt.

## Zelf instellen van de opties menu oefeningen (Exercise menu)

Als standaardinstelling bestaat uw Exercise menu zes typen oefeningen om tussen te kiezen. U kunt oefeningen toevoegen of verwijderen of de volgorde veranderen waarin ze verschijnen.

Het Exercise menu aanpassen in de Fitbit app voor iOS:

1. Op het Fitbit app dashboard, kies het Blaze teken.
2. Druk **Exercise Shortcuts**.
3. Om een nieuwe shortcut toe te voegen, druk **Exercise Shortcut** en selecteer een oefening.
4. Om een shortcut te verwijderen, swipe naar links bij een naam van een oefening, druk **Delete**.

Om het Exercise menu te veranderen met de Fitbit app voor Android:

1. Vanuit het Fitbit app dashboard, druk op het tracker teken.
2. Druk op het Blaze teken.
3. Kies **Exercise Shortcuts**.
4. Om een nieuwe shortcut toe te voegen, druk **More Exercises** en kies uit de opties.
5. Om een shortcut te verwijderen, houd een oefening ingedrukt, dan draag het naar "Remove from Blaze" bovenin het scherm.

Om het Exercise menu te veranderen voor de Fitbit app voor Windows 10:

1. Op het Fitbit app dashboard, druk **Account**.
2. Kies het Blaze teken.
3. Kies **Exercise Shortcuts**.
4. Om een nieuwe shortcut toe te voegen, druk op het + icoon en kies uit de opties.
5. Om een shortcut te verwijderen, druk op het prullenbak icoon.

Synchroniseer uw Blaze om hem te updaten met de nieuwe oefeningen.

---

Tip: Als een specifieke oefening niet beschikbaar is die u wilt doen, kies dan de "Workout" optie. Later zult u in de geschiedenis sectie de naam kunnen veranderen of kiezen uit onze grote Database (Roeien, Pilates etc.)

## Gebruik geluidloze wekker

Om wakker te worden 's ochtends of op een ander moment van de dag alert te worden gemaakt. U kunt maximaal 8 wekkers zetten op elk moment van de dag, een wekker trilt zachtjes op de gekozen tijd. U kunt kiezen de wekker dagelijks te herhalen of op gekozen dagen van de week.

## Instellen geluidloze wekker

De instructies hieronder beschrijven het instellen van een stille wekker. U kunt de stille wekker ook instellen op uw fitbit.com dashboard. Klik op het tandwiel icoon om naar uw toestel instellingen te gaan.

### Fitbit app voor iOS

1. Vanuit het Fitbit app dashboard, druk op het tracker teken.
2. Druk op Blaze.
3. Druk **Silent Alarms** > **Set a New Alarm**.
4. Kies de tijd van de wekker en daarna **Save**.

Om de wekker voor meer dan een dag in te stellen, druk **Repeat** en selecteer de dagen die u wilt.

### Fitbit app voor Android

1. Vanuit het Fitbit app dashboard, druk op het tracker teken.
2. Druk op Blaze.
3. Druk **Silent Alarm**.
4. Druk op het **+** icoon.
5. Kies de tijd van je wekker.
6. Druk **Save**.

### Fitbit app voor Windows 10

1. Op het Fitbit app dashboard, druk **Account**.
2. Druk op het Blaze teken.
3. Druk **Silent Alarms** > **Add Alarm**.
4. Selecteer de tijd van uw wekker en druk op het vinkje. Kies uw gewenste tijd van herhalen en druk **Save**.

## Inschakelen of uitzetten van stille wekker

Wanneer u een wekker heeft gezet, kunt u dit uit- en aanzetten via uw Blaze zonder dat de Fitbit app daarvoor nodig is.

1. Swipe naar het Alarm scherm en druk daarop.



2. Swipe naar het gewenste alarm.



3. Druk op het icoon met de bel om aan of uit te zetten.

## Uitzetten of snoozen van een wekker

Wanneer uw wekker afgaat, zal de tracker oplichten en trillen. Om de wekker uit te zetten, druk op het vinkje of druk op de Select knop (rechts onderin). Om 9 minuten te snoozen, druk op het ZZZ icoon of druk op de Action (rechts boven) knop. Er zit geen maximum op het aantal keren snoozen. Wanneer onaangeraakt, zal uw tracker automatisch in de snooze modus gaan na een minuut.

