



BEDIENUNGSANLEITUNG

SPINTSO-SCHIEDSRICHTERUHR S1

VERSION 2.0/DE



ABSCHNITTE

2. ÜBERBLICK	4
3. INBETRIEBNAHME	4
4. AUFLADEN	4
5. VERKNÜPFUNG MIT DER APP	5
6. ALLGEMEINE BETRIEBUNG	6
7. SCHIEDSRICHTERFUNKTIONEN	8
8. STANDARDFUNKTIONEN	22
9. SHORTCUTS	24
10. APP-FUNKTIONEN	25
11. EIGENSCHAFTEN	27
12. GEWÄHRLEISTUNG UND KONTAKT	28

Bitte lesen Sie diese Anleitung vollständig durch, bevor Sie Ihre Spintso Uhr benutzen.

2. ÜBERBLICK



3. INBETRIEBNAHME

3.1. LIEFERUMFANG

Folgende Teile sind im Lieferumfang enthalten:

- Spintso-Schiedsrichteruhr S1.
- USB-Ladekabel.
- Schnellstartanleitung und Informationsblatt.

3.2. ABZIEHEN

Bevor Sie Ihre neue Uhr verwenden, ziehen Sie bitte den Bildschirmschutz und die dünne, transparente Kunststoffolie vom Herzfrequenzsensor ab.

3.3. AKTIVIERUNG

Drücken und halten Sie die Taste A gedrückt, bis der Balken auf dem Bildschirm das Maximum erreicht hat. Lassen Sie dann die Taste los. Die Bögen des Spintso-Logos erscheinen für einen Moment und wenn das Zifferblatt erscheint, ist die Uhr bereit.

4. AUFLADEN

Verbinden Sie Ihre Uhr mithilfe des mitgelieferten Ladekabels mit einem USB-A-Standardladeanschluss. Stellen Sie sicher, dass die Federkontaktstifte am Ladeclip richtig an der Ladeschnittstelle ausgerichtet sind. Wenn die Uhr außen feucht ist, muss sie vor dem Laden zunächst trockengewischt werden. Wenn der Ladestrom angelegt wird, leuchtet das Uhrendisplay kurz auf und zeigt den Ladevorgang an.

Die Ladezeit beträgt bis zu zwei Stunden und ist abgeschlossen, wenn das Display eine volle Batterie anzeigt. Drücken Sie die Taste A, um den aktuellen Ladestatus zu sehen.



5. VERKNÜPFUNG MIT DER APP

5.1. SMARTPHONEINSTALLATION

Suchen Sie für das iPhone im App Store bzw. für Androidgeräte bei Google Play nach "Spintso Watch".



Installieren Sie die Spintso App auf Ihrem Smartphone.

5.2. UHR VERKNÜPFEN

Stellen Sie sicher, dass Bluetooth auf Ihrem Smartphone und Ihrer Uhr aktiviert ist.

Smartphone: Normalerweise ein blaues Bluetooth-Symbol.

Uhr: Weißes Flugmodus-Symbol. (Standard)



Öffnen Sie die App Spintso Watch auf Ihrem Smartphone und wählen Sie den Tab "GERÄT". Wählen Sie dann "ADD SPINTSO WATCH". Warten Sie, bis Ihre Spintso -Uhr in der Liste darunter erscheint und wählen Sie dann S1 aus.

Bestätigen Sie die neue Kopplung durch Auswahl Ihrer Uhr.

Die Spintso-App fordert Sie möglicherweise auf, die Uhrensoftware zu aktualisieren. Wenn der Akkustand über 50 % liegt, können Sie Ja zur Aktualisierung wählen.



6. ALLGEMEINE BETDIENUNG

6.1. BILDSCHIRM AKTIVIEREN

Der Bildschirm wird durch Drücken der Taste A oder Drehen des Handgelenks aktiviert. Nach einer einstellbaren Zeit verblasst der Bildschirm und wird automatisch deaktiviert. Während des Verblaszens kann der Bildschirm durch Tippen aktiv gehalten werden.

6.2. ZIFFERBLATT ÄNDERN

Das Zifferblatt kann geändert werden, wenn die Uhr das aktuelle Zifferblatt anzeigt. Drücken Sie auf den Touchscreen, bis drei kleine Punkte erscheinen. Wischen Sie nach rechts oder nach links, um zwischen den unterschiedlichen Zifferblättern zu wechseln. Wählen Sie das Zifferblatt, das Sie bevorzugen, indem Sie auf den Touchscreen tippen.



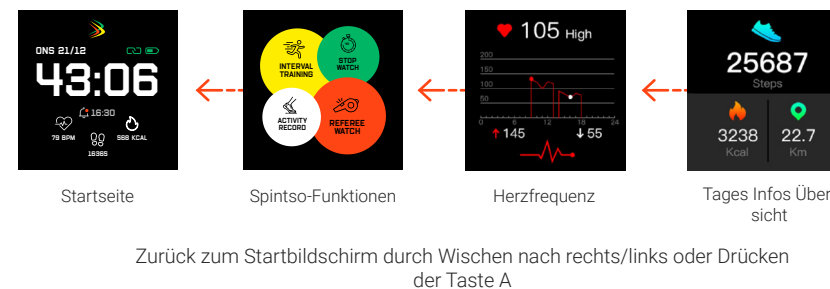
6.3. NAVIGATION VOM STARTBILDSCHIRM

6.3.1 EINSTELLUNGEN

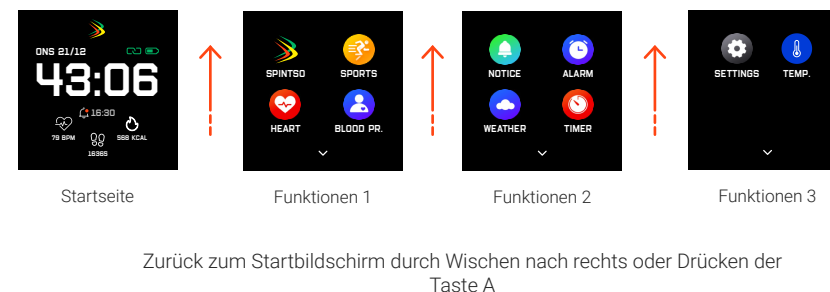


Zurück zum Startbildschirm durch Wischen nach oben oder Drücken der Taste A

6.3.2 SHORTCUTS



6.3.2 FUNKTIONEN



6.4. DEAKTIVIERUNG

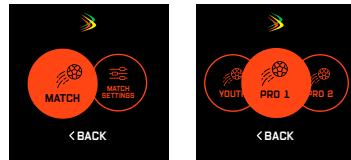
Wählen Sie Ausschalten in den Einstellungen oder drücken Sie die Taste A und halten Sie sie für 16 Sekunden, um die Uhr auszuschalten.

7. SCHIEDSRICHTERFUNKTIONEN

Verfügbare Spintso-Funktionen sind Schiedsrichteruhr, Intervalltrainingsuhr, Stoppuhr und Aktivitätserfassung. Eine Funktion wird durch Tippen auf die entsprechende Blase ausgewählt.

