

SILVERCREST®



**SILVERCREST FITNESS
APP**

SILVERCREST®

Inhaltsverzeichnis

1.	Installation über Google Play Store® oder Apple® App Store... 3
2.	Einrichten und Verbinden.....4
2.1.	Erstellung eines Benutzerkontos4
2.2.	Anmelden mit einem Benutzerkonto6
2.3.	Suchen und verbinden7
3.	Home 9
3.1.	Hauptmenü 14
3.2.	Einstellungen 16
3.3.	Gerätemenü 24
3.4.	Aktivität..... 32
3.5.	Detail Ansicht..... 37
3.6.	Social..... 45

1. Installation über Google Play Store® oder Apple® App Store

Installieren Sie Silvercrest Fitness App, um Ihren Activity Tracker in vollem Umfang nutzen können.

- ▶ Öffnen Sie den Google Play Store® oder den Apple® App Store und suchen Sie nach dem Begriff Silvercrest Fitness App.
- ▶ Installieren Sie die Silvercrest Fitness App. Folgen Sie dabei den Anweisungen zur Installation auf dem Bildschirm.

HINWEIS!

Um die Applikation installieren zu können, muss eine Internetverbindung bestehen.

Die Installation kann zu den verschiedenen Systemen abweichen.

SILVERCREST®

2. Einrichten und Verbinden

2.1. Erstellung eines Benutzerkontos

Damit Sie den vollen Funktionsumfang der App nutzen können, müssen Sie einen Account erstellen, gehen Sie dazu wie folgt vor:

- ▶ Starten Sie die Silvercrest Fitness App.
- ▶ Wählen Sie die gewünschte Sprache.



HINWEIS!

Die Sprache auf dem Activity Tracker wird ebenfalls automatisch angepasst.

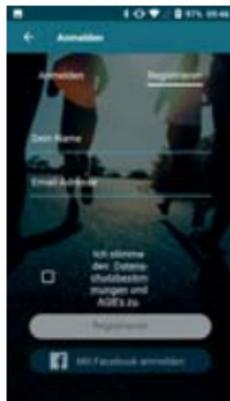
Die App wechselt in das Anmeldefenster, hier können Sie die App ohne Benutzerkonto starten bzw. die App mit einem Benutzerkonto starten.

- ▶ Tippen Sie auf die Schaltfläche „**Bei Silvercrest Fitness anmelden**“.

HINWEIS!

Überspringen Sie diesen Punkt, sofern Sie bereits ein registriertes Benutzerkonto haben:

- ▶ Tippen Sie auf „**Registrieren**“, um ein neues Benutzerkonto anzulegen.
- ▶ Geben Sie als erstes Ihren Namen und dann eine Mailadresse an.
- ▶ Lesen Sie die AGB's und Datenschutzbestimmungen und stimmen Sie diesen zu.



Sie erhalten nun eine Bestätigungsmail mit Ihren Zugangsdaten.

SILVERCREST®

2.2. Anmelden mit einem Benutzerkonto

- ▶ Tippen Sie auf „**Anmelden**“, um sich mit einem Benutzerkonto anzumelden.
- ▶ Geben Sie Ihre E-Mail Adresse und das Ihnen zugesendete Passwort ein.
- ▶ Bestätigen Sie die Eingabe.



Die App startet nun mit Ihrer Profilsseite, in der Sie Ihre Körpermerkmale eingeben können.

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**OK**“, um die eingegebenen Daten zu bestätigen.

2.3. Suchen und verbinden

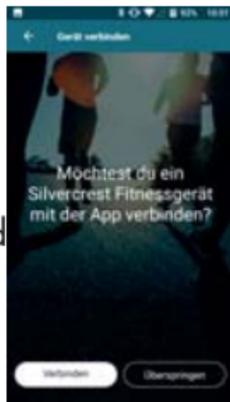
HINWEIS!

Die Geräteverbindung muss nur bei der Erstinbetriebnahme durchgeführt werden.

