



fitbit inspire



Gebruikershandleiding
Versie 2.2

Inhoudsopgave

| | |
|--|-----------|
| Aan de slag | 5 |
| Inhoud van de verpakking | 5 |
| De Inspire instellen | 6 |
| Je tracker opladen | 6 |
| Instellen op je telefoon of tablet..... | 7 |
| Installeren op je Windows 10-pc..... | 7 |
| Je gegevens in de Fitbit-app bekijken..... | 8 |
| De Inspire dragen | 9 |
| De Inspire om je pols dragen | 9 |
| Het bandje vastmaken..... | 9 |
| Rechts- of linkshandig | 10 |
| De Inspire in een clip dragen..... | 10 |
| Plaatsing van de clip..... | 11 |
| Het bandje verwisselen | 12 |
| Een bandje verwijderen..... | 12 |
| Een bandje bevestigen..... | 12 |
| Basics | 13 |
| Door de Inspire navigeren..... | 13 |
| Basisnavigatie | 13 |
| Snelle instellingen | 15 |
| Je Inspire onderhouden..... | 15 |
| De wijzerplaat veranderen | 16 |
| Meldingen | 17 |
| Meldingen instellen | 17 |
| Inkomende meldingen bekijken..... | 17 |
| Meldingen uitschakelen | 18 |
| Tijd bijhouden | 19 |
| Een alarm instellen | 19 |
| Een alarm uitzetten of uitstellen | 20 |
| De Timers-app gebruiken..... | 20 |
| Activiteit en slaap | 21 |

| | |
|--|-----------|
| Je statistieken bekijken | 21 |
| Een dagelijks activiteitendoel bijhouden | 22 |
| Een doel kiezen | 22 |
| Je beweegactiviteiten per uur volgen..... | 22 |
| Je training automatisch bijhouden | 22 |
| Je slaap bijhouden | 23 |
| Een slaapdoel instellen..... | 23 |
| Een beter inzicht in je slaapgewoontes krijgen..... | 23 |
| Updaten, opnieuw opstarten en wissen..... | 24 |
| De Inspire bijwerken | 24 |
| De Inspire opnieuw opstarten..... | 24 |
| De Inspire wissen..... | 24 |
| Problemen oplossen | 25 |
| Apparaat reageert niet..... | 25 |
| Algemene informatie en specificaties..... | 26 |
| Sensoren | 26 |
| Materialen | 26 |
| Draadloze technologie..... | 26 |
| Haptische feedback..... | 26 |
| Batterij..... | 26 |
| Geheugen..... | 26 |
| Weergave | 26 |
| Formaat bandje..... | 26 |
| Omgevingsvoorwaarden | 27 |
| Meer informatie | 27 |
| Retourbeleid en garantie..... | 27 |
| Juridische en veiligheidsmededelingen..... | 28 |
| VS: Verklaring van de Federal Communications Commission (FCC)..... | 28 |
| Canada: Verklaring van de Industry Canada (IC)..... | 29 |
| Europese Unie (EU)..... | 30 |
| Argentinië..... | 30 |
| Australië en Nieuw-Zeeland | 31 |
| China..... | 31 |
| India | 32 |

| | |
|-----------------------------------|----|
| Israël | 33 |
| Japan | 33 |
| Mexico | 33 |
| Marokko..... | 33 |
| Nigeria | 34 |
| Oman..... | 34 |
| Pakistan..... | 34 |
| Filippijnen | 35 |
| Servië | 35 |
| Zuid-Korea..... | 35 |
| Taiwan | 36 |
| Verenigde Arabische Emiraten..... | 37 |
| Zambia | 38 |
| Veiligheidsverklaring | 38 |

Aan de slag

De Fitbit Inspire is een vriendelijke fitnesstracker voor iedere dag die je helpt bij het opbouwen van gezonde gewoontes. We raden je aan onze volledige veiligheidsinformatie te bekijken op [fitbit.com/safety](https://www.fitbit.com/safety). De Inspire is niet bedoeld om medische of wetenschappelijke gegevens te leveren.

Inhoud van de verpakking

Jouw Inspire-verpakking bevat:



Tracker met bandje in small
(de kleur en het materiaal
kunnen variëren)



Oplaadkabel



Extra, grote polsband
(de kleur en het materiaal
kunnen variëren)

De afneembare bandjes van de Inspire zijn verkrijgbaar in verschillende kleuren en materialen, en worden apart verkocht.