7.1. SCHIEDSRICHTERUHR

PRO 1 und PRO 2 sind die traditionelle Spieluhr und funktionieren ähnlich wie unsere früheren Uhren. Youth ist eine neue Spieluhr, bei der Tore und Strafstoße aufgezeichnet werden können. Alle Spiele werden individuell eingestellt als Vorbereitung auf drei unterschiedliche Spielarten.



7.1.1. SPIELEINSTELLUNGEN

Berühren Sie den Touchscreen, um die Spieleinstellungen auszuwählen. Wählen Sie dann PRO 1, PRO 2 oder Youth.

PERIODEN: Stellen Sie zwischen 1 und 9 Perioden ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

PERIODENZEIT: Stellen Sie eine individuelle Periodenzeit zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Wischen Sie nach links, um die Zeit für die nächste Periode einzustellen. Bestätigen Sie alle Einstellungen von Perioden durch Drücken der Taste A oder brechen Sie alle Einstellungen von Perioden ab durch Wischen nach rechts.

PAUSENZEIT: Stellen Sie eine individuelle Pausenzeit zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Wischen Sie nach links, um die Zeit für die nächste Pause einzustellen. Bestätigen Sie alle Einstellungen zu Pausenzeiten durch Drücken der Taste A oder brechen Sie alle Einstellungen zu Pausenzeiten durch Wischen nach rechts ab.

ANZEIGE: Wählen Sie VIBRATION durch Berühren des Touchscreens. Stellen Sie eine Vibrationsstärke zwischen 1 und 5 oder aus ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

START/STOPP: Diese Option definiert, wie Sie das Spiel mit der Taste A starten, pausieren und fortsetzen. Wählen Sie KURZ DRÜCKEN, LANG DRÜCKEN oder DOPPELT DRÜCKEN durch Berühren des Touchscreens.

KURZ DRÜCKEN: Taste A aktiviert sofort.

LANG DRÜCKEN: Taste A aktiviert, nachdem sie 1,5 Sek. gedrückt wurde. (Schützt vor versehentlichem Tastendruck)

DOPPELT DRÜCKEN: Taste A aktiviert sofort nach dem zweiten Drücken. (Schützt vor versehentlichem Tastendruck, aber die Zeit wird im Vergleich mit LANG DRÜCKEN schneller kontrolliert)

7.1.1.1. ZUSÄTZLICHE YOUTH/JUGEND-EINSTELLUNGEN

TEAMFARBE: Wählen Sie aus 11 Farben für Heim- und Gastteam. Bestätigen Sie jedes Team durch Drücken der Taste A oder brechen Sie ab durch Wischen nach rechts.

STRAFZEIT: Stellen Sie eine Strafzeit zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

7.1.2. SPIEL

Berühren Sie den Touchscreen, um das entsprechende Spiel auszuwählen. PRO 1, PRO 2 oder Youth/Jugend.

7.1.2.1. SPIELANZEIGEN

Die Uhr zeigt alle Ereignisse durch Vibration an.

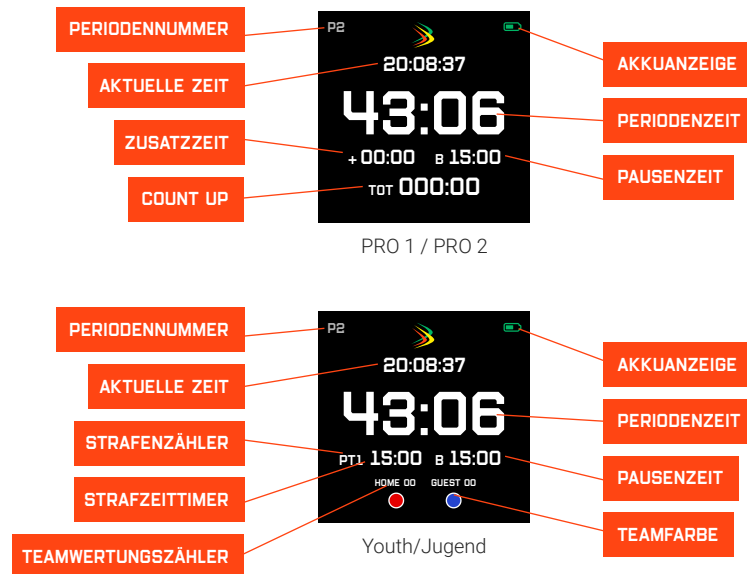
KURZE Vibration: 1,0 Sek. lang. Wird aktiviert beim Beginn einer Periode und beim Aufrufen/Verlassen des Youth-Menüs.

MITTLERE Vibration: 2,0 Sek. lang. Wird aktiviert beim Stoppen der Periodenzeit und wenn die Youth/Jugend-Strafzeit null ist.

LANGE Vibration: 5 Sek. lang. Wird am Ende der Periode und am Ende der Pausenzeit aktiviert.

ERINNERUNGS-Vibration: drei Vibrationen, alle 10 Sek. wiederholt. Wird aktiviert, nachdem die Periodenzeit während einer Periode gestoppt (pausiert) wurde.

7.1.2.2. SPIELUHREN UND DISPLAYANZEIGE



Aktuelle Zeit: Zeigt die Echtzeit. Über das 12/24h-Format entscheidet die Einstellung Ihres Smartphones.

Periodenzeit: Zeigt die verbleibende Spielzeit der Periode an.

Periodennummer (P): Zeigt die aktuelle Spielperiode.

Akkuanzeige: Der aktuelle Akkustand wird dadurch angezeigt, zu welchem Maß das Batteriesymbol ausgefüllt ist.

Zusatzzeit (+): Zeigt an, wie lange die aktuelle Periode bereits pausiert ist.

Pausenzeit (B): Zeigt die verbleibende Zeit bis zum Beginn der nächsten Periode. Nur sichtbar während einer Pause.

Count Upt (TOT): Zeigt die laufende Zeit, die seit dem Start der aktuellen Periode vergangen ist, und zählt während Pausenzeiten weiter. Wenn die nächste Periode startet, wird die Hochzählzeit auf die Summe aller vorherigen Spielperioden eingestellt und zählt weiter.

Strafenzähler (PT): Zeigt die älteste derzeit aktive Strafe. Die maximale Anzahl an Strafen während eines Spiels ist neun.

Strafzeittimer: Zeigt die verbleibende Zeit, bis ein Spieler auf das Feld zurückkehren darf. Wenn zur gleichen Zeit zusätzliche Strafen aktiv sind, erscheint die neuere Strafe, nachdem die alte abgelaufen und verschwunden ist.

Teamwertungszähler: Zeigt die Anzahl der Tore, die für jedes Team registriert wurden. Die maximale Anzahl an Toren ist auf 99 begrenzt.

Teamfarbe: Zeigt die Farbe von Heim- und Gastteams.

7.1.2.3. SPIELVORBEREITUNGEN

Aufladen: Stellen Sie sicher, dass Ihre Uhr ausreichend Akkuenergie hat, um das gesamte Spiel bzw. die gesamten Spiele durchzuhalten. Beachten Sie, dass die Uhr während eines Spiels aufgrund des durchgehend eingeschalteten Displays mehr Energie verbraucht. Am besten sorgen Sie dafür, dass Ihre Uhr zu Beginn des Spieltages vollständig aufgeladen ist.