- ▶ Aktivieren Sie den Activity Tracker, indem Sie kurz auf das Touchfeld tippen bis das Display aufleuchtet.
- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Verbinden**“, um die Gerätesuche zu starten.

Die App zeigt Ihnen nun alle in Reichweite befindlichen Activity Tracker an.

- ▶ Wählen Sie Ihren Activity Tracker SAT 1500 A1 aus der Liste aus.
- ▶ Bestätigen Sie den Hinweis der Silvercrest App.



SILVERCREST®

Auf dem Activity Tracker wird nun 10 Sekunden lang der Smartcircle angezeigt.

- ▶ Drücken und halten Sie nun innerhalb von 10 Sekunden das Touch Feld des Activity Trackers für ca. 2 Sekunden, um die Geräte miteinander zu verbinden.

Ist die Verbindung erfolgreich abgeschlossen, meldet Ihr

Activity Tracker ✓ und Ihr mobiles Gerät „**Das Gerät wurde verbunden und kann jetzt genutzt werden.**“



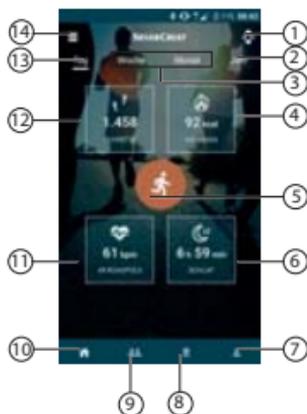
- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Beenden**“, um die Geräteverbindung abzuschließen.

3. Home

Hier inden Sie eine Übersicht Ihrer aktuellen Werte und können Aktivitäten starten.

- ▶ Tippen Sie auf das Symbol , um in den Home Bereich zu gelangen.

Folgende Bedienmöglichkeiten stehen zur Verfügung:



1	Gerätemenü (Siehe „Gerätemenü“ auf Seite 22). ▶ Tippen Sie hier, um das Gerätemenü zu öffnen.
---	--

SILVERCREST®

2	Jahresübersicht (Siehe „Detail Ansicht“ auf Seite 35). ▶ Tippen Sie hier, um in die Detailansicht zu gelangen.
3	Wochen- / Monats übersicht (Siehe „Detail Ansicht“ auf Seite 35). ▶ Tippen Sie hier, um in die Detailansicht zu gelangen.
4	Anzeige der verbrannten Kalorien pro Tag / Woche / Monat / Jahr Hier werden die im gewählten Zeitraum verbrannten Kalorien angezeigt. ▶ Tippen Sie hier, um in die Detailansicht zu gelangen.
5	Aktivität starten (Siehe „Aktivität“ auf Seite 30). ▶ Tippen Sie hier, um eine Aktivität zu wählen und zu starten.

6	<p>Schlafdauer Tag / Woche / Monat / Jahr</p> <p>Hier wird die im gewählten Zeitraum gemessene Schlafdauer angezeigt.</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie hier, um in die Detailansicht zu gelangen.
7	<p>Profil</p> <p>(Siehe „Benutzerprofil“ auf Seite 38).</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie hier, um Ihr Benutzerprofil zu öffnen.
8	<p>Ziele / Erfolge</p> <p>(Siehe „3.8. Ziele und Erfolge“ auf Seite 48).</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie hier, um Ihre Ziele zu setzen und Ihre Erfolge zu sehen.
9	<p>Rangliste</p> <p>(Siehe „3.6. Social“ auf Seite 43).</p>

SILVERCREST®

10	Home Screen (Siehe „3.2. Einstellungen“ auf Seite 16). ▶ Tippen Sie hier, um zurück zum Home Screen zu gelangen.
11	Durchschnittlicher Puls sowie Ruhepuls pro Tag / Woche / Monat / Jahr
12	Anzahl der Schritte pro Tag / Woche / Monat / Jahr
13	Tagesübersicht (Siehe „Detail Ansicht“ auf Seite 35). ▶ Tippen Sie hier, um in die Detailansicht zu gelangen.
14	Menü (Siehe „3.1. Hauptmenü“ auf Seite 14). ▶ Tippen Sie hier, um das Menü zu öffnen.

