



GEAR GO

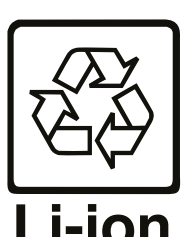
Benutzerhandbuch



Produkt-Spezifikation

Funktion	Verknüpftes Home Gym
Widerstand	8.16kg
Kapazität	3.7V
Schutzvorrichtungen	Schutz vor Überentladung Überhitzungsschutz Überstromschutz Schutz vor Überladung Schutz vor Kurzschluss
Wasser-beständigkeit	IP54
Eingangs-anschluss	Micro USB
DC-Eingang	5V
Aufladezeit* (0-100%)	2 Stunden
Lebensdauer der Batterie*	60 Stunden
Bluetooth-Version	BLE 4.2
Frequenz	2.4GHz
Physikalische Reichweite von Bluetooth	8 meter
Gewicht	1.5kg

*Abhängig von der Art des verwendeten Ladegeräts

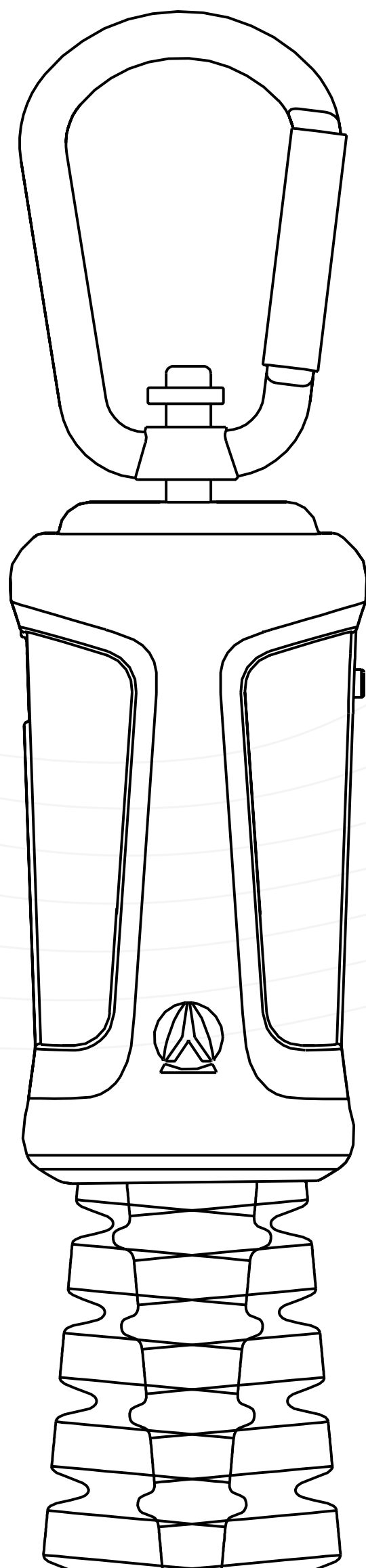


Was ist GEAR GO?

KRAFT. FITNESS. SCHNELL.

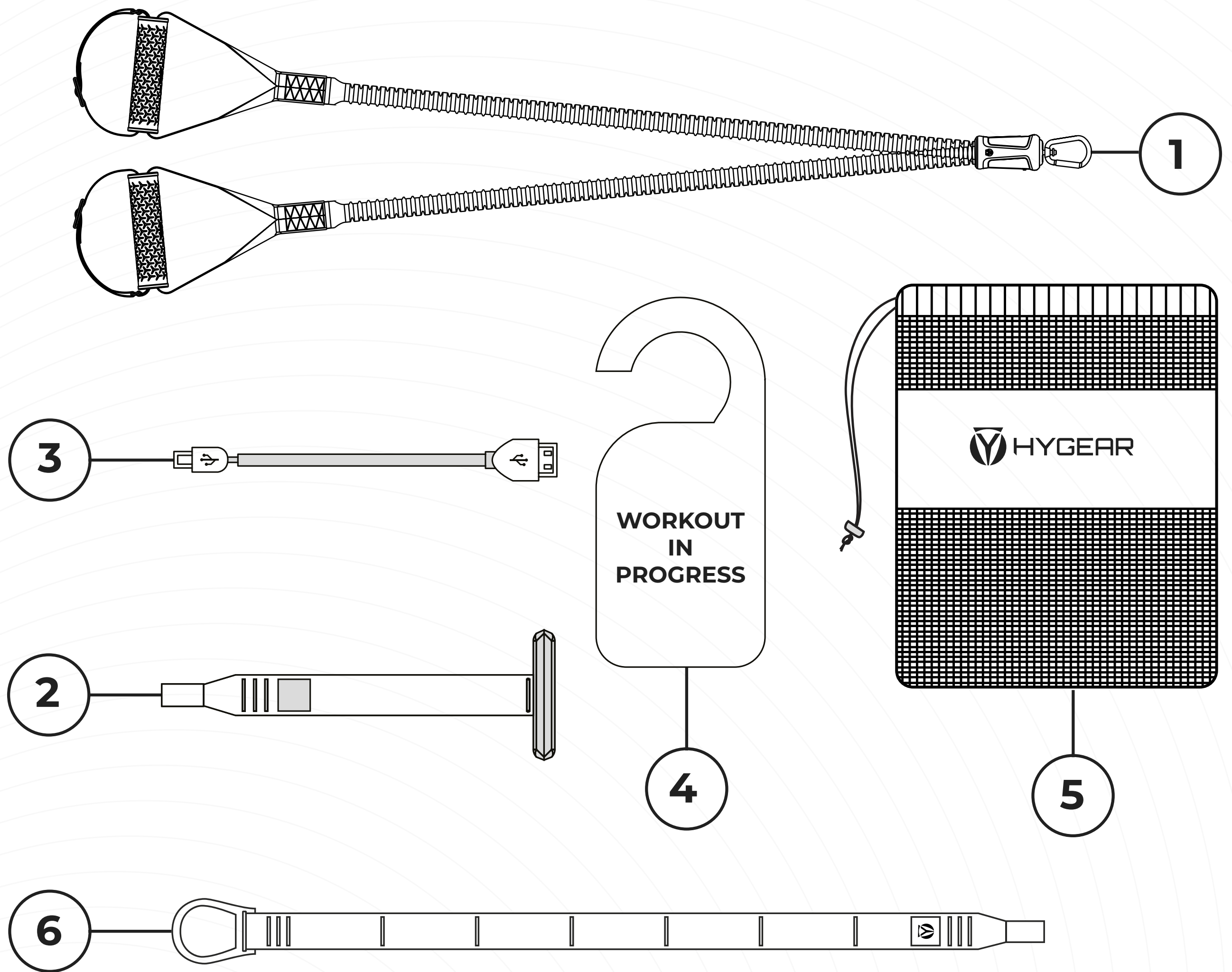
Erleben Sie jederzeit und überall ein Ganzkörpertraining mit personalisiertem Training, um Ihre Fitnessziele zu erreichen. GEAR GO ist leicht, tragbar und lässt sich einfach an jeder Tür befestigen, um ein individuelles Trainingserlebnis zu ermöglichen, das auf Ihrer eigenen Trainingsleistung basiert.

