

SAMSUNG

BENUTZERHANDBUCH

SM-R390

German. 12/2023. Rev.1.0

www.samsung.com

Inhalt

Erste Schritte

5 Informationen zur Galaxy Fit3

6 Layout und Funktionen des Geräts

- 6 Fit
- 9 Ladekabel

10 Akku

- 10 Akku aufladen
- 10 Tipps und Vorsichtsmaßnahmen zum Laden des Akkus

12 Fit tragen

- 12 Armband anbringen und abnehmen
- 14 Fit anlegen
- 14 Tipps und Vorsichtsmaßnahmen zum Armband
- 15 So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten

17 Fit ein- und ausschalten

18 Fit mit einem Smartphone koppeln

- 18 Anwendung „Galaxy Wearable“ installieren
- 18 Fit über Bluetooth mit einem Smartphone verbinden

19 Samsung Account auf dem Fit registrieren

20 Bildschirm bedienen

- 20 Touchscreen
- 21 Bildschirmaufteilung
- 22 Bildschirm ein- und ausschalten
- 22 Bildschirm wechseln
- 23 Anwendungsbildschirm
- 23 Sperrbildschirm

24 Uhr

- 24 Uhrenbildschirm
- 24 Ziffernblatt ändern
- 24 Always On Display-Funktion aktivieren

25 Benachrichtigungen

- 25 Benachrichtigungsfeld
- 26 Eingehende Benachrichtigungen überprüfen
- 26 Anwendungen zum Empfangen von Benachrichtigungen auswählen

27 QuickPanel

Anwendungen und Funktionen

29 Nachrichten abrufen und beantworten

29 Anrufe entgegennehmen und ablehnen

30 Samsung Health

30 Einführung

31 Tägliche Aktivität

32 Schritte

33 Training

38 Workouts diese Woche

40 Schlaf

43 Essen

44 Puls

46 Stress

48 Zykluserfassung

49 Wasser

50 Blutsauerstoff

52 Community

53 Einstellungen

53 Mediencontroller

54 Kalender

54 Wetter

54 Alarm

55 Weltuhr

55 Timer

56 Stoppuhr

56 Telefon finden

56 Find My Band

57 SOS-Nachricht senden

57 Einführung

57 SOS-Nachricht voreinstellen

58 SOS-Nachricht senden

58 Bei einer Verletzung durch einen Sturz eine SOS-Nachricht senden

59 Standortinformationen nicht mehr teilen

59 Taschenrechner

60 Kamerasteuerung

61 Einstellungen

61 Einführung

61 Modi

61 Benachrichtigungen

62 Vibrieren

62 Anzeige

63 Samsung Health

63 Sicherheit/Datenschutz

63 Sicherheit und Notfall

64 Erweiterte Funktionen

64 Allgemein

64 Info zu Fitnessarmband

Galaxy Wearable-Anwendung

65 Einführung

66 Ziffernblätter

67 App-Bildschirm

67 Kacheln

- 67 QuickPanel**
- 68 Einstellungen des Fitnessarmbands**
 - 68 Einführung
 - 68 Samsung Account
 - 68 Modi
 - 68 Benachrichtigungen
 - 69 Vibration
 - 69 Anzeige
 - 69 Samsung Health
 - 69 Sicherheit und Notfall
 - 70 Konten und Sicherung
 - 71 Erweiterte Funktionen
 - 71 Wetter
 - 72 Allgemein
 - 72 Band-Software-Update
 - 72 Info zum Fitnessarmband
- 72 Find My Band**

Nutzungshinweise

- 73 Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung des Geräts**
- 76 Hinweise zum Lieferumfang und Zubehör**
- 77 Wasser- und Staubbeständigkeit**
- 79 Vorkehrungen gegen Überhitzung**
- 79 Fit reinigen und handhaben**
- 80 Vorsichtsmaßnahmen bei Allergien gegen Materialien des Fit**

Anhang

- 81 Rat und Hilfe bei Problemen**
- 85 Akku entfernen**

Erste Schritte

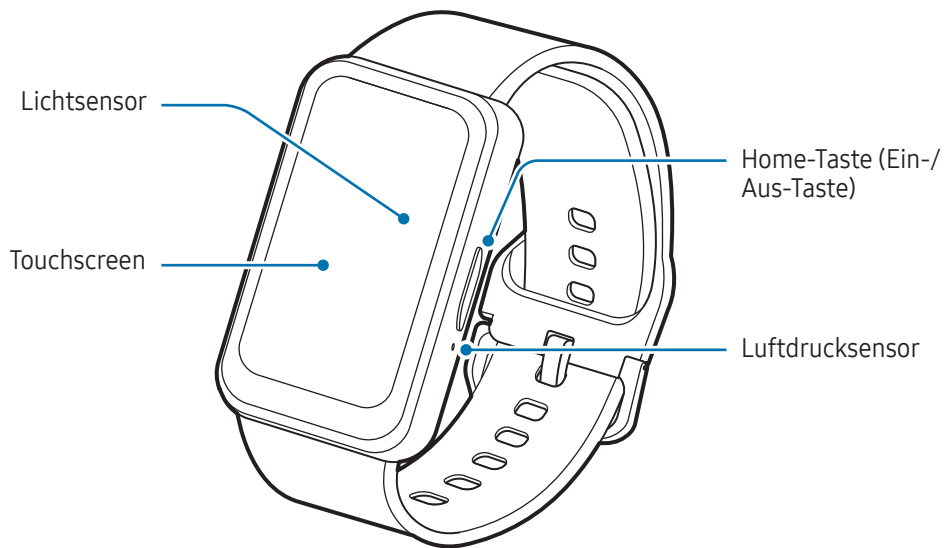
Informationen zur Galaxy Fit3

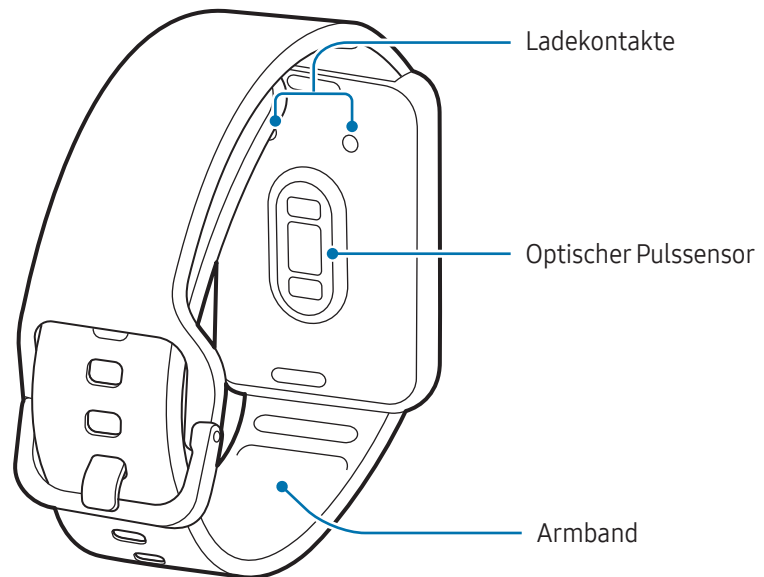
Das Galaxy Fit3 (im Folgenden Fit) ist ein smartes Armband, das dein Bewegungsverhalten analysiert, deine Gesundheit überwacht und dir eine Vielzahl praktischer Apps bietet. Du kannst durch die verschiedenen Funktionen stöbern und sie durch Antippen des Bildschirms starten, und du kannst auch das Ziffernblatt auswählen, das dir am besten gefällt.

Du kannst das Fit verwenden, nachdem du es mit deinem Smartphone gekoppelt hast.

Layout und Funktionen des Geräts

Fit







- Verwende das Gerät an Orten ohne magnetische Interferenz, damit es ordnungsgemäß funktioniert.
- Das Gerät und einige Zubehörartikel (separat erhältlich) enthalten Magnete. Halte es fern von Kreditkarten, implantierten medizinischen Geräten und anderen Geräten, die von Magneten beeinflusst werden können. Bei medizinischen Geräten solltest du einen Abstand von mehr als 15 cm einhalten. Stelle die Verwendung des Geräts ein, wenn du eine Störung deines medizinischen Geräts vermutest, und wende dich an deinen Arzt oder den Hersteller des medizinischen Geräts.
- Wenn du ein medizinisches Implantat in deinem Herzen hast, lege dein Gerät nicht in eine Tasche, die sich in der Nähe des implantierten Geräts befindet, z. B. in die Brust- oder Jackeninnentasche.
- Halte einen Sicherheitsabstand zwischen Objekten, die von Magneten beeinflusst werden, und deinem Gerät sowie Zubehörteilen (separat erhältlich), die Magnete enthalten. Gegenstände wie Kreditkarten, Reisepässe, Zugangskarten, Bord- oder Parkkarten können beschädigt oder durch die Magnete im Gerät unbrauchbar werden.



- Halte das Armband sauber. Kommt das Armband mit Verunreinigungen wie Staub oder Farbstoff in Kontakt, bleiben möglicherweise Flecken zurück, die nicht vollständig entfernt werden können.
- Stecke keine scharfen Gegenstände in die Löcher des Fit. Dadurch können die Innenteile beschädigt und der Schutz gegen Wasser beeinträchtigt werden.
- Wenn du das Fit verwendest, obwohl der Glaskörper beschädigt ist, besteht Verletzungsgefahr. Verwende das Fit erst wieder, wenn es in einem Servicecenter von Samsung oder einem autorisierten Servicecenter geprüft und repariert wurde.

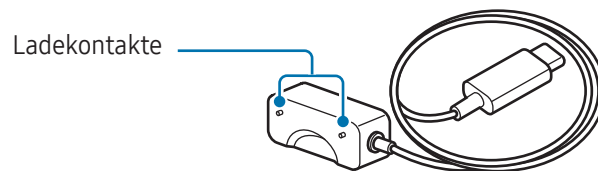


- In den folgenden Situationen können Verbindungsprobleme und eine Entladung des Akkus auftreten:
 - Wenn du metallische Aufkleber im Antennenbereich des Fit anbringst
- Decke den Lichtsensor nicht mit Zubehör wie Aufklebern oder einem Cover ab. Dies kann zu einer Fehlfunktion des Sensors führen.

Taste

Taste	Funktion
Home-Taste	<ul style="list-style-type: none"> • Wenn das Fit ausgeschaltet ist: Drücken, um es einzuschalten. • Wenn das Fit eingeschaltet ist: Länger als acht Sekunden gedrückt halten, um es auszuschalten. • Wenn der Bildschirm ausgeschaltet ist: drücken, um ihn einzuschalten. • Zweimal drücken, um die festgelegte Anwendung oder Funktion zu öffnen. (Einstellungen → Erweiterte Funktionen → Home-Taste zweimal drücken) • Drücken, um den Uhrenbildschirm zu öffnen, wenn du dich auf einem anderen Bildschirm befindest.

Ladekabel



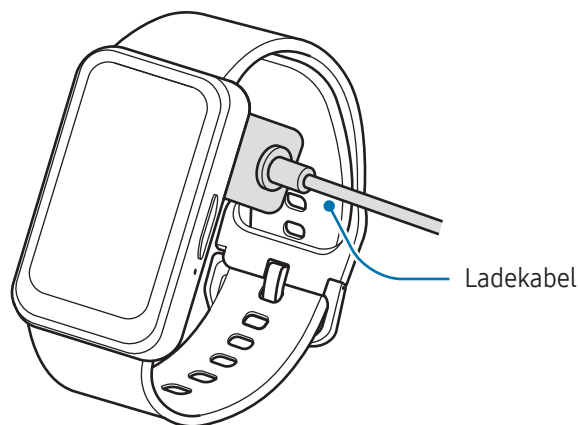
- ⚠ Das Ladekabel darf nicht mit Wasser in Berührung kommen, da es nicht dieselben Eigenschaften in Bezug auf Wasserfestigkeit und Staubschutz aufweist wie das Fit.

Akku

Vor der erstmaligen Verwendung des Fit oder wenn es länger nicht verwendet wurde, muss der Akku geladen werden.

Akku aufladen

- 1 Schließe das Ladekabel am USB-Netzteil an.
- 2 Schließe das Fit an das Ladekabel an.



- 3 Trenne das Ladekabel vom Fit, wenn der Akku vollständig geladen ist.

Ladestatus prüfen

Während des Ladens kannst du den Ladestatus vom Bildschirm ablesen. Falls der Ladestatus nicht auf dem Bildschirm angezeigt wird, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Anzeige** und dann den Schalter **Ladeinformationen anzeigen** an, um die Funktion zu aktivieren.

Tipps und Vorsichtsmaßnahmen zum Laden des Akkus

- ⚠ Verwende nur von Samsung zugelassene Ladegeräte und Kabel, die speziell für das Fit entwickelt wurden. Die Verwendung von inkompatiblen Ladegeräten oder Kabeln kann schwere Verletzungen oder eine Beschädigung des Geräts zur Folge haben.
- ⚠
 - Ein falsches Anschließen des Ladegeräts kann zu schweren Schäden am Gerät führen. Schäden durch unsachgemäße Verwendung werden nicht von der Garantie abgedeckt.
 - Verwende nur das mit dem Fit gelieferte Ladekabel. Mit einem Ladekabel eines Drittanbieters kann das Fit nicht richtig geladen werden.
 - Wenn du das Fit lädst, während das Ladekabel feucht ist, kann das Gerät beschädigt werden. Trockne das Ladekabel gründlich, bevor du das Fit auflädst.
 - Lade das Gerät nicht länger als eine Woche auf, da eine Überladung die Akkulebensdauer beeinträchtigen kann.



- Stecke das Ladegerät aus, wenn es nicht verwendet wird, um Energie zu sparen. Das Ladegerät verfügt über keinen Ein-/Aus-Schalter. Du musst es also vom Stromanschluss trennen, wenn es nicht verwendet wird, um zu verhindern, dass Energie verschwendet wird. Das Ladegerät sollte sich während des Aufladens in der Nähe des Stromanschlusses befinden und leicht zugänglich sein.
- Zum Laden empfehlen wir die Nutzung eines zugelassenen Ladegeräts, um eine optimale Ladeleistung zu garantieren.
- Falls sich zwischen dem Fit und dem Ladekabel Fremdkörper befinden, wird das Fit möglicherweise nicht richtig geladen. Prüfe vor dem Aufladen, ob sich Schweiß, Flüssigkeit oder Staub darauf befindet.
- Wenn der Akku vollständig entladen ist, kann das Fit nicht unmittelbar nach dem Anschluss an das Ladekabel eingeschaltet werden. Lade den leeren Akku ein paar Minuten lang auf, bevor du sie wieder einschaltetest.
- Der Akkuverbrauch steigt, wenn du gleichzeitig verschiedene Anwendungen oder Anwendungen, bei denen ein zusätzliches Gerät verbunden werden muss, ausführst. Führe diese Anwendungen nur bei vollständig geladenem Akku aus, um zu vermeiden, dass der Akku während einer Datenübertragung leer wird.
- Wenn du das Ladekabel an eine andere Stromquelle anschließt, z. B. einen Computer oder ein Mehrfachladegerät, lädt das Fit u. U. aufgrund einer eingeschränkten Stromzufuhr nicht ordnungsgemäß oder langsamer.
- Das Fit kann während des Ladevorgangs verwendet werden, allerdings verlängert sich hierdurch möglicherweise die Ladedauer.
- Wenn die Stromversorgung des Fit instabil ist, weil es während des Ladens verwendet wird, reagiert der Touchscreen möglicherweise nicht. Trenne das Ladekabel vom Fit, wenn das passiert.
- Beim Aufladen erwärmt sich das Fit unter Umständen. Dies ist normal und wirkt sich nicht auf die Lebensdauer oder die Leistung des Fit aus. Lass das Fit abkühlen, bevor du es anlegst. Erwärmt sich der Akku stärker als üblich, entferne das Ladegerät.
- Falls das Fit nicht richtig geladen wird, bringe es zusammen mit dem Ladekabel in ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.
- Verwende kein verformtes oder beschädigtes Ladekabel. Hör auf, das Ladekabel zu verwenden, wenn es beschädigt ist.

Fit tragen

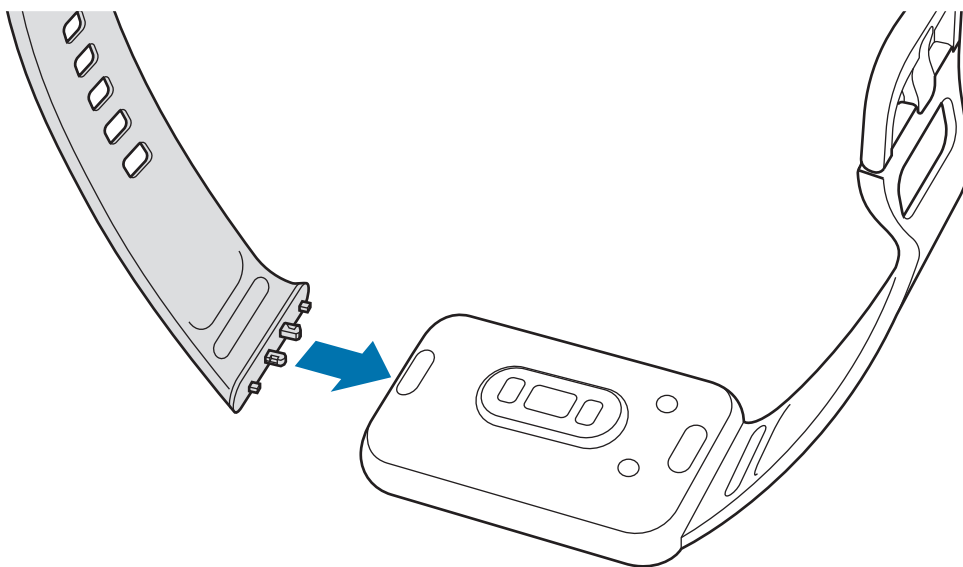
Armband anbringen und abnehmen

Bringe das Armband am Fit an, bevor du es verwendest. Du kannst das Armband vom Fit abnehmen und durch ein neues ersetzen.