# Ontvangen van telefoongesprekken, bericht- en agenda meldingen

Meer dan 200 mobiele toestellen met iOS of Android besturing kunnen telefoongesprekken, berichten, en agenda meldingen ontvangen op uw Blaze. Om te bepalen of uw toestel deze mogelijkheid ondersteunt, zie (ENG) <http://www.fitbit.com/devices>. Onthoud dat meldingen niet mogelijk zijn op Windows 10 toestellen.

## Agenda voorwaarden

Uw tracker laat activiteiten zien en andere informatie die van uw agenda app naar uw mobiele toestel worden gestuurd. Onthoud dat als de app geen meldingen stuurt naar uw mobiele toestel u daardoor geen meldingen ontvangt op u tracker.

Als u een iOS toestel heeft, laat uw Blaze meldingen zien van alle agenda's gesynchroniseerd met de standaard iOS Agenda app. Mocht u een agenda gebruiken via een andere app die niet wordt gesynchroniseerd met de standaard app, ziet u daar geen meldingen van.

Als u een Android toestel heeft, laat uw Blaze agenda meldingen zien van de agenda app die u kiest bij de installatie. U kunt kiezen van de standaard agenda app (Calendar) op uw mobiele toestel of verschillende andere apps.

## Meldingen aan zetten

Meldingen staan niet automatisch aan wanneer u uw tracker synchroniseert, dus volg onderstaande stappen. Voor de installatie, zorg ervoor:

- Bluetooth mogelijk is op uw mobiele toestel en aan staat.
- Uw mobiele toestel meldingen kan weergeven. Vaak Settings > Notifications).
- Uw Blaze in de buurt is.

## Fitbit app voor iOS

Om meldingen aan te zetten op uw iOS toestel:

1. Op het Blaze klok scherm, swipe naar boven en zorg dat uw notificaties aan staan. U kunt ook naar de instellingen van meldingen gaan door de Action knop rechts boven vanuit elk ander scherm.
2. Open de Fitbit app en druk op het Blaze teken.
3. Druk **Notifications** en zet de gewenste combinatie van bericht- telefoongesprek- of agenda meldingen aan.
4. Volg de instructies op het scherm om uw toestel met uw tracker te koppelen.

## Fitbit app voor Android

Voor u begint, ga naar uw instellingen op uw mobiele toestel en zorg dat het meldingen kan weergeven.

1. Open de Fitbit app met het Blaze teken.
2. Druk opnieuw op het Blaze teken.
3. Druk **Notifications** en zet de gewenste combinatie van bericht- telefoongesprek- of agenda meldingen aan.
4. Volg de instructies op het scherm om de tracker en uw mobiele toestel te koppelen. Voor instructies die alles stap voor stap beschrijven zie: [help.fitbit.com](http://help.fitbit.com)

Wanneer uw Blaze succesvol is gekoppeld voor meldingen, verschijnt het als verbonden toestel genaamd 'Blaze' in uw lijst van Bluetooth toestellen.

## Binnenkomende meldingen zien

Als uw tracker en mobiele toestel maximaal 9 meter bij elkaar in de buurt zijn, worden telefoongesprekken, berichten, of agenda meldingen gemeld door het trillen van de tracker. Wanneer u niet naar een melding kijkt op het moment dat u hem ontvangt, kunt u de melding op een later moment terugzien door omhoog te swipen bij het klok scherm of de Select button in te drukken (rechts onderin).



SMS Melding



Agenda Melding



## Meldingen beheren

Blaze kan tot 30 meldingen opslaan, waarna de oude meldingen worden vervangen voor nieuwe. Meldingen worden automatisch verwijderd na 24 uur. Uw tracker kan tot 32 tekens laten zien en tot 160 tekens van een bericht.

