

RENPHO

BRUGERMANUAL



SMART SJIPREB

Model: R-Q008

INDHOLD

DANSK 01-06

SUOMI 07-12

ÍSLENSKA 13-18

NORSK 19-24

SVENSKA 24-30

Tak, fordi du har købt RENPHO Smart sjippetov. For at sikre sikkerheden og undgå materielle skader, læs venligst denne manual omhyggeligt og gem den til senere brug.

VIGTIGE SIKKERHEDSINSTRUKTIONER

LÆS ALLE INSTRUKTIONER FØR BRUG.

1. Dette apparat er ikke beregnet til brug af personer (inklusive børn) med nedsatte fysiske, sensoriske eller mentale evner, eller mangel på erfaring og viden, medmindre de har været under opsyn eller instruktion i brugen af apparatet af en person, der er ansvarlig for deres sikkerhed.
2. Børn bør være under opsyn for at sikre, at de ikke leger med apparatet.

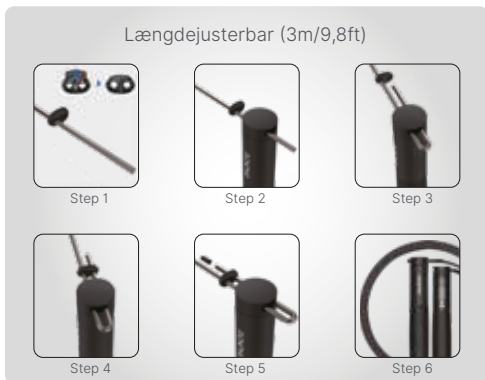
Om batteriet

1. Udsæt ikke apparatet eller batteriet for høje temperaturer.
2. Udskift alle batterier i et sæt på samme tid.
3. Forskellige typer batterier eller nye og brugte batterier må ikke blandes.
4. Brugte batterier skal fjernes fra apparatet og opbevares sikkert bortsikkert.
5. Hvis apparatet skal opbevares ubrugt i længere tid, vil batterierne fjernes.
6. Brug ikke modificerede eller beskadigede batterier.
7. Vær opmærksom på risikoen for terminaler på det batteridrevne apparat eller at batteriet kortsluttes af metalgenstande.
8. Dette apparat indeholder ikke-genopladelige batterier. Disse batterier er ikke at blive genopladet.
9. Isæt altid batterierne korrekt i henhold til polariteten (+ og -) markeret på batteriet og vægten.
10. Må ikke opvarmes, kortsluttes, tvinges ud af, indkapsles og/eller modificeres batterierne. Batterierne må ikke deformeres eller skilles ad.
11. Opbevar batterier utilgængeligt for børn.
12. Oplad ikke batterierne.
13. Svejs eller lod ikke direkte på batterier.
14. Smid ikke batterier i ild.
15. Lad ikke børn udskifte batterier uden opsyn af en voksen.
16. Opbevar ubrugte batterier i deres originale emballage væk fra metal. Hvis batterierne allerede er pakket ud, må de ikke blandes eller omgås.

GEM DISSE INSTRUKTIONER

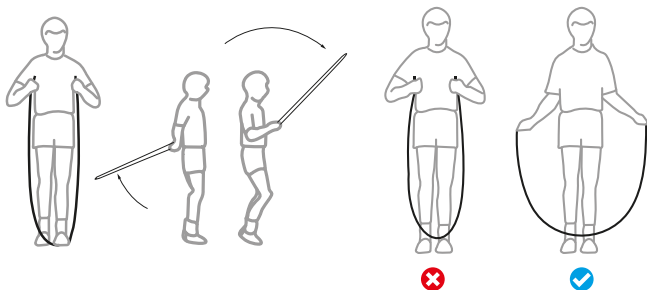
DL-01

1. Samling af sjippetov



2. Guiden til rebblængde

(1) Ret rebet ud til dine armhuler (som vist). Prøv at hoppe, og tjek om rebblængden er passende.

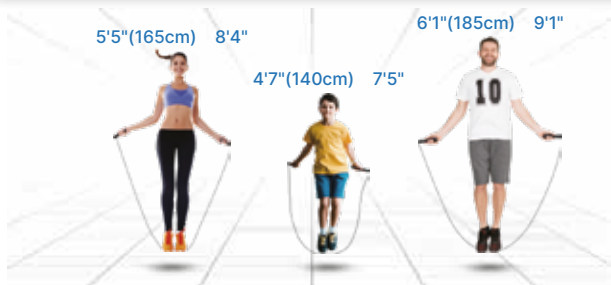


(2) Følg nedenstående skema for at justere rebblængden.

DIAGRAM FOR OPTIMAL SJPPEREVSLÆNGDE

Din højde	4'7" (140cm)	4'11" (150cm)	5'3" (160cm)	5'5" (165cm)	5'7" (170cm)	5'9" (175cm)
Reblængde	7'5" (226cm)	7'9" (236cm)	8'1" (246cm)	8'4" (254cm)	8'7" (261cm)	8'9" (266cm)

Din højde	5'11"(180cm)	6'1"(185cm)	6'3"(191cm)	6'5"(196cm)	6'7"(201cm)	6'9"(206cm)
Reb Længde	8'11"(271cm)	9'1"(276cm)	9'3"(281cm)	9'5"(287cm)	9'7"(292cm)	9'9"(297cm)



3. Batteriinstallation

*Batterier er inkluderet.

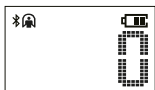
Tilstandsknap



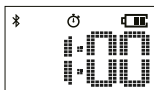
4. Operation

*Når batteriet er installeret, tændes sippetovet automatisk.

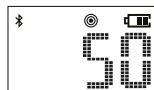
- Tryk kort på tilstandsknappen for at skifte mellem 3 tilstande.
- Langt tryk for at bekræfte tilstanden og når nedtællingen er i gang, eller Nedtællingstilstand for tal, tryk kort for at indstille målet.
- Tryk længe igen for at starte.



Gratis hop
(ingen nedtælling)



Tidsnedtælling



Tal Nedtælling

5. Brugervejledning til RENPHO Health-appen

Scan QR-koden nedenfor eller søg efter "RENPHO Sundhed" i Apple Store / Google Play for at downloade RENPHO Health-appen.

Systemkrav: iOS 12.0 eller nyere, Android 7.0 eller nyere.



Bemærk: Smart Jump Rope er nu kompatibel med RENPHOSundhedsappen, ikke Renpho Fit-



RENPHO Sundhed

RENPHO Sundhed



Note: På grund af løbende opdateringer og forbedringer kan "RENPHO Health"-appen se en smule anderledes ud.