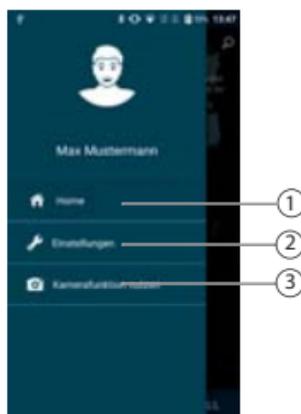
SILVERCREST®

- ▶ Ziehen Sie den Finger im Home Screen nach unten, um die aktuellen Daten aus dem Activity Tracker auf die Silvercrest Fitness App zu laden.
- ▶ Durch Tippen auf den Home Screen gelangen Sie in die Detailansicht.

SILVERCREST®

3.1. Hauptmenü

Im Hauptmenü können Sie „**Einstellungen**“ vornehmen, die „**Kamerafunktion nutzen**“ oder zurück auf den „**Home**“ Screen gelangen.



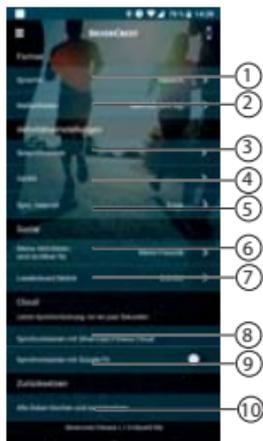
1	Home <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „Home“, um auf den Home Screen zurück zu kommen.
2	Einstellungen <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „Einstellungen“, um die Einstellungen zu öffnen.
3	Kamerafunktion nutzen <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „Kamerafunktion nutzen“, um den Activity Tracker als Fernauslöser für die Kamera Ihres Smartphones zu aktivieren.

SILVERCREST®

3.2. Einstellungen

In den Einstellungen können Sie z.B.

Format, **Aktivitäts-einstellungen**, **Cloud**
und **Zurücksetzen**.



1 **Sprache**

Auswahl der Sprache für die App

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Sprache**“, um die gewünschte Sprache einzustellen.

2 **Maßeinheiten**

Einstellung der verwendeten Maßeinheiten

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Maßeinheiten**“, um die gewünschte Maßeinheit einzustellen.

3 **Sprachhinweise**

- Einstellung Sprachhinweise für Aktivitäten
- ▶ Tippen Sie auf den digitalen Schalter des Feldes „**Sprachhinweise einschalten**“.

HINWEIS!

Die Sprachhinweise sind aktiviert, wenn der digitale Schalter farbig hinterlegt ist.

	AN
	AUS

- Einstellung des Abspielintervalls
- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld, um das Abspielintervall einzustellen.
- ▶ Tippen Sie auf ←, um dieses Menü zu verlassen.

4 **Geräte**

- ▶ Tippen Sie hier, um das Gerätemenü zu öffnen.

5 **Sync. Intervall**

- ▶ Tippen Sie hier, um das Synchronisationsintervall einzustellen.
- ▶ Tippen Sie auf **Abbrechen**, um die Einstellung abzubrechen und das Menü zu verlassen.

HINWEIS!

Solange dieser Datenabgleich im Hintergrund läuft, aktualisiert die App automatisch die Daten vom Activity Tracker.

6 **Meine Aktivitäten sind sichtbar für**

- ▶ Tippen Sie hier um einzustellen, wer Ihre erreichten Ziele und Aktivitäten ansehen kann.

SILVERCREST®

7 **Leaderboard Metrik**

- ▶ Tippen Sie hier um einzustellen, ob die zurück gelegten Schritte oder die zurück gelegte Distanz im Leaderboard angegeben werden soll.

