

Liebe Kundin, lieber Kunde!

Ihr neuer Schrittzähler bietet viele praktische Funktionen auf kleinstem Raum. Ermitteln Sie z.B. Ihre Schrittzahl, die zurückgelegte Strecke und Ihren Kalorien- und Fettverbrauch. Selbstverständlich zeigt der Schrittzähler auch die normale Uhrzeit an. Weitere praktische Funktionen sind der 7-Tage-Speicher mit den Trainingsdaten der letzten sieben Tage und die integrierte Stoppuhr.

Wir wünschen Ihnen viel Freude mit Ihrem neuen Schrittzähler.

Ihr Tchibo Team

Beachten Sie, dass der Schrittzähler ausschließlich Ihre Schritte zählt. Die zurückgelegte Strecke bzw. der Kalorienverbrauch werden aus diesen Werten und den persönlichen Daten errechnet und stellen keine exakten Ergebnisse dar.

Sicherheitshinweise



Lesen Sie aufmerksam die Sicherheitshinweise und benutzen Sie den Artikel nur wie in dieser Anleitung beschrieben, damit es nicht versehentlich zu Verletzungen oder Schäden kommt. Bewahren Sie diese Anleitung zum späteren Nachlesen auf. Bei Weitergabe des Artikels ist auch diese Anleitung mitzugeben.

Verwendungszweck

- Der Schrittzähler ermittelt beim Gehen, Wandern, Walken oder Joggen die Anzahl der Schritte und errechnet daraus die zurückgelegte Strecke und den ungefähren Kalorien- und Fettverbrauch. Außerdem können Sie eine selbstgewählte Anzahl von Schritten für Ihr Training vorgeben.
- Der Schrittzähler ist für den Privatgebrauch konzipiert. Er ist für den professionellen oder gewerblichen Einsatz nicht geeignet.

GEFAHR für Kinder

- Der Artikel ist kein Kinderspielzeug. Halten Sie ihn von Kindern fern.

Der Artikel enthält eine Lithium-Batterie (Knopfzelle). Es besteht die Gefahr des Auslaufens, des Entweichens von Gas sowie von Explosion und Brand:

- Batterien können bei Verschlucken lebensgefährlich sein. Wenn die Knopfzelle verschluckt wird, kann dies innerhalb von nur 2 Stunden zu schweren inneren Verätzungen und zum Tode führen. Halten Sie sowohl neue als auch verbrauchte Batterien von Kindern fern. Wenn das Batteriefach nicht korrekt schließt, verwenden Sie den Artikel nicht weiter und halten Sie ihn von Kindern fern. Wenn Sie vermuten, eine Batterie könnte verschluckt oder anderweitig in den Körper gelangt sein, nehmen Sie sofort medizinische Hilfe in Anspruch.
- Achtung! Lithium-Batterien können explodieren, wenn sie falsch eingesetzt werden. Achten Sie deshalb beim Einsetzen unbedingt auf die richtige Polarität (+/-). Verwenden Sie nur denselben oder einen gleichwertigen Batterietyp (siehe „Technische Daten“).

- Batterien dürfen nicht geladen, auseinandergenommen oder zerkleinert, nicht in Feuer oder einen heißen Ofen geworfen oder kurzgeschlossen werden. Verändern und/oder deformieren/erhitzen/zerlegen Sie Batterien nicht. Beschädigte Batterien nicht mit Wasser in Berührung bringen.
- Batterien dürfen nicht überentladen werden. Bewahren Sie unbenutzte Batterien in der

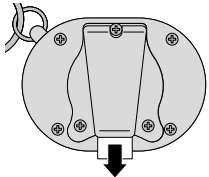
Originalverpackung auf. Bringen Sie ausgepackte (sowohl neue als auch ge- oder verbrauchte) Batterien nicht ungeordnet in Kontakt miteinander, halten Sie sie auch von Metallgegenständen fern.

- Batterien, die übermäßiger Wärme, direkter Sonneneinstrahlung, extrem niedrigem Luftdruck (wie z.B. in großen Höhen) oder extremen Temperaturen ausgesetzt sind, können explodieren oder es können entflammare Flüssigkeiten oder Gase austreten. Schützen Sie Batterien vor übermäßiger Wärme, direkter Sonneneinstrahlung, extremen Luftdruck und Temperaturen.
- Sollte eine Batterie ausgelaufen sein, vermeiden Sie Kontakt mit Haut, Augen und Schleimhäuten. Spülen Sie ggf. die betroffenen Stellen mit Wasser und suchen Sie umgehend einen Arzt auf.