Apple og Apple-logoet er varemærker tilhørende Apple Inc., registreret i USA og andre lande.

Google Play er et varemærke tilhørende Google LLC.

6. Ofte stillede spørgsmål

1. Hvordan slukker jeg for sjippetovet?

Lad sjippetovet gå i stå i 8 minutter, så går det automatisk ind i standbytilstand og derefter slukke efter 20 sekunder.

2. Hvordan kan jeg synkronisere mine overspringsdata med Renpho Health-appen?

en. Tænd sjippetovet.

b. Aktivér din telefons Bluetooth, og hold din telefon inden for 1 meters afstand fra sjippetovet. (Ingen matchkode kræves)

c. Åbn RENPHO Health-appen, og tryk på "Par".

d. Når parringen er gennemført, synkroniseres dataene automatisk.

Note: Hvis du er bundet før, kan du blot gentage trin a og b for at synkronisere dataene med RENPHO Health-appen.

3. Kan jeg sænke bilyden fra sjippetovet?

Hvis sjippetovet er forbundet til appen via Bluetooth, kan du manuelt Sluk eller TIL bilyden på "Indstillingssiden" i RENPHO Sundhedsapp.

4. Hvad skal jeg være opmærksom på, når jeg bruger sjippetovet?

- For at undgå skader, brug venligst ikke rebet på ujævnt eller sandet underlagjord som betongulve, brostensbelagte veje.
- Undgå "fancy sjipning" eller "cross rope sjipning" i tilfælde af at du bliversammenfiltrede eller tællende fejl.

5. Hvorfor går mine data tabt, når jeg uploader data til appen?

- Batterierne er fjernet, eller batteridækslet er løst. Når hoppet er afsluttet Hvis rebet ikke drives af batterierne, slettes dataene. Synkroniser venligst dataene med appen, før du fjerner batterierne.
- Kunne ikke gemme data. For at undgå datatab skal du trykke på tilstandsknappen og holde den nede i 3 sekunder for at gemme data, når Free Jump-tilstanden slutter.
- Hukommelse overskredet. Hvert sjippetov kan gemme 90-100 data. Når det er overskredet, dækker det automatisk de første data efter hinanden.

RENPHO er dedikeret til at beskytte miljøet ved at reducere papirforbruget. Se og download den fulde version af den elektroniske brugermanual ved at scanne den.

QR-koden eller indtast URL'en nedenfor.



<https://renpho.com/pages/smart-skipping-rope-user-manual>

Garantipolitik

Dit køb af RENPHO-produkter er dækket af en begrænset garanti på to år. producentgaranti fra leveringsdatoen.

For garantivilkår, besøg venligst:

<https://renpho.com/pages/warranty-terms-and-conditions>

Bemærk: Produktregistrering er ikke påkrævet for garantien. Hvis du vælger ikke at registrere dit produkt, vil det ikke forringe produktets værdi.garanti.

Kundeservice

Du er velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål eller bekymringer. RENPHO kundeserviceteam garanterer hurtig respons og problemfri løsninger på ethvert problem, du måtte have inden for åbningstiden.



TLF: +1(844) 417 0149 (USA og Canada)

Mandag-fredag 9:00-16:30

1800MY RENPHO (1800 69 7367) (KUN AUSTRALIEN)

Mandag-fredag 9:00-18:00 (AEST)

+44(0)7434 666088 (KUN STORBRITANNIEN)

Mandag-fredag 9:00-17:00 (GMT)



E-mail: support@renpho.com (USA og Canada)

support-au@renpho.com (AU)

support-eu@renpho.com (Storbritannien og EU)

*Vedrørende defekte produkter eller returnering af varer, bedes du kontakte os med dit ordrenummer inden for den angivne garantiperiode. MÅ IKKE kasseresaf eventuelle produktdele, da de måtte være nødvendige til inspektion/reparation.

Kiitos, että ostit RENPHO Smart Jump Rope -hyppynarun. Turvallisuuden varmistamiseksi ja omaisuusvahinkojen välttämiseksi luetämä käyttöohje huolellisesti ja säilytä se myöhempää tarvetta varten.

TÄRKEITÄ TURVALLISUUSOHJEITA

LUE KAIKKI OHJEET ENNEN KÄYTTÖÄ.

1. Tätä laitetta ei ole tarkoitettu henkilöiden (mukaan lukien lasten) käyttöönjoilla on heikentyneet fyysiset, aistilliset tai henkiset kyvyt tai joiden kokemusta ja tietoa, elleivät he ole saaneet siitä valvontaa tailaitteen käyttöä koskevat ohjeet on antanut heidän turvallisuudestaan vastaava henkilö.
2. Lapsia on valvottava, jotta varmistetaan, etteivät he leiki laitteella.laite.

Tietoja akusta

1. Älä altista laitetta tai akkua liian korkeille lämpötiloille.
2. Vaihda kaikki sarjan paristot samanaikaisesti.
3. Erilaisia paristoja tai uusia ja käytettyjä paristoja ei saasekoitettu.
4. Tyhjentyneet paristot on poistettava laitteesta ja hävitettävä turvallisesti-hävitetty.
5. Jos laitetta säilytetään käyttämättömänä pitkään, paristot on vaihdettava.tulisi poistaa.
6. Älä käytä muunneltuja tai vaurioituneita akkuja.
7. Ole tietoinen paristokäyttöisen laitteen napojen tai liittimien aiheuttamisesta vaaroista.akun oikosulku metalliesineiden vuoksi.
8. Tämä laite sisältää kertakäyttöparistoja, ja nämä paristot ovatei saa ladata uudelleen.
9. Aseta paristot aina oikein päin napaisuuden (+ ja -) mukaisesti.merkitty paristoon ja vaa'aan.
10. Älä kuumenna, oikosulje, pakota purkamaan, kapseloi ja/tai muokkaaparistoja. Älä väännä tai pura paristoja.
11. Pidä paristot poissa lasten ulottuvilta.
12. Älä lataa akkuja.
13. Älä hitsaa tai juota suoraan akkuihin.
14. Älä hävitä paristoja tulessa.
15. Älä anna lasten vaihtaa paristoja ilman aikuisen valvontaa.
16. Säilytä käyttämättömät paristot alkuperäispakkauksessaan erillään metalliosista.esineitä. Jos paristot on jo purettu pakkauksesta, älä sekoita niitä keskenään.