8 **Synchronisieren mit Sylvercrest App**

Bei einem vorhandenen Silvercrest Account können hier die Daten mit der Silvercrest Cloud synchronisiert werden. Diese Daten können dann z.B. bei einem Telefonwechsel auf dem neuen Telefon wieder hergestellt werden.

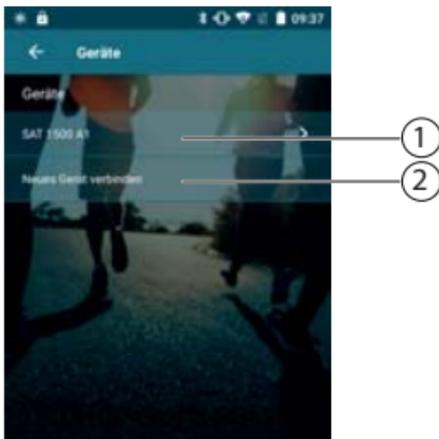
- ▶ Tippen Sie hier, um die von dem Activity Tracker gesammelten Daten mit der Sylvercrest App zu synchronisieren.

- 9 **Synchronisieren mit Google Fit**
- ▶ Tippen Sie hier um einzustellen, ob die Daten (Schritte, Kalorien etc.) mit Ihrem Google Fit /Apple Health Account Synchronisiert werden sollen.
- 10 **Alle Daten löschen und zurücksetzen**
- ▶ Tippen Sie hier, um den Activity Tracker in den Auslieferungszustand zurück zu setzen.

SILVERCREST®

3.3. Gerätemenü

Im Gerätemenü können Sie Einstellungen an Ihrem momentan verbundenen Activity Tracker vornehmen, oder einen neuen Activity Tracker mit Ihrem mobilen Endgerät verbinden.



1 **Activity Tracker Menü**

- ▶ Tippen Sie hier, um das Einstellungsmenü des Activity Trackers zu öffnen.

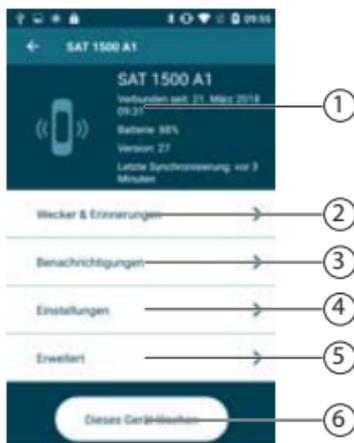
2 **Neues Gerät verbinden**

- ▶ Tippen Sie hier, um einen neuen Activity Tracker Ihrem mobilem Endgerät hinzuzufügen.
- ▶ Gehen Sie hierzu wie im Abschnitt „2.3. Suchen und verbinden“ auf Seite 7 beschrieben vor.

SILVERCREST®

3.3.1. Activity Tracker Menü

Im Activity Tracker Menü, können Sie detaillierte Informationen über den ausgewählten Activity Tracker einsehen, oder unten beschriebene Einstellungen vornehmen.



- | | |
|---|--|
| 1 | <p>Informationen über:</p> <ul style="list-style-type: none">• Verbindungsdauer• Ladezustand der Batterie• FW Version• Zeitpunkt der letzten Synchronisierung |
|---|--|

2 Wecker & Erinnerungen

Wecker

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Wecker**“, um einen Wecker zu programmieren oder einen bereits programmierten Wecker auszuwählen.
- ▶ Tippen Sie nun auf die bereits programmierte Weckzeit.
- ▶ Tippen Sie auf , falls noch keine Weckzeit programmiert sein sollte.
- ▶ Stellen Sie nun die gewünschte Zeit und Wochentage ein.
- ▶ Tippen Sie auf das Touch Feld des Activity Trackers, um den Alarm abzustellen.

SILVERCREST®

Bewegungserinnerung

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Bewegungserinnerung**“, um die Bewegungserinnerung einzustellen oder zu programmieren.
- ▶ Tippen Sie auf den digitalen Schalter des Feldes „**Bewegungs-alarm**“, um den Alarm einzuschalten.