Om uw meldingen te beheren:

- Op het scherm met de klok, swipe omhoog om uw meldingen te zien en druk op een melding voor meer informatie over die melding.
- Op een melding, swipe naar rechts om hem te verwijderen.
- Om alle meldingen in een keer te verwijderen, swipe helemaal naar beneden onderaan alle meldingen, en druk Clear All.
- Als een SMS melding lang is, swipe naar beneden om alle tekst te zien.
- Om het scherm met meldingen te verlaten, druk Back (links).

## Meldingen uitzetten

U kunt meldingen uitzetten in de Fitbit app of op uw Blaze. Om dit op uw tracker te doen, swipe naar beneden of houd de Action knop (rechtsboven) ingedrukt vanuit elk ander scherm. Verander meldingen naar Off.

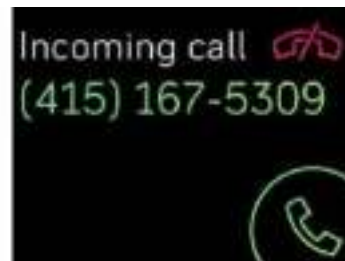
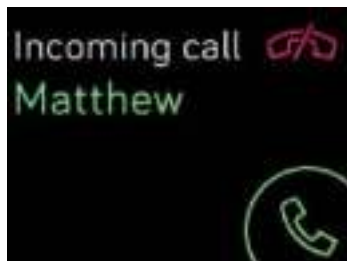
Onthoud dat als u de Do not Disturb instelling op uw telefoon gebruikt, meldingen uitstaan tot u niet storen uit zet.

## Opnemen en wegdrukken telefoongesprekken

U kunt een binnenkomend gesprek accepteren of wegdrukken met een iOS toestel.

Om een gesprek te accepteren, druk op het groene icoontje. (let op dat u niet kunt praten door uw tracker, hij reageert op uw mobiele toestel). Om een telefoontje weg te drukken (niet accepteren) druk op de rode knop en de beller wordt doorverbonden naar uw voicemail.

De naam van uw contact die belt (wanneer opgeslagen in contacten) verschijnt in uw scherm, anders een telefoon nummer.



## Muziek beheren

Met een geschikt iOS, Android, or Windows 10 mobiel toestel, kunt u muziek pauzeren of weer afspelen en een volgend nummer kiezen. Om te checken of uw toestel dit ondersteunt, zie: (ENG) <http://www.fitbit.com/devices>.

Let op het volgende bij muziek afspelen:

- Blaze gebruikt een AVRCP Bluetooth profile om muziek af te spelen; daarom moet uw app die muziek aanbiedt verenigbaar zijn met AVRCP.
- Omdat sommige muziek streamende apps geen informatie uitzenden, worden titels niet weergegeven, op het scherm van uw Blaze. In dit geval kunt u alsnog een nummer pauzeren en weer afspelen als het AVRCP ondersteunt.
- Titels van liedjes verschijnen niet op uw scherm met een Windows toestel.

## Muziek beheren aan zetten

Als u de Fitbit app voor iOS met een toestel met iOS8 of nieuwer gebruikt zijn er geen extra installaties nodig.

Als u de Fitbit apps voor Android of Windows 10 heeft:

1. Op uw Blaze:
  - a. Swipe naar Settings.
  - b. Scroll tot Bluetooth Classic.
  - c. Druk op de Bluetooth Classic optie tot dat hij gekoppeld is. (Pair)
2. Op uw mobiele toestel:
  - a. Ga naar het Bluetooth Instellingen scherm waar gekoppelde apparaten worden weergegeven.
  - b. Zorg dat uw mobiele toestel kan worden gedetecteerd en scant naar apparaten.
  - c. Als "Fitbit Blaze" wordt weergegeven als beschikbaar apparaat, selecteer dit dan.
  - d. Wacht op een bericht met een getal bestaande uit 6 cijfers.
3. Om succesvol af te sluiten doe de volgende twee stappen:
  - a. Als hetzelfde 6 cijferige getal op uw scherm verschijnt op uw Blaze, druk "Yes" op uw tracker.
  - b. Op uw mobiele toestel, selecteer Koppelen.