De Inspire instellen

Voor de beste gebruikservaring gebruik je de Fitbit-app op een iPhone, iPad of Android-telefoon. Je kunt de Inspire ook instellen op Windows 10-apparaten. Als je geen compatibele telefoon of tablet hebt, kun je een Windows 10-pc met bluetoothverbinding gebruiken. Houd er rekening mee dat je voor het ontvangen van oproep-, sms-, agenda- en app-meldingen een telefoon nodig hebt.

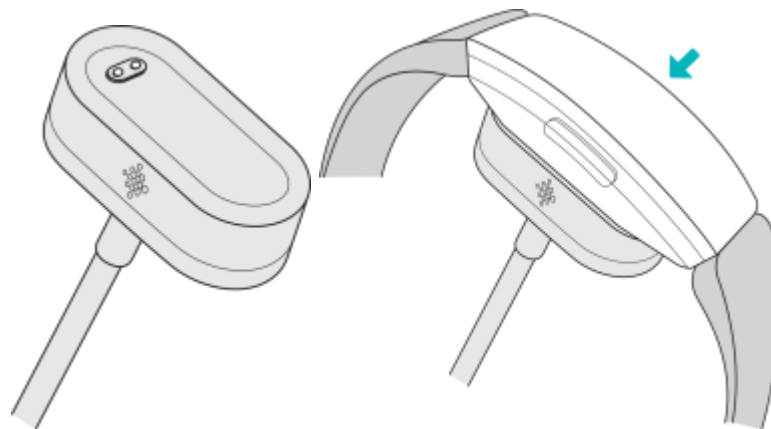
Bij het aanmaken van een Fitbit-account, wordt je gevraagd om je geboortedatum, lengte, gewicht en geslacht in te voeren om je staplengte te berekenen en om een schatting te maken van de afstand, je basaalmetabolisme en verbrande calorieën. Nadat je je account hebt ingesteld, zullen je voornaam, eerste letter van je achternaam en profielafbeelding zichtbaar zijn voor alle andere Fitbit-gebruikers. Je hebt de mogelijkheid om andere gegevens te delen, maar de meeste informatie die je verstrekt om een account aan te maken, is standaard privé.

Je tracker opladen

Een volledig opgeladen Inspire gaat tot vijf dagen mee. De batterijduur en oplaadcyclus variëren en zijn afhankelijk van het type gebruik en andere factoren; de werkelijke resultaten kunnen variëren.

De Inspire opladen:

1. Sluit de oplaadkabel aan op een USB-poort van je computer, een UL-gecertificeerde USB-stopcontactlader of een ander energiezuinig apparaat.
2. Houd het andere uiteinde van de oplaadkabel in de buurt van de poort aan de achterkant van de tracker totdat deze magnetisch wordt bevestigd. Zorg ervoor dat de contactpunten van de oplaadkabel zijn uitgelijnd met de poort aan de achterkant van je tracker.




Het duurt één tot twee uur voordat de batterij volledig is opgeladen. Terwijl de tracker wordt opgeladen, kun je op de knop tikken om het batterijniveau te controleren. Op een volledig opgeladen tracker wordt een pictogram van een volle batterij met een glimlach weergegeven.

Instellen op je telefoon of tablet

Stel je Inspire in met de Fitbit-app. De Fitbit-app is compatibel met de meeste populaire telefoons en tablets. Zie voor meer informatie fitbit.com/devices.

Om aan de slag te gaan:

1. Download de Fitbit-app:
 - [Apple App Store](#) voor iPhones en iPads
 - [Google Play Store](#) voor Android-telefoons
 - [Microsoft Store](#) voor Windows 10-apparaten
2. Installeer de app en open deze.
 - Als je al een Fitbit-account hebt, log je in op je account > tik je op het tabblad Vandaag  > je profielafbeelding > **Apparaat instellen**.
 - Als je nog geen Fitbit-account hebt, tik je op **Word lid van Fitbit**, waarna je een reeks vragen beantwoordt om een Fitbit-account aan te maken.
3. Volg de instructies op het scherm op om je Inspire aan je account te koppelen.


Zodra je de installatie hebt voltooid, lees je eerst de handleiding door voor meer informatie over je nieuwe tracker. Daarna kun je de Fitbit-app gaan verkennen.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Installeren op je Windows 10-pc

Als je niet over een compatibele telefoon beschikt, kun je je Inspire installeren en synchroniseren via een Windows 10-pc met bluetoothverbinding en de Fitbit-app.