Einstellung: Stellen Sie sicher, dass alle Spieleinstellungen korrekt sind, bevor das Spiel beginnt. Beachten Sie, dass Sie jede Periodenzeit und Pausenzeit separat einstellen müssen, wenn Ihr Spiel zum Beispiel 2 oder mehr Perioden/Pausen hat.

7.1.2.4. ALLGEMEINE BEDIENUNG DER UHR

Das geeignete Spiel können Sie am besten schon in der Aufwärmphase vor dem Spiel auswählen. Folgende Aktionen werden ausgeführt, nachdem ein Spiel ausgewählt wurde (PRO 1, PRO 2 oder YOUTH/JUGEND).

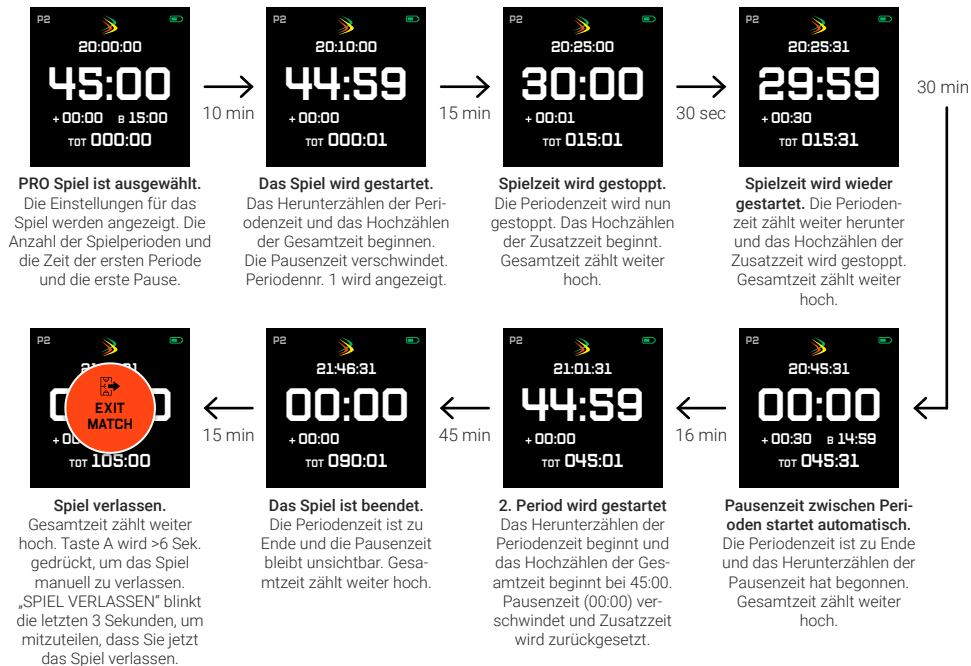
- Bildschirm bleibt immer an.
- Touchscreen wird deaktiviert.
- Bluetooth wird deaktiviert.
- Alle Benachrichtigungen und Wecker werden unterdrückt.
- Anzahl der Spielperioden, erste Spielperiode und erste Pausenzeit werden gezeigt.
- Alle Spieluhrfunktionen werden mit der Taste A gesteuert.
- Vibrationsfeedback bei Tastendruck und Spielereignisse sind unterdrückt.

7.1.2.5. PRO 1 / PRO 2 BEDIENUNG BEIM SPIEL

- Das Spiel wird durch Drücken von Taste A gestartet. Wie die Taste aktiviert wird, hängt von den Einstellungen kurz drücken, lang drücken oder doppelt drücken ab.
- Für die Spieluhr PRO empfehlen wir, die Aktivierung durch doppelten Tastendruck zu versuchen. Sie bietet eine schnelle und sichere Kontrolle der Spieluhr.
- Wenn die Spieluhr versehentlich zu früh gestartet wurde, können Sie die aktuelle Spielperiode zurücksetzen. Dies geschieht durch Drücken und Halten der Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erscheint eine blinkende Nachricht, dass die Periode zurückgesetzt wird.
- Während der Spielperiode kann die Periodenzeit durch Drücken der Taste A pausiert werden. Die Zusatzzeit beginnt hochzuzählen und die Uhr vibriert alle 10 Sekunden, um den Schiedsrichter daran zu erinnern, dass die Periodenzeit pausiert wurde. Drücken Sie nochmals die Taste A, um die Periodenzeit weiterlaufen zu lassen. Die Zusatzzeit wird dann angehalten.
- Das Ende der Periode wird durch eine fünfsekündige Vibration angezeigt und die Pausenzeit beginnt herunterzuzählen.
- Das Ende der Pausenzeit wird durch eine fünfsekündige Vibration angezeigt.
- Starten Sie die neue Periode durch Drücken der Taste A. Die neue Spielperiode wird immer manuell gestartet und sie kann gestartet werden, bevor oder nachdem die Pausenzeit null erreicht hat.
- Um die Spieluhr zu verlassen, drücken und halten Sie die Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erhalten Sie eine blinkende Nachricht, dass Sie jetzt das Spiel verlassen. Sie können das Spiel nur verlassen, nachdem das Spiel beendet oder eine Spielperiode zurückgesetzt wurde.

7.1.2.6. PRO SPIELBEISPIEL 2X45, PAUSENZEIT 15

Alle Aktionen vom Typ Start/Stop/Fortsetzen erfolgen durch Drücken der Taste A.

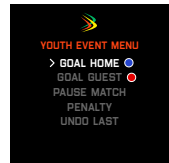


7.1.2.7. BEDIENUNG YOUTH/JUGEND

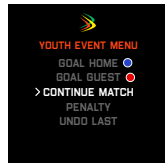
- Das Spiel wird durch Drücken von Taste A gestartet. Wie die Taste aktiviert wird, hängt von den Einstellungen kurz drücken, lang drücken oder doppelt drücken ab.
- Für die Youth-Spieluhr empfehlen wir, die Aktivierung mit kurzem Tastendruck zu probieren. Sie bietet die praktikabelste Kontrolle der Spieluhr und des Youth-Ereignismenüs.
- Wenn die Spieluhr versehentlich zu früh gestartet wurde, können Sie die aktuelle Spielperiode zurücksetzen. Dies geschieht durch Drücken und Halten der Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erscheint eine blinkende Nachricht, dass die Periode zurückgesetzt wird.
- Nachdem das Spiel begonnen hat, können Sie durch Drücken der Taste A auf das Youth-Ereignismenü zugreifen. Das Zugreifen, Verlassen und Durchblättern des Ereignismenüs wird zur Kurzzeitweise bestätigt. Youth-Menü und -Optionen werden separat beschrieben.
- Das Ende der Periode wird durch eine fünfsekündige Vibration angezeigt und die Pausenzeit beginnt herunterzuzählen.
- Das Ende der Pausenzeit wird durch eine fünfsekündige Vibration angezeigt.
- Starten Sie die neue Periode durch Drücken der Taste A und wählen Sie Anstoß im Youth-Ereignismenü. Die neue Spielperiode wird immer manuell gestartet und sie kann gestartet werden, bevor oder nachdem die Pausenzeit null erreicht hat.
- Um die Spieluhr zu verlassen, drücken und halten Sie die Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erhalten Sie eine blinkende Nachricht, dass Sie jetzt das Spiel verlassen. Sie können das Spiel nur verlassen, nachdem das Spiel beendet oder eine Spielperiode zurückgesetzt wurde.