# Muziek beheren met uw Fitbit Blaze

Om muziek te beheren met uw Blaze:

1. Start een nummer of afspeellijst op uw mobiel.
2. Op uw tracker, swipe omlaag vanuit het scherm met de klok of houd de Action knop (rechts boven) ingedrukt om informatie te zien over het nummer dat u afspeelt. Dit gebeurt alleen als de app van uw telefoon dit ondersteunt.



3. Gebruik de icoontjes om te pauzeren of volgende te klikken. Om het volume te veranderen, gebruik de Action knop (rechtsboven) en Select(rechts onder).
4. Druk op de Back knop of swipe omhoog om naar het vorige scherm te gaan.

# Fitbit Blaze naar eigen behoefte instellen

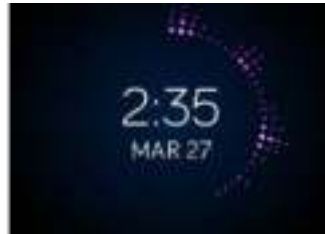
Dit gedeelte legt uit hoe u het scherm en eigenschappen van de tracker kunt veranderen.

## De klok veranderen

De voorbeelden hieronder laten enkele opties zien van de klok die u kunt kiezen.



Original



Flare



Zone



Pop

U kunt de klok veranderen met de Fitbit app of het fitbit.com dashboard.

## Fitbit app voor iOS

1. Op het dashboard, druk op het Blaze teken.
2. Druk **Clock Face**.
3. Selecteer uw klok stijl.

## Fitbit app voor Android

1. Op het dashboard, druk op het tracker teken.
2. Druk op het Blaze teken.
3. Druk **Clock Face**.
4. Selecteer uw klok stijl.

## Fitbit app voor Windows 10

1. Op het dashboard, druk **Account**.
2. Druk op het Blaze teken.
3. Druk **Clock Face**.
4. Selecteer uw clock stijl.

U ziet de verandering na het synchroniseren van uw tracker.

## Helderheid aanpassen

Deze instelling is voor de helderheid van berichten en afbeeldingen op uw Blaze. De standaardinstelling, genaamd Auto, past de helderheid aan aan de nabije licht omstandigheden.

- Dim - Zwakste
- Normal – Gemiddeld
- Max - Meest helder

Om deze instelling aan te passen, swipe naar het instellingen menu, en druk op het scherm. Swipe tot u Brightness (helderheid) tegenkomt.

## Quick View aan of uit zetten

Quick View zorgt ervoor dat uw Blaze ‘wakker wordt’ als u uw pols naar u toe draait. Als Quick View uit staat, druk dan op een knop of raak Blaze twee keer aan om hem wakker te maken. Swipe tot u Quick View vindt.

## De hartslag tracker aanpassen

Uw Blaze gebruikt PurePulse™ technologie om uw hartslag te meten automatisch en doorlopen als uw hartslag functie op de tracker aan staat.

- Auto (standaard) - Hartslag bijhouden werkt alleen als u de Blaze draagt.
- Uit - Hartslag meten is niet actief.
- Aan - Hartslag meten staat altijd aan, u kunt deze optie willen kiezen als uw hartslag niet wordt gemeten terwijl u wel de Blaze draagt.

Om deze instelling aan te passen, Swipe tot het Settings menu en druk op het scherm. Swipe tot u Heart Rate Tracking ziet.

## Updaten van uw Fitbit Blaze

Nieuwe gratis eigenschappen en verbeteringen van het product worden eens in de zoveel tijd vrijgegeven door updates. We raden aan deze updates uit voeren.

In de Fitbit app wordt het gemeld als een update mogelijk is. Nadat u een update start, ziet u een voortgangsbalk op uw tracker tot het proces compleet is, gevolgd door bevestigend bericht.

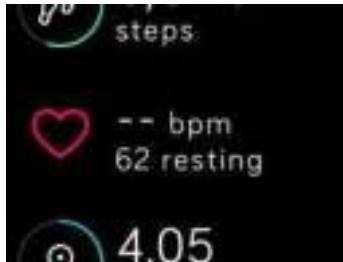
Let op dat het updaten van uw Blaze enkele minuten duurt en energie kan vragen van de batterij. Om deze reden raden we aan uw tracker op te laden tijdens de update.