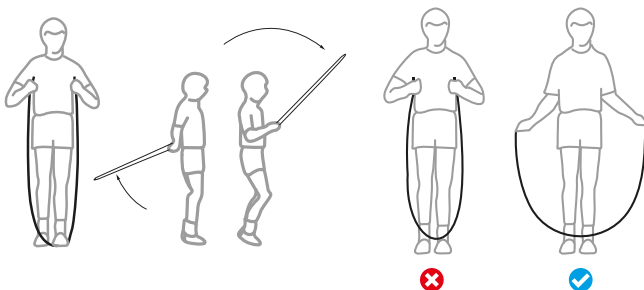
SÄILYTÄ NÄMÄ OHJEET

1. Hyppynarun kokoaminen



2. Köyden pituuden opas

(1) Oikaise köysi kainaloihisi (kuten kuvassa). Kokeile hypätä ja tarkista, onko köyden pituus sopiva.

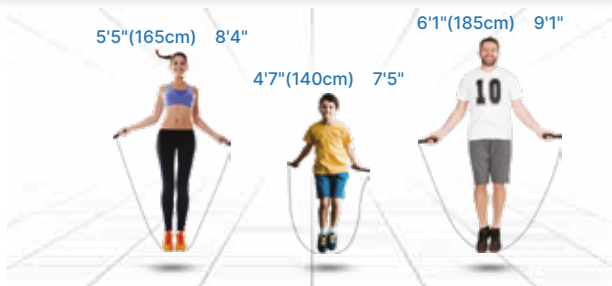


(2) Säädä köyden pituutta alla olevan taulukon mukaisesti.

OPTIMAALINEN HYPPYNARU PITUUS -TAULUKKO

Pituutesi	4'7" (140cm)	4'11" (150cm)	5'3" (160cm)	5'5" (165cm)	5'7" (170cm)	5'9" (175cm)
Köyden pituus	7'5" (226cm)	7'9" (236cm)	8'1" (246cm)	8'4" (254cm)	8'7" (261cm)	8'9" (266cm)

Pituutesi	5'11"(180cm)	6'1"(185cm)	6'3"(191cm)	6'5"(196cm)	6'7"(201cm)	6'9"(206cm)
Köysi Pituus	8'11"(271cm)	9'1"(276cm)	9'3"(281cm)	9'5"(287cm)	9'7"(292cm)	9'9"(297cm)



3. Akun asennus

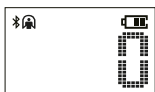
*Paristot sisältyvät hintaan.



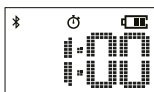
4. Käyttö

*Kun pariston asennus on valmis, hyppynaru käynnistyy automaattisesti.

- Paina tilapainiketta lyhyesti selataksesi kolmen tilan välillä.
- Pitkä painallus vahvistaa tilan ja ajanlaskennan aikana tainumeroiden lähtölaskentatila, lyhyt painallus tavoitteen asettamiseksi.
- Aloita painamalla uudelleen pitkään.



Vapaa hyppy
(ei lähtölaskentaa)



Aikalaskenta



Numerot
Countdown

5. RENPHO Health -sovelluksen käyttöopas

Skannaa alla oleva QR-koodi tai hae "RENPHO Health" Apple Storesta / Google Playsta ladataksesi RENPHO Health -sovelluksen.

Järjestelmävaatimukset: iOS 12.0 tai uudempi, Android 7.0 tai uudempi.



Huomautus: Smart Jump Rope on nyt yhteensopiva RENPHO:n kanssa Terveyssovellus, ei



RENPHO Health

RENPHO Health



Huomautus: Jatkuvien päivitysten ja parannusten vuoksi "RENPHO Health" -sovellus saattaa näyttää hieman erilaiselta.

Apple ja Apple-logo ovat Apple Inc:n tavaramerkkejä, jotka on rekisteröity Yhdysvalloissa ja muissa maissa.

Google Play on Google LLC:n tavaramerkki.

6. Usein kysytyt kysymykset

1. Miten hyppynaru sammutetaan?

Anna hyppynarun olla käyttämättä 8 minuuttia, niin se siirtyy automaattisesti asentoonvalmiustilaan ja sammuu sitten 20 sekunnin kuluttua.

2. Miten voin synkronoida hyppytietoni Renpho Health -sovellukseen?

a. Kytke hyppynaru päälle.

b. Aktivoi puhelimesi Bluetooth ja pidä puhelinta 1 metrin säteellähyppynarulla. (Ottelukoodia ei tarvita)

n.Avaa RENPHO Health -sovellus ja napauta "Yhdistä".

d.Kun pariliitos on muodostettu onnistuneesti, tiedot synkronoidaan automaattisesti.

Huomautus: Jos olet aiemmin sidonnut, voit toistaa vaiheet a ja b synkronoidaksesi tiedot RENPHO Health-sovellukseen.

3. Voinko hiljentää hyppynarun piippauksen ääntä?

Jos hyppynaru on yhdistetty sovellukseen Bluetoothin kautta, voit manuaalisesti kytkeä piippausääni päälle tai pois RENPHO:n "Asetukset"-sivulla Terveyssovellus.

4. Mihin minun tulisi kiinnittää huomiota hyppynarua käyttäessäni?

- a. Vaurioiden välttämiseksi älä käytä köyttä karkealla tai hiekkaisella alustallamaa kuten betonilattiat, mukulakivikadut
- b. Vältä "hienoa hyppyä" tai "köyden yli hyppimistä", jos joudutsoitkuisia tai laskuvirheitä.

5. Miksi tietoni katoavat, kun lataan niitä sovellukseen?

- a. Paristot on poistettu tai paristokotelon kansi on löysällä. Kun hyppy on valmis Jos köysi ei saa virtaa paristoista, tiedot tyhjentyvät. Synkronoi tiedot sovellukseen ennen paristojen irrottamista.
- b. Tietojen tallennus epäonnistui. Vältä tietojen menetys pitämällä tilapainiketta painettuna 3 sekunnin ajan tallentaaksesi tiedot, kun vapaahyppytila päättyy.
- n. Muisti ylitetty. Jokainen hyppynaru voi tallentaa 90–100 dataa. Kun muisti ylittyy, se peittää automaattisesti ensimmäiset tiedot peräkkäin.

RENPHO on omistautunut ympäristön suojelemiselle vähentämällä paperinkulutusta. Voit tarkastella ja ladata sähköisen käyttöoppaan täysversion skannaamalla sen.

QR-koodilla tai syöttämällä alla olevan URL-osoitteen.



<https://renpho.com/pages/smart-skipping-rope-user-manual>

Takuukäytäntö

RENPHO-tuotteesi ostoksella on kahden vuoden takuu.rajoitettu valmistajan takuu toimituspäivästä lukien.

Takuuehdot löytyvät osoitteesta:

<https://renpho.com/pages/warranty-terms-and-conditions>

Huomautus: Tuotteen rekisteröinti ei ole takuun edellytys.