7.1.2.7.1. YOUTH-EREIGNISMENÜ

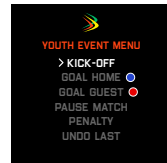
Die Optionen des Youth-Ereignismenüs unterscheiden sich etwas, abhängig davon, in welcher Phase sich das Spiel befindet.



Normal



Während einer Unterbrechung



Während der Pause

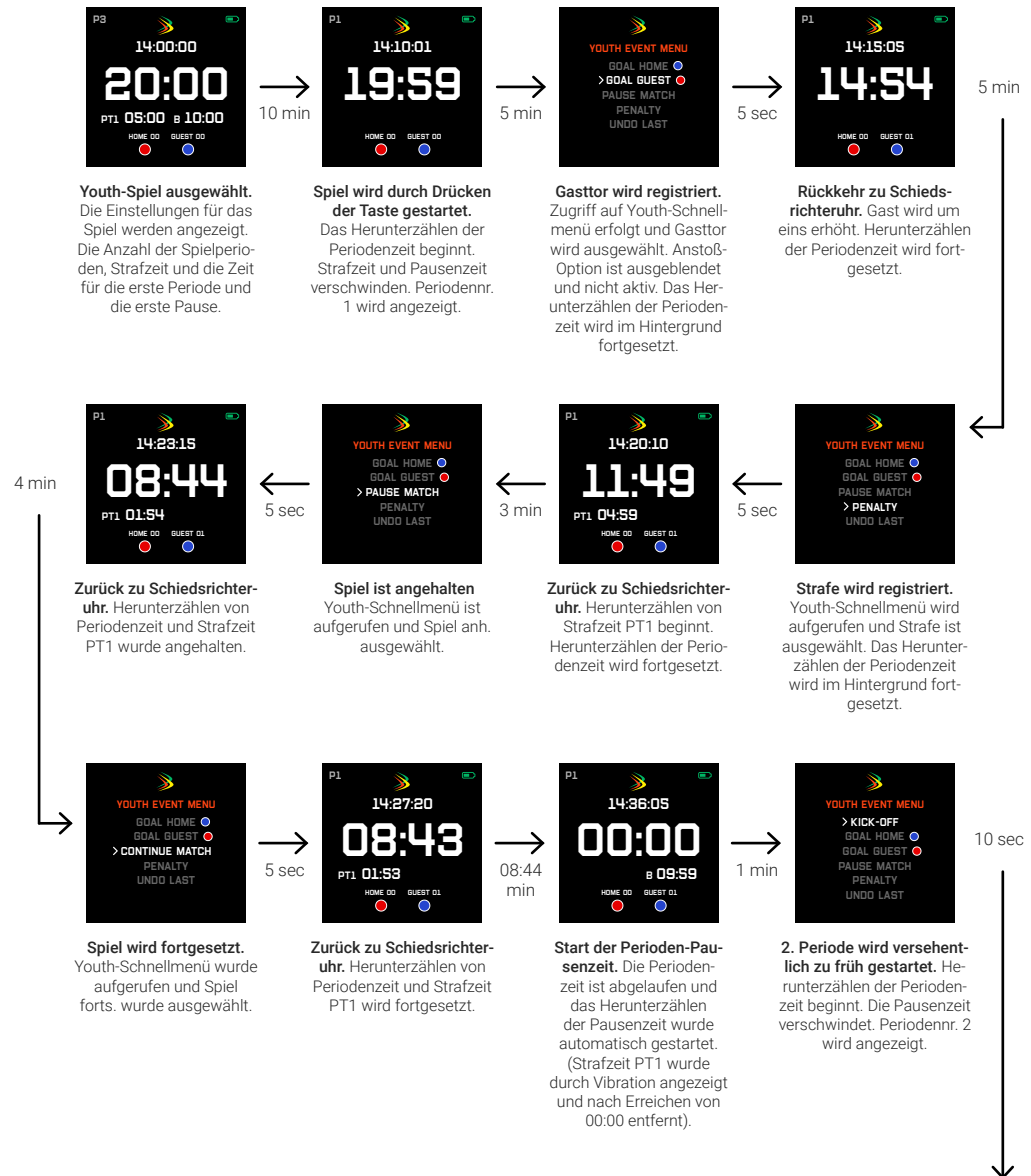
Menünavigation

- Nachdem das Spiel begonnen hat, können Sie durch Drücken der Taste A ins Menü gelangen. Der erste Punkt in der Liste ist hervorgehoben und bereit zur Aktivierung.
- Blättern Sie durch wiederholtes Drücken der Taste A durch das Menü. Der aktuell ausgewählte Punkt wird nach Loslassen der Taste hervorgehoben.
- Um den hervorgehobenen Punkt zu aktivieren, drücken und halten Sie die Taste A für 2 Sekunden. Lassen Sie die Taste los, nachdem Sie die Vibrationsbestätigung erhalten haben.
- Sie verlassen das Menü automatisch nach fünf Sekunden, wenn Sie die Taste nicht weiter drücken. Der aktuell hervorgehobene Punkt ist dann nicht aktiviert.
- Das Menü wurde für schnelle Aktivierungen konzipiert. Wenn Sie sich an die unterschiedlichen Positionen der Menüpunkte erinnern, müssen Sie gar nicht auf das Display schauen. Zum Beispiel:
 - Heimtor registrieren: Drücken und loslassen, drücken und halten, auf Vibration warten, loslassen.
 - Gasttor registrieren: Zweimal drücken und loslassen, drücken und halten, auf Vibration warten, loslassen.
 - Spiel unterbrechen: Dreimal drücken und loslassen, drücken und halten, auf Vibration warten, loslassen.
 - Und so weiter.

Menüpunkte

- Anstoß: Startet Periode 2 bis 9.
- Heimtor: Ein Tor wird dem Heimtorzähler hinzugefügt.
- Gasttor: Ein Tor wird dem Gasttorzähler hinzugefügt.
- Spiel unterbrechen: Periodenuhr und aktive Strafzeit timer werden pausiert. Alle 10 Sekunden erfolgt eine Vibration, um daran zu erinnern, dass die Uhr angehalten wurde.
- Spiel fortsetzen: Periodenuhr und aktive Strafzeit timer laufen weiter.
- Strafe: Strafen-Countdownzähler ist aktiviert. Zusätzliche Strafzeit timer (maximal neun) können ebenso aktiviert werden, sind jedoch ausgeblendet, bis der älteste Timer null erreicht hat. Die Uhr vibriert, wenn der Strafzeit timer null erreicht. Eine Strafzeit, die vor dem Ende einer Periode nicht null erreicht hat, wird angehalten und beim Beginn der nächsten Periode fortgesetzt. Jeder Strafe ist eine eindeutige Nummer zugewiesen (1-9).
- Rückgängig machen: Hebt die letzte Aktion wieder auf. (Tor oder Strafe)

7.1.2.8. YOUTH-UHR BEISPIEL 3X20, PAUSEZEIT 10





7.2. INTERVALLTRAININGSUHR

Die Funktion der Intervalltrainingsuhr hilft dem Schiedsrichter bei der Vorbereitung auf den verpflichtenden Fitnessstest. Zum Beispiel: In Schwedens Division 4 laufen die Fußballschiedsrichter 75 Meter und gehen 25 Meter unter 17 Sekunden / 20 Sekunden bei 44-maliger Wiederholung.