Sachschäden

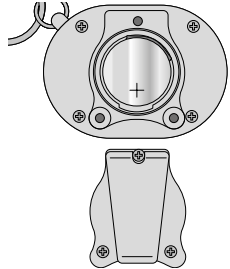
- Schützen Sie den Schrittzähler vor Regen, Nässe und starken Erschütterungen (nicht fallen lassen).
- Schützen Sie Batterien vor übermäßiger Wärme. Nehmen Sie die Batterie aus dem Gerät heraus, wenn diese verbraucht ist oder Sie das Gerät länger nicht benutzen. So vermeiden Sie Schäden, die durch Auslaufen entstehen können.
- Verwenden Sie zum Reinigen keine scharfen Chemikalien, aggressive oder scheuernde Reinigungsmittel.

Inbetriebnahme



- ▷ Ziehen Sie den Isolierstreifen aus dem Batteriefach heraus.

Batteriewechsel



1. Lösen Sie die drei Schrauben am Batteriefachdeckel und nehmen Sie den Deckel ab.
2. Setzen Sie die Batterie ein. Beachten Sie dabei die Polarität. Der Plus-Pol (+) muss nach oben zeigen.
3. Setzen Sie den Batteriefachdeckel wieder auf und drehen Sie die Schrauben fest.

Die Batterie muss gewechselt werden, wenn im Display das Batterie-Symbol  erscheint bzw. das Gerät offensichtlich nicht mehr funktioniert. Bei einem Batteriewechsel gehen alle Einstellungen und gespeicherten Daten verloren.

Displaybeleuchtung aktivieren

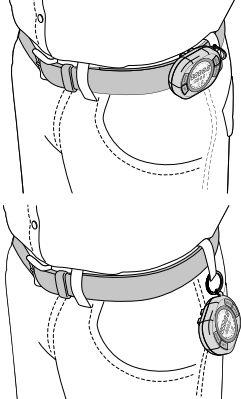
- ▷ Um im Dunkeln das Display ablesen zu können, drücken Sie kurz die Taste **ST/SP**. Das Display wird für einige Sekunden beleuchtet.

Um die Batterie zu schonen, ist eine permanente Beleuchtung nicht vorgesehen, da die Displaybeleuchtung viel Strom verbraucht.

Das Display selbst schaltet sich nach ca. 30 Sekunden ohne Tastendruck und ohne Bewegung aus. Bei der nächsten Bewegung schaltet es sich automatisch wieder ein.

Schrittzähler befestigen

- ▷ Befestigen Sie den Schrittzähler am Gürtel oder Hosensbund - oder stecken Sie ihn einfach in die Hosentasche.



Persönliche Daten eingeben

Sobald Sie die Batterie eingelegt haben, erscheint die nebenstehende Display-Anzeige (= Hauptmodus).

1. Drücken Sie **SET** für ca. 2 Sekunden. Sie werden automatisch durch die folgenden Einstellungen geführt:
2. Uhrzeit: Wählen Sie mit **RESET** bzw. **ST/SP** den gewünschten Anzeigemodus für die Uhrzeit aus (**24hr** oder **12hr**) und bestätigen Sie die Auswahl mit **SET**.

- Beim 12-Stunden-Format erscheint im Display **PM** für die Nachmittagsstunden.
- 3. Stellen Sie durch wiederholtes Drücken von **RESET** bzw. **ST/SP** die korrekte Stundenzahl ein. Bestätigen Sie mit **SET**.

Wenn Sie **RESET** bzw. **ST/SP** gedrückt halten, erfolgt der Vorlauf der angezeigten Werte schneller.