Vaikka et rekisteröisi tuotettasi, se ei vähennätuotteen takuu.

Asiakaspalvelu

Ota rohkeasti yhteyttä, jos sinulla on kysyttävää tai huolenaiheita. RENPHO:n asiakaspalvelutiimi takaa nopean vastauksen ja vaivattomia ratkaisuja kaikkiin ongelmiisi aukioloaikojen sisällä.



PUH: +1(844) 417 0149 (Yhdysvallat ja Kanada)

Maanantai–perjantai klo 9.00–16.30

1800MY RENPHO (1800 69 7367) (VAIN AUSTRALIA)

Maanantai–perjantai 9.00–18.00 (AEST)

+44(0)7434 666088 (VAIN Iso-Britannia)

Maanantai–perjantai klo 9.00–17.00 (GMT)



Sähköposti: support@renpho.com (Yhdysvallat ja Kanada)

support-au@renpho.com (Australia)

support-eu@renpho.com (Iso-Britannia ja EU)

*Viallisten tuotteiden tai palautuksen yhteydessä ota meihin yhteyttä tilausnumerosi määritetyn takuuajan sisällä. ÄLÄ hävitäkaikista tuotteen osista, koska niitä saatetaan tarvita tarkastusta/korjausta varten.

**Þakka þér fyrir að kaupa RENPHO snjallstöckkreipið.
Til að tryggja öryggi og koma í veg fyrir eignatjón, vinsamlegast
lestu þessa handbók vandlega og geymið hana til síðari viðmiðunar.**

MIKILVÆGAR ÖRYGGISLEIÐBEININGAR

LESIÐ ALLAR LEIÐBEININGAR ÁÐUR EN ÞAÐ ER NOTKUN.

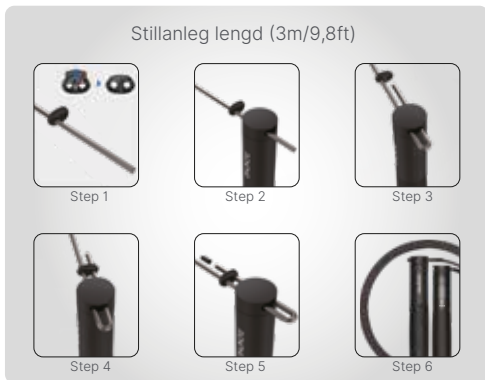
1. Þetta tæki er ekki ætlað til notkunar af einstaklingum (þar með talið börnum) með skerta líkamlega, skynjunar- eða andlega getu, eða skort á reynslu og þekkingu, nema þeir hafi verið undir eftirliti eðaleiðbeiningar varðandi notkun tækisins frá einstaklingi sem ber ábyrgð á öryggi þeirra.
2. Börn ættu að vera undir eftirliti til að tryggja að þau leiki sér ekki með tæki.

Um rafhlöðuna

1. Ekki láta tækið eða rafhlöðuna verða fyrir miklum hita.
2. Skiptu um allar rafhlöður í setti í einu.
3. Ekki má nota mismunandi gerðir af rafhlöðum eða nýjar og notaðar rafhlöður. Blandað.
4. Tæmdar rafhlöður skal fjarlægja úr tækinu og geyma á öruggan háttfargað.
5. Ef tækið á að vera geymt ónotað í langan tíma, þá geta rafhlöðurnar tæmst. ætti að fjarlægja.
6. Notið ekki breyttar eða skemmdar rafhlöður.
7. Verið meðvituð um hættuna á skautum rafhlöðutækisins eðaskammhlaup í rafhlöðu vegna málmhluta.
8. Þetta tæki inniheldur rafhlöður sem ekki er hægt að endurhlaða, þessar rafhlöður eruekki til að endurhlaða.
9. Setjið rafhlöður alltaf í rétta pólun (+ og -)merkt á rafhlöðunni og kvarðanum.
10. Ekki hita, valda skammhlaupi, þvinga úthleðslu, innhylla og/eða breytarafhlöðurnar. Ekki afmynda eða taka rafhlöðurnar í sundur.
11. Geymið rafhlöður þar sem börn ná ekki til.
12. Ekki hlaða rafhlöðurnar.
13. Ekki suða eða lóða beint á rafhlöður.
14. Ekki farga rafhlöðum í eld.
15. Leyfið ekki börnum að skipta um rafhlöður án eftirlits fullorðinna.
16. Geymið ónotaðar rafhlöður í upprunalegum umbúðum fjarri málm. Ef rafhlöður eru þegar úr umbúðum má ekki blanda þeim saman eða rugla þeim saman.

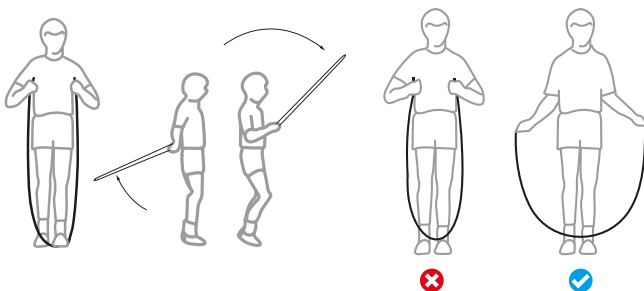
GEYMIÐ ÞESSAR LEIÐBEININGAR

1. Samsetning hoppreipis



2. Leiðbeiningar um lengd reipis

(1) Réttu reipið að handarkrikunum (eins og sýnt er). Prófaðu að hoppa og athugaðu hvort reipið sé hæfilegt.

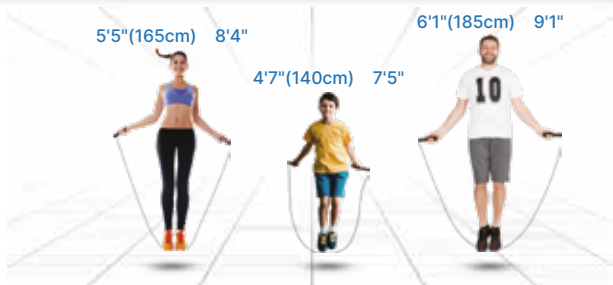


(2) Vinsamlegast fylgið töflunni hér að neðan til að stilla lengd reipisins.