7.2.1. INTERVALLEINSTELLUNGEN

Wählen Sie die Einstellungen auf dem Bildschirm durch Tippen auf den Kreis Intervalleinstellungen.

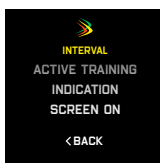
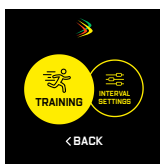
PERIODEN: Stellen Sie zwischen 1 und 99 Perioden ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

AKTIVES TRAINING: Stellen Sie die aktive Trainingszeit (Laufperiode) zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

AKTIVES RUHEN: Stellen Sie die aktive Ruhezeit (Gehperiode) zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

RUHEZEIT: Stellen Sie die Ruhezeit (Zeit vor Beginn der nächsten Trainingsaktivität) zwischen 00:00 und 99:59 (mm:ss) ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.

ANZEIGE: Wählen Sie VIBRATION durch Berühren des Touchscreens. Stellen Sie eine Vibrationsstärke zwischen 1 und 5 oder aus ein. Bestätigen durch Drücken der Taste A oder Abbrechen durch Wischen nach rechts.



BILDSCHIRM AN: Wählen Sie immer AN oder aktiv für 60 Sekunden. (Aufwecken durch Drehen des Handgelenks)

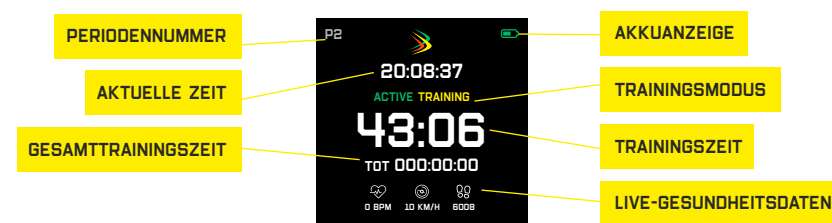
7.2.2. INTERVALLTRAINING

Wählen Sie Training auf dem Bildschirm aus, indem Sie auf den Kreis TRAINING tippen.

7.2.2.1. TRAININGSANZEIGEN

Die Uhr zeigt alle Ereignisse durch Vibration an. Der Start des Trainings wird durch 1-sekündige Vibration angezeigt. Ende der Perioden von aktivem Training und Ruhezeit wird durch 5-sekündige Vibration angezeigt. Pausieren des Trainings wird durch 2-sekündige Vibration angezeigt. Fortsetzung des Trainings wird durch 1-sekündige Vibration angezeigt.

7.2.2.2. INTERVALLTRAINING-ANZEIGE



Aktuelle Zeit: Zeigt die Echtzeit. Über das 12/24h-Format entscheidet die Einstellung Ihres Smartphones.

Trainingsmodus: Zeigt den aktuellen Trainingsmodus. Aktives Training, aktives Ruhen oder Ruhezeit.

Periodennummer (P): Zeigt die aktuelle Trainingsperiode. Jede Periode besteht aus einer aktiven Trainings- und einer aktiven Ruheeinheit.

Trainingszeit: Zeigt die verbleibende Trainingszeit für jede Trainingseinheit.

Gesamttrainingszeit (TOT): Zeigt die Gesamttrainingszeit und zählt während des Trainings hoch.

Akkuanzeige: Der aktuelle Akkustand wird dadurch angezeigt, zu welchem Maß das Batteriesymbol ausgefüllt ist.

Live-Gesundheitsdaten: Zeigt die aktuelle Herzfrequenz, Geschwindigkeit und Anzahl der Schritte.

7.2.2.3. BEDIENUNG INTERVALLTRAINING

Folgende Aktionen werden ausgeführt, nachdem Intervalltraining ausgewählt wurde.

- Touchscreen wird deaktiviert.
- Die Anzahl der Trainingsperioden, Zeit der ersten Trainingseinheit und Gesamttrainingszeit werden gezeigt.
- Start, Pausieren und Fortsetzen des Trainings werden mit Taste A gesteuert.
- Vibrationsfeedback bei Tastendruck und Trainingseignissen ist aktiviert.

Starten Sie das Training durch Drücken der Taste A.

Während des Trainings kann die Intervalltrainingsuhr durch Drücken von Taste A angehalten und wieder gestartet werden.

Um das Intervalltraining zu verlassen, drücken und halten Sie Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erhalten Sie eine blinkende Nachricht, dass Sie das Training jetzt verlassen.



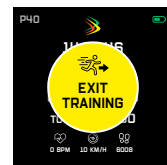
Intervalltraining ausgewählt. Die Einstellungen für das Training werden angezeigt. Die Anzahl der Trainingsperioden, aktive Trainingszeit und die Gesamttrainingszeit. Gesundheitsfunktionen werden aktiviert, zeigen jedoch null.

Intervalltraining wird gestartet. Das Herunterzählen der aktiven Trainingszeit und das Hochzählen der Gesamttrainingszeit beginnen. Trainingsperiodenr. P01 wird angezeigt. Gesundheitsdaten werden laufend aktualisiert und im Speicher abgelegt.

Aktives Ruhen wird gestartet. Das Herunterzählen der aktiven Ruhezeit startet automatisch und die Gesamttrainingszeit zählt weiter hoch.

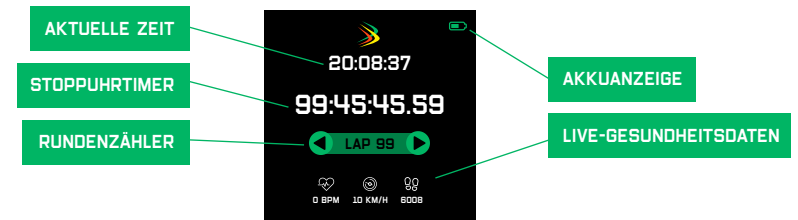
Period 2-40

Ruhen wird gestartet. Das Herunterzählen der Ruhezeit bis null startet automatisch, nachdem alle Trainingsperioden beendet wurden.



Training verlassen. Zum Verlassen des Trainings wird die Taste für >6 Sek. gedrückt. „TRAINING VERLASSEN“ blinkt die letzten 3 Sekunden, um mitzuteilen, dass der Trainingsmodus jetzt endet.

7.3. STOPPUHR



Aktuelle Zeit: Zeigt die Echtzeit. Über das 12/24h-Format entscheidet die Einstellung Ihres Smartphones.

Stoppuhrtimer: Anzeige der Gesamtzeit oder der Rundenzeit.