HINWEIS!

Der Bewegungsalarm ist aktiviert, wenn der digitale Schalter farbig hinterlegt ist.

	Alarm AN
	Alarm AUS

3 Benachrichtigungen

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Benachrichtigungen**“, um einzustellen, welche Benachrichtigungen auf dem Display des Activity Trackers angezeigt werden sollen.

Beachten Sie dass Programme von Drittanbietern (wie z.B. Whatsapp), eine erweiterte Freigabe Ihres mobilen Gerätes benötigen.

HINWEIS!

Die Benachrichtigung ist aktiviert, wenn der digitale Schalter farbig hinterlegt ist.



AN



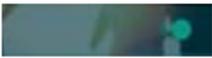
AUS

4 Einstellungen

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Einstellungen**“, um die „**Verlustfunktion**“, den „**Handgelenk Sensor**“, „**Nicht Stören**“ oder „**Herzrhythmus Sensor nutzen**“ Ein- oder Auszuschalten.

HINWEIS!

Die Einstellung ist aktiviert, wenn der digitale Schalter farbig hinterlegt ist.

	AN
	AUS

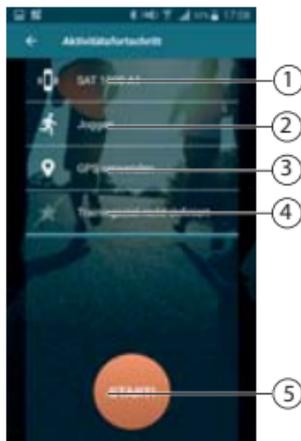
5 **Erweitert**

- ▶ Tippen Sie auf das Bedienfeld „**Erweitert**“, um den Activity Tracker neu zu starten, oder den Activity Tracker mit einem Smartphone zu verbinden.

SILVERCREST®

3.4. Aktivität

Wählen Sie hier die Aktivität, welches Gerät genutzt und ob das GPS Signal benutzt werden soll.

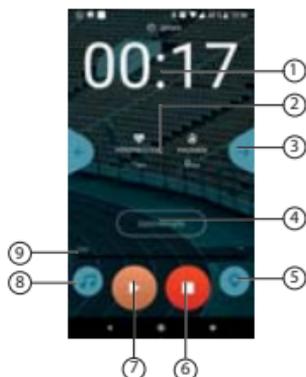


1	<p>► Tippen Sie hier, um das Gerät zur Datenerfassung auszuwählen:</p> <ul style="list-style-type: none">• Smartphone/Tablet• Activity Tracker verwenden
2	<p>► Tippen Sie hier, um die gewünschte aktivität zu wählen. Folgende Aktivitäten stehen zur Auswahl:</p>

	<ul style="list-style-type: none">• Gehen• Joggen• Radfahren• Wandern• Klettern• Badminton• Fitness• Yoga• Basketball• Fußball• Tennis• Tanzen				
3	<p>▶ Tippen Sie hier, um GPS zu aktivieren oder zu deaktivieren.</p> <p>HINWEIS!</p> <p>Die Einstellung ist aktiviert, wenn der digitale Schalter farbig hinterlegt ist.</p> <table border="1"><tr><td></td><td>AN</td></tr><tr><td></td><td>AUS</td></tr></table>		AN		AUS
	AN				
	AUS				
4	<p>▶ Tippen Sie hier, um Ihr Trainingsziel (Entfernung in KM) einzustellen.</p>				
5	<p>▶ Tippen Sie hier, um die vorher ausgewählte Aktivität zu starten.</p>				

SILVERCREST®

Während der Aktivität zeigt Ihnen die App folgende Informationen an:



1	Hier wird Ihnen die laufen Stopuhr Ihrer Aktivität angezeigt.
2	<p>▶ Sehen Sie hier folgende aktuelle Daten, die vom Activity Tracker übermittelt werden.</p> <ul style="list-style-type: none">• Herzfrequenz• Kalorien• Entfernung• Min/KM• Schritte