- Aufbau schlanker Muskeln
- Ganzkörperkraft
- Ausdauer
- Personalisierte Workouts
- Für drinnen oder draußen



Inhalt der Box

GEAR GO



1. Widerstandsbänder mit Sensor
2. Türanker
3. USB-Kable
4. Türhänger - "Workout in Progress"
5. Tragetasche
6. Objektanker

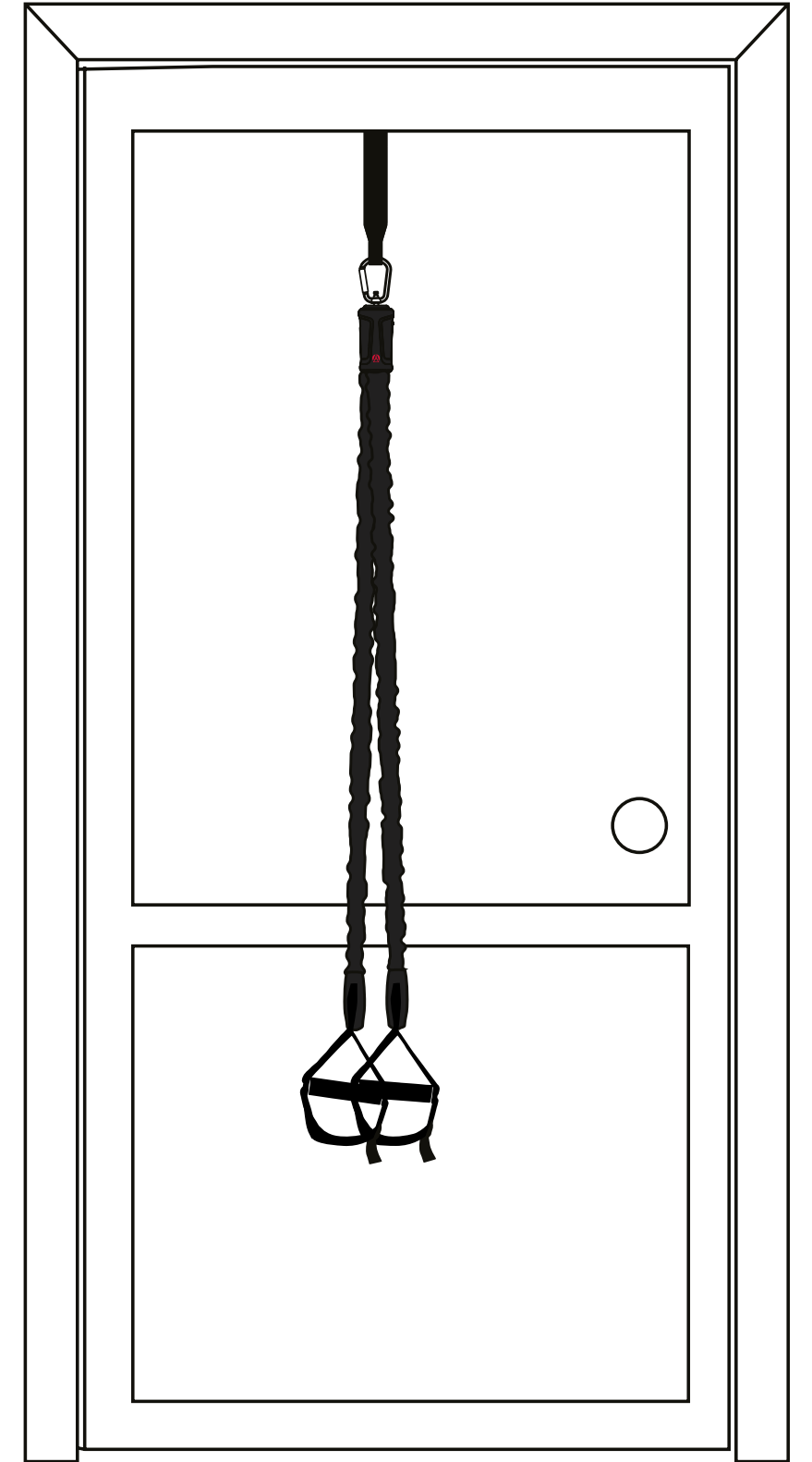
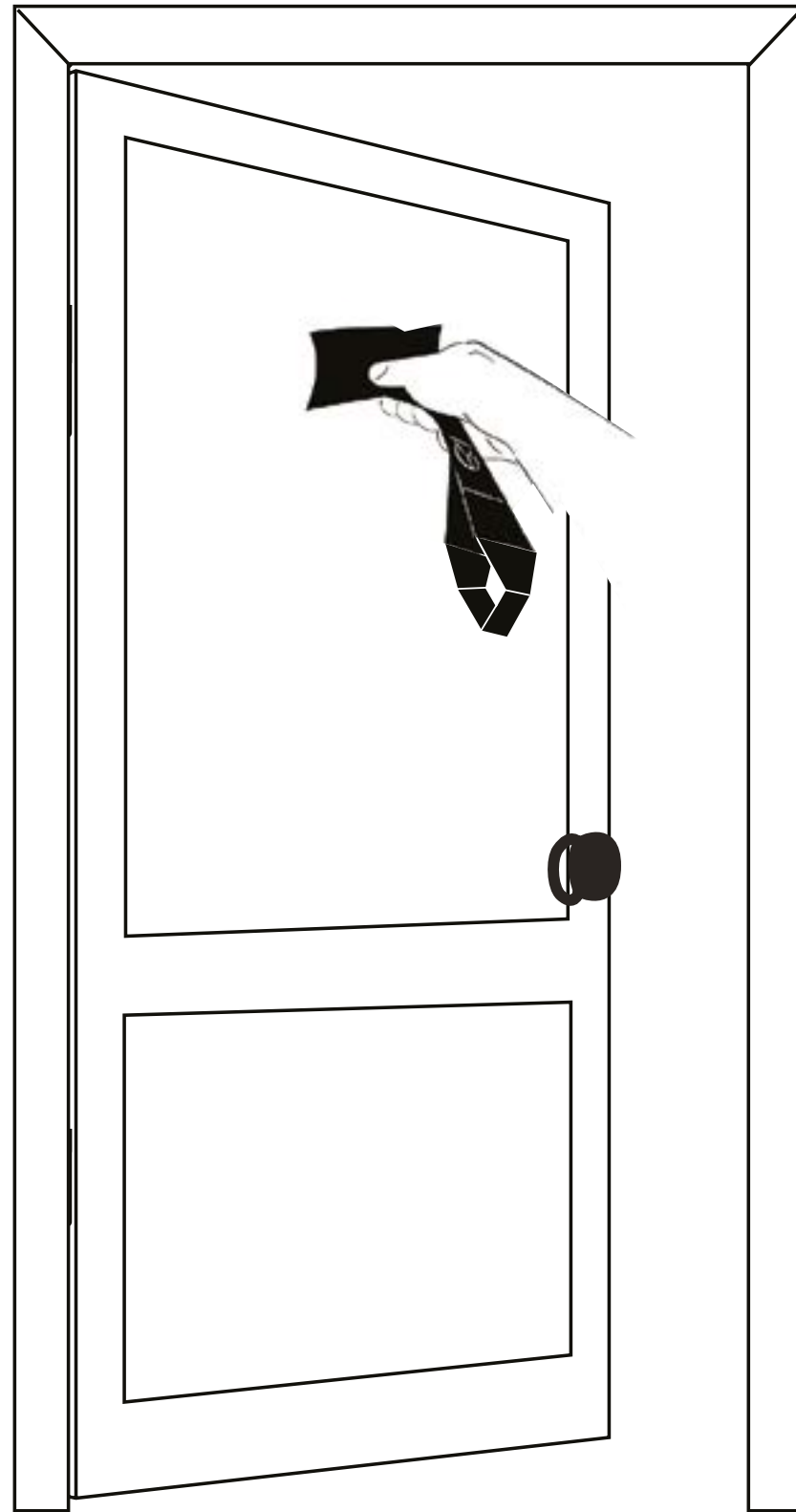
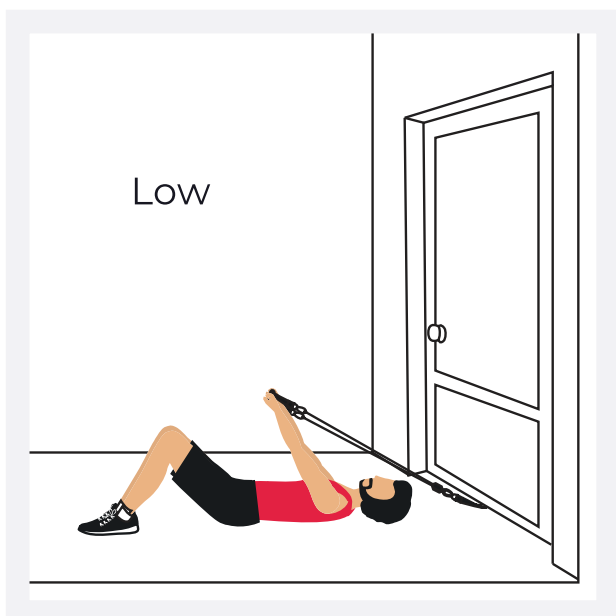
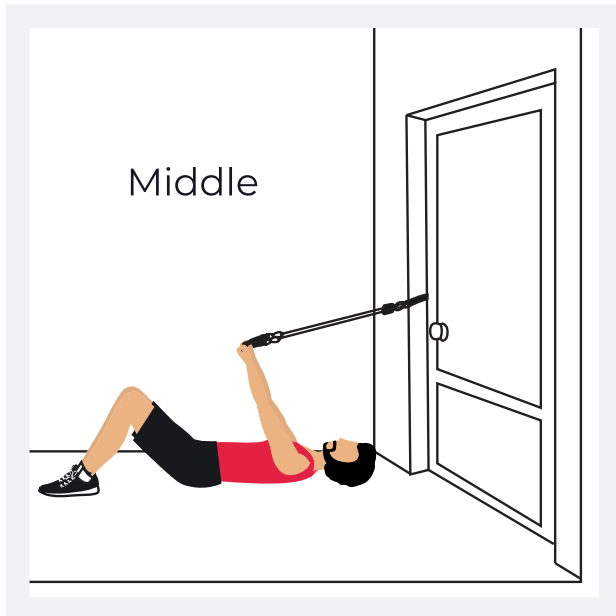
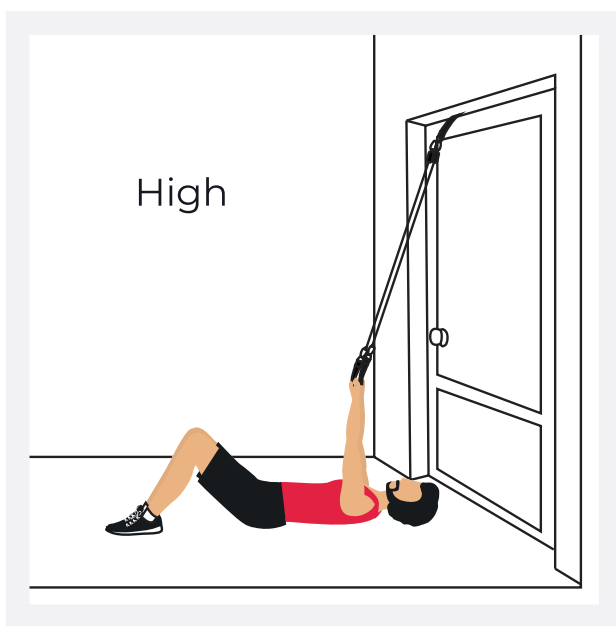
So stellen Sie eine Verbindung zur HYGEAR-App her