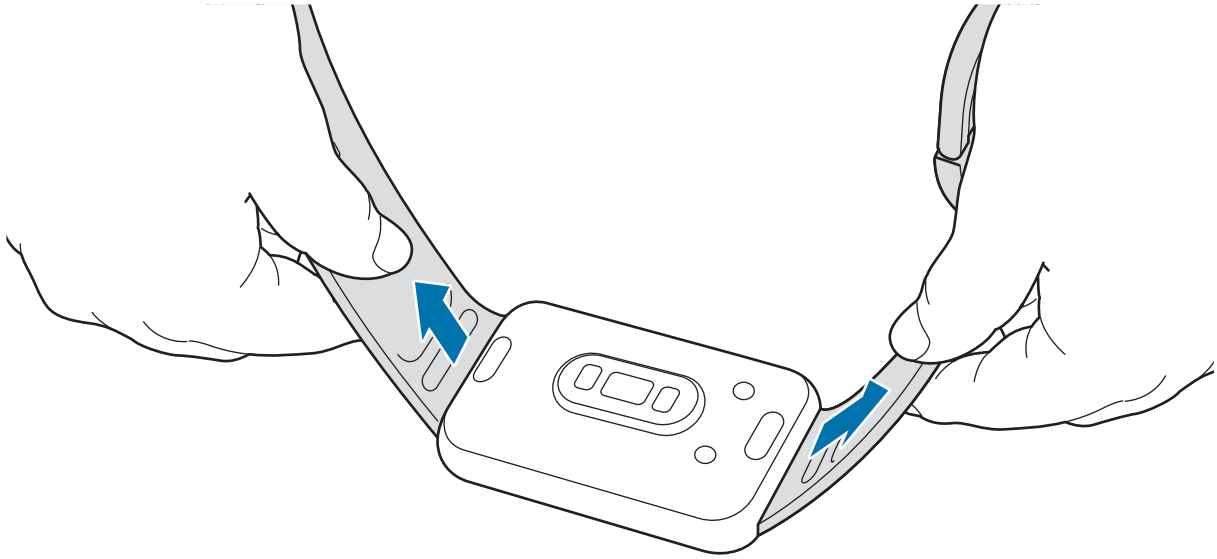
⚠ Achte beim Anbringen oder Entfernen eines Armbands auf deine Fingernägel.

📄 Welches Armband sich im Lieferumfang befindet, hängt unter Umständen von Region ab.

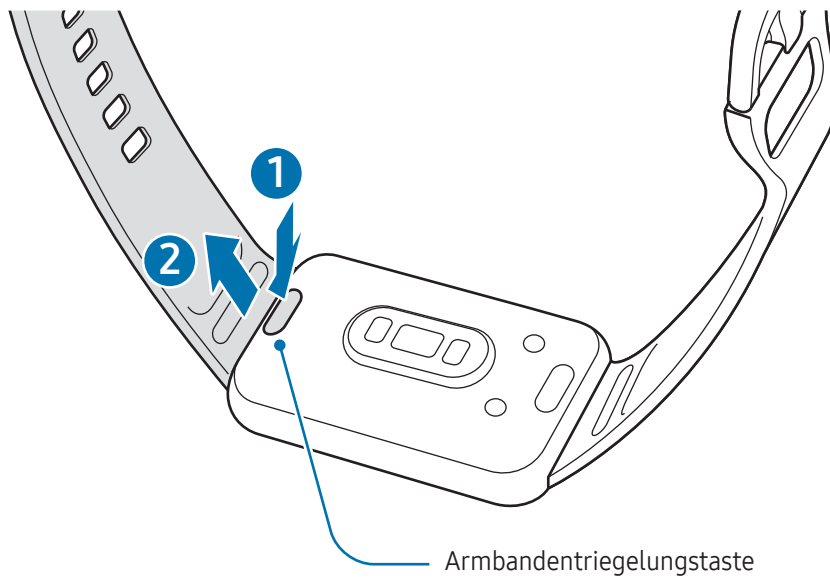
1 Bringe das Armband am Fit an.



- 2 Ziehe vorsichtig an beiden Enden des Armbandes, um sicherzustellen, dass es fest angebracht ist und sich nicht vom Fit löst.



Entferne das Armband, indem du die Armbandriegelungstaste drückst.



Fit anlegen

Öffne den Verschluss und bringe das Fit am Handgelenk an. Passe das Armband deinem Handgelenk an, stecke den Stift in eines der Löcher und schließe dann den Verschluss. Wenn die Uhr zu eng sitzt, verwende das nächste Loch.



Verbiege das Armband nicht. Andernfalls kann das Fit beschädigt werden.



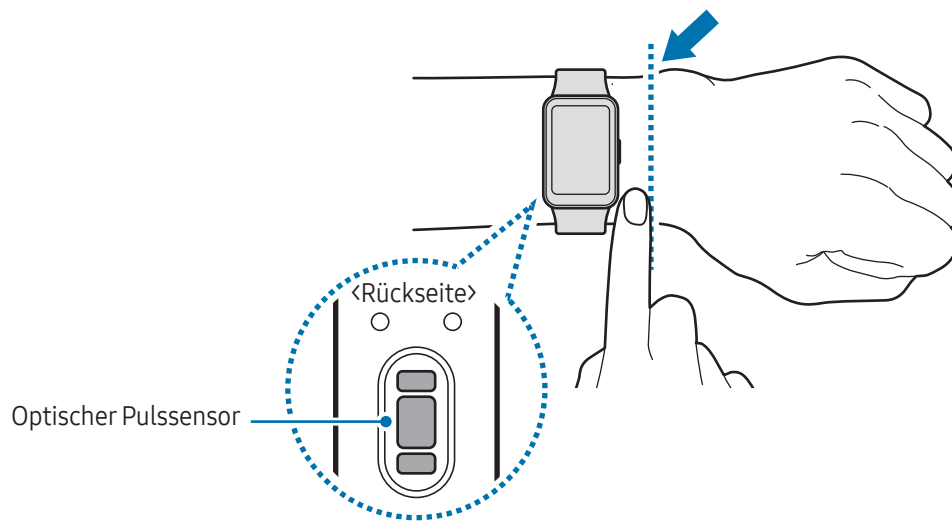
- Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, damit dein körperlicher Zustand genau gemessen werden kann. Weitere Informationen findest du unter [So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten](#).
- Wenn die Rückseite des Fit mit bestimmten Materialien in Berührung kommt, erkennt es unter Umständen, dass du es am Handgelenk trägst. Dies ist abhängig vom Material.
- Falls der Sensor auf der Rückseite des Fit für mehr als 10 Minuten keinen Kontakt mit deinem Handgelenk hat, geht das Fit unter Umständen davon aus, dass du es nicht trägst.


Tipps und Vorsichtsmaßnahmen zum Armband

- Trage das Fit so, dass es an deinem Handgelenk anliegt, um eine genaue Messung zu ermöglichen. Löse nach der Messung das Armband, damit Luft an die Haut gelangen kann. Wir empfehlen, das Fit so zu tragen, dass es weder zu locker noch zu eng ist und sich unter normalen Umständen angenehm anfühlt.
- Wenn du das Fit über einen längeren Zeitraum hinweg trägst oder mit hoher Intensität trainierst, können aufgrund von verschiedenen Faktoren wie Reibung, Druck oder Feuchtigkeit Hautreizungen auftreten. Wenn du das Fit lange getragen hast, solltest du es für eine Weile abnehmen, damit deine Haut gesund bleibt und dein Handgelenk sich erholen kann.
- Durch Allergien, Umweltfaktoren, andere Faktoren oder länger andauernden Kontakt mit Seife oder Schweiß können Hautreizungen entstehen. Nimm in diesem Fall das Fit sofort ab und warte zwei bis drei Tage, damit die Symptome abklingen können. Falls die Symptome weiterhin bestehen oder sich verschlimmern, wende dich an einen Arzt.
- Deine Haut sollte vor dem Anlegen des Fit trocken sein. Wenn du längere Zeit eine nasse Fit trägst, kann das zu Hautreizungen führen.
- Wenn du das Fit im Wasser verwendest, solltest du deine Haut und das Fit reinigen und gründlich abtrocknen, um Hautreizungen vorzubeugen.
- Verwende im Wasser ausschließlich das Fit und keine anderen Zubehörteile.

So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten

Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks und lass dabei einen Fingerbreit Platz (siehe Abbildung) um genaue Messungen zu erhalten.




-  Wenn du das Fit zu eng einstellst, treten unter Umständen Hautreizungen auf. Trägst du es dagegen zu locker, kann Reibung entstehen.
- Schau auf keinen Fall direkt in das Licht des optischen Pulssensors. Verhindere zudem, dass Kinder direkt in das Licht des Sensors sehen. Dies kann zu Sehschäden führen.
- Sollte sich das Fit erhitzen, nimm es ab und lass sie abkühlen. Ein längerer Kontakt mit der heißen Oberfläche des Fit kann zu Niedertemperaturverbrennungen führen.



- Nutze die Pulsfunktion nur zur Messung deines Pulses. Die Genauigkeit des optischen Pulssensors kann durch die Umgebung, die Messbedingungen und den körperlichen Zustand des Benutzers beeinträchtigt werden.
- Messungen können durch eine niedrige Umgebungstemperatur beeinträchtigt werden. Halte dich daher warm, wenn du deinen Puls im Winter oder bei niedrigen Temperaturen misst.
- Wenn du vor der Messung rauchst oder Alkohol trinkst, weicht dein Puls möglicherweise von deinem normalen Puls ab.
- Während der Messung deines Pulses solltest du dich weder bewegen noch reden oder gähnen oder tief atmen. Andernfalls kann es zu ungenauen Ergebnissen bei der Messung des Pulses kommen.
- Sollte dein Puls sehr hoch oder sehr niedrig sein, war die Messung möglicherweise ungenau.
- Die Pulsmessung ist bei Kindern möglicherweise nicht so genau.
- Wird das Fit nicht fest genug angebracht, beispielsweise an einem sehr dünnen Handgelenk, ist die Pulsmessung möglicherweise ungenau, da das Licht ungleichmäßig reflektiert wird. Trage das Fit in diesem Fall an der Arminnenseite.
- Sollte die Pulsmessung nicht richtig funktionieren, passe die Position des optischen Pulssensors am Handgelenk an, indem du das Fit weiter nach rechts, links, oben oder unten schiebst. Du kannst das Fit auch an der Innenseite deines Handgelenks tragen, sodass der Sensor in Kontakt mit deiner Haut ist.
- Ist der optische Pulssensor schmutzig, wische ihn ab und versuche es erneut. Falls Fremdkörper die gleichmäßige Reflexion des Lichts verhindern, ist die Messung möglicherweise ungenau.
- Der optische Pulssensor kann durch Tätowierungen, Male und Haare an dem Handgelenk, an dem du das Fit trägst, beeinträchtigt werden. Das könnte dazu führen, dass das Fit nicht erkennt, dass du es trägst, und die Funktionen des Fit funktionieren möglicherweise nicht richtig. Trage das Fit daher an einem Handgelenk, das seine Funktionen nicht beeinträchtigt.
- Unter Umständen funktionieren die Messfunktionen aufgrund bestimmter Faktoren nicht richtig, z. B. aufgrund der Blockierung des Lichts des optischen Pulssensors, abhängig von der Helligkeit deiner Haut, dem Blutfluss unter der Haut und der Sauberkeit des Sensorbereichs.

Fit ein- und ausschalten

-  Befolge alle Warnungen und Anweisungen autorisierter Personen in Bereichen, in denen drahtlose Geräte verboten sind, z.B. in Flugzeugen und Krankenhäusern.





Fit einschalten

Drücke die Home-Taste, um das Fit einzuschalten.

Beim erstmaligen Einschalten des Fit erscheint die Anweisung auf dem Bildschirm, dass du die Anwendung „Galaxy Wearable“ auf deinem Smartphone starten sollst. Weitere Informationen findest du unter [Fit mit einem Smartphone koppeln](#).

Fit ausschalten

- 1 Halte die Home-Taste mindestens acht Sekunden lang gedrückt. Du kannst alternativ auch das QuickPanel öffnen, indem du von der oberen Bildschirmkante nach unten ziehst und  antippst.
- 2 Tippe **Ausschalten** an.

-  Hör auf, die Home-Taste zu drücken, wenn du die Energieoptionen aufrufst. Wenn du die Home-Taste weiterhin gedrückt hältst, erzwingst du möglicherweise einen Neustart des Fit.

Neustart erzwingen

Reagiert das Fit nicht, halte die Home-Taste länger als elf Sekunden lang gedrückt, um das Gerät neu zu starten.

Fit mit einem Smartphone koppeln

Anwendung „Galaxy Wearable“ installieren

Installiere die Anwendung „Galaxy Wearable“ auf dem Smartphone, um das Fit zu koppeln.

Je nach Smartphone kannst du die Anwendung „Galaxy Wearable“ aus folgenden Quellen herunterladen:

- Android-Smartphones von Samsung: **Galaxy Store, Play Store**
- Andere Android-Smartphones: **Play Store**




- Sie ist kompatibel mit Android-Smartphones, die Google-Dienste unterstützen.
- Die Anwendung „Galaxy Wearable“ kann nur auf Smartphones installiert werden, die eine Synchronisierung mit dem Fit unterstützen. Stelle sicher, dass dein Smartphone mit dem Fit kompatibel ist.
- Das Fit kann nicht mit einem Tablet oder Computer verbunden werden.

Fit über Bluetooth mit einem Smartphone verbinden

- 1 Schalte das Fit ein.
- 2 Wische auf dem Bildschirm von unten nach oben.
Du wirst aufgefordert, die Anwendung „Galaxy Wearable“ zu öffnen.
- 3 Öffne auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**.
Falls du nicht die aktuelle Version der Anwendung „Galaxy Wearable“ hast, aktualisiere sie.
- 4 Tippe **Fortsetzen** an.
- 5 Wähle das Fit auf dem Bildschirm aus.
Falls das Fit nicht angezeigt wird, tippe **Gibt es Probleme beim Verbinden?** an.
- 6 Befolge die Anweisungen auf dem Bildschirm, um die Verbindung herzustellen.
Tippe zum Abschließen der Kopplung die Option **Starten** an und folge der Anleitung auf dem Bildschirm, um mehr über die grundlegende Steuerung des Fit zu erfahren.




- Der Bildschirm der Ersteinrichtung kann sich je nach Region unterscheiden.
- Die Verbindungsmethoden variieren möglicherweise je nach Region, Modell, Smartphone und Softwareversion.
- Wenn du das Fit erstmals oder nach dem Zurücksetzen mit einem Smartphone koppelst, entleert sich der Akku des Fit während der Synchronisation von Daten (z. B. Kontakten) möglicherweise schneller.
- Die unterstützten Smartphones und Funktionen variieren möglicherweise je nach Region, Mobilfunkanbieter oder Gerätehersteller.
- Wenn du keine Bluetooth-Verbindung zwischen dem Fit und deinem Smartphone herstellen kannst, wird auf dem Uhrenbildschirm oben das Symbol  angezeigt.

Fit mit einem neuen Smartphone verbinden

Wenn du das Fit mit einem neuen Smartphone verbindest, setzt es alle personenbezogenen Daten zurück. Wenn vor dem Verbinden des Fit mit einem neuen Smartphone eine entsprechende Aufforderung angezeigt wird, tippe **Daten sichern** an, um eine Sicherung der gespeicherten Daten durchzuführen. Sowohl manuell gesicherte Daten als auch durch die automatische Sicherungsfunktion gesicherte Daten können wiederhergestellt werden, wenn du das Fit mit einem neuen Smartphone verbindest.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Allgemein** → **Zurücksetzen** an.
Nach dem Zurücksetzen des Fit wird automatisch in den Modus für das Bluetooth-Koppeln gewechselt.
- 2 Öffne auf dem neuen Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**, um die Verbindung mit dem Fit herzustellen.



Wenn das Smartphone, mit dem du eine Verbindung herstellen möchtest, bereits mit einem anderem Gerät verbunden ist, öffne die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone und tippe  → **Neues Gerät verbinden** an.

Samsung Account auf dem Fit registrieren

Registriere deinen Samsung Account auf dem verbundenen Smartphone, um auf die verschiedenen Funktionen des Fit zuzugreifen.

- 1 Öffne auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**.
- 2 Tippe auf **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Samsung Account**.
Tippe alternativ **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Konten und Sicherung** → **Samsung Account**.
- 3 Befolge die Anweisungen auf dem Bildschirm, um dich auf deinem Smartphone bei deinem Samsung Account anzumelden.
Nach der Anmeldung kannst du den registrierten Samsung Account prüfen.

Bildschirm bedienen

Touchscreen

Tippen

Tippe den Bildschirm an.



Berühren und angetippt lassen

Berühre einen Bereich auf dem Bildschirm und lasse ihn etwa 2 Sekunden lang angetippt.



Streichen

Streiche nach oben, unten, links oder rechts.

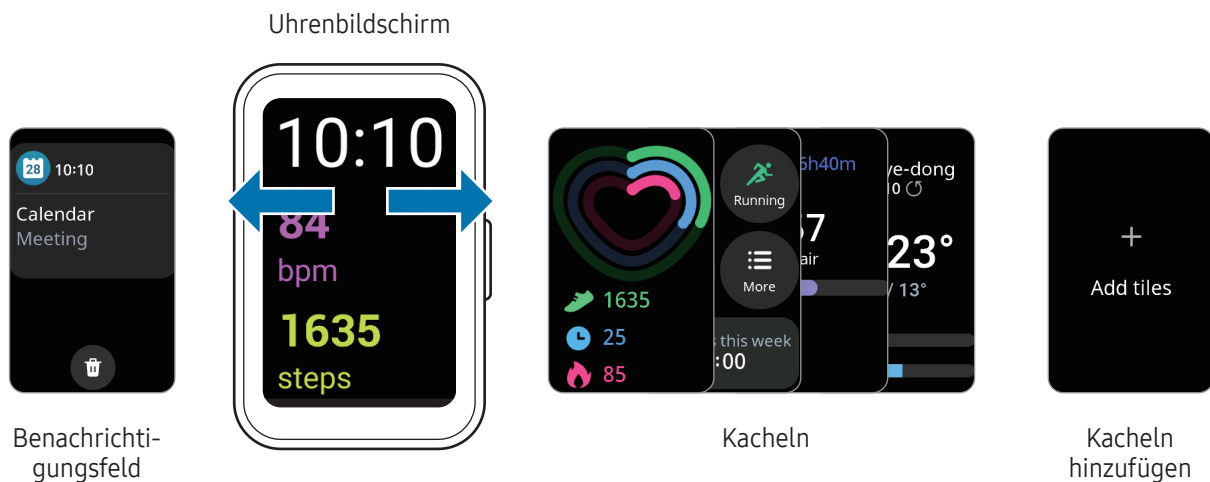


- ⚠ • Der Touchscreen darf nicht mit anderen elektrischen Geräten in Kontakt kommen. Elektrostatische Entladungen können Fehlfunktionen des Touchscreens verursachen.
- Tippe nicht mit scharfen Gegenständen auf den Touchscreen und übe keinen starken Druck mit den Fingerspitzen oder einem anderen Gegenstand darauf aus, um Schäden daran zu vermeiden.
- Es wird empfohlen, keine statischen Grafiken über längere Zeiträume auf dem gesamten Touchscreen oder einem Teil davon zu verwenden. Andernfalls kann es zu Nachbildern (Einbrennen des Bildschirms) oder Geisterbildern kommen.
- 📝 • Möglicherweise erkennt das Fit Toucheingaben nahe am Rand des Bildschirms nicht, wenn die Toucheingabe außerhalb des Erkennungsbereichs ausgeführt wird.
- Der Touchscreen ist nicht verfügbar, wenn der Wasserspermodus aktiviert ist.