# Problemen oplossen van uw Fitbit Blaze

Als uw tracker niet naar behoren werkt, bekijk dan informatie over troubleshooting hieronder. Voor andere problemen of meer informatie zie (ENG) : <http://help.fitbit.com>.

## Hartslag signaal ontbreekt

Blaze houdt voor u uw hartslag bij tijdens oefeningen en gedurende de dag. Het kan soms voorkomen dat uw hartslag meter geen goed signaal kan vinden om een hartslag weer te geven.



Als u geen hart slag signaal ontvangt, controleer dan eerst of u uw tracker op de juiste manier draagt door de band strakker of lossler te dragen of hoger of lager om de pols.

Nadat u even wacht, zult u uw hartslag weer zien. Als u nog geen hartslag ziet, controleer dan de Heart Rate Tracking instelling in uw trackers Instellingen menu en zorg dat het op On of Auto staat.

## Onverwachte problemen

Bij de volgende problemen kunnen die verholpen worden door uw tracker te herstarten.

- Niet synchroniseren ondanks een succesvolle installatie
- Niet reageren op het drukken van een knop, aanraken of swipen.
- Niet reageren op het aansluiten aan de oplader.
- Not tracking your steps or other data

---

NB: Het herstarten van uw tracker is niet hetzelfde als uitzetten. Uit zetten kan via de Shut down optie te vinden in het Settings menu om batterij te sparen. Herstarten zoals hieronder beschreven laat de tracker opnieuw beginnen zonder dat er data verloren gaat.

Om uw tracker te herstarten:

1. Houd de Back en Select knoppen (link en rechtsonder) ingedrukt tot u het Fitbit icoon op het scherm ziet. Dit zal minder dan 10 seconden duren.
2. Laat de knoppen weer los.
3. Uw tracker zal weer normaal moeten werken.

Voor andere problemen en oplossingen of contact met de Customer Support, zie:

<http://help.fitbit.com>.



# Fitbit Blaze Algemene informatie en specificaties

## Sensoren

Uw Blaze bevat de volgende sensoren:

- Een MEMS 3-assen accelerometer, die uw bewegingspatronen bij houdt.
- Een hoogtemeter, die veranderingen in hoogte meet.
- Een optische hartslag meter.
- Ambiente licht sensor
- A 3-axis magnetometer

## Materiaal

De band die bij de Blaze hoort, is gemaakt van flexibel lang meegaand elastomeer materiaal. Het is te vergelijken met materiaal van vele ander sport horloges. Het bevat geen latex. Extra banden zijn verkrijgbaar in bijvoorbeeld leer of roestvrij staal.

De gesp en het frame van de Blaze zijn gemaakt van heelkundig geteste roestvrij staal. Zoals al het roestvrije staal, bevat dit sporen van nikkel en kan dat een allergische reactie veroorzaken bij iemand met gevoeligheid voor nikkel. De hoeveelheid nikkel in alle Fitbit producten zijn volgens de Richtlijn van het Europees Parlement en de Raad.

## Draadloze technologie

Blaze bevat een Bluetooth 4.0 radio ontvanger.

## Haptische Feedback

Blaze bevat een tril mechanisme, dat er voor zorgt dat de Blaze kan vibreren bij wekkers, doelen, en meldingen.

## Batterij

Blaze bevat een lithium-polymeer batterij.

## Geheugen

Blaze houdt van minuut tot minuut gedetailleerde informatie bij van de meest recente 7 dagen. Van dagelijkse samenvatting blijft het 30 dagen opgeslagen. Hart slag gegevens worden om de seconde opgeslagen tijdens oefeningen en anders elke 5 seconden.

Uw opgeslagen data bestaat uit: Stappen gezet, afgelegde afstand, verbrande calorieën, trappen genomen, aantal actieve minuten, hartslag, oefeningen en slaap ritme.

Synchroniseer uw Blaze regelmatig om de meest gedetailleerde gegevens op uw Fitbit dashboard te krijgen.