1. Scannen Sie den QR-Code, um die HYGEAR App herunterzuladen
2. Stellen Sie sicher, dass Bluetooth und Ortungsdienste aktiviert sind.
3. Öffnen Sie die HYGEAR-App und folgen Sie den Anweisungen, um Ihren GEAR GO zu verbinden und Ihr HYGEAR-Konto zu erstellen.
4. Um den GEAR GO einzuschalten, drücken Sie die Taste an der Sensoreinheit einmal, um den Sensor zu aktivieren. Die roten und blauen Lichter beginnen zu blinken.
5. Die App wird automatisch eine Verbindung herstellen. Wenn Ihr Band nicht erfolgreich verbunden wird, schließen Sie die App, öffnen Sie sie erneut und versuchen Sie es erneut.



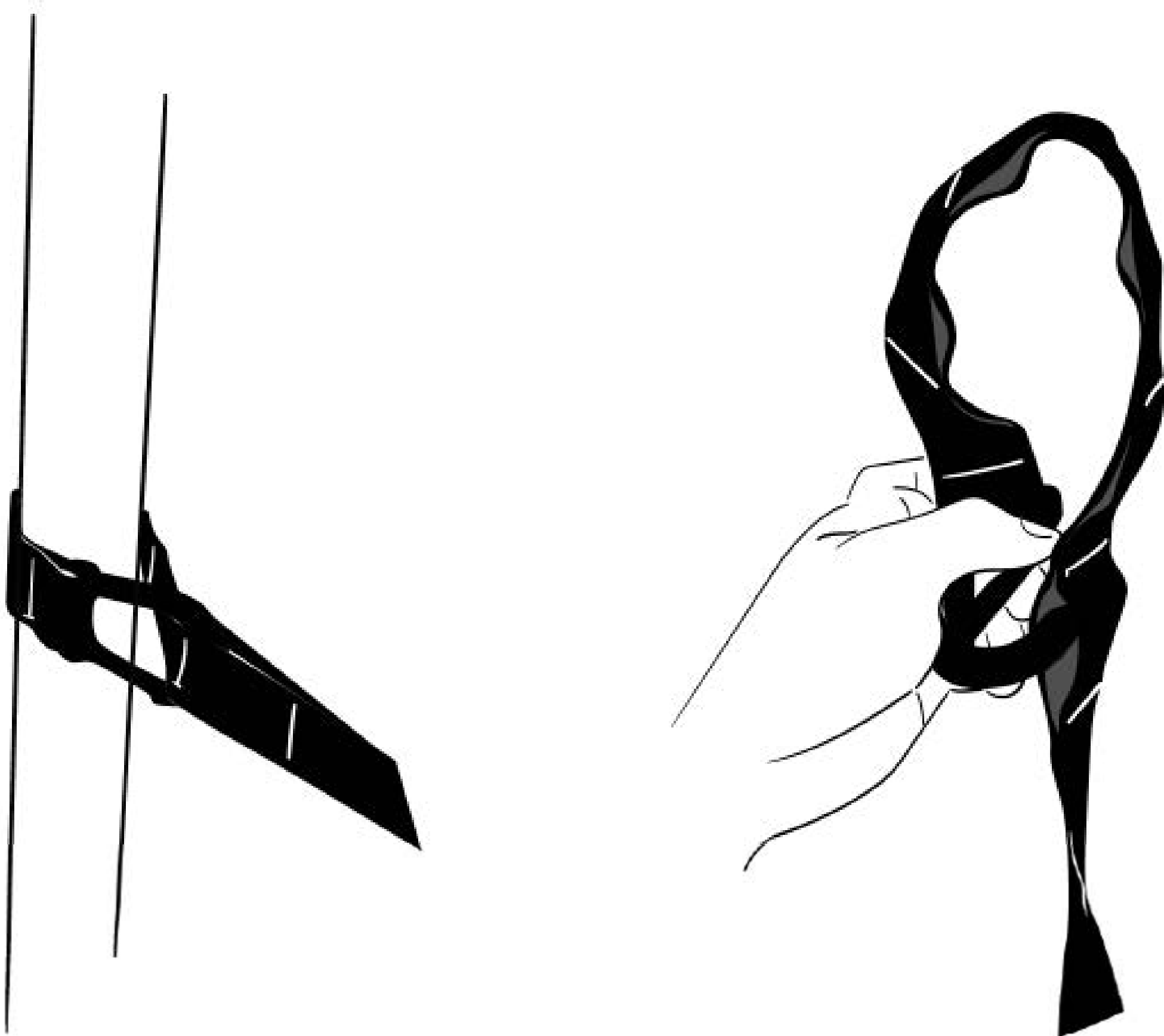
SEHEN
HYGEAR
IN AKTION

Einrichtung des Türankers



- Für eine hohe Verankerung platzieren Sie den Türanker innerhalb der Oberseite der Tür.
- Für einen mittleren Anker platzieren Sie den Türanker über dem Türschloss.
- Für eine niedrige Verankerung platzieren Sie den Türanker unter der Tür.