Om de Fitbit-app voor je computer te verkrijgen:

1. Klik op de Startknop van je pc en open de Microsoft Store.
2. Zoek naar 'Fitbit app'. Zodra je de app hebt gevonden, klik je op **Gratis** om de app naar je computer te downloaden.
3. Klik op **Microsoft-account** om in te loggen met je bestaande Microsoft-account. Als je nog geen Microsoft-account hebt, volg je de instructies op het scherm op om een nieuw account aan te maken.
4. Open de app.
 - Als je al een Fitbit-account hebt, log je in op je account en tik je op het accountpictogram  > **Een apparaat instellen**.
 - Als je nog geen Fitbit-account hebt, tik je op **Word lid van Fitbit**, waarna je een reeks vragen beantwoordt om een Fitbit-account aan te maken.
5. Volg de instructies op het scherm op om je Inspire aan je account te koppelen.

Zodra je de installatie hebt voltooid, lees je eerst de handleiding door voor meer informatie over je nieuwe tracker. Daarna kun je de Fitbit-app gaan verkennen.

Je gegevens in de Fitbit-app bekijken

Synchroniseer je Inspire om je gegevens over te brengen naar de Fitbit-app, waarin je jouw activiteit- en slaapgegevens kunt bekijken, je voedsel- en waterinname kunt invoeren, aan uitdagingen kunt deelnemen en meer.

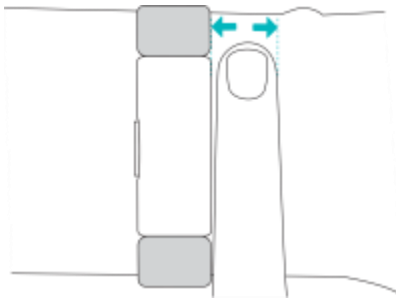
Iedere keer als je de Fitbit-app opent, zal de Inspire automatisch synchroniseren als hij in de buurt is. Je kunt ook altijd de optie **Nu synchroniseren** in de app gebruiken.

De Inspire dragen

Kies ervoor om de Inspire om je pols of in het clip-accessoire (wordt apart verkocht) te dragen. Als je het bandje moet verwijderen of een ander bandje wilt bevestigen, raadpleeg je de instructies in '[Het bandje verwisselen](#)' op pagina 12.

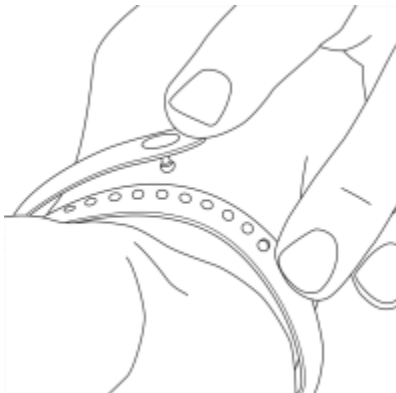
De Inspire om je pols dragen

Draag je Inspire een vingerbreedte boven je polsgewricht. Bevestig de bandjes en maak je tracker vervolgens stevig vast om je pols. Ga voor meer informatie naar '[Het bandje verwisselen](#)' op pagina 12.

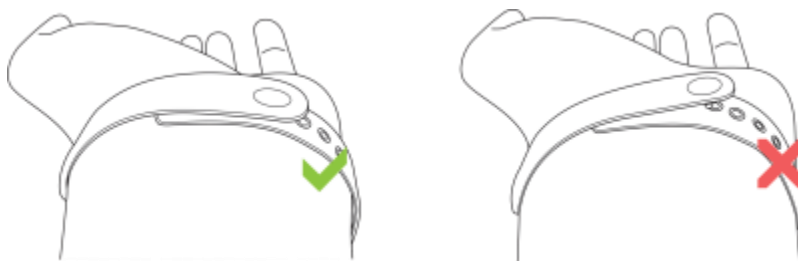


Het bandje vastmaken

1. Als je je Inspire eerder in een clip hebt gedragen, dan moet je je apparaatinstelling wijzigen naar 'Om pols'. Ga voor meer informatie naar '[Door de Inspire navigeren](#)' op pagina 13.
2. Bevestig de Inspire om je pols.
3. Schuif het uiteinde van het bandje met de pin door de lus.
4. Leg beide uiteinden van het bandje op een lijn, zodat ze elkaar direct overlappen en kies het gaatje dat het beste bij je pols past.




5. Druk met je duim en wijsvinger de pin en het bandje tegen elkaar aan, totdat je het bandje vast voelt klikken. Draag je tracker niet te strak.



Rechts- of linkshandig

Voor nauwkeurigere metingen is het belangrijk om aan te geven of je de Inspire aan je dominante of niet-dominante hand draagt. Je voorkeurshand is de hand die je gebruikt om te schrijven en eten. De polsinstellingen zijn standaard ingesteld voor de niet-dominante hand. Verander de polsinstellingen in de Fitbit-app als je de Inspire aan je dominante hand draagt.