Tafla yfir bestu lengd hoppareipis

Hæð þin	4'7" (140cm)	4'11" (150cm)	5'3" (160cm)	5'5" (165cm)	5'7" (170cm)	5'9" (175cm)
Lengd reipis	7'5" (226cm)	7'9" (236cm)	8'1" (246cm)	8'4" (254cm)	8'7" (261cm)	8'9" (266cm)

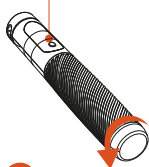
Hæð þín	5'11"(180cm)	6'1"(185cm)	6'3"(191cm)	6'5"(196cm)	6'7"(201cm)	6'9"(206cm)
Reipi Lengd	8'11"(271cm)	9'1"(276cm)	9'3"(281cm)	9'5"(287cm)	9'7"(292cm)	9'9"(297cm)



3. Uppsetning rafhlöðu

*Rafhlöður fylgja með.

Stillingarhnappur



1



2

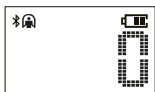


3

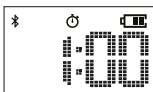
4. Aðgerð

*Þegar rafhlöðunni er lokið kviknar sjálfkrafa á stökkreipinu.

- Ýttu stutt á Stillingarhnappinn til að skipta á milli þriggja stillinga.
- Haltu inni til að staðfesta stillinguna og þegar niðurtalning eða Niðurtalningastilling, ýttu stutt á til að stilla markmiðið.
- Haltu aftur inni til að byrja.



Ókeypis stökk
(engin niðurtalning)



Tímatalning

IS-15



Tölur Taling

5. Leiðbeiningar um notkun RENPHO heilbrigðisappsins

Skannaðu QR kóðann hér að neðan eða leitaðu að „RENPHO Heilbrigði„ í Apple Store / Google Play til að sækja RENPHO Health appið.

Kerfiskröfur: iOS 12.0 eða nýrri, Android 7.0 eða nýrri.



Athugið: Snjallstökkreipi er nú samhæft við RENPHO Heilsuappið, ekki Renpho Fit appið.



RENPHO Heilbrigði

RENPHO Heilbrigði



Athugið: Vegna stöðugra uppfærslna og úrbóta gæti „RENPHO Health“ appið litið aðeins öðruvísi út.

Apple og Apple-merkið eru vörumerki Apple Inc., skráð í Bandaríkjunum og öðrum löndum.

Google Play er vörumerki Google LLC.

6. Algengar spurningar

1. Hvernig slökkva ég á stökkreipinu?

Láttu stökkreipið vera óhreyft í 8 mínútur og það fer sjálfkrafa inn í biðstöðu og slokknar síðan á sér eftir 20 sekúndur.

2. Hvernig get ég samstillt gögnin mín um slepp við Renpho Health appið?

- Kveiktu á stökkreipinu.
- Virkjaðu Bluetooth-tengingu símans og haltu símanum innan við 1 metra fjarlægð frá stökkreipinu. (Engin samkeppnisgóði nauðsynlegur)
- Opnaðu RENPHO heilsuappið og pikkaðu á „Para“.
- Þegar þörun hefur tekist verða gögnin sjálfkrafa samstillt.

Athugið: Ef þú hefur verið bundinn áður geturðu einfaldlega endurtekið skref a og b til að samstillja gögnin við RENPHO heilsuforritið.

3. Get ég lækkað píphljóðið í stökkreipinu?

Ef stökkreipið er tengt við appið í gegnum Bluetooth geturðu handvirkt-

slökkva eða kveikja á píphljóðinu á „Stillingarsíðunni“ í RENPHO Heilsuforrit.

4. Hvað ætti ég að hafa í huga þegar ég nota stökkreiðið?

- a. Til að forðast skemmdir, vinsamlegast notið ekki reiðið á ójöfnum eða sandkenndum svæðumjörð eins og steypugólf, hellulagðar götur.
- b. Forðist að „snilldarstökk“ eða „krossstökk“ ef ske kynni að þú lendir í vandræðumflækjur eða talningarvillur.

5. Af hverju glatast gögnin mín þegar ég hleð gögnum inn í appið?

- a. Rafhlöðurnar eru fjarlægðar eða rafhlöðulokið er laust. Þegar stökkið er lokið Ef reiðið er ekki knúið af rafhlöðum verða gögnin hreinsuð. Vinsamlegast samstilltu gögnin við appið áður en rafhlöðurnar eru fjarlægðar.
- b. Mistókst að vista gögn. Til að forðast gagnatap skaltu halda inni stillingarhnappinum í 3 sekúndur til að vista gögn þegar frístökkstillingunni lýkur.
- c. Minni náð. Hvert hoppreið getur geymt 90-100 gögn. Þegar því er náð mun það sjálfkrafa hylja fyrstu gögnin, hvert á fætur öðru.

RENPHO leggur áherslu á að vernda umhverfið með því að draga úr pappírnotkun. Skoðuðu og sæktu alla útgáfuna af rafrænu notendahandbókinni með því að skanna hana.

QR kóðann eða slá inn slóðina hér að neðan.



<https://renpho.com/pages/smart-skipping-rope-user-manual>

Ábyrgðarstefna

Kaup þín á RENPHO vöru eru tryggð með tveggja ára ábyrgð.takmörkuð ábyrgð framleiðanda frá afhendingardegi.

Fyrir ábyrgðarskilmála, vinsamlegast farðu á:

<https://renpho.com/pages/warranty-terms-and-conditions>

Athugið: Skráning vöru er ekki nauðsynleg til að tryggja ábyrgðina. Ef þú velur að skrá ekki vöruna þína, mun það ekki draga úrábyrgð á vöru.

Þjónusta við viðskiptavini

Hafðu samband við okkur ef þú hefur einhverjar spurningar eða áhyggjur. Þjónustuver RENPHO tryggir skjót viðbrögð og Vandræðalausar lausnir á öllum vandamálum sem þú gætir lent í innan opnunartíma.



SÍMI: +1(844) 417 0149 (Bandaríkin og Kanada)

Mánudaga til föstudaga kl. 9:00-16:30

1800MY RENPHO (1800 69 7367) (AÐEINS Ástralía)

Mánudaga til föstudaga kl. 9:00-18:00 (AEST)

+44(0)7434 666088 (AÐEINS Í BRETLANDI)

Mánudaga til föstudaga kl. 9:00 til 17:00 (GMT)



Netfang: support@renpho.com (Bandaríkin og Kanada)

support-au@renpho.com (Ástralía)

support-eu@renpho.com (Bretland og ESB)

*Vegna gallaðra vara eða skila á vörum, vinsamlegast hafið samband við okkur pöntunarnúmerið þitt innan tilgreinds ábyrgðartímabils. EKKI fargaá öllum vöruhlutum þar sem þeirra kann að vera þörf vegna skoðunar/viðgerðar.

Takk for at du kjøpte RENPHO Smart Jump Rope.
For å sikre sikkerheten og unngå skade på eiendom, vennligst les denne håndboken nøye og ta vare på den for senere referanse.