- Befestigen Sie den Karabiner des GEAR GO an der Türverankerung.
- Platzieren Sie den Türanker an der Tür, damit die Tür geschlossen bleibt, während Sie an den Widerstandsbändern ziehen. Platzieren Sie zu Ihrer Sicherheit den Türhänger am Griff auf der gegenüberliegenden Seite der Tür.

So verwenden Sie GEAR GO mit dem Objektanker



- Wickeln Sie den Objektankergurt um einen stabilen Gegenstand, der das Gewicht tragen kann.
- Befestigen Sie den Karabiner am Anker durch die engste Schlaufe am Riemen, damit er sicher ist. Möglicherweise müssen Sie den Ankergurt mehrmals um das Objekt wickeln, bevor Sie den Karabiner einhängen, um sicherzustellen, dass er sicher ist.
- Befestigen Sie die Bänder mit den Griffen des Manschettenendes am Objektanker.
- Bitte befolgen Sie die weiter unten in diesem Benutzerhandbuch beschriebenen Sicherheitsrichtlinien.

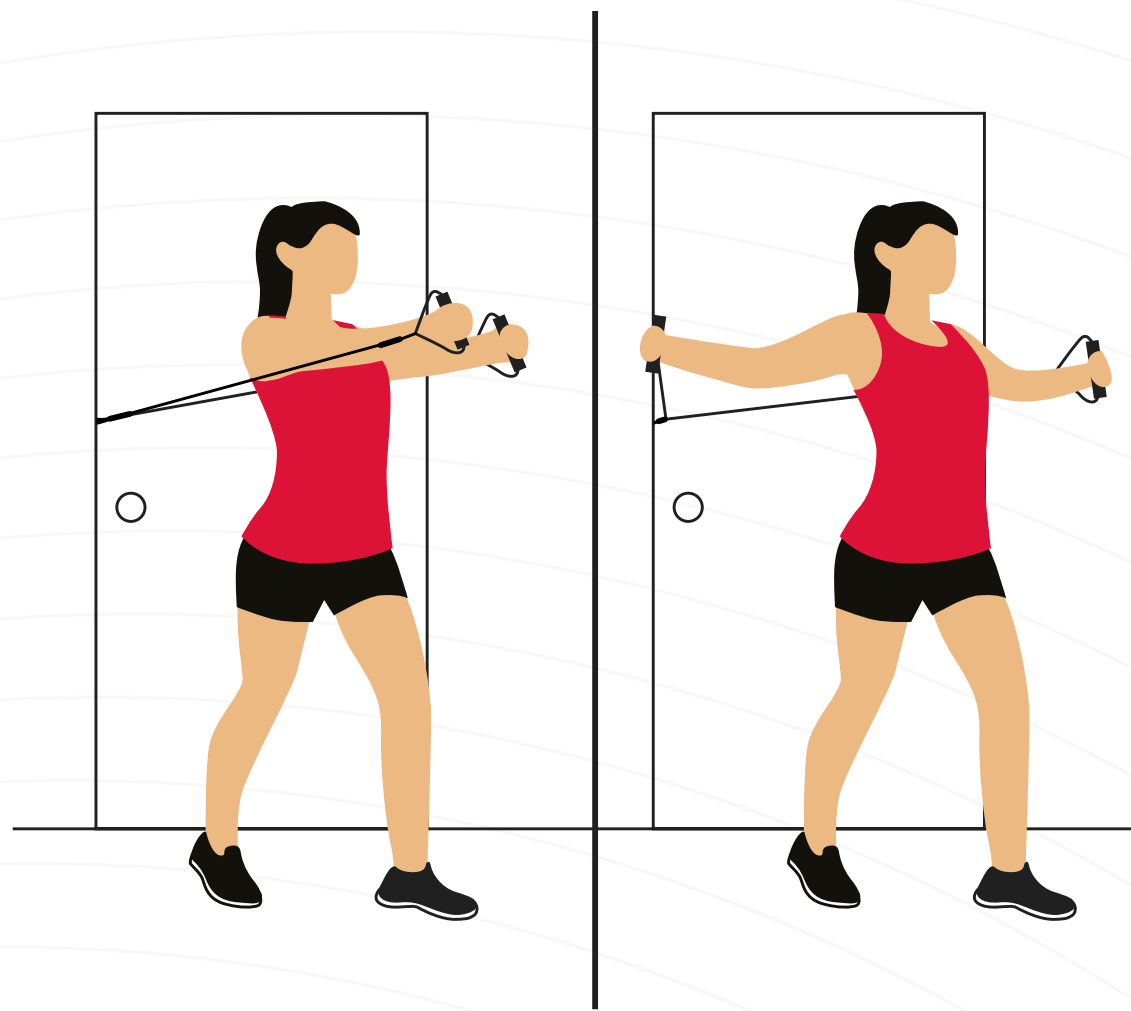
Sicherheitsinformationen für die Türverankerung