Bildschirmaufteilung

Der Uhrenbildschirm ist der Ausgangspunkt für den Startbildschirm und besteht aus mehreren Seiten.

Du kannst die Kacheln anzeigen oder das Benachrichtigungsfeld öffnen, indem du auf dem Bildschirm nach links oder rechts streichst.



Die verfügbaren Bereiche und Kacheln sowie ihre Anordnung variieren möglicherweise je nach Softwareversion.

Kacheln verwenden

Zum Hinzufügen von Kacheln tippe **Kacheln hinzufügen** an und wähle eine Kachel aus.

Wenn du eine Kachel angetippt lässt, kannst du auf den Bearbeitungsmodus zugreifen und die Anordnung der Kacheln ändern oder Kacheln entfernen.

- **Kachel verschieben:** Tippe **<** oder **>** und an der gewünschten Stelle **■** an.
- **Kachel entfernen:** Tippe auf der Kachel **⊖** an, um sie zu entfernen.
- **Kachel bearbeiten:** Tippe **Ändern** an, um die Kachel zu konfigurieren.



Du kannst nur einige Kacheln bearbeiten.

Bildschirm ein- und ausschalten

Bildschirm einschalten

Verwende die folgenden Methoden, um den Bildschirm einzuschalten.

- **Bildschirm mithilfe der Taste einschalten:** Drücke die Home-Taste.
- **Bildschirm durch Heben der Hand einschalten:** Hebe die Hand, an der du das Fit trägst. Falls sich der Bildschirm durch Heben der Hand nicht einschalten lässt, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** und dann **Anzeige** an. Tippe dann den Schalter **Zum Aktivieren Hand heben** unter **Bildschirmaktivierung** an, um die Funktion zu aktivieren.
- **Bildschirm durch Antippen des Bildschirms einschalten:** Tippe den Bildschirm an. Falls sich der Bildschirm nicht durch Antippen einschalten lässt, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** und dann **Anzeige** an. Tippe dann den Schalter **Zum Aktiv. Bilds. berühren** unter **Bildschirmaktivierung** an, um die Funktion zu aktivieren.

Bildschirm ausschalten

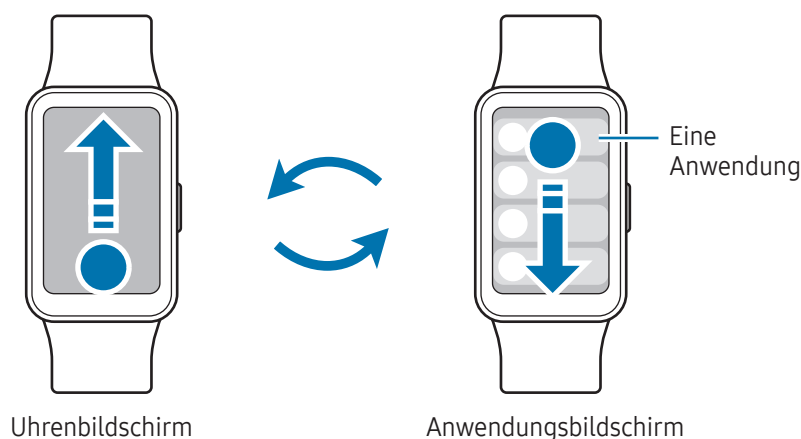
Bedecke den Bildschirm mit der Handfläche oder einem anderen Körperteil, um ihn auszuschalten. Der Bildschirm wird automatisch ausgeschaltet, wenn das Fit eine gewisse Zeit lang nicht verwendet wurde.

Bildschirm wechseln

Zwischen dem Fit- und dem Anwendungsbildschirm wechseln

Streiche auf dem Uhrenbildschirm nach oben, um den Anwendungsbildschirm zu öffnen.

Streiche auf dem Anwendungsbildschirm nach unten, um zum Uhrenbildschirm zurückzukehren. Drücke alternativ die Home-Taste.



Zum vorherigen Bildschirm zurückkehren

Streiche auf dem Bildschirm nach rechts, um zum vorherigen Bildschirm zurückzukehren.

Anwendungsbildschirm

Auf dem Anwendungsbildschirm werden Symbole für alle auf dem Fit installierten Anwendungen angezeigt.

Wähle die Anwendung auf dem Anwendungsbildschirm aus, um sie zu öffnen.



Die verfügbaren Anwendungen variieren möglicherweise je nach Softwareversion.

Sperrbildschirm

Nutze die Bildschirmsperrfunktion, um deine Daten zu schützen, z. B. auf dem Fit gespeicherte personenbezogene Daten. Wenn diese Funktion aktiviert ist, musst du das Fit jedes Mal entsperren, wenn du es verwenden möchtest. Wenn du das Fit jedoch einmal entsperrst, während du es trägst, bleibt es entsperrt.

Bildschirmsperre einrichten

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Sicherheit/Datenschutz** → **Sperrtyp** an und wähle die Methode zum Sperren aus.

- **PIN:** Eine PIN mit Ziffern eingeben, um den Bildschirm zu entsperren.

Uhr

Uhrenbildschirm

Du kannst die aktuelle Uhrzeit oder andere Informationen anzeigen. Wenn du dich nicht auf dem Uhrenbildschirm befindest, drücke die Home-Taste, um zum Uhrenbildschirm zurückzukehren.

Ziffernblatt ändern


- 1 Öffne auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**.
- 2 Tippe **Ziffernblätter** an und wähle ein Ziffernblatt aus.
Wenn du bestimmte Ziffernblätter auswählst, wie z. B. **Photos**, kannst du sie anpassen. Weitere Informationen findest du unter [Ziffernblätter mit Fotos entwerfen](#).



Du kannst auch das Ziffernblatt des Fit ändern. Berühre den Bildschirm der Uhr, lass ihn angetippt und wähle ein Ziffernblatt aus, indem du auf dem Bildschirm nach links oder rechts wischst.

Always On Display-Funktion aktivieren

Stell die Uhrzeit und das Datum so ein, dass sie immer auf dem Bildschirm angezeigt werden, wenn du das Fit trägst. Wenn du diese Funktion nutzt, wird der Akku deutlich schneller leer.

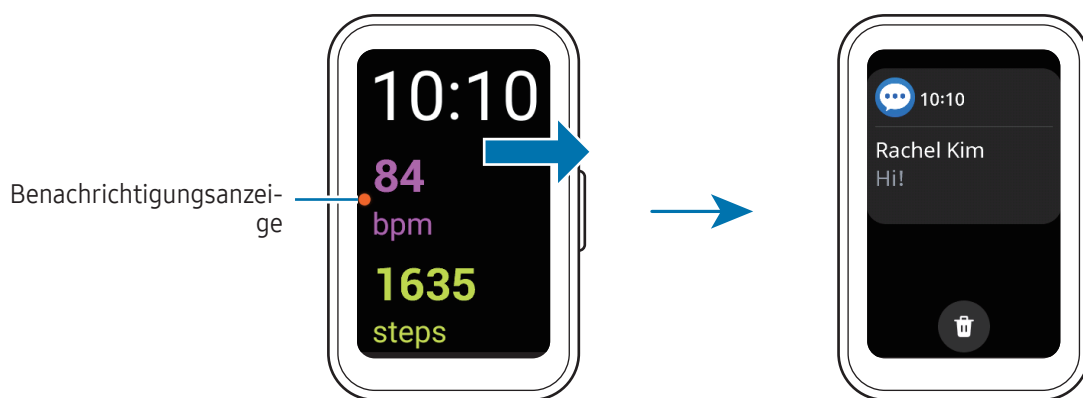
Öffne zum Verwenden dieser Funktion das QuickPanel, indem du von der oberen Bildschirmkante nach unten ziehst und  antippst. Du kannst auch auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Anzeige** und dann **Always On Display** antippen, um die Funktion zu aktivieren.

Benachrichtigungen

Benachrichtigungsfeld

Über das Benachrichtigungsfeld kannst du Benachrichtigungen, z. B. über neue Nachrichten, Ereignisse oder verpasste Anrufe, prüfen. Streiche auf dem Bildschirm der Uhr nach rechts, um das Benachrichtigungsfeld anzuzeigen.

Bei neuen Benachrichtigungen erscheint eine orangefarbene Benachrichtigungsanzeige auf dem Uhrenbildschirm. Falls die Benachrichtigungsanzeige nicht angezeigt wird, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Benachrichtigungen** → **Erweiterte Einstellungen** und dann den Schalter **Benachrichtigungsanzeige** an, um die Funktion zu aktivieren.

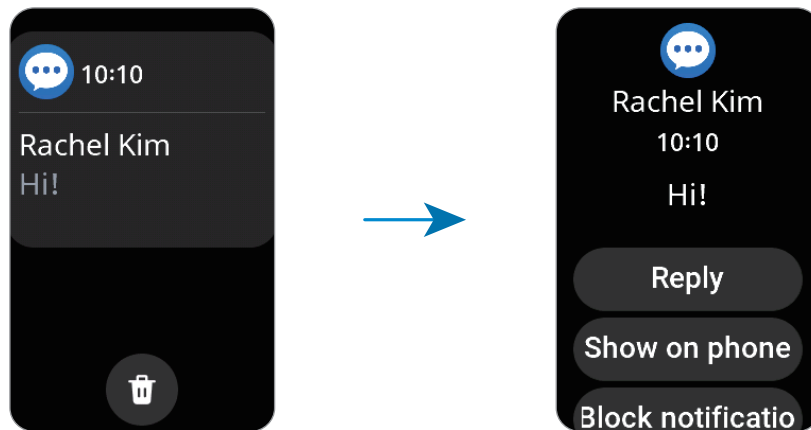


- Du erhältst nur dann Benachrichtigungen, wenn du das Fit trägst.
- Du kannst auf dem Fit keine Benachrichtigungen empfangen, während du dein Smartphone verwendest. Wenn du Benachrichtigungen auf dem Fit erhalten möchtest, auch wenn du dein Smartphone verwendest, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** an. Tippe dann **Benachrichtigungen** → **Telefonbenachrichtigungen auf Fitnessarmband anzeigen** an und wähle **Benachr. auch bei Telefonnutzung anz. aus.**

Eingehende Benachrichtigungen überprüfen

Wenn eine Benachrichtigung eingeht, werden Informationen zur Benachrichtigung angezeigt, z. B. der Typ und die Uhrzeit, zu der sie empfangen wurde. Wenn mehr als zwei Benachrichtigungen eingeht, kannst du die restlichen Benachrichtigungen anzeigen, indem du auf dem Bildschirm nach oben oder unten streichst.

Tippe die Benachrichtigung an, um Details anzuzeigen.



Tippe  an, um alle Benachrichtigungen zu löschen.

Anwendungen zum Empfangen von Benachrichtigungen auswählen

Wähle aus, von welchen Anwendungen (Smartphone oder Fit) du auf dem Fit Benachrichtigungen erhalten möchtest.

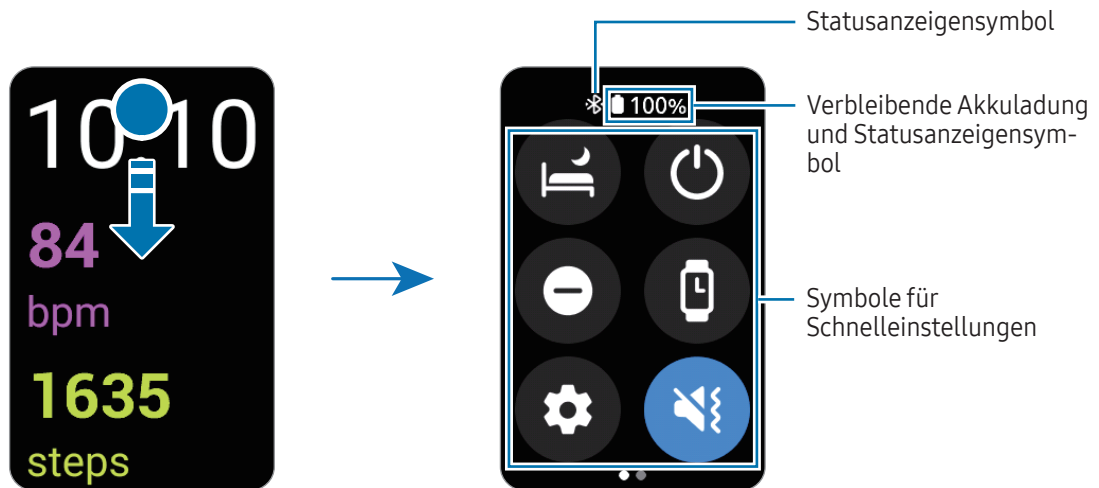
- 1 Öffne auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**.
- 2 Tippe **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Benachrichtigungen** → **App-Benachrichtigungen** an.
- 3 Tippe in der Liste der Anwendungen den Schalter neben Anwendungen an, um Benachrichtigungen zu erhalten.

QuickPanel

Im QuickPanel siehst du den aktuellen Status des Fit und kannst Einstellungen konfigurieren.

Ziehe vom oberen Bildschirmrand nach unten, um das QuickPanel zu öffnen. Streiche zum Schließen des QuickPanels auf dem Bildschirm nach oben.

Streiche auf dem Bildschirm nach links oder rechts, um zum nächsten oder vorherigen QuickPanel zu wechseln.



Statusanzeigensymbole überprüfen

Oben auf dem QuickPanel erscheinen Statusanzeigensymbole, von denen du den aktuellen Status des Fit ablesen kannst. Die häufigsten Symbole sind in der folgenden Tabelle aufgelistet.

Symbol	Bedeutung
⌘	Bluetooth verbunden
🔋	Akkuladestand















- Bestimmte Statusanzeigensymbole, z. B. wenn du bestimmte Modi verwendest oder das Fit auflädst, erscheinen auch oben auf dem Uhrenbildschirm. Um die Statusanzeigensymbole auf dem Uhrenbildschirm auszublenden, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** und dann **Erweiterte Funktionen** → **Statusindikatoren** an. Wähle dann die Option **Nach 2 Sekunden ausblenden** aus.
- Die Statusanzeigensymbole sehen je nach Region, Mobilfunkanbieter und Modell möglicherweise anders aus.

Symbole für Schnelleinstellungen überprüfen

Die Symbole für die Schnelleinstellungen werden auf dem QuickPanel angezeigt. Tippe das Symbol an, um die Grundeinstellungen zu ändern oder die Funktion zu starten. Du kannst detailliertere Einstellungen aufrufen, indem du ein Symbol für Schnelleinstellungen angetippt lässt.

Weitere Informationen zum Hinzufügen oder Entfernen der Symbole für Schnelleinstellungen im QuickPanel findest du unter [Symbole für Schnelleinstellungen hinzufügen oder entfernen](#).

Symbol	Bedeutung
	Schlafmodus aktivieren
	Ein/Aus-Menü öffnen
	Nicht-stören-Modus aktivieren
	Always On Display-Funktion aktivieren
	Einstellungen öffnen
	Vibrations- oder Stumm-Modus aktivieren
	Blitz einschalten
	Anwendung Telefon finden öffnen
	Kinomodus aktivieren
	Flugmodus aktivieren
	Wassersperrmodus aktivieren
	Helligkeit einstellen



Die Symbole für Schnelleinstellungen sehen abhängig von der Softwareversion des verbundenen Smartphones ggf. anders aus.

Anwendungen und Funktionen

Nachrichten abrufen und beantworten

- 1 Öffne das Benachrichtigungsfeld.
- 2 Tippe eine Benachrichtigung über eine neue Nachricht an.

Wenn du eine Nachricht auf deinem Smartphone anzeigen möchtest, tippe **Auf Telefon anzeigen** an.


Tippe zum Beantworten einer Nachricht auf dem Fit **Antworten** an und wähle eine Textvorlage aus.

Tippe zum Löschen einer Nachricht  an.

Anrufe entgegennehmen und ablehnen

Ziehe bei einem eingehenden Anruf  aus dem großen Kreis heraus.

Du kannst auf dem verbundenen Telefon ein Gespräch führen.

Um einen eingehenden Anruf abzulehnen und eine Ablehnungsnachricht an den Anrufer zu senden, ziehe das Symbol  nach oben und wähle die gewünschte Nachricht aus.



Falls du einen Anruf verpasst hast, wird im Benachrichtigungsfeld eine entsprechende Benachrichtigung angezeigt. Auf dem Benachrichtigungsfeld kannst du Benachrichtigungen zu verpassten Anrufen anzeigen.

Samsung Health

Einführung

Samsung Health zeichnet zur Unterstützung eines fitten Lebensstils deine 24-Stunden-Aktivitäten und dein Schlafmuster auf. Du kannst Gesundheitsdaten in der Anwendung „Samsung Health“ auf dem verbundenen Smartphone speichern und verwalten.

Wenn du das Fit eine bestimmte Zeit lang ununterbrochen getragen hast, wird die Funktion zur automatischen Trainingserkennung aktiviert. Wenn das Fit erkennt, dass du seit mehr als 50 Minuten nicht aktiv bist, erscheint ein Bildschirm mit Dehnübungen auf dem Fit oder du wirst dazu ermuntert, leichte Aktivitäten auszuführen. Wenn das Fit erkennt, dass du fährst oder schläfst, erhältst du ggf. keine Benachrichtigung und keinen Bildschirm mit Dehnübungen, obwohl du körperlich inaktiv bist.