Ga naar het tabblad **Vandaag**  in de Fitbit-app en tik op je profielafbeelding > Inspire-tegel > **Pols** > **Dominant**.

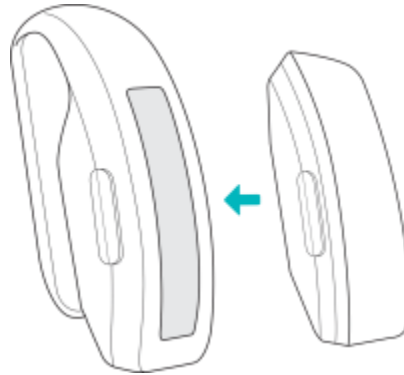
De Inspire in een clip dragen

Draag de Inspire vastgeklemd aan je kleding. Verwijder de bandjes en plaats je tracker vervolgens in de clip. Ga voor meer informatie naar '[Het bandje verwisselen](#)' op pagina 12.

De Inspire in de clip doen:

1. Als je je Inspire eerder om je pols hebt gedragen, dan moet je je apparaatinstelling wijzigen naar 'In de clip'. Ga voor meer informatie naar '[Door de Inspire navigeren](#)' op pagina 13.

2. Houd de tracker vast met het scherm naar je toe en de knop aan de linkerkant.
3. Houd de clip vast met de opening naar je toe en de invoegknop aan de linkerkant.
4. Plaats de bovenkant van de tracker in de clipopening en beweeg de onderkant van de tracker op zijn plaats. De Inspire zit veilig vast wanneer alle randen van de clip plat tegen de tracker liggen.



Plaatsing van de clip

Draag de Inspire op of in de buurt van je lichaam met het scherm naar buiten gericht. Bevestig de clip stevig aan de zak van je shirt of broek, aan je bh, of aan je riem of tailleband. Probeer een paar verschillende plekken uit om te zien wat het meest comfortabel en veilig voor je is.

Als je huidirritatie ervaart wanneer je de Inspire aan je bh of tailleband draagt, moet je deze in plaats daarvan aan een extern kledingstuk vastmaken, zoals je riem of zak.

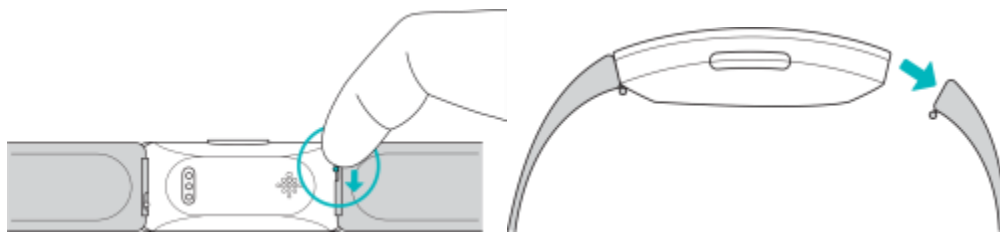


Het bandje verwisselen

De Inspire wordt geleverd met een bandje in Small eraan bevestigd en een extra onderste bandje in Large in de verpakking. Je kunt zowel het bovenste als het onderste bandje verwisselen voor bandjes die apart worden verkocht op [fitbit.com](https://www.fitbit.com). Raadpleeg voor de maten van bandjes 'Formaat bandje' op pagina 26.

Een bandje verwijderen

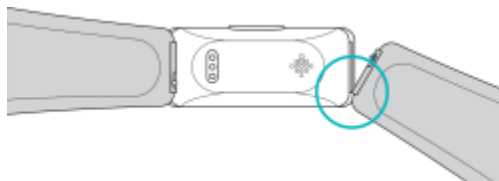
1. Draai de Inspire om en zoek de snelsluiting.
2. Terwijl je de snelsluiting naar binnen drukt, schuif je het bandje voorzichtig weg van de tracker om deze los te maken.



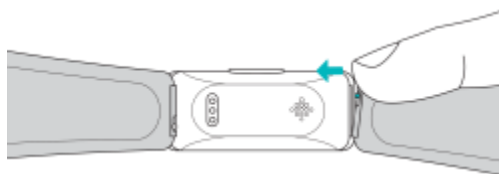
3. Herhaal dit aan de andere zijde.

Een bandje bevestigen

1. Bevestig een bandje door het vast te houden en het pinnetje (tegenover de snelsluiting) in de inkeping van de tracker te schuiven.



2. Schuif vervolgens de andere zijde van het bandje op zijn plek terwijl je het hendeltje voor snelle ontgrendeling indrukt.



3. Laat de snelsluiting los wanneer beide uiteinden van het pinnetje zijn ingebracht.

Basics

Ontdek hoe je het best navigeert, het batterijniveau controleert en je tracker onderhoudt.