- Verwenden Sie den GEAR GO Türanker nur bei professionell konstruierten Türen, die Ihr Körpergewicht vollständig tragen können.
- Am sichersten ist es, wenn Sie den Türanker so anbringen, dass Sie die Tür zuziehen, anstatt sie zu drücken. Auf diese Weise ist es unwahrscheinlicher, dass sich die Tür während des Trainings öffnet und Sie stößt.
- Vergewissern Sie sich bei allen Scharnirtüren, dass sie vollständig geschlossen sind, bevor Sie Ihr Training beginnen.
- Vergewissern Sie sich, dass die Tür vollständig geschlossen und gesichert ist, indem Sie sie schieben oder ziehen, bevor Sie Ihr Training beginnen.
- Verwenden Sie für zusätzliche Sicherheit eine Tür mit Verriegelung.

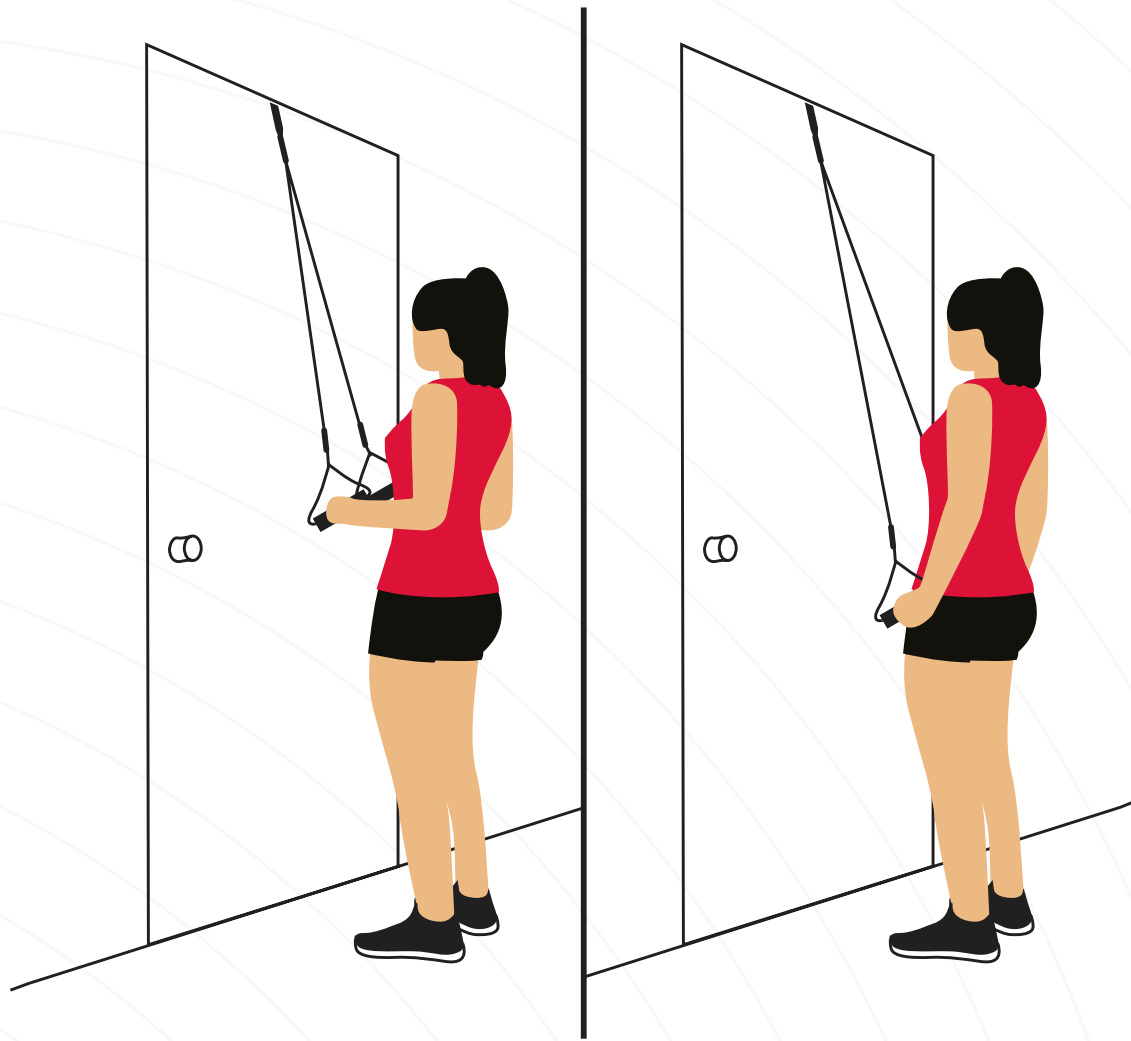
SICHERHEITSHINWEISE:

- Um Verletzungen zu vermeiden, sollten Sie das Türschild „Workout in Progress- Do Not Open“ immer auf der gegenüberliegenden Seite der Tür anbringen, bevor anzufangen.
- **WARNUNG:** Verwenden Sie GEAR GO NICHT an Glastüren, Schiebetüren oder leichten Türen wie Schränken oder Küchenschränken.