VIKTIGE SIKKERHETSINSTRUKSJONER

LES ALLE INSTRUKSJONER FØR BRUK.

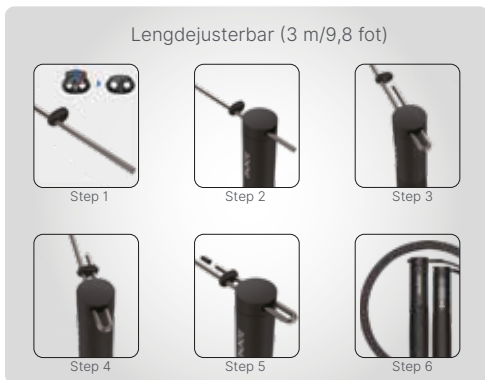
1. Dette apparatet er ikke beregnet for bruk av personer (inkludert barn) med reduserte fysiske, sensoriske eller mentale evner, eller mangel på erfaring og kunnskap, med mindre de har blitt gitt veiledning eller instruksjoner om bruk av apparatet av en person som er ansvarlig for deres sikkerhet.
2. Barn bør holdes under oppsyn for å sikre at de ikke leker med apparatet.

Om batteriet

1. Ikke utsett apparatet eller batteriet for høye temperaturer.
2. Bytt alle batteriene i et sett samtidig.
3. Ulike typer batterier eller nye og brukte batterier skal ikke blandet.
4. Utbrukte batterier skal fjernes fra apparatet og oppbevares på en sikker måte avhendet.
5. Hvis apparatet skal oppbevares ubrukt over lengre tid, vil batteriene bør fjernes.
6. Ikke bruk modifiserte eller skadede batterier.
7. Vær oppmerksom på risikoen for at polene på det batteridrevne apparatet eller at batteriet kortsluttes av metallgjenstander.
8. Dette apparatet inneholder ikke-oppladbare batterier. Disse batteriene er ikke skal lades opp igjen.
9. Sett alltid inn batteriene riktig i henhold til polariteten (+ og -) merket på batteriet og vekten.
10. Ikke varm opp, kortslutt, tving utlading, innkapsling og/eller modifier batteriene. Ikke deformer eller demonter batteriene.
11. Oppbevar batterier utilgjengelig for barn.
12. Ikke lad batteriene.
13. Ikke sveis eller lodd direkte på batterier.
14. Ikke kast batterier i ild.
15. Ikke la barn bytte batterier uten tilsyn av voksne.
16. Oppbevar ubrukte batterier i originalemballasjen, unna metallgjenstander. Ikke bland eller bland batterier hvis de allerede er pakket ut.

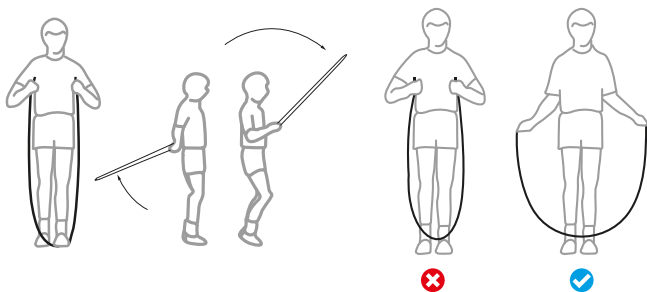
TA VARE PÅ DISSE INSTRUKSJONENE

1. Montering av hoppetau



2. Guiden til taulengde

(1) Rett tauet ut til armhulene (som vist). Prøv å hoppe og sjekk om taulengden er passende.

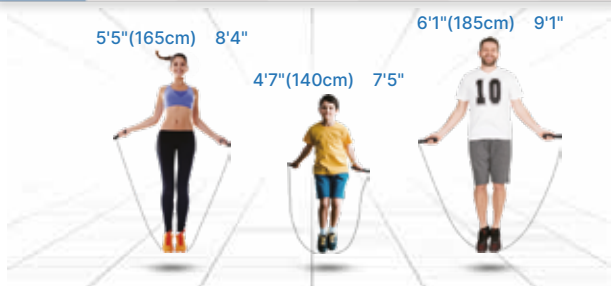


(2) Følg tabellen nedenfor for å justere taulengden.

TABLETTER FOR OPTIMAL HOPPETAULENDE

Din høyde	4'7" (140cm)	4'11" (150cm)	5'3" (160cm)	5'5" (165cm)	5'7" (170cm)	5'9" (175cm)
Taulengde	7'5" (226cm)	7'9" (236cm)	8'1" (246cm)	8'4" (254cm)	8'7" (261cm)	8'9" (266cm)

Din høyde	5'11"(180cm)	6'1"(185cm)	6'3"(191cm)	6'5"(196cm)	6'7"(201cm)	6'9"(206cm)
Tau Lengde	8'11"(271cm)	9'1"(276cm)	9'3"(281cm)	9'5"(287cm)	9'7"(292cm)	9'9"(297cm)



3. Oppsetning rafhlöðu

*Batterier er inkludert.

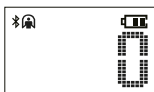
Modusknapp



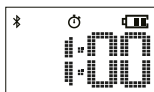
4. Operasjon

*Når batteriinstallasjonen er fullført, vil hoppetauet slå seg på automatisk.

- Trykk kort på modusknappen for å bla gjennom 3 moduser.
- Langt trykk for å bekrefte modusen og når nedtellingen er i gang, ellernedtellingsmodus for tall, trykk kort for å angi målet.
- Trykk lenge igjen for å starte.



Gratis hopp
(ingen nedtelling)



Tidsnedtelling



Tallnedtelling

5. Brukerveiledning for RENPHO Health-appen

Skann QR-koden nedenfor eller søk etter «RENPHO Helse» i Apple Store / Google Play for å laste ned RENPHO Health-appen.

Systemkrav: iOS 12.0 eller nyere, Android 7.0 eller nyere.



Merk: Smart Jump Rope er nå kompatibel med RENPHOHelseappen, ikke Renpho Fit-



RENPHO Helse

RENPHO Helse



Note: På grunn av kontinuerlige oppdateringer og forbedringer kan «RENPHO Health»-appen se litt annerledes ut.

Apple og Apple-logoen er varemerker for Apple Inc., registrert i USA og andre land.

Google Play er et varemerke for Google LLC.

6. Vanlige spørsmål

1. Hvordan slår jeg AV hoppetauet?

La hoppetauet gå i tomgang i 8 minutter, så vil det automatisk gå inn i standby-modus og deretter slå av etter 20 sekunder.