Weitere Informationen findest du unter www.samsung.com/samsung-health



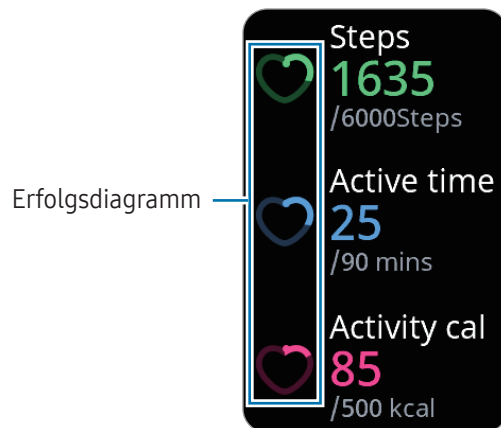
Die Samsung Health-Funktionen wurden für Freizeitaktivitäten, die Steigerung des Wohlbefindens und zu Fitnesszwecken entwickelt. Sie sind nicht zur medizinischen Verwendung geeignet. Lies die Anweisungen vor der Verwendung dieser Funktionen sorgfältig.

Tägliche Aktivität

Prüfe deinen aktuellen täglichen Status, beispielsweise Schritte, aktive Zeiten, bei Aktivitäten verbrannte Kalorien und Trainingsziele sowie zugehörige Informationen.

Tagesaktivitäten prüfen

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an und tippe **Tägliche Aktivität** an.



- **Schritte:** Prüfe die Anzahl der Schritte, die du am Tag gehst. Wenn du deinem Schrittziel näher kommst, steigt die Anzeige in der Grafik.
- **Aktive Zeit:** Prüfe, wie lange du am Tag insgesamt körperlich aktiv warst. Je mehr du dich durch leichte Aktivitäten wie Stretching oder Gehen der angepeilten aktiven Zeit näherst, desto voller wird die Anzeige.
- **Aktivitätskal.:** Prüfe, wie viele Kalorien du am Tag bei Aktivitäten verbraucht hast. Wenn du deinem Ziel für die bei Aktivitäten verbrannten Kalorien näher kommst, steigt die Anzeige in der Grafik.

Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um zusätzliche Informationen zu deinen Tagesaktivitäten anzuzeigen.

Tagesziel für Aktivitäten festlegen

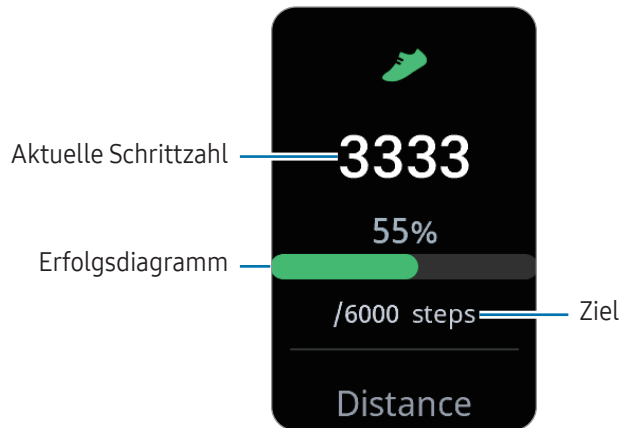
- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Tägliche Aktivität** an und tippe **Ziele festlegen** an.
- 3 Wähle eine Aktivitätsoption aus.
- 4 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um das Ziel festzulegen.
- 5 Tippe an.

Schritte

Das Fit zählt die Anzahl der insgesamt gegangenen Schritte.

Schrittzahl messen

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an und tippe **Schritte** an.




Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um zusätzliche Informationen zu deiner Schrittzahl zu sehen.



- Sobald du anfängst, deine Schritte zu zählen, erfasst der Schrittzahl-Tracker deine Schritte und zeigt nach einer kurzen Verzögerung die Schrittzahl an. Das Fit erfasst deine Bewegungen genau, sobald du etwas gegangen bist. Möglicherweise dauert es etwas, bis eine genaue Schrittzählung angezeigt werden kann und die Benachrichtigung mit dem Hinweis erscheint, dass du dein Ziel erreicht hast. Diese Benachrichtigung wird nur angezeigt, wenn du die Anwendung „Samsung Health“ nach dem Herunterladen und Installieren verwendest.
- Falls du den Schrittzahl-Tracker auf der Reise per Auto oder Zug verwendest, können Vibrationen die Schrittzahl beeinflussen.
- Etwa 3 Meter gelten als eine Etage. Die angegebene Anzahl an Etagen stimmt möglicherweise nicht mit der tatsächlichen Anzahl an Etagen überein, die du hinaufgegangen bist.
- Abhängig von der Umgebung, den Bewegungen des Benutzers und dem Gebäudezustand ist die Messung der Etagen möglicherweise nicht genau.
- Die erfasste Etagenanzahl ist möglicherweise nicht richtig, wenn Wasser (beispielsweise beim Duschen oder Wassersport) oder Fremdkörper in den Luftdrucksensor gelangen. Falls Reinigungsmittel, Schweiß oder Regen mit dem Fit in Kontakt kommen, spüle das Gerät mit sauberem Wasser ab und trockne das Fit einschließlich des Luftdrucksensors vor der Verwendung sorgfältig ab.

Ziel für zurückgelegte Schritte festlegen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Schritte** an und tippe **Ziele festlegen** an.
- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um das Ziel festzulegen.
- 4 Tippe  an.

Training

Erfasse deine Trainingsinformationen und prüfe die Ergebnisse.




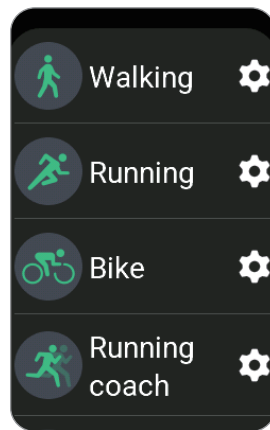
- Bevor du diese Funktion nutzt, solltest du dich von einer zugelassenen medizinischen Fachkraft, z. B. einem Arzt, beraten lassen, wenn einer der folgenden Punkte auf dich zutrifft:
 - Du leidest an einer chronischen Erkrankung (z. B. an einer Herzkrankheit oder an Bluthochdruck).
 - Du bist schwanger.
 - Du bist nicht alt genug, um selbstständig zu trainieren.
- Solltest du während des Trainings Schwindel, Schmerzen oder Atemnot verspüren, beende sofort das Training und wende dich an einen Arzt.
- Dein Puls wird gemessen, wenn du mit dem Training beginnst. Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, um genaue Messungen zu erhalten. Weitere Informationen findest du unter [So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten](#).
- Bewege dich erst, wenn der Puls auf dem Bildschirm angezeigt wird, damit eine genauere Messung möglich ist.
- Aufgrund verschiedener Bedingungen wie Umgebung, körperlichem Zustand und Sitz des Fit kann dein Puls möglicherweise vorübergehend nicht angezeigt werden.

Beachte Folgendes, wenn du bei kaltem Wetter trainierst:

- Verwende das Gerät möglichst nicht bei Kälte. Nutze das Gerät bestenfalls nur in Gebäuden.
- Halte das Fit bei kaltem Wetter im Freien mit dem Ärmel bedeckt, wenn du es nicht verwendest.

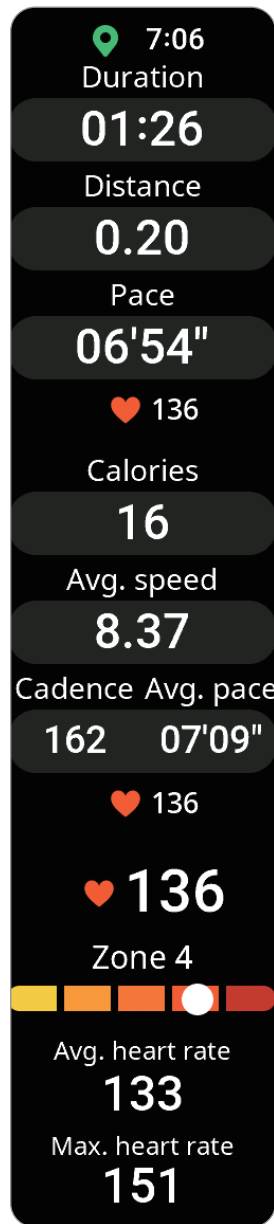
Training beginnen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Training** an.
 Du kannst direkt auf der Kachel **Mehrfach-Workouts** mit dem Training beginnen, nachdem du Workouts hinzugefügt hast.
- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um die gewünschte Trainingsart auszuwählen.
Sollte die gewünschte Trainingsart nicht angezeigt werden, tippe **Hinzufügen** an und wähle die gewünschte Trainingsart aus.



Das Training beginnt. Bei bestimmten Trainingsarten musst du **Start** antippen, um das Training zu beginnen.

- 4 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um die Trainingsinformationen auf dem Workout-Bildschirm aufzurufen, etwa Puls, Strecke und Dauer.



Du kannst Musik abspielen, indem du auf dem Bildschirm nach links streichst.



- Wenn du **Pool-Schwimmen** oder **Schwimmen im Freien** auswählst, wird automatisch der Wassersperrmodus aktiviert und der Touchscreen reagiert nicht mehr. Der Wassersperrmodus dient dazu, unbeabsichtigte Bildschirmberührungen und Eingaben beim Wassersport zu vermeiden.
- Wenn du **Pool-Schwimmen** oder **Schwimmen im Freien** auswählst, ist der aufgezeichnete Wert in folgenden Fällen möglicherweise ungenau:
 - Wenn du vor dem Schlusspunkt aufhörst zu schwimmen
 - Wenn du den Schwimmstil während einer Bahn änderst
 - Wenn du vor dem Schlusspunkt ohne Armeinsatz schwimmst
 - Wenn du schwimmst, ohne die Arme zu bewegen
 - Wenn du mit einem Arm schwimmst
 - Wenn du unter Wasser schwimmst
 - Wenn du nach Beginn des Trainings aus dem Wasser steigst und läufst
 - Wenn du das Training nicht pausierst oder neu startest, sondern im Ruhezustand beendest

5 Streiche auf dem Bildschirm nach rechts und tippe **Beenden** an.

Streiche auf dem Bildschirm nach rechts und tippe **Pause** oder **Weiter** an, um das Training zu unterbrechen oder fortzusetzen.



- Halte zum Beenden des Schwimmens zunächst die Home-Taste länger als zwei Sekunden gedrückt, um den Wassersperrmodus auszuschalten. Hör auf, die Home-Taste zu drücken, wenn der Wassersperrmodus ausgeschaltet ist. Wenn du die Home-Taste weiterhin gedrückt hältst, erzwingst du möglicherweise einen Neustart des Fit.
- Die Musik wird weiter wiedergegeben, auch wenn du das Training beendest. Wenn du die Musikwiedergabe beenden möchtest, tue dies vor dem Ende des Trainings oder öffne die Anwendung **Mediencontroller**.

6 Streiche zum Anzeigen deiner Trainingsergebnisse nach dem Training auf dem Bildschirm nach oben oder unten.

Mehrere Übungen ausführen

Du kannst mehrere Übungen zu einem kompletten Training kombinieren, indem du unmittelbar, nachdem du die aktuelle Übung beendet hast, eine weitere Übung anfängst.

Streiche beim Training auf dem Bildschirm nach rechts, tippe **Neu** an und wähle dann die nächste Trainingsart aus, um zu beginnen.



Halte zum Beenden des Schwimmens zunächst die Home-Taste länger als zwei Sekunden gedrückt, um den Wassersperrmodus auszuschalten. Hör auf, die Home-Taste zu drücken, wenn der Wassersperrmodus ausgeschaltet ist. Wenn du die Home-Taste weiterhin gedrückt hältst, erzwingst du möglicherweise einen Neustart des Fit.

Übung einstellen

1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.

2 Tippe **Training** an.

3 Tippe neben jeder Trainingsart  an und lege die verschiedenen Trainingsoptionen fest.

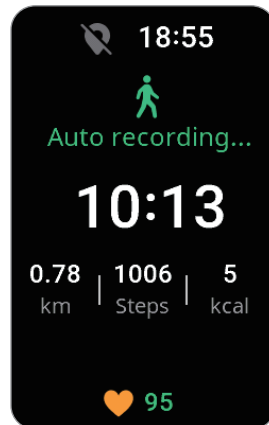
- **Ziel:** Aktiviere die Funktion für das Trainingsziel und lege ein Ziel fest.
- **Workout-Bildschirm:** Lege fest, welche Bildschirme beim Work-out zu sehen sind.
- **Pulsbereich-Anleitung:** Aktiviere die Funktion und lege fest, dass du Benachrichtigungen erhältst, sobald du die von dir festgelegte Herzfrequenzzone erreichst.
- **Zwischenzeit-Guide:** Stelle ein, dass eine Ansage beim Erreichen der festgelegten Distanz, Zeit oder Länge erfolgt.
- **Coaching-Nachrichten:** Lege fest, dass du beim Training Ansagen zur richtigen Frequenz hörst.
- **Pausen-erkennung:** Stelle ein, dass die Trainingsfunktion des Fit automatisch anhält, wenn du aufhörst zu trainieren.
- **Workout-Start:** Lege fest, wie du mit dem Training beginnst.
- **Bildschirm immer ein:** Stelle ein, dass der Bildschirm während des Trainings immer eingeschaltet bleiben soll.
- **Automatische Workouterkennung:** Aktiviere die automatische Workout-Erkennung und stelle sie ein. Weitere Informationen findest du unter [Automatische Workout-Erkennung](#).
- **Bahnlänge:** Gib die Bahnlänge ein.



- Du kannst bestimmte Einstellungen auch direkt vor dem Training oder währenddessen ändern. Tippe vor Trainingsbeginn auf dem Countdown- oder GPS-Bildschirm **Einstellungen** an. Streiche alternativ beim Training auf dem Bildschirm nach rechts und tippe **Einstellungen** an.
- Die verfügbaren Einstellungen variieren möglicherweise je nach Trainingstyp.

Automatische Workout-Erkennung

Wenn du für einen bestimmten Zeitraum trainierst und dabei das Fit trügst, wird das Training automatisch erkannt und es werden Trainingsinformationen (Trainingsart und -dauer, verbrannte Kalorien usw.) aufgezeichnet.



Wenn du gewisse Übungen länger als eine Minute unterbrichst, erkennt das Fit automatisch das Ende des Trainings und die Aufzeichnung endet.



- Du kannst eine Liste mit den Übungen aufrufen, die von der automatischen Workout-Erkennung unterstützt werden. Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** und dann **Einstellungen** → **Zu erkenn. Aktivitäten** an. Wenn die Übungen nicht automatisch erkannt werden, aktiviere die automatische Workout-Erkennung und tippe unter **Zu erkenn. Aktivitäten** den Schalter des Übungstyps an, der diese Funktion verwendet.
- Die automatische Workout-Erkennung erfasst mithilfe des Bewegungssensors beispielsweise die Trainingszeit sowie die Zahl der verbrannten Kalorien. Die Messungen sind je nach Gangbild, Trainingsgewohnheiten und Lebensstil möglicherweise nicht genau.

Workouts diese Woche

Du kannst deinen Trainingsverlauf einsehen, der nach Datum und Art des Trainings sortiert ist.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Workout-Zeit diese Woche** an.

- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um den gesamten Trainingsverlauf durchzusehen.



Schlaf

Analysiere deinen Schlaf und zeichne ihn auf, indem du deinen Puls und deine Bewegungen beim Schlafen misst.



Diese Funktion eignet sich nur zur Prüfung des allgemeinen Wohlbefindens und der Fitness. Nutze sie nicht für medizinische Zwecke wie die Diagnose von Symptomen, die Behandlung oder die Vorbeugung von Krankheiten.

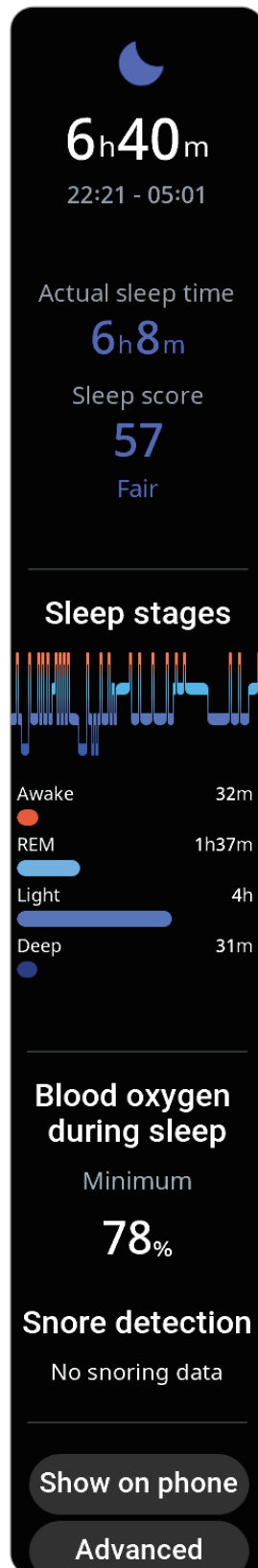


- Das Schlafmuster wird in vier Phasen eingeteilt (wach, REM, leicht, tief), die durch die Analyse deiner Bewegungen und Pulsänderungen beim Schlafen ermittelt werden. Du kannst die empfohlenen Bereiche für jeden gemessenen Schlafzustand in der Grafik auf deinem verbundenen Smartphone überprüfen.
- Falls dein Puls unregelmäßig ist oder das Fit deinen Puls nicht ordnungsgemäß messen kann, wird das Schlafmuster in drei Phasen eingeteilt (unruhig, leicht, ohne Bewegungen).
- Du kannst die detaillierte Schlafanalyse nur prüfen, wenn das Fit mit deinem Smartphone verbunden ist.
- Lade den Akku des Fit vor der Messung auf. Der Ladestand muss mehr als 30 % betragen.
- Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, um genaue Messungen zu erhalten. Weitere Informationen findest du unter [So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten](#).


