



Gebruiksaanwijzing stappenteller

1. Draag de stappenteller aan uw riem of heuprand van uw broek of rok. Dichtbij het midden van uw lichaam.
2. Druk op de zilveren knop op de stappenteller (RESET-knop). Het LCD scherm komt op 00000 te staan. De stappenteller registreert maximaal tot 99999 stappen.
3. Start met bewegen.
4. De stappenteller begint met tellen.
5. Indien u 210 seconden niet meer beweegt, zal het scherm automatisch uitgaan. Gaat u vervolgens weer bewegen dan zal het scherm vanzelf weer geactiveerd worden.
6. Wilt u opnieuw gaan starten met tellen, druk dan wederom de RESET-knop in. Schrijf het aantal stappen die u heeft gemaakt alvorens het resetten op in het beweegdagboek.

U kunt voor uzelf bijhouden hoeveel stappen u maakt gedurende de dag. Hierdoor kunt u zien of vooruitgaat de aankomende periode.

(voor uitgebreide gebruiksaanwijzing; zie bijgeleverde gebruiksaanwijzing).