Rundenzähler: Zeigt TOT 00 oder LAP 01-99. TOT zeigt die Gesamtzeit und LAP zeigt die einzelnen Rundenzeiten.

Akkuanzeige: Der aktuelle Akkustand wird dadurch angezeigt, zu welchem Maß das Batteriesymbol ausgefüllt ist.

Live-Gesundheitsdaten: Zeigt die aktuelle Herzfrequenz, Geschwindigkeit und Anzahl der Schritte.

7.3.2. BEDIENUNG STOPPUHR

Folgende Aktionen werden ausgeführt, nachdem Intervalltraining ausgewählt wurde.

- Der Touchscreen ist während des Zählens deaktiviert.
- Starten, neue Runde registrieren und Training stoppen wird durch Taste A gesteuert.
- Vibrationsfeedback bei Tastendruck und Trainingseignissen ist aktiviert.

Starten Sie die Stoppuhr durch Drücken der Taste A.

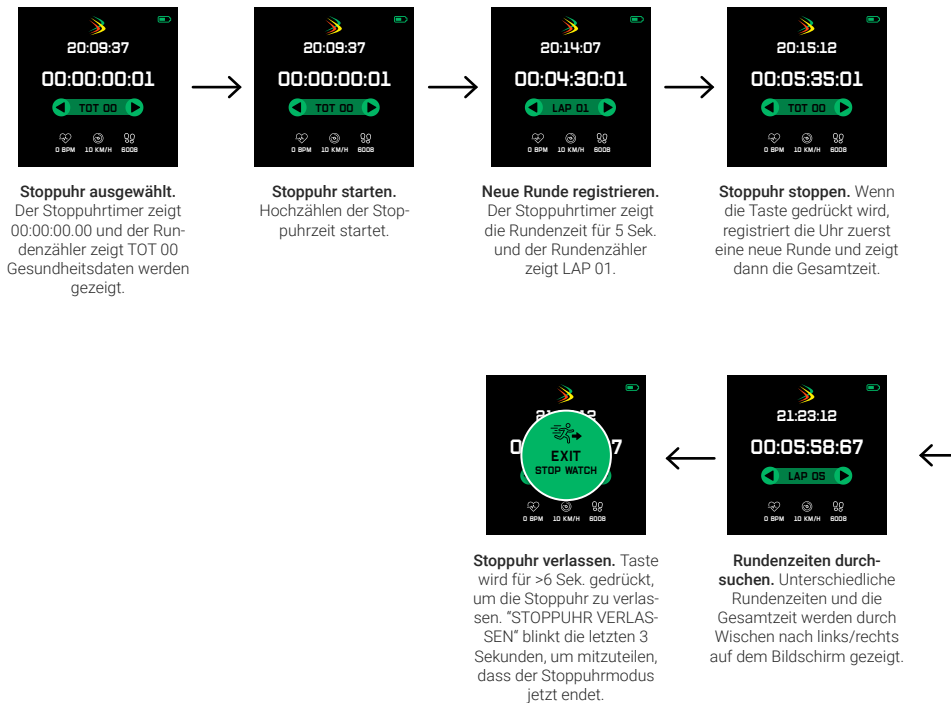
Wenn die Stoppuhr läuft, werden neue Runden durch Drücken der Taste A registriert.

Das Stoppen der Zeit erfolgt durch Drücken der Taste A für 2 Sekunden, bis Sie eine zweite Vibrationsbestätigung erhalten.

Rundenzeiten können erst nach Stoppen der Zeit geprüft werden. Dies geschieht durch Wischen nach links/rechts auf dem Bildschirm.

Um die Stoppuhr zu verlassen, drücken und halten Sie die Taste A für 6 Sekunden. Nach 3 Sekunden erhalten Sie eine blinkende Nachricht, dass Sie das Training jetzt verlassen.

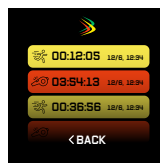
7.3.3. BEISPIEL STOPPUHR



7.4. AKTIVITÄTSAUFZEICHNUNG

Alle Gesundheitsdaten und Ereignisprotokolle von Spintso-Spielen und -Trainings werden in der Aktivitätsaufzeichnung gespeichert.

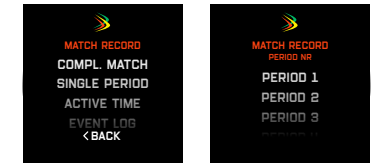
- Spiele sind rot und Trainings sind gelb.
- Die maximale Anzahl auf der Uhr gespeicherter Erfassungen ist 12. Die älteste Aufzeichnung wird aus der Liste entfernt, wenn die Liste voll ist.
- Wischen Sie nach oben oder nach unten, um durch die Aufzeichnungen zu blättern.
- Tippen Sie auf den Bildschirm, um die Aktivitätsaufzeichnung zu wählen, die Sie ansehen möchten.
- Abbrechen und zurückgehen durch Wischen nach rechts oder Drücken der Taste A.



7.4.1. SPIEL

Die Spielaufzeichnung umfasst Gesundheitsstatistiken für das komplette Spiel einschließlich Pausen, jede einzelne Periode und für alle Perioden zusammen. Sie umfasst ebenso ein Ereignisprotokoll, das alle Spielereignisse, die von der Uhr kontrolliert werden, erfasst.

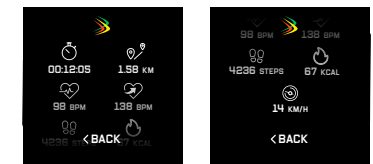
Tippen Sie auf den Bildschirm, um die Option auszuwählen.



7.4.1.1. GESUNDHEIT

Die folgenden Daten werden aufgezeichnet.

- Messzeit
- Entfernung
- Durchschnittliche Herzfrequenz
- Maximale Herzfrequenz
- Anzahl der Schritte
- Kalorienverbrauch
- Durchschnittsgeschwindigkeit



Wischen Sie nach oben oder nach unten, um durch die Gesundheitsdaten zu blättern.

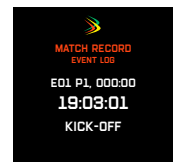
7.4.1.2. EREIGNISPROTOKOLL

Mit dem Ereignisprotokoll erhalten Sie die genaue Zeit und Periode, in der ein Ereignis während des Spiels auftrat.

In PRO-Spielen erhalten Sie ebenso die Zeit des hochzählenden Timers. In Youth-Spielen erhalten Sie stattdessen die Periodenzeit.

Bis zu 99 Ereignisse können in einem Spiel gespeichert werden.

- ANSTOSS
- ZEIT GESTOPT
- ZEIT GESTARTET
- PERIODENENDE
- PERIODENRESET



Zusätzliche Ereignisse, die in YOUTH-Uhren gespeichert werden, sind zum Beispiel.

- GASTTOR 01, GASTTOR 02 ...
- STRAFE 01, STRAFE 02 ...
- GASTTOR 02 RÜCKGÄNGIG MACHEN

Wischen Sie nach oben oder nach unten, um die Ereignisse zu durchsuchen.

7.4.2. TRAINING

Die Trainingsaufzeichnung umfasst Gesundheitsstatistiken für die Spintso-Trainingsprogramme.