Schlaf aufzeichnen

- 1 Behalte das Fit beim Schlafen an.
Das Fit zeichnet dann deinen Schlaf auf.
- 2 Tippe nach dem Aufwachen auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 3 Tippe **Schlaf** an.

- 4 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um alle während des Schlafs gemessenen Daten anzuzeigen.



Schnarcherkennung verwenden

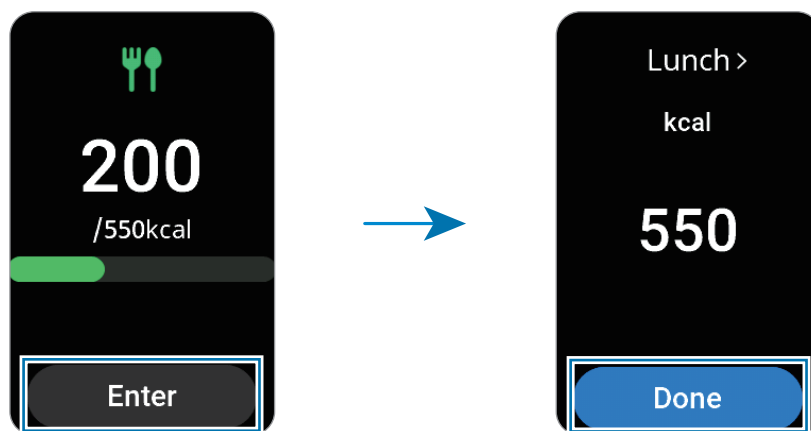
- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
 - 2 Tippe **Einstellungen** an.
 - 3 Tippe **Schlaf** → **Schnarcherkennung** an.
Die Anwendung „Samsung Health“ wird auf dem Smartphone gestartet.
 - 4 Tippe den Schalter an, um die Funktion zu aktivieren.
 - 5 Wähle unter **Schnarcherkennung** die Option **Immer** aus, damit dein Schnarchen erfasst wird, wenn du schläfst.
 - 6 Schließe dein Telefon am Ladegerät an und platziere es so, dass das Mikrofon auf dich zeigt, wenn du Schlafen gehst.
Dein Schnarchen wird zusammen mit anderem Schlafverhalten gemessen, wenn du das Fit beim Schlafen anbehältst.
-  • Die Schnarcherkennung lässt sich in der Anwendung „Samsung Health“ (Version 6.18 oder neuer) des verbundenen Smartphones aktivieren.
- Das Schnarchen wird möglicherweise nicht gemessen, wenn du die Schnarcherkennungsfunktion nicht auf **Immer** einstellst, das Telefon vor dem Schlafengehen nicht an das Ladegerät anschließt oder das Telefon vor dem Schlafengehen nicht so platzierst, dass das Mikrofon auf dich zeigt.

Essen

Zeichne auf, wie viele Kalorien du am Tag zu dir nimmst, und gleiche den Wert mit deinem Zielwert für die Kalorienaufnahme ab, um Tipps zur Gewichtskontrolle zu erhalten.

Kalorien aufzeichnen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Essen** an.
- 3 Tippe **Eingabe** an, tippe oben auf dem Bildschirm auf die Art der Mahlzeit und wähle eine Option aus.
- 4 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um die Kalorienaufnahme anzugeben, und tippe dann **OK** an.



Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um zusätzliche Informationen zu deiner Kalorienaufnahme zu sehen.

Protokolle löschen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Essen** und dann **Löschen** an.
- 3 Wähle die Daten aus, die gelöscht werden sollen, und tippe dann **Löschen** an.

Ziel für Kalorienaufnahme festlegen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Essen** an und tippe **Ziel festlegen** an.
- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um das Ziel festzulegen.
- 4 Tippe **OK** an.

Puls

Miss deinen Puls und zeichne die Werte auf.



Der Puls-Tracker des Fit eignet sich nur zu Fitness- und Informationszwecken, nicht aber zur Diagnose von Krankheiten oder anderen Beschwerden oder zur Heilung, Linderung, Behandlung oder Vorbeugung von Krankheiten.



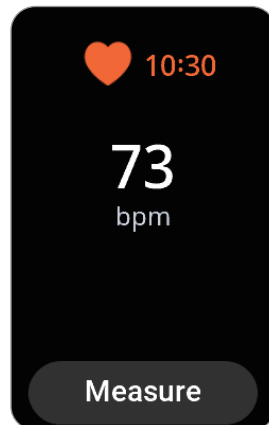
Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, um genaue Messungen zu erhalten. Weitere Informationen findest du unter [So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten](#).

Beachte vor dem Messen deines Pulses folgende Hinweise:

- Ruhe dich vor der Messung 5 Minuten lang aus.
- Falls das Ergebnis stark von dem erwarteten Puls abweicht, ruhe dich weitere 30 Minuten lang aus und führe dann erneut eine Messung aus.
- Sorge im Winter oder bei Kälte dafür, dass du während der Messung deines Pulses nicht auskühlst.
- Wenn du vor der Messung rauchst oder Alkohol trinkst, erhöht das deinen Puls. Dein Puls weicht dann möglicherweise von deinem normalen Puls ab.
- Während der Messung deines Pulses solltest du weder reden noch gähnen oder tief atmen. Andernfalls kann es zu ungenauen Ergebnissen bei der Messung des Pulses kommen.
- Die Pulsmessungen variieren möglicherweise je nach Messmethode und der Umgebung, in der sie ausgeführt werden.
- Sollte der Sensor nicht funktionieren, überprüfe den Sitz des Fit am Handgelenk und vergewissere dich, dass der Sensor nicht behindert wird. Falls dasselbe Problem am Sensor weiterhin auftritt, wende dich an ein Servicezentrum von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.

Puls manuell messen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Puls** an.
- 3 Tippe **Messen** an, um die Messung des Pulses zu beginnen.
Zeige deinen gemessenen Puls auf dem Bildschirm an.



Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um zusätzliche Informationen zu deinem Puls zu sehen.

Einstellungen zur Messung der Herzfrequenz ändern

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Puls** an.
- 3 Tippe **Einstellungen** an und wähle unter **Messung** die Messmethode aus.
 - **Fortlaufend messen:** Dein Puls wird kontinuierlich gemessen.
 - **Alle 10 min im Ruhezustand:** Dein Puls wird im Ruhezustand alle 10 Minuten gemessen.
 - **Nur manuell:** Dein Puls wird nur manuell gemessen, wenn du **Messen** antippst.

Pulswarnung festlegen

Du kannst dich warnen lassen, wenn dein Puls über oder unter dem von dir eingestellten Ruhepuls liegt und das länger als 10 Minuten andauert.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Puls** an.
- 3 Tippe **Einstellungen** an und lege unter **Pulswarnung** die Warnung fest.
 - **Hoher Puls:** Lege diese Option fest, um eine Warnung zu erhalten, wenn dein Puls konstant höher ist als der von dir festgelegte Wert.
 - **Niedriger Puls:** Lege diese Option fest, um eine Warnung zu erhalten, wenn dein Puls konstant niedriger ist als der von dir festgelegte Wert.

Stress

Prüfe dein Stresslevel anhand der vom Fit gesammelten Biodaten und baue Stress ab, indem du die Atemübung des Fit befolgst.

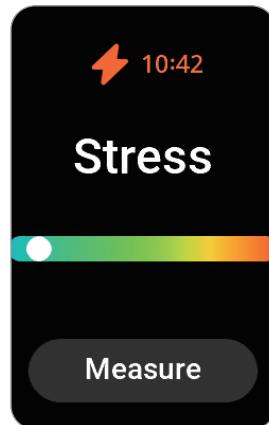


- Je häufiger du dein Stresslevel misst, desto genauer sind deine Ergebnisse aufgrund der gesammelten Daten.
- Das gemessene Stresslevel steht nicht unbedingt in Zusammenhang mit deinem emotionalen Zustand.
- Das Stresslevel kann beim Schlafen, während des Workouts, wenn du dich viel bewegst und direkt nach einem Workout möglicherweise nicht erfasst werden.
- Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, um genaue Messungen zu erhalten. Weitere Informationen findest du unter [So trägst du das Fit, um genaue Messungen zu erhalten](#).

Stresslevel manuell messen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Stress** an.

- 3 Tippe **Messen** an, um die Messung des Stresslevels zu beginnen.
Prüfe das gemessene Stresslevel auf dem Bildschirm.



Mit der Atemübung Stress abbauen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Stress** an.
- 3 Tippe **+** oder **-** unter **Atmen** an, um die Dauer und die Anzahl für die Atemübung zu ändern. Tippe **Atemdauer** an, um die Dauer der Atemübung zu ändern.
- 4 Tippe **Starten** an und atme laut Anleitung.
Tippe zum Beenden der Atemübung **Stop** an.

Einstellungen zur Messung des Stresslevels ändern

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Stress** an.
- 3 Tippe **Einstellungen** an und wähle unter **Messung** die Messmethode aus.
 - **Fortlaufend messen:** Dein Stresslevel wird kontinuierlich gemessen.
 - **Nur manuell:** Dein Stresslevel wird nur dann gemessen, wenn du **Messen** antippst.

Zykluserfassung

Mache Angaben zur deiner Regelblutung, um mit der Erfassung deines Menstruationszyklus zu beginnen. Wenn du deinen Menstruationszyklus erfasst, kannst du deine nächste Monatsblutung und weitere Daten prognostizieren.



- Diese Funktion ist nur für die Erfassung deines Menstruationszyklus gedacht. Nutze sie nicht für medizinische Zwecke wie die Diagnose von Symptomen, die Behandlung oder die Vorbeugung von Krankheiten.
- Diese Funktion ist nicht für die Schwangerschaftsplanung oder Empfängnisverhütung gedacht.
- Die vorhergesagten Daten dienen nur als persönliche Referenz. Die vorhergesagten Daten können von den tatsächlichen Daten abweichen.
- Personen unter 18 Jahren sollten diese Funktion mit einem Erziehungsberechtigten nutzen.
- Triff keine medizinischen Entscheidungen auf der Grundlage der vorhergesagten Daten, ohne einen Arzt zurate zu ziehen. Verwende die von der Anwendung „Samsung Health“ bereitgestellten Informationen nicht, ohne dich mit einem qualifizierten medizinischen Experten zu beraten, und ergreife auch keine medizinischen Maßnahmen.



- Aktiviere die Funktion für die Zykluserfassung in der Anwendung „Samsung Health“ auf deinem Smartphone, um diese Funktion auf dem Fit zu verwenden.
- Die vorhergesagten Daten können je nach den eingegebenen Informationen variieren.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Zykluserfassung** an.
- 3 Tippe **Periode eingeben** an.
- 4 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um den Beginn deiner Regelblutung anzugeben.
- 5 Tippe **Speichern**.

Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um zusätzliche Informationen zu deiner Zykluserfassung anzuzeigen.

Wasser

Zeichne auf, wie viele Gläser Wasser du trinkst.

Wasserkonsum erfassen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Wasser** an.
- 3 Tippe **+250 ml** an, wenn du ein Glas Wasser trinkst.
Tippe zum Ändern der Gefäßgröße **Auswahl der Glasgröße** an und wähle eine Option aus oder stelle deine eigene Gefäßgröße ein.

Protokolle löschen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Wasser** und dann **Löschen** an.
- 3 Wähle die Daten aus, die gelöscht werden sollen, und tippe dann **Löschen** an.

Ziel für Wasserkonsum festlegen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Wasser** an und tippe **Ziel festlegen** an.
- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um das Tagesziel festzulegen.
- 4 Tippe **OK** an.

Blutsauerstoff

Miss den Blutsauerstoff, um zu prüfen, ob dein Blut ausreichend Sauerstoff zu den verschiedenen Körperteilen transportiert.



Diese Funktion eignet sich nur zur Prüfung des allgemeinen Wohlbefindens und der Fitness. Nutze sie nicht für medizinische Zwecke wie die Diagnose von Symptomen, die Behandlung oder die Vorbeugung von Krankheiten.

Beachte vor dem Messen des Blutsauerstoffs folgende Hinweise:

- Ruhe dich vor der Messung 5 Minuten lang aus.
- Sorge im Winter oder bei Kälte dafür, dass du während der Messung des Blutsauerstoffs nicht auskühlst.
- Die Ergebnisse der Messung des Blutsauerstoffs variieren möglicherweise je nach Messmethode und der Umgebung, in der die Messung ausgeführt wird.

Blutsauerstoff manuell messen

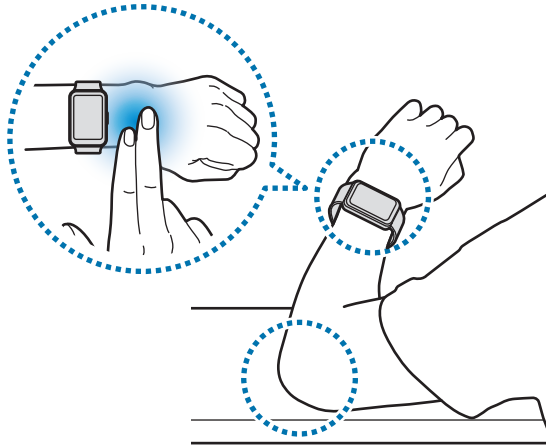
- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Blutsauerstoff** an.

3 Tippe **Messen** an, um die Messung des Blutsauerstoffs zu beginnen.



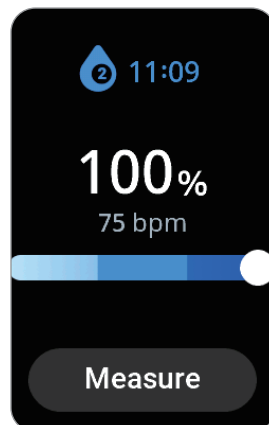
Korrekte Haltung bei der Messung

- Trage das Fit fest am Unterarm oberhalb des Handgelenks, um genaue Messungen zu erhalten. Lasse dabei zwei Finger breit Platz (siehe Abbildung). Stütze zudem den Ellbogen auf den Tisch, während du das Handgelenk nah an dein Herz bewegst.



- Bewege dich nicht und bleibe in der richtigen Körperhaltung, bis die Messung beendet ist.
- Detaillierte Informationen zur richtigen Messung des Blutsauerstoffgehalts erhältst du, indem du **So wird gemessen** antippst.

Prüfe den gemessenen Blutsauerstoff auf dem Bildschirm. Wenn der Blutsauerstoff im Ruhezustand zwischen 95 % und 100 % liegt, befindet er sich im normalen Bereich.



Blutsauerstoff beim Schlafen messen

Du kannst festlegen, dass der Blutsauerstoff beim Schlafen kontinuierlich gemessen wird.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Einstellungen** an.
- 3 Tippe **Schlaf** und dann den Schalter **Blutsauerstoff beim Schlafen** an, um die Funktion zu aktivieren.
Dein Blutsauerstoff wird zusammen mit anderem Schlafverhalten gemessen, wenn du das Fit beim Schlafen anbehältst.



- Falls du festlegst, dass dein Blutsauerstoff beim Schlafen kontinuierlich gemessen werden soll, entleert sich der Akku schneller als gewöhnlich.
- Beim Messen des Blutsauerstoffs kannst du eine flackernde Beleuchtung aufgrund des optischen Pulssensors sehen.
- Das Fit kann den Blutsauerstoffgehalt auch dann messen, wenn du nicht schläfst. Das liegt daran, dass das Fit auch deinen Schlafstatus erkennt, wenn du liest, fernsiehst oder dir Filme ansiehst.
- Trage das Fit fest am Unterarm. Achte darauf, dass das Fit auch bei Bewegungen im Schlaf an deinem Handgelenk bleibt.

Community

Vergleiche deine Schrittzahl mit der von Freunden, die auch die Funktion „Community“ der Anwendung „Samsung Health“ verwenden. Wenn du dich mit deinen Freunden misst, kannst du den Wettbewerbsstatus auf dem Fit sehen.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an.
- 2 Tippe **Community** an.

Tippe **Auf Telefon anzeigen** an, um detaillierte Informationen über die Funktion „Community“ auf deinem verbundenen Smartphone zu erhalten.



- Aktiviere die Funktion „Community“ in der Anwendung „Samsung Health“ auf deinem Smartphone, um die Community-Informationen auf dem Fit aufzurufen.

Einstellungen

Du kannst die verschiedenen Einstellungen für Übungen und Fitness konfigurieren.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Samsung Health** an und tippe **Einstellungen** an.

- **Messung:** Lege fest, wie dein Puls und dein Stress gemessen werden sollen, und schalte die zusätzlichen Funktionen für die Messung im Schlaf ein oder aus.
- **Automatische Workouterkennung:** Aktiviere die Funktion und passe die Einstellungen an, z. B. welche Trainingsarten erkannt werden sollen.
- **Inaktive Zeit:** Schalte die Funktion ein, um nach 50 Minuten Inaktivität Benachrichtigungen zu erhalten, und lege die Uhrzeit und die Tage fest, an denen du benachrichtigt werden möchtest.
- **Benachrichtigungen:** Benachrichtigungen für Gesundheitsfunktionen aktivieren.



Einige Funktionen sind möglicherweise je nach Region, Mobilfunkanbieter oder Modell nicht verfügbar.

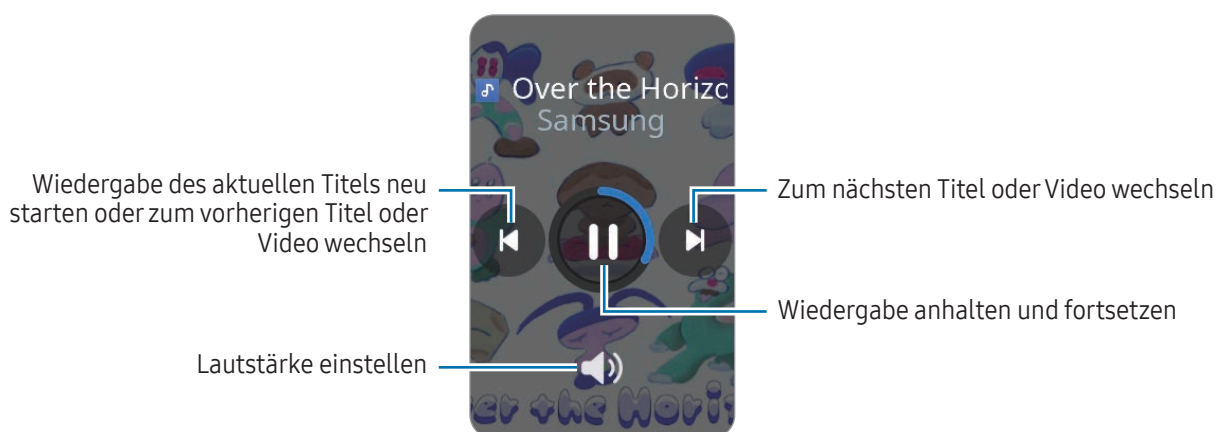
Mediencontroller

Hiermit kannst du die auf dem verbundenen Smartphone installierte Medienanwendung steuern, um Musik oder Videos wiederzugeben oder zu pausieren.