## Scherm

Het Blaze display (scherm) is een touch screen met kleur LCD.

## Grootte

Band groottes worden hieronder beschreven. Onthoud dat extra bandje apart worden verkocht en dat die in grootte kunnen variëren.

Kleine band	Past om een pols tussen 14cm en 17 cm in omtrek
Grote band	Past om een pols tussen 17 cm en 21cm in omtrek.
XL band	Past om een pols tussen 21 cm en 23 cm in omtrek.

## Natuurlijke omstandigheden

Temperatuur waarbij Blaze werkt -10° tot 45° C

Temperatuur te laag/hoog voor functioneren

Kouder dan -10°C  
Warmer dan 45°C

Water Bestendigheid

Spatwaterdicht. Draag Blaze niet onder de douche of bij het zwemmen.

Maximale hoogte

8.535 meter

## Hulp

Oplossingen voor problemen en assistentie voor de Blaze kunt u vinden op (ENG):

<http://help.fitbit.com>.

## Retourneren beleid en garantie

Informatie over retourneren en de fitbit.com Store Return Policy zijn beschikbaar op (ENG):

<http://www.fitbit.com/returns>.

# Regelgeving en veiligheidsvoorschriften

Model Number: FB502

## USA

The Federal Communications Commission (FCC) and Industry Canada IDs can also be viewed on your device. Instructions to view content:

1. Click the Back button (left) on the tracker.
2. Swipe right to the Settings menu.
3. Swipe up until you see Regulatory Info and tap the screen.

This device complies with FCC part 15 FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation

### FCC Warning

Changes or modifications not approved by Fitbit, Inc. could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna
- Increase the separation between the equipment and receiver
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

FCC ID: XRAFB502

# Canada

Canada: Industry Canada (IC) statement

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

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

IC Notice to Users in accordance with RSS GEN Issue 3:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause interference, and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device

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

CAN ICES-3 (B)/NMB-3(B)

IC ID: 8542A-FB502

# European Union

Declaration of Conformity with Regard to the EU Directive 1999/5/EC

Fitbit Inc. is authorized to apply the CE Mark on BLAZE, Model FB502, thereby declaring conformity to the essential requirements and other relevant provisions of Directive 1999/5/EC and other applicable Directives.

The CE DoC for this product can be found at [fitbit.com/safety](http://fitbit.com/safety).



Compliant with the standard R&TTE 99/CE/05

Conforme à la norme R&TTE 99/CE/05

## Australia and New Zealand



## China



部件名称	有毒和危险品					
Blaze Model FB502	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二苯醚 (PBDE)
表带和表扣	○	○	○	○	○	○
电子	X	○	○	○	○	○

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

O: 表示该项目中涉及的所有物料, 其包含的有害物质的含量低于 GB/T 26572. 标准的限制要求.

X: 表示该项目中涉及的所有物料中至少有一种, 其包含的有害物质的含量高于 GB/T 26572. 标准的限制要求.

## Israel

רושיא המאתה 51-51909

יא עצבל לכ יוניש ינכט קלחב יראלודומה לש רצומה.

Mexico



IFETEL: RCPFIFB15-1706

Japan



Oman

OMAN-TRA/TA-R/2932/15

Singapore

Complies  
with IDA  
Standards  
DA00006A

# South Africa



TA-2015/2025  
Approved

# South Korea

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

\* 해당 무선설비는 전파통신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다.\*  
얼음이 장치.



- 사용 주파수 (Used frequency): 2400 MHz-2480 MHz
- 채널수 (The number of channels): 79/40
- 공중선전계강도 (Antenna power): -1.12dBi
- 변조방식 (Type of the modulation): Digital
- 안테나타입 (Antenna type): IFA
- 출력 (Output power): -2.9dBm
- 안테나 종류 (Type of Antenna): Stamped Metal

### KCC approval information

- 1) Equipment name (model name) : 무선데이터통신시스템용 특정소출력무선기기 FB502
- 2) Certificate number : MSIP-CMM-XRA-FB502
- 3) Applicant : Fitbit, Inc.
- 4) Manufacture: Fitbit, Inc.
- 5) Manufacture / Country of origin: P.R.C.
- 5) Manufacture / Country of origin: P.R.C.