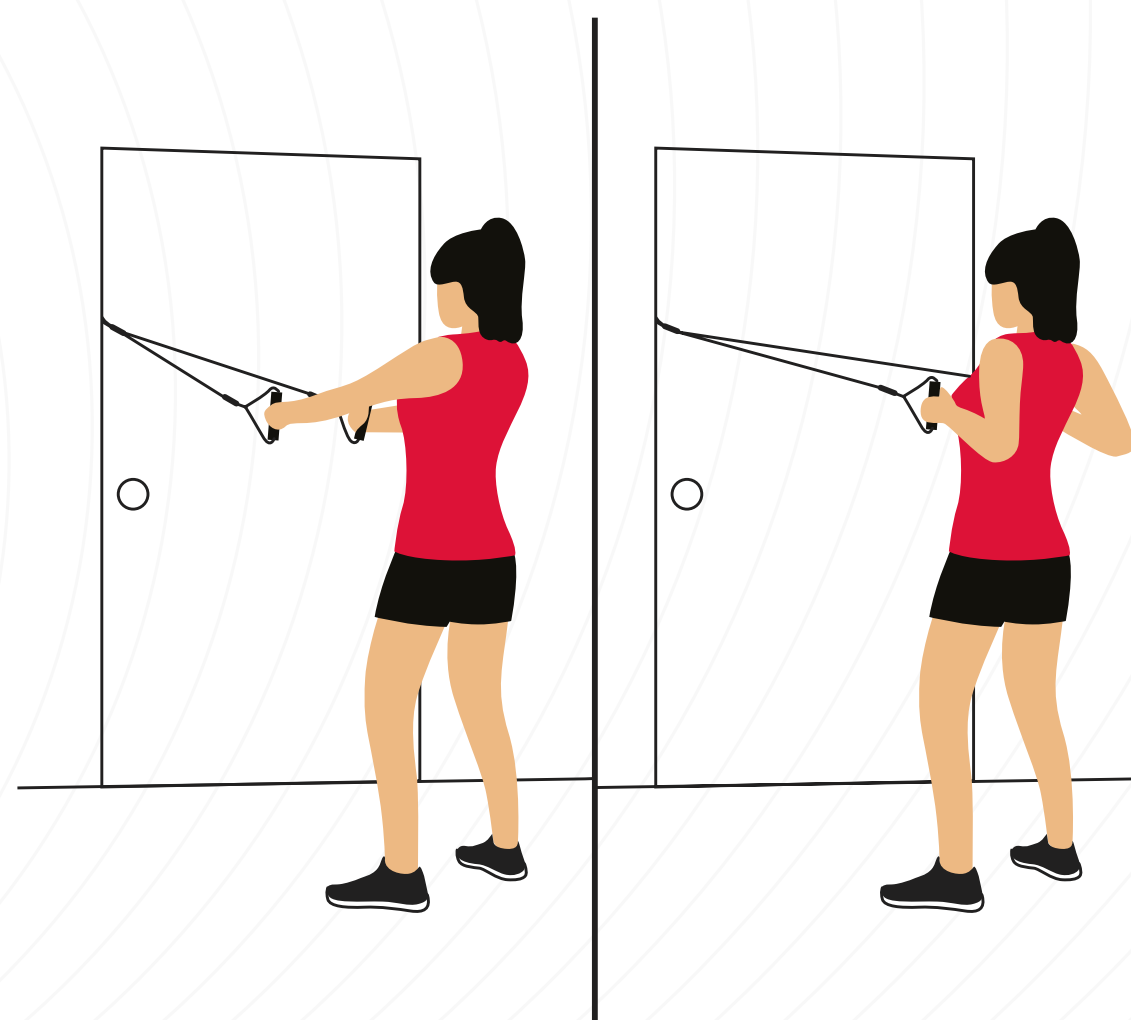
Beispiele für Übungen



Brustpresse



**Trizepsverlängerung
(Liegestütze)**



**Stehendes
Rudern**

Sicherheit: JAs und NEINs

Wie bei jedem Trainingsgerät ist es wichtig, auf Ihre persönliche Sicherheit zu achten.

- ✓ Fangen Sie langsam an, bevor Sie zu einem anspruchsvolleren oder intensiveren Training übergehen.
- ✓ Setzen Sie Ihre eigenen Grenzen und sind Sie für Ihre eigene Sicherheit verantwortlich.
- ✓ Wählen Sie das richtige Trainingsprogramm für Ihr Fitnessniveau und behalten Sie die Kontrolle.
- ✓ Überprüfen Sie, ob Sie das Produkt richtig befestigt haben und die Bänder sicher sind.
- ✓ Verwenden Sie einen starken und sicheren Verankerungspunkt.
- ✓ Führen Sie immer einen Gewichtstest durch, indem Sie kräftig an der Verankerung und den Griffen ziehen, sobald das Produkt an seinem Platz verankert ist.
- ✓ Überprüfen Sie die Widerstandsbänder, bevor Sie mit dem Training beginnen.
- ✓ Vergewissern Sie sich, dass die Karabinerhaken richtig am GEAR GO befestigt sind.
- ✓ Achten Sie darauf, dass der Boden nicht nass oder rutschig ist, um leichte oder sogar schwere Verletzungen zu vermeiden. Verwenden Sie den GEAR GO nur für den in diesem Handbuch beschriebenen Zweck.
- ✓ Überprüfen Sie Ihren GEAR GO und alle seine Komponenten vor jedem Gebrauch.
- ✓ Tauschen Sie beschädigte oder abgenutzte Komponenten sofort aus.