Um diese App automatisch auf dem Fit zu öffnen, wenn du Musik oder Videos auf dem verbundenen Smartphone abspielst, tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Anzeige** und dann den Schalter **Mediensteuerelemente anz.** an, um die Funktion zu aktivieren.

- 1 Gib Musik oder Videos auf dem verbundenen Smartphone wieder.
- 2 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Mediencontroller** an.
- 3 Steuere den Musik- bzw. Videoplayer mit dem Fit.



Kalender

Du kannst die Termine für einen Zeitraum von sieben Tagen prüfen, die auf dem Smartphone oder dem Fit gespeichert sind.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Kalender** an, um die Termine anzuzeigen, die auf dem Smartphone gespeichert sind.

Um deinen Terminplan hinzuzufügen, tippe **Auf Telefon anzeigen** an und füge ihn dem verbundenen Smartphone hinzu.

Wetter

Lass auf dem Fit das Wetter für den Standort anzeigen, der auf dem verbundenen Smartphone festgelegt sind.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Wetter** an.

Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um das Wetter anzuzeigen, z. B. zeitspezifische Wetterinformationen oder eine wöchentliche Wettervorhersage.

Alarm


Die Alarme des Fit festlegen und verwalten.

Alarme einstellen

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Alarm** an.
- 2 Tippe **Auf Armband hzfg.** an, um Alarme festzulegen, die nur auf dem Fit aktiviert werden.
- 3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um die Alarmzeit festzulegen, und tippe dann **Weiter** an.
- 4 Lege weitere Alarmoptionen fest, etwa das Datum, an dem der Alarm ausgelöst werden soll, und ob er wiederholt werden soll. Tippe dann **Speichern** an.
Der gespeicherte Alarm wird der Alarmliste hinzugefügt.

Tippe in der Alarmliste den Schalter neben dem Alarm an, um Alarme zu aktivieren oder zu deaktivieren.

Alarmer deaktivieren

Ziehe  aus dem großen Kreis, um einen Alarm auszuschalten.

Ziehe  aus dem großen Kreis, um die Schlummerfunktion zu verwenden.

Alarmer löschen

Lass in der Alarmliste einen Alarm angetippt und tippe dann **Löschen** an.

Weltuhr

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Weltuhr** an, um die Weltuhren anzuzeigen, die du über das Smartphone hinzugefügt hast.

Tippe **Auf Telefon hzfg.** an, um eine Weltuhr hinzuzufügen. Oder wenn du Weltuhren hinzugefügt hast, tippe **Auf Telefon bearbeiten** an. Dann kannst du auf dem verbundenen Smartphone eine Weltuhr hinzufügen oder entfernen.


Timer

Timer auswählen

1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Timer** an.

2 Tippe  an.

3 Streiche auf dem Bildschirm nach oben oder unten, um die Dauer festzulegen, und tippe dann  an.





 Wenn du eine Voreinstellung auswählst, wird der Timer sofort aktiviert. Du kannst auch mehr Voreinstellungen auswählen, indem du auf dem Bildschirm nach oben oder unten streichst.

Timer ausschalten

Ziehe  aus dem großen Kreis, wenn der Timer ertönt.


Wenn du den Timer wieder aktivieren möchtest, ziehe  aus dem großen Kreis.

Stoppuhr

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Stoppuhr** an.
- 2 Wähle den Stoppuhrstil, den du verwenden möchtest, indem du auf dem Bildschirm nach links oder rechts streichst.
Lass den Anwendungsbildschirm angetippt, um den Stoppuhrstil zu ändern.
- 3 Tippe **Starten** an, um die Dauer eines Ereignisses zu messen.
Tippe  an, um während des Messens eines Ereignisses Rundenzeiten aufzuzeichnen.
- 4 Tippe  an, um die Zeitmessung zu beenden.
 - Tippe  an, um die Zeitmessung neu zu starten.
 - Tippe  an, um Rundenzeiten zu löschen.

Telefon finden


Solltest du das Smartphone verlegt haben, hilft dir das Fit beim Auffinden.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Telefon finden** an.
- 2 Tippe **Starten** an.
Das Smartphone gibt daraufhin einen Ton aus und vibriert und der Bildschirm wird eingeschaltet.
Tippe auf dem Smartphone  an und ziehe die Option oder tippe auf dem Fit **Stopp** an, um den Ton und die Vibration zu beenden.

Find My Band

Wenn du das Fit verlegt hast, kannst du es mit der Anwendung „Galaxy Wearable“ auf dem verbundenen Smartphone wiederfinden.

- 1 Starte auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable** und tippe **Find My Band** an.
- 2 Tippe **Starten** an.
Das Fit vibriert daraufhin und der Bildschirm wird eingeschaltet.

Tippe zum Beenden der Vibration auf dem Fit  an. Du kannst auf dem Smartphone auch **Stopp** antippen.

SOS-Nachricht senden

Einführung

In Notfällen, z. B. wenn du dich bei einem Sturz verletzt hast, kannst du einen Notruf absetzen und eine SOS-Nachricht mit deinen Standortinformationen an zuvor registrierte Kontakte senden. Außerdem kannst du das Fit so einstellen, dass es deine Gesundheitsdaten anzeigt, nachdem du den Notruf gesendet hast.



- Je nach Region oder Situation werden deine Standortinformationen unter Umständen nicht gesendet.
- Einige Funktionen stehen je nach Softwareversion und Modell des verbundenen Smartphones möglicherweise nicht zur Verfügung.

SOS-Nachricht voreinstellen

Gesundheitsdaten eingeben

Gib deine Gesundheitsdaten ein, z. B. deinen Namen und deine Blutgruppe. Diese Daten können in einem Notfall direkt auf dem Fit abgelesen werden.

- 1 Starte die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone und tippe **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Sicherheit und Notfall** an.
- 2 Tippe **Mediz. Infos** an, gib die Daten ein und tippe dann **Speichern** an.

Wenn du eine SOS-Nachricht sendest, werden die eingegebenen Gesundheitsdaten auf dem SOS-Bildschirm des Fit angezeigt.

Notfallkontakte registrieren

Füge Kontakte hinzu, die dir im Notfall helfen können.

- 1 Starte die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone und tippe **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Sicherheit und Notfall** an.
- 2 Tippe **Notfallkontakte** an.
- 3 Tippe **Notfallkontakt hinzufügen** an, wähle die gewünschten Kontakte aus und tippe dann **OK** an.


SOS-Nachricht senden

SOS-Nachricht einstellen

- 1 Starte die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone und tippe **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Sicherheit und Notfall** an.
- 2 Tippe **Notfall-SOS** und dann den Schalter an, um die Funktion zu aktivieren.
Tippe auf den Schalter **Countdown**, um ihn zu aktivieren und das sofortige Senden einer SOS-Nachricht zu verzögern und Zeit zu gewinnen, sie abzubrechen.

SOS-Nachricht senden

Drücke im Notfall die Home-Taste des Fit fünfmal hintereinander.

Nach Ablauf des Countdowns wird ein Notruf abgesetzt, und eine SOS-Nachricht mit deinem aktuellen Standort wird automatisch an deine Notfallkontakte gesendet. Ziehe zum manuellen Senden einer SOS-Nachricht  aus dem größeren Kreis auf dem SOS-Nachrichtenbildschirm heraus.



Je nach Softwareversion des angeschlossenen Smartphones wird der Notruf möglicherweise nicht verbunden. Eine SOS-Nachricht, die deinen Standort enthält, wird jedoch unabhängig von der Software des verbundenen Smartphones gesendet.

Bei einer Verletzung durch einen Sturz eine SOS-Nachricht senden

SOS-Nachricht für eine Verletzung durch einen Sturz einstellen

- 1 Starte die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone und tippe **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Sicherheit und Notfall** an.
- 2 Tippe **Erkennung für schwere Stürze** und dann den Schalter an, um die Funktion zu aktivieren.
- 3 Tippe **Wann Stürze erkannt werden sollen** an und wähle die Bedingung aus, unter der das Fit Verletzungen durch einen Sturz erkennen soll.

Bei einer Verletzung durch einen Sturz eine SOS-Nachricht senden


Bei einem starken Aufprall erkennt das Fit die Verletzung durch einen Sturz anhand deiner Armbewegungen und zeigt eine Warnmeldung an, während es vibriert, wenn du länger als 30 Sekunden nicht reagierst.

Wenn du weitere 60 Sekunden nicht reagierst, wird ein Notruf abgesetzt und eine SOS-Nachricht wird automatisch an alle eingetragenen Notfallkontakte gesendet.



Das Fit kann fälschlicherweise den Eindruck gewinnen, dass du dich bei einem Sturz verletzt hast, wenn du eine sportliche Aktivität mit hoher Belastung durchführst. Brich in einem solchen Fall die Warnung ab, damit keine SOS-Nachricht gesendet wird.

Standortinformationen nicht mehr teilen

Während deine Standortinformationen geteilt werden, erscheint das Symbol  auf dem Uhrenbildschirm. Du kannst den Freigabestatus auf dem Benachrichtigungsfeld einsehen.

Wenn du den Standort nicht mehr teilen möchtest, tippe die Benachrichtigung und anschließend **Anhalten** →  an.


Taschenrechner

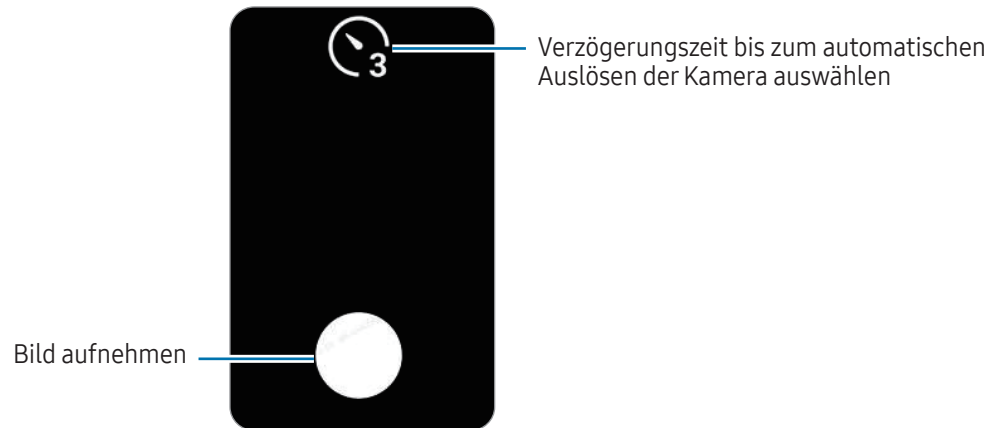
Du kannst damit Berechnungen durchführen.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Taschenrechner** an.

Kamerasteuerung

Du kannst die Kameras des mit dem Fit verbundenen Smartphones fernsteuern und aus der Ferne Fotos aufnehmen.

- 1 Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Kamerasteuerung** an.
Auf dem verbundenen Smartphone wird die Kamera-Anwendung gestartet.
- 2 Tippe  an, um ein Foto aufzunehmen.



Diese Anwendung ist je nach verbundenem Smartphone möglicherweise nicht verfügbar.

Einstellungen

Einführung

Pass die Einstellungen von Funktionen und Anwendungen an. Du kannst verschiedene Einstellungen auf dem Fit so konfigurieren, dass sie zu deinem Nutzungsverhalten passen.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** an.



Einige Einstellungsoptionen sind möglicherweise je nach Region, Mobilfunkanbieter oder Modell nicht verfügbar.

Modi

Wähle einen Modus für das Fit aus.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Modi** an.

- **Schlafmodus:** Aktiviere den Schlafmodus, wenn du ins Bett gehst, um deine Augen zu schonen und besser einschlafen zu können.
- **Kinomodus:** Aktiviere den Kinomodus, um dich auf Filme konzentrieren zu können.

Benachrichtigungen

Ändere die Benachrichtigungseinstellungen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Benachrichtigungen** an.

- **App-Benachrichtigungen:** Wähle aus, von welchen Anwendungen (Smartphone oder Fit) du auf dem Fit Benachrichtigungen erhalten möchtest.
- **Telefonbenachrichtigungen auf Fitnessarmband anzeigen:** Festlegen, dass auf dem Fit Benachrichtigungen vom Smartphone angezeigt werden, je nach Nutzungsstatus des Smartphones.
- **Benachr. auf Tel. stummschalten:** Festlegen, dass App-Benachrichtigungen auf dem Smartphone stummgeschaltet werden, wenn sie auf dem Fit angezeigt werden.
- **Nicht stören:** Schalte alle Benachrichtigungen auf dem Fit bis auf explizite Ausnahmen stumm.
- **Erweiterte Einstellungen:** Konfiguriere erweiterte Einstellungen für Benachrichtigungen.

Vibrieren

Ändere die Vibrationseinstellungen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Vibrieren** an.

- **Vibration/Stumm:** Vibrations- oder Stumm-Modus einstellen.
- **Vibrieren:** Dauer und Intensität der Vibration festlegen.
- **Anrufvibration:** Vibrationsmuster für eingehende Anrufe auswählen.
- **Benachrichtigungs-vibration:** Vibrationsmuster für Benachrichtigungen auswählen.
- **System-vibration:** Vibrationen für bestimmte Aktionen aktivieren.

Anzeige

Ändere die Bildeinstellungen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Anzeige** an.

- **Helligkeit:** Bildschirmhelligkeit anpassen.
- **Adaptive Helligkeit:** Fit so einstellen, dass sie deine Helligkeitseinstellungen speichert und dann automatisch bei ähnlichen Lichtbedingungen anwendet.
- **Always On Display:** Uhrzeit und Datum so einstellen, dass sie immer auf dem Bildschirm angezeigt werden, wenn du das Fit trägst. Wenn du diese Funktion nutzt, wird der Akku deutlich schneller leer.
- **Bildschirmaktivierung:** Wähle aus, wie sich der Bildschirm einschalten soll. Weitere Informationen findest du unter [Bildschirm einschalten](#).
- **Mediensteuererelemente anz.:** Festlegen, um automatisch die Anwendung **Mediencontroller** auf dem Fit zu öffnen, wenn auf dem verbundenen Smartphone Musik oder Videos abgespielt werden.
- **Bildschirm-Timeout:** Zeitraum einstellen, nach dem die Bildschirmbeleuchtung des Fit ausgeschaltet wird.
- **Letzte App anzeigen:** Einstellen, wie lange die zuletzt verwendete Anwendung aktiviert bleiben soll, nachdem der Bildschirm ausgeschaltet wurde. Wenn du den Bildschirm innerhalb der eingestellten Zeit nach dem Ausschalten wieder einschaltest, erscheint anstelle des Uhrenbildschirms der Bildschirm der zuletzt verwendeten Anwendung.
- **Ladeinformationen anzeigen:** Festlegen, um Ladezustandsdaten des Fit bei ausgeschaltetem Bildschirm anzuzeigen.

Samsung Health

Du kannst die verschiedenen Einstellungen für Übungen und Fitness konfigurieren.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Samsung Health** an.

- **Messung:** Lege fest, wie dein Puls und dein Stress gemessen werden sollen, und schalte die zusätzlichen Funktionen für die Messung im Schlaf ein oder aus.
- **Automatische Workouterkennung:** Aktiviere die Funktion und passe die Einstellungen an, z. B. welche Trainingsarten erkannt werden sollen.
- **Inaktive Zeit:** Schalte die Funktion ein, um nach 50 Minuten Inaktivität Benachrichtigungen zu erhalten, und lege die Uhrzeit und die Tage fest, an denen du benachrichtigt werden möchtest.
- **Benachrichtigungen:** Benachrichtigungen für Gesundheitsfunktionen aktivieren.

Sicherheit/Datenschutz

Prüfe den Sicherheitsstatus des Fit und ändere die Einstellungen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Sicherheit/Datenschutz** an.

- **Sperrtyp:** Bildschirmsperrmethode ändern. Weitere Informationen findest du unter [Sperrbildschirm](#).
- **Handgelenkerkennung:** Festlegen, dass erkannt wird, ob du das Fit trägst.

Sicherheit und Notfall

Verwalte deine Gesundheitsdaten. Du kannst auch eine SOS-Nachricht senden, wenn du dich in einem Notfall befindest. Weitere Informationen findest du unter [SOS-Nachricht senden](#).

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Sicherheit und Notfall** an.

- **Mediz. Infos:** Gesundheitsdaten prüfen.
- **Notfallkontakte:** Notfallkontakte hinzufügen.
- **Notfall-SOS:** Festlegen, um in einer Notsituation eine SOS-Nachricht zu senden, indem du die Home-Taste des Fit fünfmal drückst.
- **Erkennung schwerer Stürze:** Festlegen, um eine SOS-Nachricht zu senden, wenn das Fit einen Sturz erkennt.

Erweiterte Funktionen

Aktiviere die erweiterten Funktionen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Erweiterte Funktionen** an.

- **Alarmer bei Trennung:** Bei aktivierter Funktion erhältst du Alarme, wenn die Bluetooth-Verbindung des Fit mit dem Smartphone abbricht, während du sie trägst.
- **Wassersperre:** Aktiviere den Wassersperrmodus vor dem Einstieg ins Wasser. Wenn der Wassersperrmodus aktiviert ist, ist der Touchscreen nicht verfügbar.
- **Home-Taste zweimal drücken:** Anwendung oder Funktion auswählen, die ausgeführt wird, wenn die Home-Taste zweimal gedrückt wird.
- **Statusindikatoren:** Ändere die Display-Einstellungen für die Statusanzeigensymbole oben auf dem Uhrenbildschirm.

Allgemein

Du kannst die allgemeinen Einstellungen des Fit konfigurieren. Du kannst das Fit auch zurücksetzen.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Allgemein** an.