4. Stellen Sie durch wiederholtes Drücken von **RESET** bzw. **ST/SP** die korrekte Minutenzahl ein. Bestätigen Sie mit **SET**.
5. Gewicht: Geben Sie durch wiederholtes Drücken von **RESET** bzw. **ST/SP** Ihr Körpergewicht in **kg** ein. Bestätigen Sie mit **SET**. Voreingestellt ist: 65 kg
6. Größe: Geben Sie durch wiederholtes Drücken von **RESET** bzw. **ST/SP** Ihre Körpergröße in **cm** ein. Bestätigen Sie mit **SET**. Voreingestellt ist: 170 cm

Die Anzeige schaltet wieder in den Hauptmodus.

Schrittzähler verwenden

1. Bewegen Sie den Schrittzähler oder drücken Sie eine beliebige Taste, um das Display zu aktivieren. Aus einem anderen Modus heraus, drücken Sie ggf. wiederholt die Taste **MODE**, bis im Display der Hauptmodus mit **STEP**, Anzahl der Schritte und Uhrzeit angezeigt wird.

2. Gehen oder laufen Sie los. Im Display werden die Uhrzeit und die gezählten Schritte angezeigt.

Der Schrittzähler reagiert anfangs etwas verzögert, um nicht jeden „Schüttler“ als Schritt zu zählen und anzuzeigen. Erst wenn die Schritte regelmäßig erfolgen, zeigt er sie auch an und rechnet auch die bisher nicht angezeigten hinzu. Lassen Sie sich also nicht irritieren, wenn der angezeigte Wert plötzlich um 10 Schritte hochspringt. Es werden immer alle Schritte eines Tages gezählt. Wenn Sie pausieren, zählt der Schrittzähler immer von der zuletzt erfassten Schrittzahl weiter.

Trainingsdaten verwalten

Aktuelle Trainingsdaten ansehen

- ▷ Mit **MODE** können Sie zwischen den einzelnen gemessenen und ermittelten Trainingsdaten des aktuellen Tages wechseln. In der unteren Zeile steht jeweils die Uhrzeit. Jeweils um Mitternacht werden die aktuellen Daten automatisch in den 7-Tage-Speicher verschoben und die Anzeige der aktuellen Trainingsdaten auf Null gesetzt.

- STEP** Schrittzahl
 - KM** zurückgelegte Strecke
 - KCAL** verbrauchte Kalorien
 - FAT** verbranntes Fett (g)
- ▷ Um die Tageswerte auf Null zu setzen, halten Sie **RESET** für ca. 2 Sekunden gedrückt.

7-Tage-Trainingsdaten aufrufen

1. Wechseln Sie mit **MODE** zum 7-Tage-Speicher.
 2. Mit **SET** können Sie nacheinander die letzten 7 Tage aufrufen, um sich die Trainingsdaten anzeigen zu lassen. Die Nummer des angezeigten Tages erscheint unten rechts neben **MEM DAYS Before**.
 3. Mit **RESET** können Sie zwischen den verschiedenen Trainingsdaten des angezeigten Tages wechseln.
- ▷ Jeweils um Mitternacht werden die Daten des am längsten zurückliegenden Tages (Tag 7) automatisch gelöscht und die 7-Tages-Gesamtanzeige aktualisiert. Wenn Sie die Daten im 7-Tage-Speicher komplett löschen wollen, müssen Sie für einige Sekunden die Batterie entnehmen.
 - ▷ Mit **MODE** können Sie den 7-Tage-Speicher wieder verlassen.

- | | |
|--------------|---|
| MODE | • zwischen Anzeigen/Modi wechseln |
| SET | • Einstellungen starten (gedrückt halten)
• Wert übernehmen |
| RESET | • 7-Tage-Speicher durchsehen
• Wert ändern
• Wert auf Null setzen (gedrückt halten) |
| ST/SP | • Displaybeleuchtung aktivieren
• Stoppuhr starten/anhalten |

Trainingsziel vorgeben

Sie können die Anzahl der Schritte, die Sie an einem Tag zurücklegen wollen, vorgeben und mit dem Schrittzähler das Erreichen Ihres Ziels (Target) kontrollieren.