2. Hvordan kan jeg synkronisere dataene mine om å hoppe over med Renpho Health-appen?

a. Slå på hoppetauet.

b. Aktiver telefonens Bluetooth og hold telefonen innenfor 1 meters avstand fra hoppetauet. (Ingen kampkode kreves)

c. Åpne RENPHO Health-appen og trykk på «Par».

d. Når paringen er vellykket, synkroniseres dataene automatisk.

Note: Hvis du er bundet tidligere, kan du bare gjenta trinn a og b for å synkronisere dataene med RENPHO Health-appen.

3. Kan jeg senke pipelyden fra hoppetauet?

Hvis hoppetauet er koblet til appen via Bluetooth, kan du manuelt slå AV

eller PÅ pipelyden på «Innstillingssiden» til RENPHO Helseapp.

4. Hva bør jeg være oppmerksom på når jeg bruker hoppetauet?

- a. For å unngå skade, vennligst ikke bruk tauet på ujevnt eller sandete underlagbakken som betonggulv, brosteinsveier.
- b. Unngå «fancy skipping» eller «cross tau hopping» i tilfelle du får sammenfiltrede eller tellefeil.

5. Hvorfor går dataene mine tapt når jeg laster opp data til appen?

- a. Batteriene er fjernet, eller batteridekselet er løst. Når hoppet er fullført
Hvis tauet ikke drives av batteriene, vil dataene bli slettet. Vennligst synkroniser dataene med appen før du tar ut batteriene.
- b. Kunne ikke lagre data. For å unngå datatap, trykk og hold inne modusknappen i 3 sekunder for å lagre data når frihoppmodusen er avsluttet.
- c. Minne overskredet. Hvert hoppetau kan lagre 90–100 data. Når det er overskredet, vil det automatisk dekke de første dataene etter hverandre.

RENPHO er dedikert til å beskytte miljøet ved å redusere papirforbruket. Se og last ned den fullstendige versjonen av den elektroniske brukerhåndboken ved å skanne den. QR-koden eller skriv inn URL-en nedenfor.



<https://renpho.com/pages/smart-skipping-rope-user-manual>

Garantipolicy

Dit kjøb af RENPHO-produkter er dækket af en begrænset producentgaranti på to år fra leveringsdatoen.

For garantivilkår, besøg venligst:

<https://renpho.com/pages/warranty-terms-and-conditions>

Bemærk: Produktregistrering er ikke påkrævet for garantien.

Hvis du vælger ikke at registrere dit produkt, vil det ikke forringe produktgarantien.

Kundeservice

Ta gjerne kontakt med oss hvis du har spørsmål eller bekymringer. RENPHO kundeserviceteam garanterer rask respons og problemfrie løsninger på ethvert problem du måtte ha innen åpningstiden.

 **TLF: +1(844) 417 0149 (USA og Canada)**

Mandag–fredag 09:00–16:30

1800MY RENPHO (1800 69 7367) (KUN AUSTRALIA)

Mandag–fredag 09:00–18:00 (AEST)

+44(0)7434 666088 (KUN STORBRITANNIA)

Mandag–fredag 09:00–17:00 (GMT)

 **E-post:** support@renpho.com (USA og Canada)

support-au@renpho.com (AU)

support-eu@renpho.com (Storbritannia og EU)

*Ved defekte produkter eller retur av varer, vennligst kontakt oss med ordrenummeret ditt innen den angitte garantiperioden. IKKE kastav eventuelle produktdele ettersom de kan være nødvendige for inspeksjon/repasasjon.

**Tack för att du köpte RENPHO Smart Jump Rope.
För att garantera säkerheten och undvika skador på egendom,
vänligen läsdenna manual noggrant och spara den för framtida
bruk.**

VIKTIGA SÄKERHETSINSTRUKTIONER

LÄS ALLA INSTRUKTIONER FÖRE ANVÄNDNING.

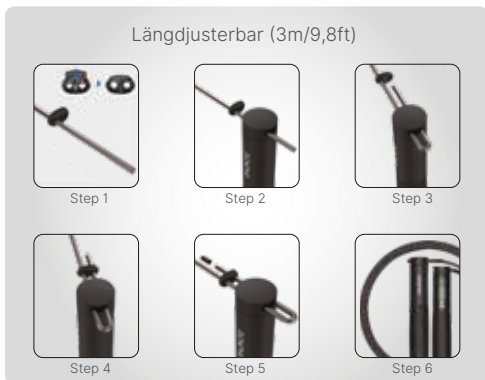
1. Denna apparat är inte avsedd att användas av personer (inklusive barn) med nedsatt fysisk, sensorisk eller mental förmåga, eller brist på erfarenhet och kunskap, såvida de inte har stått under handledning eller instruktioner om användning av apparaten av en person som ansvarar för deras säkerhet.
2. Barn bör övervakas för att säkerställa att de inte leker med apparaten.

Om batteriet

1. Utsätt inte apparaten eller batteriet för höga temperaturer.
2. Byt alla batterier i en uppsättning samtidigt.
3. Olika typer av batterier eller nya och begagnade batterier får inte användas blandad.
4. Urladdade batterier ska tas ur apparaten och på ett säkert sätt bortskaffas.
5. Om apparaten ska förvaras oanvänd under en längre tid, kommer batterierna att tas bort.
6. Använd inte modifierade eller skadade batterier.
7. Var medveten om risken för att polerna på den batteridrivna apparaten eller att batteriet kortsluts av metallföremål.
8. Denna apparat innehåller icke-uppladdningsbara batterier, dessa batterier är inte att laddas om.
9. Sätt alltid i batterierna korrekt enligt polariteten (+ och -) markerat på batteriet och vågen.
10. Värm inte upp, kortslut inte, urladda inte med våld, inkapsla inte och/eller modifiera inte batterierna. Deformera eller demontera inte batterierna.
11. Förvara batterier utom räckhåll för barn.
12. Ladda inte batterierna.
13. Svetsa eller löd inte direkt på batterier.
14. Släng inte batterier i eld.
15. Låt inte barn byta batterier utan vuxenövervakning.
16. Förvara oanvända batterier i originalförpackningen, borta från metallföremål. Blanda inte batterier om de redan är uppackade.

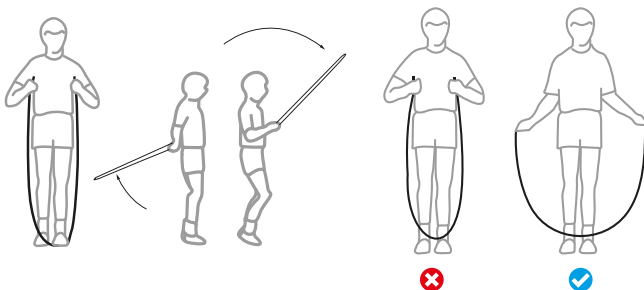
SPARA DESSA INSTRUKTIONER

1. Hopprepsmontering



2. Guiden till replängd

(1) Räta ut repet till armhålorna (som visas). Försök hoppa och kontrollera om replängden är lämplig.