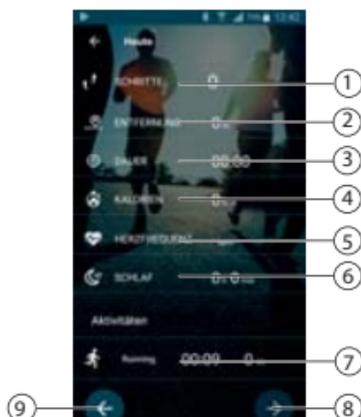
3	<p>▶ Wählen Sie durch Tippen die aktuellen Daten die angezeigt werden sollen.</p>
4	<p>▶ Tippen Sie hier, um die Zeitintervalle der Datenaktualisierung des Activity Trackers einzustellen.</p> <p>HINWEIS!</p> <p>Diese Einstellung ist nur möglich, sofern vor dem Start der Aktivität ein Trainingsziel definiert wurde.</p>
5	<p>▶ Tippen Sie hier, um die gelaufene Strecke mit aktuellem Standort aufzuzeigen.</p> <p>HINWEIS!</p> <p>Diese Einstellung ist nur möglich, sofern GPS vor dem Start der Aktivität aktiviert worden ist.</p>

SILVERCREST®

6	<p>▶ Tippen Sie hier, um die laufende Aktivität zu stoppen. Die Aktivität wird beendet und die App wechselt zum Home Screen.</p>
7	<p>▶ Tippen Sie hier, um die Aktivität zu starten.</p>
8	<p>▶ Tippen Sie hier, um Musik auszuwählen die Sie während der aktivität hören wollen.</p> <p>HINWEIS! Die Musik muss in dem von Ihrem Smartphone vorgesehenen Ordner abgespeichert sein.</p>

3.5. Detail Ansicht

Hier werden Ihnen folgende Informationen zu dem gewählten Zeitraum angezeigt:



1	Schritte pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr
2	Zurückgelegte Strecke pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr
3	Aktive Zeit pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr

SILVERCREST®

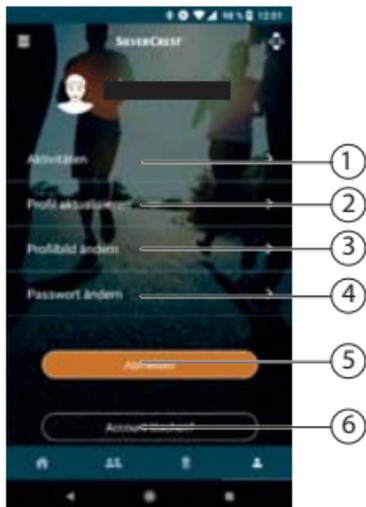
4	Verbrannte Kalorien pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr
5	<p>Durchschnittlicher Puls pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr.</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um die Detailübersicht aufzuzeigen.▶ Folgende Grafik wird Ihnen angezeigt, sofern ausreichend Daten erfasst wurden.  <p>The screenshot shows a heart rate monitor interface. At the top, it displays a heart icon, the text 'HERZFREQUENZ', and the current pulse rate '61 bpm'. Below this is a line graph with a vertical axis ranging from 50 to 200 bpm. The graph shows a fluctuating pulse rate over time, with several peaks labeled with their respective values: 81, 69, 60, 66, 72, and 67.</p>

6	<p>Durchschnittlicher Schlaf pro ausgewähltem Tag / Woche / Monat / Jahr.</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um die Detailübersicht anzuzeigen.▶ Folgende Grafik wird Ihnen angezeigt, sofern ausreichend Daten erfasst wurden. 
7	Aktivitäten an dem Tag
8	Folgender Tag / Woche / Monat / Jahr
9	Vorheriger Tag / Woche / Monat / Jahr
10	Zurück zum Homescreen

SILVERCREST®

3.5.1. Benutzerprofil

Hier können Sie Ihr Benutzerprofil aktualisieren, das Profilbild oder das Passwort ändern, sich abmelden oder den Account löschen.