- **Ausrichtung:** Einstellen, ob du das Fit am linken oder am rechten Handgelenk trägst, und die Ausrichtung der Home-Taste nach dem Tragen des Fit festlegen.
- **Zurücksetzen:** Alle Daten auf dem Fit löschen.

Info zu Fitnessarmband

Zeige weitere Informationen zur Fit an.

Tippe auf dem Einstellungsbildschirm **Info zu Fitnessarmband** an.

- **Statusinformationen:** Informationen wie Bluetooth-Adresse und Seriennummer anzeigen.
- **Rechtliche Informationen:** Rechtliche Hinweise zur Fit anzeigen. Du kannst auch Diagnosedaten des Fit an Samsung senden.
- **Software-Informationen:** Softwareversion anzeigen.
- **Akkuintformationen:** Zeige Informationen zum Akku an.


Galaxy Wearable-Anwendung

Einführung

Damit du das Fit mit einem Smartphone verbinden kannst, musst du die Anwendung „Galaxy Wearable“ auf dem Smartphone installieren. In der Anwendung „Galaxy Wearable“ kannst du den Akkustand des Fit anzeigen und die Einstellungen konfigurieren.


Öffne auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable**.

Tippe **Q** an, um Einstellungen durch das Eingeben von Schlüsselwörtern zu suchen. Außerdem kannst du nach Einstellungen suchen, indem du unter **Vorschläge** ein Tag auswählst.

 Einige Funktionen stehen je nach Typ des verbundenen Smartphones möglicherweise nicht zur Verfügung.



Tippe  an, um die folgenden zusätzlichen Optionen zu verwenden:

-  : Konfiguriere die Einstellungen für die Anwendung „Galaxy Wearable“.
- **Neues Gerät verbinden**: Trenne das Gerät vom derzeit verbundenen Smartphone und stelle eine Verbindung mit einem neuen Gerät her. Befolge die Anweisungen auf dem Bildschirm, um die Verbindung herzustellen. Weitere Informationen findest du unter [Fit über Bluetooth mit einem Smartphone verbinden](#).
- **Geräte entfernen**: Ein Gerät auswählen und **Entfernen** antippen.



Einige Funktionen sind möglicherweise je nach Region, Mobilfunkanbieter oder Modell nicht verfügbar.

Ziffernblätter

Du kannst das Aussehen der auf dem Uhrenbildschirm angezeigten Uhr ändern.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Ziffernblätter** an.


Wähle das gewünschte Ziffernblatt aus.



Wenn du bestimmte Ziffernblätter auswählst, wie z. B. **Photos**, kannst du sie mit einem Uhrentyp anpassen, indem du **Anpassen** antippst.

Ziffernblätter mit Fotos entwerfen


Ändere das Ziffernblatt in ein Bild, das du soeben aufgenommen hast, oder in ein Bild, das auf deinem verbundenen Smartphone gespeichert ist.

- 1 Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Ziffernblätter** an.
- 2 Tippe **Photos** an.
- 3 Tippe **Anpassen** → **Hintergrund** → **Kamera** an.
Tippe **Galerie** an, um ein Bild auszuwählen, das auf deinem Smartphone gespeichert ist.
- 4 Tippe  an, um ein Bild aufzunehmen, und tippe anschließend **OK** an.
- 5 Ziehe den Teil des Bilds, den du verwenden möchtest, in das Feld oder passe die Größe des Bilds an und tippe dann **OK** an.
Du kannst das Bild auch bearbeiten, z. B. seine Helligkeit ändern.
- 6 Wähle das hinzugefügte Bild aus und tippe **Speichern** an.
Das Ziffernblatt wird in das unter „Fotos“ festgelegte Ziffernblatt geändert.

App-Bildschirm

Ordne die Anwendungen auf dem Anwendungsbildschirm neu an.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **App-Bildschirm** an.


Um Anwendungen neu anzuordnen, berühre  neben der zu verschiebenden Anwendung und lass es angetippt, zieh die Anwendung an die gewünschte Position und tippe dann **Speichern** an.

Kacheln

Pass die Kacheln auf dem Fit an. Kacheln lassen sich auch neu anordnen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Kacheln** an.

Kacheln hinzufügen oder entfernen

Tippe unter **Hinzufügen von Kacheln** die Kacheln an, die du hinzufügen möchtest, oder tippe auf den Kacheln, die du löschen möchtest,  an. Tippe anschließend **Speichern** an.

Kacheln neu anordnen



Lass eine Kachel, die du verschieben möchtest, angetippt und ziehe sie an die gewünschte Position. Tippe dann **Speichern** an.

QuickPanel

Wähle die Symbole für die Schnelleinstellungen, die auf dem QuickPanel des Fit angezeigt werden. Du kannst die Symbole für die Schnelleinstellungen auch neu anordnen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **QuickPanel** an.

Symbole für Schnelleinstellungen hinzufügen oder entfernen

Tippe unter **Verfügbare Schaltflächen** auf dem Symbol, das du hinzufügen möchtest,  an oder tippe auf dem Symbol, das du entfernen möchtest,  an. Tippe anschließend **Speichern** an.

Symbole für Schnelleinstellungen neu anordnen

Lass ein Symbol, das du verschieben möchtest, angetippt, ziehe es an die gewünschte Position und tippe dann **Speichern** an.

Einstellungen des Fitnessarmbands

Einführung

Du kannst den Status des Fit und seine Einstellungen konfigurieren.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** an.

Samsung Account

Registriere den Samsung Account auf deinem verbundenen Smartphone oder überprüfe den zuvor registrierten Samsung Account.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Samsung Account** an. Weitere Informationen findest du unter [Samsung Account auf dem Fit registrieren](#).

Modi

Du kannst die Moduseinstellungen des Fit und des Smartphones synchronisieren.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Modi** an.

- **Modi mit Telefon synchronisieren:** Ermöglicht das Synchronisieren der Moduseinstellungen deines Fit und deines Smartphones.

Benachrichtigungen

Ändere die Benachrichtigungseinstellungen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Benachrichtigungen** an. Weitere Informationen zu anderen als den aufgeführten Funktionen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Benachrichtigungen](#).

- **„Nicht stören“ mit Tel. synchr.:** Festlegen, dass Einstellungen für den Nicht-stören-Modus zwischen Fit und Smartphone synchronisiert werden.

Vibration

Ändere die Vibrationseinstellungen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Vibration** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Vibrieren](#).

Anzeige

Ändere die Bildschirmeinstellungen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Anzeige** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Anzeige](#).

Samsung Health

Du kannst die verschiedenen Einstellungen für Übungen und Fitness konfigurieren.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Samsung Health** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Samsung Health](#).

Sicherheit und Notfall

Verwalte deine medizinischen Daten und Notfallkontakte. Du kannst auch eine SOS-Nachricht senden, wenn du dich in einem Notfall befindest.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Sicherheit und Notfall** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [SOS-Nachricht senden](#) oder [Sicherheit und Notfall](#).

Konten und Sicherung

Du kannst verschiedene Funktionen des Fit nutzen, nachdem du deinen Samsung Account auf deinem verbundenen Smartphone registriert hast. Du kannst auch regelmäßig die Daten des Fit automatisch oder manuell sichern und die Sicherung in der Samsung Cloud speichern, um sie jederzeit wiederherzustellen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Konten und Sicherung** an.



- Sichere deine Daten regelmäßig automatisch oder manuell in der Samsung Cloud, damit du sie wiederherstellen kannst, wenn Daten durch ein unbeabsichtigtes Zurücksetzen auf die Werkseinstellungen beschädigt werden oder verloren gehen.
- Für die Anwendung „Samsung Health“ werden nur die Aufzeichnungen der vorangegangenen sieben Tage auf dem Fit gespeichert. Um gespeicherte Aufzeichnungen anzusehen, die mehr als sieben Tage zurückliegen, installiere die Anwendung „Samsung Health“ auf dem verbundenen Smartphone und sichere die Daten automatisch.
- **Samsung Account:** Registriere deinen Samsung Account auf dem verbundenen Smartphone. Weitere Informationen findest du unter [Samsung Account auf dem Fit registrieren](#).
- **Samsung Cloud:** Stell das Fit so ein, dass seine Daten automatisch in der Samsung Cloud gesichert werden. Du kannst auch die Daten des Fit sichern und die Daten der vorherigen Fit manuell über Samsung Cloud wiederherstellen, auch wenn du die vorherige Fit nicht mehr hast. Weitere Informationen findest du unter [Samsung Cloud](#).

Samsung Cloud

Sichere deine Fit-Daten in der Samsung Cloud und stelle sie zu einem späteren Zeitpunkt wieder her.

Daten automatisch in der Samsung Cloud sichern

Du kannst das Fit so einstellen, dass ihre Daten automatisch in der Samsung Cloud gesichert werden.

- 1 Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Konten und Sicherung** an.
- 2 Tippe den Schalter **Automatische Sicherung** an, um die Funktion zu aktivieren.

Daten manuell in der Samsung Cloud sichern

Du kannst die Daten des Fit manuell in der Samsung Cloud sichern.

- 1 Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Konten und Sicherung** an.
- 2 Tippe **Daten sichern** → **Sichern** an.
- 3 Tippe **OK** an.

Daten aus der Samsung Cloud wiederherstellen

Du kannst die Sicherungsdaten aus der Samsung Cloud auf dem Fit wiederherstellen.

- 1 Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Konten und Sicherung** an.
- 2 Tippe **Daten wiederherstellen** an und wähle die Daten des Fit aus, die du wiederherstellen möchtest.
- 3 Tippe **Wiederherstellen** an.
- 4 Tippe **OK** an.

Erweiterte Funktionen

Aktiviere die erweiterten Funktionen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Erweiterte Funktionen** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Erweiterte Funktionen](#).

Wetter

Konfiguriere die Einstellungen für die Wetterfunktion des Fit.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Wetter** an.

- **Einstellungen:** Einstellungen für die Wetterfunktion des Fit ändern.

Allgemein

Du kannst die allgemeinen Einstellungen des Fit konfigurieren. Du kannst das Fit auch zurücksetzen.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Allgemein** an. Weitere Informationen zu anderen als den aufgeführten Funktionen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Allgemein](#).

- **Schnellantworten:** Schnellantwortfunktion einrichten.

Band-Software-Update

Aktualisiere die Software des Fit mit dem Firmware-over-the-Air-Dienst (FOTA). Du kannst die Aktualisierungseinstellungen auch ändern.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Band-Software-Update** an.

- **Herunterladen und installieren:** Updates manuell suchen und herunterladen.
- **Automatisches Update:** Einstellen, dass das Fit Updates automatisch installiert.

Info zum Fitnessarmband

Zeige weitere Informationen zur Fit an.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Einstellungen des Fitnessarmbands** → **Info zum Fitnessarmband** an. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Info zu Fitnessarmband](#).

Find My Band

Finde dein verlorenes oder verlegtes Fit.

Tippe auf dem Smartphone auf dem Bildschirm „Galaxy Wearable“ die Option **Find My Band** an.

Tippe **Starten** an, um zu sehen, wo sich das Fit jetzt befindet. Weitere Informationen findest du in Anwendungen und Funktionen unter [Find My Band](#).

Nutzungshinweise

Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung des Geräts

Lies dieses Handbuch vor der Verwendung des Geräts aufmerksam durch, um seine sichere und sachgemäße Verwendung zu gewährleisten.

- Beschreibungen basieren auf den Standardeinstellungen des Geräts.
- Einige Inhalte weichen je nach Region, Gerätespezifikationen und Gerätesoftware möglicherweise von deinem Gerät ab.
- Samsung ist nicht für Leistungseinbußen oder Inkompatibilitäten haftbar, die durch veränderte Registrierungseinstellungen oder modifizierte Betriebssystemsoftware verursacht wurden. Bitte beachte, dass inoffizielle Anpassungen am Betriebssystem dazu führen können, dass das Gerät oder Anwendungen nicht mehr ordnungsgemäß funktionieren.
- Software, Tonquellen, Hintergrundbilder, Bilder sowie andere Medien auf diesem Gerät unterliegen einer Lizenzvereinbarung für die eingeschränkte Nutzung. Das Extrahieren und Verwenden dieser Materialien für gewerbliche oder andere Zwecke stellt eine Verletzung von Copyright-Gesetzen dar. Der Benutzer trägt die volle Verantwortung bei illegaler Verwendung von Medien.
- Standardanwendungen, die bereits auf dem Gerät installiert sind, unterliegen Aktualisierungen und es kann vorkommen, dass sie ohne vorherige Ankündigung nicht mehr unterstützt werden.
- Das Betriebssystem dieses Geräts unterscheidet sich von einigen früheren Serien der Galaxy Fit. Aufgrund der Kompatibilitätsprobleme kannst du keine zuvor erworbenen Inhalte verwenden.
- Das Verändern des Betriebssystems des Geräts oder das Installieren von Software aus inoffiziellen Quellen kann zu Fehlfunktionen am Gerät oder zu Beschädigung oder Verlust von Daten führen. Diese Handlungen stellen Verstöße gegen deine Lizenzvereinbarung mit Samsung dar und haben das Erlöschen der Garantie zur Folge.
- Einige Funktionen können je nach Hersteller und Modell des Smartphones, das mit dem Fit gekoppelt wird, möglicherweise nicht wie in diesem Benutzerhandbuch beschrieben verwendet werden.

- Lasse den Kontrastbereich automatisch der Umgebung anpassen, um den Touchscreen auch bei starker Sonneneinstrahlung im Freien gut zu sehen. Aufgrund der Beschaffenheit des Produkts kann es beim Anzeigen von statischen Grafiken über längere Zeiträume zu Nach- oder Geisterbildern kommen, die sich auf der Anzeige einbrennen.
 - Es wird empfohlen, keine statischen Grafiken über längere Zeiträume auf dem gesamten Touchscreen oder einem Teil davon zu verwenden und den Touchscreen auszuschalten, wenn er über längere Zeiträume nicht verwendet wird.
 - Du kannst den Touchscreen so einstellen, dass er sich automatisch ausschaltet, wenn du ihn nicht verwendest. Tippe auf dem Anwendungsbildschirm des Fit **Einstellungen** → **Anzeige** → **Bildschirm-Timeout** an. Wähle dann die Zeitspanne aus, die verstreichen soll, bevor sich der Touchscreen ausschaltet.
 - Um den Touchscreen so einzustellen, dass die Helligkeit automatisch an die Umgebung angepasst wird, tippe auf dem Anwendungsbildschirm des Fit **Einstellungen** → **Anzeige** und anschließend den Schalter **Adaptive Helligkeit** an, um die Funktion zu aktivieren.

- Je nach Region bzw. Modell ist für einige Geräte eine Genehmigung durch die Federal Communications Commission (FCC) erforderlich.

Wenn dein Gerät von der FCC zugelassen ist, kannst du die FCC-ID des Fit anzeigen. Tippe auf dem Anwendungsbildschirm des Fit **Einstellungen** → **Info zu Fitnessarmband** → **Statusinformationen** an, um die FCC-ID anzuzeigen. Sollte dein Gerät keine FCC-ID haben, wurde sein Verkauf in den USA oder ihren Außengebieten nicht autorisiert, es wurde also möglicherweise nur für den Privatgebrauch des Eigentümers in die USA eingeführt.

- Das Gerät enthält Magnete. Halte es fern von Kreditkarten, implantierten medizinischen Geräten und anderen Geräten, die von Magneten beeinflusst werden können. Bei medizinischen Geräten solltest du einen Abstand von mehr als 15 cm einhalten. Stelle die Verwendung des Geräts ein, wenn du eine Störung deines medizinischen Geräts vermutest, und wende dich an deinen Arzt oder den Hersteller des medizinischen Geräts.

Korrekte Entsorgung des Akkus dieses Produkts



Das Symbol der durchgestrichenen Abfalltonne auf Rädern auf Batterien, Akkumulatoren (zusammen: Batterien) oder der Verpackung besagt, dass diese nicht im unsortierten Siedlungsabfall (Hausmüll) entsorgt werden dürfen, sondern einer getrennten Sammlung zugeführt werden müssen. Sofern Batterien Quecksilber (Hg), Cadmium (Cd) oder Blei (Pb) in einer Menge enthalten, die die im Batteriegesetz festgelegten Grenzwerte überschreitet, findest du das jeweilige chemische Zeichen unterhalb des Symbols der durchgestrichenen Abfalltonne.

Du bist gesetzlich verpflichtet, Altbatterien zurückzugeben. Du kannst dies unentgeltlich in jedem Handelsgeschäft oder bei einer anderen Sammelstelle in deiner Nähe tun. Bitte wende dich im Zweifel an deinen öffentlich-rechtlichen Entsorgungsträger, um in Erfahrung zu bringen, wo du aus dem Gerät entnommene Altbatterien für eine umweltfreundliche Entsorgung unentgeltlich zurückgeben kannst.

Batterien können Stoffe enthalten, die schädlich für die Umwelt und die menschliche Gesundheit sind. Besondere Vorsicht ist aufgrund der besonderen Risiken bei der Nutzung, Sammlung und Behandlung von lithiumhaltigen Batterien geboten. Durch die getrennte Sammlung und Verwertung von Altbatterien sollen negativen Auswirkungen auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit vermieden werden.

Bitte vermeide die Entstehung von Abfällen aus Altbatterien soweit wie möglich, z.B. indem du Batterien mit längerer Lebensdauer oder aufladbare Batterien bevorzugst. Der zu vermeidenden Vermüllung des öffentlichen Raums beugst du bitte dadurch vor, dass du Batterien oder batteriehaltige Elektro- und Elektronikgeräte nicht achtlos liegen lässt, sondern sie der gesetzlich vorgeschriebenen getrennten Sammlung und Verwertung zuführst. Es gibt außerdem Möglichkeiten, Altbatterien zur Wiederverwendung vorzubereiten, beispielsweise durch Rekonditionierung oder Reparatur.

Hinweissymbole



Warnung: Situationen, die zu Verletzungen führen könnten



Vorsicht: Situationen, die zu Schäden an deinem oder anderen Geräten führen könnten



Hinweis: Hinweise, Verwendungstipps oder zusätzliche Informationen

Hinweise zum Lieferumfang und Zubehör

In der Kurzanleitung findest du Informationen darüber, welche Teile im Lieferumfang enthalten sind.