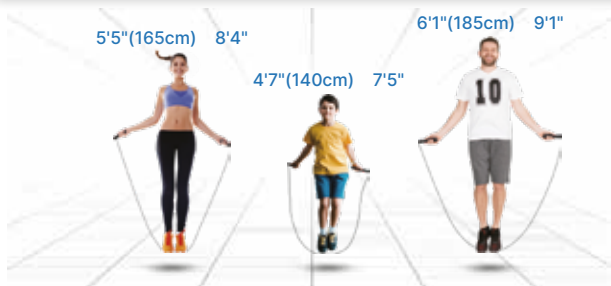


(2) Följ tabellen nedan för att justera replängden.

TABLETTER ÖVER OPTIMALA HOPPREPSLÄNGDER

Din längd	4'7" (140cm)	4'11" (150cm)	5'3" (160cm)	5'5" (165cm)	5'7" (170cm)	5'9" (175cm)
Replängd	7'5" (226cm)	7'9" (236cm)	8'1" (246cm)	8'4" (254cm)	8'7" (261cm)	8'9" (266cm)

Din längd	5'11"(180cm)	6'1"(185cm)	6'3"(191cm)	6'5"(196cm)	6'7"(201cm)	6'9"(206cm)
Rep Längd	8'11"(271cm)	9'1"(276cm)	9'3"(281cm)	9'5"(287cm)	9'7"(292cm)	9'9"(297cm)



3. Batteriinstallation

*Batterier ingår.

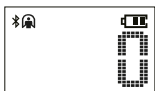
Lägesknapp



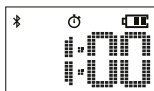
4. Drift

*När batteriinstallationen är klar slås hopprepet på automatiskt.

- Tryck kort på lägesknappen för att växla mellan 3 lägen.
- Långt tryck för att bekräfta läget och när nedräkningen är igång eller nedräkningsläge för siffror, tryck kort för att ställa in målet.
- Långt tryck igen för att komma igång.



Gratis hopp
(ingen nedräkning)



Tidsnedräkning



Nummernedräkning

5. Bruksanvisning för RENPHO Health-appen

Skanna QR-koden nedan eller sök på "RENPHO Health" i Apple Store / Google Play för att ladda ner RENPHO Health-appen.

Systemkrav: iOS 12.0 eller senare, Android 7.0 eller senare.



Obs: Smart Jump Rope är nu kompatibelt med RENPHO Hälsoappen, inte Renpho Fit-



RENPHO Health

RENPHO Health



Download on the
App Store



GET IT ON
Google Play

Notera: På grund av kontinuerliga uppdateringar och förbättringar kan appen "RENPHO Health" se något annorlunda ut.

Apple och Apple-logotypen är varumärken som tillhör Apple Inc., registrerade i USA och andra länder.

Google Play är ett varumärke som tillhör Google LLC.

6. Vanliga frågor

1. Hur stänger jag AV hopprepet?

Låt hopprepet vara på tomgång i 8 minuter så kommer det automatiskt att gå in i standbyläge och stängs sedan av efter 20 sekunder.

2. Hur kan jag synkronisera mina hoppdata med Renpho Health-appen?

en. Slå på hopprepet.

b. Aktivera telefonens Bluetooth och håll telefonen inom 1 meters avstånd från hopprepet. (Ingen matchkod krävs)

år. Öppna RENPHO Health-appen och tryck på "Para".

d. När parkopplingen är lyckad synkroniseras data automatiskt.

Notera: Om du har kopplat dig tidigare kan du bara upprepa steg a och b för att synkronisera data med RENPHO Health-appen.

3. Kan jag sänka pipljudet från hopprepet?

Om hopprepet är anslutet till appen via Bluetooth kan du manuellt stänga AV eller PÅ pipljudet på RENPHO:s inställningssida Hälsoapp.

4. Vad ska jag vara uppmärksam på när jag använder hopprep?

- a. För att undvika skador, använd inte repet på ojämn eller sandig terrängmark som betonggolv, kullerstensvägar.
 - b. Undvik att "tjusiga hopp" eller "hoppa rep på tvären" ifall du blirtrassliga eller räknefel.
5. Varför går min data förlorad när jag laddar upp data till appen?
- a. Batterierna är borttagna eller batterilocket är löst. När hoppet är klart Om repet inte drivs av batterierna kommer informationen att raderas. Synkronisera informationen med appen innan du tar bort batterierna.
 - b. Misslyckades med att spara data. För att undvika dataförlust, tryck och håll ner lägesknappen i 3 sekunder för att spara data när läget för fritt hopp avslutas.
- år. Minnet är överskridet. Varje hopprep kan lagra 90–100 data. När minnet är överskridet kommer det automatiskt att täcka de första data i taget.

RENPHO är engagerade i att skydda miljön genom att minska pappersanvändningen. Visa och ladda ner den fullständiga versionen av den elektroniska användarmanualen genom att skanna den.

QR-koden eller ange URL:en nedan.



<https://renpho.com/pages/smart-skipping-rope-user-manual>

Garantipolicy

Ditt köp av RENPHO-produkter omfattas av två års begränsad tillverkargaranti från leveransdatum.

För garantivillkor, besök:

<https://renpho.com/pages/warranty-terms-and-conditions>

Obs: Produktregistrering krävs inte för garantin.

Om du väljer att inte registrera din produkt kommer det inte att minska produktgaranti.

Kundservice

Kontakta oss gärna om du har några frågor eller funderingar. RENPHOs kundtjänstteam garanterar snabb respons och problemfria lösningar på alla problem du kan ha inom kontorstid.



TEL: +1(844) 417 0149 (USA och Kanada)

Måndag–fredag 9:00–16:30

1800MY RENPHO (1800 69 7367) (ENDAST AUSTRALIEN)

Måndag–fredag 9:00–18:00 (AEST)

+44(0)7434 666088 (ENDAST STORBRIANNIEN)

Måndag–fredag 9:00–17:00 (GMT)



E-post: support@renpho.com (USA och Kanada)

support-au@renpho.com (AU)

support-eu@renpho.com (Storbritannien och EU)

*Vid defekta produkter eller retur av varor, vänligen kontakta oss med ditt ordernummer inom den angivna garantiperioden. Kasta INTE av alla produktdelar som kan behövas för inspektion/repairation.

RENPHO