1

Aktivitäten

- ▶ Tippen Sie auf den Punkt, um die einzelnen Aktivitäten einzusehen.

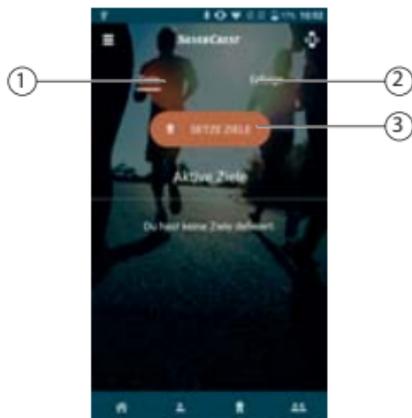
2	Profil aktualisieren <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um die Profildetails wie Geschlecht, Geburtstag, Gewicht, Größe und Schrittlänge zu verändern.▶ Tippen Sie auf OK, um die eingegebenen Daten zu bestätigen.
3	Profilbild ändern <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um ein Profilbild aus Ihrer Bibliothek auszuwählen. Zusätzlich können Sie direkt ein neues Profilbild mit Ihrem Smartphone aufnehmen.
4	Passwort ändern <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie hier, um das Passwort zu verändern. Geben Sie die geforderten Daten ein und bestätigen Sie indem Sie auf OK Tippen.

5	<p>Abmelden</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um sich mit Ihrem Account von der APP abzumelden. <p>HINWEIS!</p> <p>Sollten Sie nicht angemeldet sein, erscheint der Punkt Anmelden statt Abmelden.</p>
6	<p>Account löschen</p> <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um Ihren Account zu löschen. <p>HINWEIS!</p> <p>Ihre Daten werden unwiederruflich gelöscht und können nicht wiederhergestellt werden.</p>

3.5.2. Ziele und Erfolge

Hier können Sie sich Ziele setzen oder Ihre erreichten Ziele und Erfolge begutachten.

- ▶ Tippen Sie auf das Symbol , um in den Ziele und Erfolge Bereich zu gelangen.



1	Ziele <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um sich bereits gewählte Ziele anzeigen zu lassen.
---	---

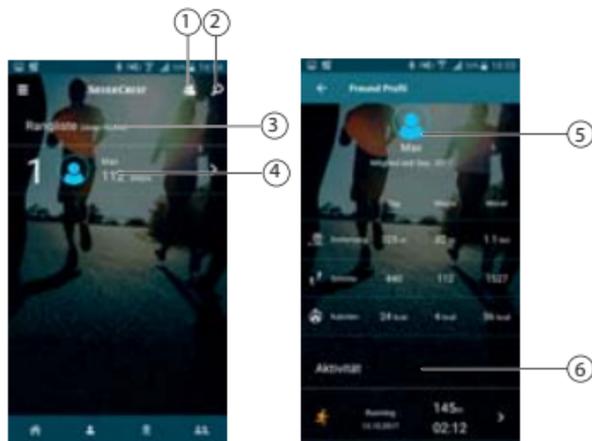
SILVERCREST®

2	Erfolge <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um sich die erreichten oder nicht erreichten Erfolge anzeigen zu lassen.
3	Setze Ziele <ul style="list-style-type: none">▶ Tippen Sie auf den Punkt, um sich Ziele setzen.

3.6. Social

Hier können Sie die wöchentliche Rangliste begutachten.

- Tippen Sie auf das Symbol , um in den Social Bereich zu gelangen.



1	Freundesliste
2	Suche nach Kontakten im Silvercrest Netzwerk
3	Rangliste von Ihnen und Ihren Freunden
4	Aktivitätsdetails meiner Freunde

SILVERCREST®

5	Informationen zu meinen sowie den Aktivitäten meiner Freunde
6	Details zu den jeweiligen Aktivitäten

SILVERCREST®

SILVERCREST®