Sicherheit: JAs und NEINs ---

- ✗ Trainieren Sie NICHT weiter, wenn Sie Schmerzen oder Unwohlsein verspüren.
- ✗ Benutzen Sie GEAR GO NICHT, wenn Ihre Hände, nass oder verschwitzt sind.
- ✗ Gehen Sie nicht zu weit über Ihre Komfortzone hinaus.
- ✗ Benutzen Sie GEAR GO NICHT, wenn ein Element beschädigt ist.
- ✗ Erlauben Sie Kindern unter einem Jahr nicht, GEAR GO zu benutzen.
- ✗ Dehnen Sie die Bänder nicht um mehr als das 2,5-fache ihrer Länge.
- ✗ Setzen Sie GEAR GO nicht dem direkten Sonnenlicht, Regen oder Schnee aus.
- ✗ Lassen Sie GEAR GO nicht über einen längeren Zeitraum im Freien liegen.
- ✗ Verwenden Sie keine starken chemischen Mittel, die Ihren GEAR GO verfärben oder beschädigen können.
- ✗ Berühren Sie den GEAR GO oder den Netzstecker NICHT mit nassen Händen.
- ✗ Knicken Sie den Stecker oder das Netzkabel NICHT und ziehen Sie es nicht aus der Steckdose.
- ✗ Laden Sie KEINE Firmware von einem nicht autorisierten Anbieter herunter und installieren Sie sie nicht. Dies kann zu Fehlfunktionen oder Inkompatibilität des GEAR GO führen, wodurch die Produktgarantie erlöschen würde.
- ✗ Benutzen Sie GEAR GO NICHT, wenn eine der Komponenten abgenutzt oder beschädigt ist.
- ✗ Verwenden Sie KEINE Verankerungspunkte, die eine übermäßige Reibung verursachen.
- ✗ Setzen Sie Ihren GEAR GO NICHT hohen Temperaturen aus.

Sicherheit: JAs und NEINs

- Die Nichteinhaltung der GEAR GO-Sicherheitsrichtlinien kann zu leichten oder schweren Verletzungen führen. Der Benutzer übernimmt das volle Verletzungsrisiko und jede Haftung, die sich aus der Verwendung des GEAR GO und aller seiner Komponenten ergibt.
- Konsultieren Sie Ihren Arzt, bevor Sie den GEAR GO benutzen.

FCC-ERKLÄRUNG

Dieses Gerät erfüllt die Anforderungen von Teil 15 der FCC-Vorschriften. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine schädlichen Interferenzen verursachen, und (2) dieses Gerät muss alle empfangenen Interferenzen akzeptieren, einschließlich Interferenzen, die einen unerwünschten Betrieb verursachen können.

FCC-Warnung

- Jegliche Änderungen oder Modifikationen, die nicht ausdrücklich von der für die Einhaltung der Vorschriften zuständigen Stelle genehmigt wurden, können dazu führen, dass der Benutzer die Berechtigung zum Betrieb des Geräts verliert.
- FCC RF-Strahlungsexpositionserklärung Vorsicht: Dieses Gerät entspricht den FCC-Grenzwerten für eine unkontrollierte Umgebung.

Dieses Gerät wurde getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B gemäß 15den FCC-Bestimmungen.

Diese Grenzwerte sind so ausgelegt, dass sie einen angemessenen Schutz gegen schädliche Störungen bei der Installation in Wohngebieten bieten. Dieses Gerät erzeugt und verwendet Hochfrequenzenergie und kann diese ausstrahlen. Wenn es nicht gemäß den Anweisungen installiert und verwendet wird, kann es schädliche Störungen des Funkverkehrs verursachen.

Es kann jedoch nicht garantiert werden, dass bei einer bestimmten Installation keine Störungen auftreten. Wenn dieses Gerät Störungen des Radio- oder Fernsehempfangs verursacht, was durch Ein- und Ausschalten des Geräts festgestellt werden kann, sollte der Benutzer versuchen, die Störungen durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

FCC-Warnung

- Neuausrichtung oder Verlegung der Empfangsantenne.
- Vergrößern Sie den Abstand zwischen dem Gerät und dem Empfänger.
- Schließen Sie das Gerät an eine Steckdose an, die nicht mit dem Stromkreis des Empfängers verbunden ist.
- Ziehen Sie den Händler oder einen erfahrenen Radio-/Fernsehtechniker zu Rate.

FCC-ERKLÄRUNG

DE

Dieses Gerät erfüllt die lizenzfreie(n) RSS-Norm(en) von Industry Canada. Der Betrieb unterliegt den folgenden zwei Bedingungen: (1) Dieses Gerät darf keine Störungen verursachen, und (2) dieses Gerät muss alle Störungen akzeptieren, einschließlich Störungen, die einen unerwünschten Betrieb des Geräts verursachen können.

Dieses Gerät entspricht den von Industry Canada festgelegten Grenzwerten für die Strahlenbelastung in einer unkontrollierten Umgebung.

The background of the image consists of a series of concentric, thin white circles centered on the page. These circles create a subtle, hypnotic pattern that draws the eye towards the center. The text is centered within this pattern.

**Werden Sie eine
bessere Version
von sich selbst**