- Die mit dem Fit und anderen verfügbaren Zubehörteilen bereitgestellten Artikel können je nach Region oder Mobilfunkanbieter variieren.
- Die mitgelieferten Artikel sind nur für die Verwendung mit diesem Gerät vorgesehen und sind möglicherweise nicht mit anderen Geräten kompatibel.
- Änderungen am Aussehen und an den technischen Daten sind ohne vorherige Ankündigung vorbehalten.
- Weitere Zubehörteile kannst du bei deinem örtlichen Samsung-Händler erwerben. Vergewissere dich vor dem Kauf, dass sie mit dem Fit kompatibel sind.
- Möglicherweise weisen nicht alle Zubehörteile und im Lieferumfang enthaltenen Artikel dieselben Eigenschaften in Bezug auf Wasserfestigkeit und Staubschutz wie das Fit auf.
- Verwende von Samsung zugelassenes Zubehör. Wenn du nicht zugelassenes Zubehör verwendest, kann dies zu Leistungseinbußen und Fehlfunktionen führen, die nicht von der Garantie abgedeckt werden.
- Änderungen an der Verfügbarkeit aller Zubehörteile sind vorbehalten und hängen vollständig von den Herstellerfirmen ab. Weitere Informationen zu verfügbarem Zubehör findest du auf der Website von Samsung.

Wasser- und Staubbeständigkeit

- Das Gerät ist wasser- und staubbeständig und erfüllt die folgenden internationalen Standards.
 - Zertifizierung der Wasserbeständigkeitsklasse 5ATM: Das Gerät wurde getestet, indem es 10 Minuten lang in 50 m Süßwasser getaucht wurde, ohne es zu bewegen, um die Anforderungen von ISO 22810:2010 zu erfüllen.
 - Zertifizierung der Wasserbeständigkeitsklasse IPX8: Das Gerät wurde getestet, indem es 30 Minuten lang in 1,5 m Süßwasser getaucht wurde, ohne es zu bewegen, um die Anforderungen von IEC 60529 zu erfüllen.
 - Zertifizierung der Staubbeständigkeitsklasse IP6X: Das Gerät wurde darauf getestet, ob es die Anforderungen von IEC 60529 erfüllt.
- Du kannst dieses Gerät beim Sport, beim Händewaschen oder im Regen tragen.
- Du kannst dieses Gerät beim Schwimmen in einem Schwimmbad oder im Meer verwenden, wenn der Wasserstand nicht tief ist.
- Die Wasserdichtigkeit von Galaxy-Geräten ist nicht dauerhaft und kann mit der Zeit abnehmen. Wir empfehlen, die Wasserdichtigkeit von Galaxy-Geräten einmal pro Jahr in einem Servicecenter von Samsung oder einem autorisierten Servicecenter testen zu lassen.
- Du musst diese Tipps befolgen, um die Wasser- und Staubbeständigkeit des Geräts zu erhalten.
 - Spüle das Gerät nach dem Schwimmen mit Süßwasser ab, bevor das Schwimmbad- oder Meerwasser trocknen kann, und trockne es gründlich mit einem weichen, sauberen Tuch ab, um seine Wasserbeständigkeit zu erhalten. Die Wasserbeständigkeit kann durch die Desinfektionsmittel im Schwimmbadwasser oder das Salz im Meerwasser beeinträchtigt werden.
 - Falls das Gerät mit anderen Flüssigkeiten als Süßwasser in Berührung gekommen ist, z. B. mit Kaffee, Getränken, Seifenwasser, Öl, Parfüm, Sonnencreme, Handdesinfektionsmitteln oder chemischen Produkten wie Kosmetika, spüle das Gerät mit Süßwasser ab und trockne es mit einem weichen, sauberen Tuch gründlich ab, um seine Wasserbeständigkeit zu erhalten.

- Halte dich mit dem Gerät nicht länger unter Wasser auf, gehe nicht schnorcheln, tauchen oder zum Gerätetauchen, treibe keinen Wassersport wie Wasserski oder Surfen und schwimme nicht in schnell fließendem Wasser, wie z. B. in einem Fluss. Setze es auch keinen Hochdruckreinigern oder ähnlichen Geräten aus. Dies würde zu einem drastischen Anstieg des Wasserdrucks führen, wodurch sich die von unserem Unternehmen garantierte Wasserbeständigkeit ändern könnte.
- Falls das Gerät einem Stoß ausgesetzt oder es beschädigt wird, kann seine Wasser- und Staubbeständigkeit beeinträchtigt werden.
- Zerlege das Gerät nicht ohne entsprechende Anleitung.
- Falls du dein Gerät mit einem Heißluftgerät (z. B. einem Haartrockner) trocknest oder es in einer heißen Umgebung (z. B. in einer Sauna) verwendest, könnte die Wasserbeständigkeit durch eine drastische Änderung der Luft- oder Wassertemperatur beeinträchtigt werden.

Vorkehrungen gegen Überhitzung

Wenn das Tragen des Geräts aufgrund einer Überhitzung unangenehm wird, verwende es nicht weiter und nimm es unverzüglich vom Handgelenk.

- Um Probleme wie Fehlfunktionen am Gerät sowie Hautirritationen oder -schäden und ein Auslaufen des Akkus zu verhindern, erscheint eine Warnung auf dem Gerät, falls es eine gewisse Temperatur erreicht. Wenn die erste Warnung erscheint, werden die Gerätefunktionen deaktiviert, bis das Gerät auf eine bestimmte Temperatur abgekühlt ist.
- Falls die Temperatur des Geräts weiter steigt, wird eine zweite Warnung angezeigt. Das Gerät schaltet sich aus. Verwende das Gerät nicht mehr, bis die Temperatur im empfohlenen Betriebstemperaturbereich liegt.



Empfohlener Betriebstemperaturbereich

Der empfohlene Betriebstemperaturbereich für das Gerät ist 0 °C bis 35 °C. Bei Nichtbeachtung der empfohlenen Umgebungstemperaturbereiche kann das Gerät beschädigt oder die Lebensdauer des Akkus verkürzt werden.

Fit reinigen und handhaben

Befolge die unten stehenden Anweisungen, um sicherzustellen, dass das Fit auch weiterhin ordnungsgemäß funktioniert und ihr ursprüngliches Aussehen bewahrt. Falls du die Anweisungen nicht befolgst, können Beschädigungen des Fit entstehen und Hautreizungen auftreten.

- Schalte das Fit aus und nimm das Armband ab, bevor du sie reinigst.
- Schütze das Gerät vor Staub, Schweiß, Tinte, Öl und chemischen Produkten wie Kosmetika, antibakteriellen Sprays, Handreinigern, Reinigungsmittel und Insektiziden. Ansonsten kann das Äußere und Innere des Fit beschädigt oder die Geräteleistung beeinträchtigt werden. Falls das Fit mit einer der genannten Substanzen in direkten Kontakt kommt, reinige das Gerät mit einem fusselfreien, weichen Tuch.
- Verwende keine Seife, keine Reinigungsmittel, keine Schleifmittel, keine Druckluft, keine Ultraschallwellen und keine externen Wärmequellen zum Reinigen des Fit. Andernfalls kann das Fit beschädigt werden. Reste von Seife, Reinigern oder Desinfektionsmitteln auf dem Fit können Hautreizungen auslösen.

- Spüle das Fit zum Entfernen von Sonnencreme, Lotion oder Öl mit einem seifenfreien Reinigungsmittel ab und trockne es sorgfältig ab.
- Säubere das Handgelenk und das Armband, wenn du trainiert oder geschwitzt hast. Reinige das Fit mit Süßwasser, wische es mit etwas Reinigungsalkohol ab und trockne es anschließend sorgfältig ab.
- Falls das Armband des Fit Flecken oder Fremdkörper aufweist, reinige es mit einer weichen, angefeuchteten Zahnbürste.



Welches Armband sich im Lieferumfang befindet, hängt unter Umständen von Region ab. Das Armband muss entsprechend dieser Spezifikationen ordnungsgemäß gereinigt und gewartet werden.

Vorsichtsmaßnahmen bei Allergien gegen Materialien des Fit

- Die internen und externen Zertifizierungsstellen von Samsung haben gesundheitsschädliche Materialien, die im Fit enthalten sein können, u. a. als Tragetest auf den Kontakt mit der Haut und auf die Hauttoxizität getestet.
- Das Fit enthält Nickel. Triff die notwendigen Vorsichtsmaßnahmen, wenn deine Haut empfindlich reagiert oder wenn du Allergien hast gegen Materialien, die für das Fit verwendet wurden.
 - **Nickel:** Das Fit enthält einen geringen Anteil Nickel, der unterhalb des zulässigen Referenzwerts der EU-Verordnung REACH liegt. Du kommst nicht in Kontakt mit dem Nickel, das im Fit enthalten ist. Darüber hinaus hat das Fit den international zertifizierten Test bestanden. Wenn du allerdings empfindlich auf Nickel reagierst, solltest du bei der Nutzung des Fit vorsichtig sein.
- Die verwendeten Materialien entsprechen den Standards der US Consumer Product Safety Commission (CPSC), den Richtlinien der europäischen Länder sowie anderen internationalen Normen.
- Weitere Informationen zum Umgang von Samsung mit Chemikalien findest du auf der Website von Samsung.

Anhang

Rat und Hilfe bei Problemen

Bitte sieh dir die folgenden möglichen Problemlösungen an, bevor du dich an ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter wendest. Unter Umständen sind nicht alle beschriebenen Situationen für dein Fit relevant.

Du kannst mögliche Probleme bei der Verwendung des Geräts auch mithilfe von Samsung Members lösen.

Das Fit lässt sich nicht einschalten

Ist der Akku vollständig entladen, lässt sich das Fit nicht einschalten. Lade den Akku vollständig auf, bevor du das Fit einschaltest.

Der Touchscreen reagiert langsam oder fehlerhaft

- Wenn du am Touchscreen einen Bildschirmschutz oder optionales Zubehör angebracht hast, funktioniert der Touchscreen möglicherweise nicht richtig.
- Wenn du Handschuhe trägst, deine Hände beim Antippen des Touchscreens schmutzig sind oder du den Touchscreen mit einem spitzen Gegenstand oder den Fingerspitzen antippst, funktioniert der Touchscreen möglicherweise nicht richtig.
- Durch Feuchtigkeit oder Kontakt mit Wasser können Fehlfunktionen des Touchscreens verursacht werden.
- Starte das Fit neu, um vorübergehende Softwareprobleme zu beheben.
- Vergewissere dich, dass auf dem Fit die neueste Softwareversion installiert ist.
- Wenn der Touchscreen Kratzer oder Beschädigungen aufweist, wende dich an ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.

Das Fit reagiert nicht oder zeigt einen Fehler an

Probiere folgende Lösungsvorschläge aus. Wenn das Problem weiterhin besteht, wende dich an ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.

Fit neu starten

Wenn das Fit nicht mehr reagiert oder abstürzt, müssen möglicherweise Anwendungen geschlossen und das Fit aus- und dann wieder eingeschaltet werden.

Neustart erzwingen

Reagiert das Fit nicht, halte die Home-Taste länger als elf Sekunden lang gedrückt, um das Gerät neu zu starten.

Fit zurücksetzen

Falls diese Vorschläge das Problem nicht beheben, setze das Gerät auf die Werkseinstellungen zurück.

Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Allgemein** → **Zurücksetzen** → **Zurücksetzen** an.

Alternativ öffnest du auf dem Smartphone die Anwendung **Galaxy Wearable** und tippst **Einstellungen des**

Fitnessarmbands → **Allgemein** → **Zurücksetzen** → **Zurücksetzen** an. Erstelle vor dem Zurücksetzen auf die

Werkseinstellungen unbedingt eine Sicherungskopie aller wichtigen Daten, die auf dem Fit gespeichert sind.

Das Fit wird nicht von anderen Bluetooth-Geräten erkannt

- Setze das Fit zurück und versuche es erneut.
- Vergewissere dich, dass sich das Fit und das andere Bluetooth-Gerät innerhalb der Bluetooth-Verbindungsreichweite (10 m) befinden. Der Abstand kann je nach Umgebung variieren, in der die Geräte verwendet werden.

Wenn die Tipps oben nicht weiterhelfen, wende dich an ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.

Es besteht keine Bluetooth-Verbindung oder die Verbindung zwischen dem Fit und dem Smartphone wurde unterbrochen

- Die Bluetooth-Funktion muss auf dem Smartphone eingeschaltet sein.
- Zwischen den Geräten sollten sich keine Hindernisse wie Wände oder elektrische Geräte befinden.
- Stelle sicher, dass die neueste Version der Anwendung „Galaxy Wearable“ auf dem Smartphone installiert ist. Falls du nicht die aktuelle Version der Anwendung „Galaxy Wearable“ hast, aktualisiere sie.
- Vergewissere dich, dass sich das Fit und das andere Bluetooth-Gerät innerhalb der Bluetooth-Verbindungsreichweite (10 m) befinden. Der Abstand kann je nach Umgebung variieren, in der die Geräte verwendet werden.
- Starte beide Geräte neu und öffne die Anwendung **Galaxy Wearable** auf dem Smartphone erneut.

Das Fit erfasst den Puls nicht

- Trage das Fit eng am Unterarm, knapp über dem Handgelenk.
- Tippe auf dem Anwendungsbildschirm **Einstellungen** → **Samsung Health** → **Puls** an und wähle dann **Fortlaufend messen** aus.
- Wähle ein Ziffernblatt aus, auf dem die Pulsdaten angezeigt werden.

Anrufe werden nicht verbunden

- Stelle sicher, dass das Fit über Bluetooth mit einem Smartphone verbunden ist.
- Stelle sicher, dass die Anrufsperrung für die Telefonnummer des eingehenden Anrufs auf dem Smartphone nicht aktiviert ist.
- Prüfe, ob einige Modi aktiv sind. Falls einige Modi aktiv ist, werden eingehende Anrufe möglicherweise stumm geschaltet und der Bildschirm schaltet sich beim Eingang von Anrufen nicht ein. Schalte den Bildschirm ein und sieh nach, ob ein Anruf eingeht.

Der Akku lädt nicht ordnungsgemäß (bei Verwendung eines von Samsung zugelassenen Ladegeräts)

- Verbinde das Fit ordnungsgemäß mit dem Ladekabel.
- Lass den Akku in einem Servicecenter von Samsung oder einem autorisierten Servicecenter austauschen.

Der Akku entlädt sich schneller als nach dem Kauf

- Wenn du das Fit oder den Akku sehr niedrigen oder sehr hohen Temperaturen aussetzt, verringert sich möglicherweise die Kapazität.
- Durch die Verwendung einiger Anwendungen wird der Akkuverbrauch erhöht.
- Der Akku ist ein Verbrauchsgegenstand und die Kapazität verringert sich im Laufe der Zeit.

Das Fit ist heiß

Das Fit erwärmt sich möglicherweise stark, wenn du Anwendungen nutzt, die viel Strom benötigen, oder wenn auf dem Fit Anwendungen über längere Zeit aktiv sind. Dies ist normal und wirkt sich nicht auf die Lebensdauer oder die Leistung des Fit aus.

Falls sich das Fit überhitzt oder länger heiß ist, solltest du das Gerät eine Zeit lang nicht verwenden. Erhitzt sich das Fit weiterhin stark, wende dich an ein Servicecenter von Samsung oder ein autorisiertes Servicecenter.

Das Fit kann den aktuellen Standort nicht ermitteln

Das Fit verwendet den Standort deines Smartphones. GPS-Signale werden an einigen Orten möglicherweise gestört, z.B. in Gebäuden. Lege fest, dass über das WLAN des Smartphones oder ein Mobilfunknetz dein aktueller Standort ermittelt werden soll.

Auf dem Fit gespeicherte Daten wurden gelöscht

Erstelle immer eine Sicherungskopie aller wichtigen Daten, die auf dem Fit gespeichert sind. Andernfalls kannst du die Daten nicht wiederherstellen, falls sie beschädigt oder gelöscht werden. Samsung ist nicht für den Verlust von Daten verantwortlich, die auf dem Fit gespeichert sind.

Zwischen dem Gehäuse und dem Fit befindet sich eine kleine Lücke

- Diese Lücke ist ein wichtiges Herstellungsmerkmal. Einige Teile bewegen sich möglicherweise ganz leicht oder vibrieren.
- Mit der Zeit kann die Reibung zwischen den Teilen dazu führen, dass diese Lücke etwas größer wird.

Im Speicher des Fit ist nicht ausreichend freier Speicherplatz verfügbar

Lösche unnötige Daten, nicht verwendete Anwendungen oder Dateien, um Speicherplatz freizugeben.

Akku entfernen

- **Wende dich an ein autorisiertes Servicecenter, wenn der Akku entnommen werden soll. Eine Anleitung zum Entfernen des Akkus erhältst du unter www.samsung.com/global/ecodesign_energy**
- Aus Sicherheitsgründen **darfst du nicht versuchen, den Akku zu entnehmen**. Wird der Akku nicht ordnungsgemäß entfernt, kann dies zu Schäden an Akku und Gerät, zu Verletzungen und zu einer Beeinträchtigung der Sicherheit des Geräts führen.
- Samsung ist nicht für Schäden oder Verluste haftbar (ob vertragsbezogen oder in Bezug auf unerlaubte Handlungen, einschließlich Fahrlässigkeit), die durch das Nichtbefolgen dieser Warnungen und Anweisungen entstehen, außer bei Tod oder Verletzung infolge von Fahrlässigkeit seitens Samsung.

Copyright

Copyright © 2023 Samsung Electronics Co., Ltd.

Dieses Handbuch ist durch internationale Copyright-Gesetze geschützt.

Diese Anleitung darf weder als Ganzes noch in Teilen reproduziert, vertrieben, übersetzt oder in anderer Form oder mit anderen Mitteln elektronischer oder mechanischer Art übertragen werden. Dazu zählt auch das Fotokopieren, Aufzeichnen oder Speichern in jeglicher Art von Informationsspeicher- und -abrufsystem.

Marken

- SAMSUNG und das SAMSUNG-Logo sind eingetragene Marken von Samsung Electronics Co., Ltd.
- Bluetooth® ist eine weltweit eingetragene Marke von Bluetooth SIG, Inc.
- Alle weiteren Marken und Copyrights sind Eigentum ihrer jeweiligen Besitzer.