Die folgenden Daten werden aufgezeichnet.

- Messzeit
- Entfernung
- Durchschnittliche Herzfrequenz
- Maximale Herzfrequenz
- Anzahl der Schritte
- Kalorienverbrauch
- Durchschnittsgeschwindigkeit



8. STANDARDFUNKTIONEN

8.1. SPORT

Die folgenden Trainingsprogramme sind enthalten: Laufen, Gehen, Radfahren, Klettern, Laufband, Spinning, Yoga, Basketball, Fußball und Badminton.

In Sport können Sie auch „AUFZEICHNUNG“ wählen, um die Aufzeichnungen Ihrer Gesundheitsdaten aus früheren Trainingsaktivitäten anzusehen.

- Live-Gesundheitsdaten werden während des Trainings angezeigt. Wischen Sie den Gesundheitsdatenbereich auf dem Bildschirm nach links und rechts, um zwischen unterschiedlichen Gesundheitsdaten zu wechseln.
- Drücken Sie die Taste A, um das Training zu pausieren. Während der Pause können Sie entweder Training fortsetzen oder Training verlassen auswählen.



8.2. HERZ

Misst Ihre aktuelle Herzfrequenz und zeigt die Ergebnisse auf dem Uhrenbildschirm.



8.3. BLUTDRUCK

Misst den aktuellen Blutdruck und zeigt ihn auf dem Uhrenbildschirm. Das Ergebnis wird auch mit der App synchronisiert und gespeichert. Blutdruck kann nur manuell aktiviert werden.



8.4. HINWEIS

Hier können Sie Benachrichtigungen durchsuchen, ansehen und löschen, die an Ihre Uhr gesendet wurden.

- In der App können Sie Benachrichtigungen aktivieren und deaktivieren. Sie können außerdem genau einstellen, welche Benachrichtigungen weitergeleitet werden sollen.
- Die Uhr unterstützt auch das Zurückweisen und Annehmen eingehender Anrufe.



8.5. ALARM

Weckeralarme ansehen, aktivieren und deaktivieren.

- Alarme können nur in der App bearbeitet werden.
- Maximal fünf Alarme können eingestellt werden. Einzelne und wiederholte Alarme werden unterstützt.
- Ein Alarm, der bei Aktivierung nicht aufgehoben wurde, wird nach 10 Minuten erneut aktiviert.



Ein Alarm, der während eines Spiels im Spintso-Modus aktiviert wurde, wird nach dem Spiel aktiviert.

8.6. WETTER

Zeigt das aktuelle Wetter an. Wischen Sie nach links, um das Wetter für die nächsten Tage anzuzeigen.



8.7. TIMER

Stellen Sie den Timer durch Antippen der Plus/Minus-Symbole an. Drücken Sie dann das Play-Symbol, um den Timer zu starten. Wenn der Timer null erreicht, startet der Alarm.



Verlassen Sie den Timer durch Wischen nach rechts oder durch Drücken der Taste A. Wenn der Timer läuft, tippen Sie zuerst auf das Stopp-Symbol.

8.8. THERMOMETER

Misst Ihre aktuelle Körpertemperatur.

8.9. EINSTELLUNGEN

8.9.1. HELLGKEIT

Die Bildschirmhelligkeit kann in fünf Stufen eingestellt werden.

8.9.2. SPRACHE

Die Uhr unterstützt Englisch sowie eine weitere Sprache. Die optionale Sprache wird in der App ausgewählt. Zum Zeitpunkt der Erstellung dieser Anleitung sind die optionalen Sprachen: Chinesisch, Französisch, Deutsch, Italienisch, Spanisch, Schwedisch und Türkisch.

8.9.3. AUSSCHALTEN

Möglichkeit zum Ausschalten der Uhr.

8.9.4. WERKSMODUS

Möglichkeit, alle Daten von der Uhr zu löschen und die Standardeinstellungen wiederherzustellen.

8.9.5. ÜBER DAS GERÄT

Zeigt den Gerätenamen, MAC-Adresse und Firmwareversion an.



9. SHORTCUTS VOM STARTBILDSCHIRM

9.1. NACH UNTEN WISCHEN

Wischen Sie nach unten, um zu den Schnelleinstellungen zu gelangen. Ändern Sie eine Einstellung durch Tippen auf das Symbol.



Flugmodus

Deaktiviert Bluetooth.



Vibration

Schaltet die Vibration ein/aus. Diese Einstellung wirkt sich nicht auf die Vibration bei den Spintso-Funktionen aus.



Nicht stören

Deaktiviert Vibration und Benachrichtigungen. Diese Einstellung wirkt sich nicht auf die Weckalarne und die Vibration bei den Spintso-Funktionen aus.



Helligkeit

Die Bildschirmhelligkeit kann in fünf Stufen eingestellt werden.



Einstellungen

Shortcut zu den Uhreneinstellungen.

9.2. NACH RECHTS / LINKS WISCHEN

Wischen Sie nach links oder rechts, um schnell zu Spintso-Funktionen, einer Zusammenfassung Ihrer täglichen Gesundheitsdaten, Herzfrequenz, Schlaf und Wetter zu gelangen.

10. APP-FUNKTIONEN

In der App können Sie auf drei Tabs zugreifen. Uhr, Startseite und Mein Profil.



10.1. UHR

Im Uhren-Tab können Sie auf folgende Funktionen zugreifen.

SPINTSO-UHR HINZUFÜGEN. Tippen Sie, um die Suche nach Ihrer Spintso-Smartwatch zu starten.

ZIFFERBLATT. Stellen Sie Ihr persönliches Zifferblatt ein.

PUSH-BENACHRICHTIGUNGEN. Aktivieren/deaktivieren oder auswählen, welche Benachrichtigungen an Ihre Uhr weitergeleitet werden sollen.

EINGEHENDE ANRUF. Wählen Sie, ob eingehende Anrufe auf der Uhr erscheinen sollen

ANTI ABBRUCH. Anti-Abbruch-Funktion aktivieren/deaktivieren. Die Uhr vibriert, wenn die Bluetooth-Verbindung mit Ihrem Smartphone abbricht.

NICHT STÖREN. Nicht-Stören-Funktion aktivieren/deaktivieren.

WECKERALARM. Richten Sie bis zu fünf Alarmer ein, die auf Ihrer Uhr aktiviert werden.

ORTSBINDUNG. Stellen Sie die Zeitperiode ein und wie oft die Ortsbindung auf Ihrer Uhr aktiviert werden soll.

MASSEINHEITEN. Metrisch oder Imperial kann gewählt werden.

DATUMSFORMAT. Stellen Sie die gewünschte Reihenfolge von Jahr, Monat und Tag ein.

VIBRATION. Auswahl der Vibrationswiederholung. Nicht anwendbar für Spintso-Funktionen.