1. Halten Sie **ST/SP** für ca. 2 Sekunden gedrückt, um den Target-Modus **TG** aufzurufen. Voreingestellt sind 6.000 Schritte. Die 1.000-Ziffer blinkt.
 2. Mit **RESET** bzw. **ST/SP** können Sie zunächst die 1.000-Ziffer ändern. Bestätigen Sie mit **SET**. Die 10.000-Ziffer blinkt.
 3. Ändern Sie dann mit **RESET** bzw. **ST/SP** die 10.000-Ziffer. Bestätigen Sie mit **SET**. (Die 100-Ziffern können nicht geändert werden.) Die Anzeige springt in den Hauptmodus. Sobald 10% des eingegebenen Ziels erreicht sind, erscheint ein Target-Balken in der Anzeige.
- Bei Erreichen des Ziels ertönt für ca. 30 Sekunden ein Signalton.
 - ▷ Um den Signalton abzuschalten, drücken Sie eine beliebige Taste.
 - ▷ Um auch die gezählte Schrittzahl auf Null zu setzen, halten Sie **RESET** länger als 2 Sekunden gedrückt.

Stoppuhr verwenden

1. Um zur Stoppuhr zu wechseln, drücken Sie wiederholt **MODE**, bis im Display **STW** angezeigt wird.
2. Um die Zeitmessung zu starten, drücken Sie kurz **ST/SP**. Es ertönt ein kurzer Signalton. Die Beleuchtung geht an. Die Zeitmessung läuft.
3. Um die Zeitmessung zu unterbrechen, drücken Sie erneut **ST/SP**. Es ertönt ein kurzer Signalton. Die Zeitmessung stoppt.
4. Um die Zeitmessung fortzuführen, drücken Sie erneut **ST/SP**. Es ertönt ein kurzer Signalton. Die Zeitmessung läuft weiter.
5. Um die Zeitmessung zu beenden und den Wert auf Null zurückzusetzen, drücken Sie zuerst **ST/SP**, um die Zeitmessung zu stoppen, und dann **RESET**.

Technische Daten

Modell: 728 291
Batterie: 1x CR2032/3V (Li/MnO₂)
Nennenergie: 0,63 Wh
(nach UN 38.3 getestet)
Umgebungstemperatur: +10 bis +40 °C

Informationen zur beiliegenden Batterie

Hersteller: Changzhou Anyida Power Technology CO., LTD
No. 1 East Road, Lou Xia Industrial Park, Rulin Town, Jintan District, Changzhou, China
www.anyida-power.com
Email: zhaojj@anyida-power.com
Modell: Daily-max CR2032/3V
Herstellungsdatum: 2025/08
Made in: China



Artikelnummer:
728 291

Made exclusively for:
Tchibo GmbH,
Überseering 18, 22297 Hamburg, Germany
www.tchibo.de

Entsorgen

Der Artikel, seine Verpackung und die mitgelieferten Batterie wurden aus wertvollen Materialien hergestellt, die wiederverwertet werden können. Dies verringert den Abfall und schont die Umwelt.

Entsorgen Sie die **Verpackung** sortenrein. Nutzen Sie dafür die örtlichen Möglichkeiten zum Sammeln von Papier, Pappe und Leichtverpackungen.

 **Geräte, Batterien und Akkus** die mit diesem Symbol gekennzeichnet sind, dürfen nicht mit dem Hausmüll entsorgt werden!

Sie sind gesetzlich dazu verpflichtet, Altgeräte getrennt vom Hausmüll zu entsorgen. Elektrogeräte enthalten gefährliche Stoffe. Diese können bei unsachgemäßer Lagerung und Entsorgung der Umwelt und Gesundheit schaden. Informationen zu Sammelstellen, die Altgeräte kostenlos entgegennehmen, erhalten Sie bei Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung.

Leere Batterien und Akkus müssen bei einer Sammelstelle Ihrer Gemeinde- oder Stadtverwaltung oder beim batterievertreibenden Fachhandel abgegeben werden. Kleben Sie bei Lithium-Batterien/-Akkus die Kontakte vor dem Entsorgen ab.

Altgeräte aus privaten Haushalten können bei Sammelstellen der öffentlich-rechtlichen Entsorgungsträger oder bei von Tchibo im Sinne des ElektroG eingerichteten Rücknahmestellen unentgeltlich abgegeben werden. Rücknahmestellen in Ihrer Nähe finden Sie unter: www.take-e-back.de. Weitere Informationen zur kostenlosen Rückgabe von Elektroartikeln finden Sie unter www.tchibo.de/entsorgung



www.tchibo.de/anleitungen