## Serbia



## 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。

## United Arab Emirates



# Safety Statement

This equipment has been tested to comply with safety certification in accordance with the specifications of EN Standard: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011 + A2:2013.

## Important Safety Instructions



### Cautions

- Prolonged contact may contribute to skin irritation or allergies in some users.
- The device contains electrical equipment that could cause injury if not handled properly.
- If you feel soreness, tingling, numbness, burning or stiffness in your hands or wrists while or after wearing the product, please discontinue use.
- Do not dispose of your Fitbit product in a fire. The battery could explode.
- Consult your doctor before beginning or modifying any exercise program.
- Consult your doctor before use if you have any preexisting conditions that might be affected by your use of this Fitbit product.
- Do not check call or other notifications, or other applications on the product's display while driving or in other situations where distractions could be hazardous. Always be aware of your surroundings when exercising.
- This product is not a toy. Do not allow children or pets to play with your Fitbit product. The product contains small components that can be a choking hazard.
- Substances in this product and its battery may harm the environment or cause injury if handled and disposed of improperly.
- This product is not a medical device, and is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease. With regard to accuracy, Fitbit has developed leading hardware and algorithms to track fitness information and is constantly improving its products to calculate measurements as accurately as possible. The accuracy of Fitbit devices is not intended to match medical devices or scientific measurement devices, but is intended to give you the best information available in a wearable activity tracker.
- Special notice for devices with PurePulse Technology: PurePulse products have a heart rate tracking feature that may pose risks to users with certain health conditions. Consult your doctor prior to use if you:
  - Have a medical or heart condition
  - Are taking any photosensitive medicine
  - Have epilepsy or are sensitive to flashing lights
  - Have reduced circulation or bruise easily
  - Have tendonitis, carpal tunnel syndrome, or other musculoskeletal disorders

## Care and wearing tips

- To reduce skin irritation, follow four simple wear and care tips: (1) Keep it clean; (2) keep it dry; (3) don't wear it too tight, and (4) give your wrist a rest by removing the band for an hour after extended wear. Use skin care products sparingly on the areas of the skin covered by your Fitbit product. For more information visit <http://www.fitbit.com/productcare>. If you notice any skin irritation, remove your device. If symptoms persist longer than 2-3 days after removing the device, consult your doctor. Please refer to fitbit.com for specific information regarding water resistance.
- Do not use abrasive cleaners to clean your Fitbit product.
- Remove your Fitbit product if it feels warm or hot.
- Do not wear your Fitbit product while charging it.
- Do not charge your Fitbit product while it is wet.
- Do not place your Fitbit product in a dishwasher, washing machine, or dryer.
- Do not leave your Fitbit product in direct sunlight for an extended period of time.
- Do not expose your Fitbit product to extremely high or low temperatures.
- Do not use your Fitbit product in a sauna or steam room.
- Do not use your Fitbit product if your display is cracked.

## Built-in battery precautions

- Do not attempt to replace the battery or open the enclosure or disassemble your Fitbit product. Doing so will void the warranty and can result in a safety hazard.
- Charge the battery in accordance with the instructions provided during setup. Only use a computer, powered hub or power supply that is certified by a recognized testing laboratory and an authorized Fitbit charging cable.
- Your Fitbit uses a California Energy Commission battery charger.



## Disposal and recycling information



The symbol on the product or its packaging signifies that this product must be disposed of separately from ordinary household wastes at its end of life because it contains a battery and is electronic equipment. Ensure that you dispose of your Fitbit product at a recycling center.

Each country in the European Union has its own collection centers for batteries and electronic equipment recycling. For information about where to recycle your Fitbit product, contact your local waste management authority or the retailer where you bought the product.

- Do not dispose of your Fitbit product with household waste.
- Disposal of the packaging and your Fitbit product should be done in accordance with local regulations.
- Batteries are not to be disposed of in the municipal waste stream and require separate collection.