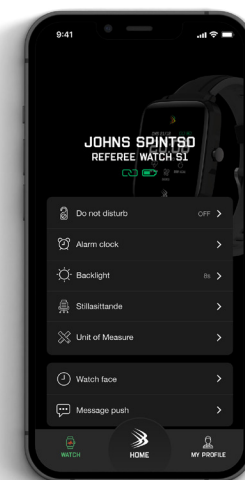
HINTERGRUNDBELEUCHTUNG. Möglichkeit zu Einstellung, wie lange der Uhrenbildschirm nach dem Aufwachen aktiv sein soll. Nicht anwendbar für Spintso-Funktionen.

HANDGELENKDREHUNG. Aktivieren / deaktivieren oder die Zeit einstellen, wann die Uhr den Bildschirm bei Drehung des Handgelenks aktivieren soll.

SPRACHE. Wählen Sie die bevorzugte Sprache für Ihre Uhr.

FIRMWARE-UPGRADE. Wenn eine neuere Software für Ihre Uhr verfügbar ist, kann sie aktualisiert werden. Stellen Sie sicher, dass der Akkustand von Uhr und Smartphone jeweils bei mindestens 50 % liegt, bevor Sie neue Software laden.

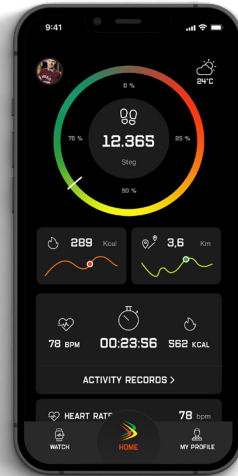
TRENNEN. Trennt Ihre Uhr vom Smartphone.



10.2. STARTSEITE

Auf dem Startseiten-Tab erhalten Sie einen Überblick über Ihre Gesundheitsdaten.

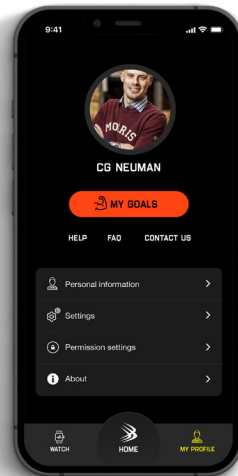
- Tägliche Schrittzahl, Kalorienverbrauch und Entfernung.
- Trainings- und Spieldaufzeichnungen. Die Aufzeichnungen beinhalten zum Beispiel die Anzahl der Schritte, Entfernung, verbrauchte Kalorien, mittlere Herzfrequenz, maximale Herzfrequenz und Durchschnittsgeschwindigkeit.
- Spieldaufzeichnungen umfassen Gesundheitsstatistiken in drei Kategorien. Für das gesamte Spiel einschließlich Pausen, nur während Spielperioden sowie für jede einzelne Periode. Die Spieldaufzeichnungen umfassen ein Ereignisprotokoll, in dem alle Ereignisse, die von der Uhr erfasst werden, angezeigt werden.
- Herzfrequenz. Statistiken nach Tag, Woche und Monat können ausgewählt werden.
- Blutdruck. Beachten Sie, dass die Blutdruckmessung manuell an der Uhr initiiert werden muss. Der Upload der Messdaten in die App erfolgt automatisch und die Statistiken können nach Tag, Woche oder Monat angezeigt werden.
- Schlafüberwachung. Statistiken über Tiefschlaf, Leichtschlaf und Wachzeit während der Nacht. Statistiken werden nach Tag, Woche oder Monat angezeigt.
- Körpertemperatur. Statistiken nach Tag, Woche und Monat können ausgewählt werden.
- Gewicht. Ihr Gewicht bearbeiten und speichern.



10.3. MEIN PROFIL

Im Tab Mein Profil können Sie Gesundheitsziele bearbeiten und Ihre persönlichen Einstellungen ändern.

- Tippen Sie auf den Kreis oben, um Ihr Profil zu bearbeiten und ein Bild hinzuzufügen.
- Wählen Sie Support oder FAQ, wenn Sie Unterstützung benötigen.
- Schriftreparatur. Nur aktivieren, wenn Ihre Schrift fehlerhaft ist.
- UI-Reparatur. Nur aktivieren, wenn die Grafiken auf Ihrer Uhr fehlerhaft aussehen.
- Einstellungen. Hier können Sie zum Beispiel auswählen, Ihre Herzfrequenzwerte mit Google Fit oder Apple Health zu synchronisieren.
- Einstellungen der Berechtigungen. Hier können Sie die Smartphone-Berechtigungen einstellen, um alle Uhren- und App-Funktionen zu aktivieren.
- Über die App. Zeigt die aktuelle App-Version an sowie einen Link zu unseren Datenschutzrichtlinien.



11. EIGENSCHAFTEN DER UHR S1

- Betriebszeit bei normaler Nutzung: 10-15 Tage.
- Betriebszeit während Spielen (Display immer an): 9 Std.
- Aufladezeit 0-100%: etwa 2 Std.
- Gewicht einschließlich Armband: 33 Gramm
- Außendurchmesser der Uhr: 40 x 45 mm.
- Standardmäßig 20 mm Armbandgröße.
- Display: 240 x 240 Pixel, 1,54-Zoll-Touchscreen.
- Bluetooth: 5.0, Reichweite 8-10 m.
- Körpertemperatur-Überwachung und Herzfrequenzsensor integriert.
- Klimatische Umgebung: IP67
- Entspricht den folgenden Standards/Richtlinien: CE, RoHS, UKCA, FCC und Giteki.

12. GEWÄHRLEISTUNG UND KONTAKT

Produktgewährleistung: 2 Jahre beschränkte Gewährleistung ab dem Datum des ursprünglichen Kaufs durch den Endkunden.

SPINTSO AB, Artillerigatan 42 114 45 Stockholm Schweden
E-mail: info@spintso.se, Phone: +46 (0) 243 190 90, Web: www.spintso.com.

Messungen der Gesundheitsdaten

Bitte beachten Sie, dass Uhrenmesswerte der Gesundheitssensoren keinesfalls für medizinische Zwecke genutzt werden dürfen. Der dünne Kunststoffschutzfilm auf dem Herzfrequenzsensor muss entfernt werden, bevor Messungen vorgenommen werden.

Regulatorisches

Alle Qualifikationskennzeichen finden Sie auf der Rückseite der Uhr.

EU-Konformität

Die EU-Konformitätserklärung wird auf Anfrage bereitgestellt. Bitte schicken Sie eine E-Mail an info@spintso.com

Europäische Union, Entsorgungshinweis

Nachdem dieses Produkt das Ende seiner Lebensdauer erreicht hat, muss es ordnungsgemäß entsorgt werden. Bitte führen Sie das Produkt der von den lokalen Behörden zugewiesenen Recyclingeinrichtung zu.

UKCA (UK)

Die britische Konformitätserklärung kann auf Anfrage bereitgestellt werden. Bitte schreiben Sie an die E-Mail-Adresse info@spintso.com

FCC (USA)

Dieses Gerät entspricht Teil 15 der FCC-Regeln.
FCC-ID: 2AKU0-S1PRO

Giteki (Japan)

Das Konformitätszertifikat kann auf Anfrage bereitgestellt werden. Bitte schreiben Sie an die E-Mail-Adresse info@spintso.com
Zertifizierungs-ID: R 210-169490

Allgemeines

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen von Spintso finden Sie unter <https://www.spintso.com/general-terms-and-conditions>