Door de Inspire navigeren

De Inspire heeft een oled-aanraakscherm en 1 knop.

Navigeer op de Inspire door op het scherm te tikken, van rechts naar links en van boven naar beneden te vegen of op de knop te drukken. Als de tracker niet wordt gebruikt, wordt het scherm uitgeschakeld om de batterij te sparen.

Basisnavigatie

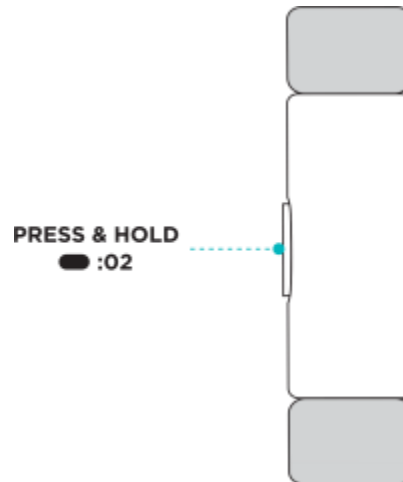
Het beginscherm is de klok.

- Veeg omlaag om door de apps op je Inspire te bladeren. Veeg om een app te vinden en tik er dan op om een app te openen.
- Veeg omhoog om je dagcijfers te zien.



Snelle instellingen

Houd de knop op de Inspire ingedrukt voor een snelle toegang tot bepaalde instellingen. Tik op een instelling om deze in of uit te schakelen. Wanneer je de instelling uitschakelt, wordt het pictogram donker weergegeven met een streep erdoorheen.



Op het scherm met snelle instellingen:

| | |
|--------------------------|---|
| Batterij | Controleer het batterijniveau. |
| Schermschermen activeren | Als de instelling Scherm activeren is ingeschakeld, draai je je pols naar je toe om het scherm aan te zetten. |
| Instelling Om pols | Zorg ervoor dat de Inspire is ingesteld op Om pols wanneer je deze om je pols draagt. Zorg dat de tracker is ingesteld op In clip wanneer je deze in de clip hebt zitten. |
| Meldingen | Als de instelling voor Meldingen is ingeschakeld, geeft de Inspire meldingen weer van je telefoon als deze zich in de buurt bevindt. Ga voor meer informatie naar 'Meldingen' op pagina 17. |

Je Inspire onderhouden

Het is belangrijk dat je je Inspire regelmatig schoonmaakt en droogt. Zie voor meer informatie [fitbit.com/productcare](https://www.fitbit.com/productcare).

De wijzerplaat veranderen

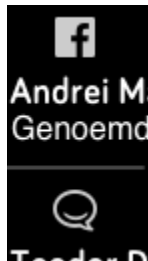
1. Tik vanaf het tabblad Vandaag  in de Fitbit-app op je profielafbeelding > Inspire-tegel.
2. Tik op **Wijzerplaten** > **Alle klokken**.
3. Blader door de beschikbare wijzerplaten. Tik op een wijzerplaat om een gedetailleerde weergave ervan te zien.
4. Tik op **Selecteren** om de wijzerplaat aan je Inspire toe te voegen.

Meldingen

Om je op de hoogte te houden, kan de Inspire oproep-, sms-, agenda- en app-meldingen van je telefoon weergeven. Houd je tracker binnen negen meter afstand van je telefoon om meldingen te ontvangen. Maximaal tien meldingen worden opgeslagen in de Meldingen-app



op je tracker.



Meldingen instellen

Zorg ervoor dat de Bluetooth op je telefoon is ingeschakeld en dat je telefoon meldingen kan ontvangen (dit is meestal in te stellen via Instellingen > Meldingen). Stel vervolgens meldingen in:

1. Tik vanaf het tabblad Vandaag  in de Fitbit-app op je profielafbeelding > Inspire-tegel.
2. Tik op **Meldingen**.
3. Volg de instructies op het scherm om je tracker te koppelen, indien je dit nog niet hebt gedaan. Oproep-, sms- en agendameldingen worden automatisch ingeschakeld.
4. Om meldingen te activeren van apps die op je telefoon zijn geïnstalleerd, waaronder Fitbit en WhatsApp, tik je op **App-meldingen** en schakel je de meldingen in die je wilt zien.

Houd er rekening mee dat als je een iPhone of iPad hebt, de Inspire meldingen toont van alle agenda's die met de Agenda-app zijn gesynchroniseerd. Als je een Android-telefoon hebt, zal de Inspire agendameldingen weergeven van de agenda-app die je tijdens het installeren hebt geselecteerd.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

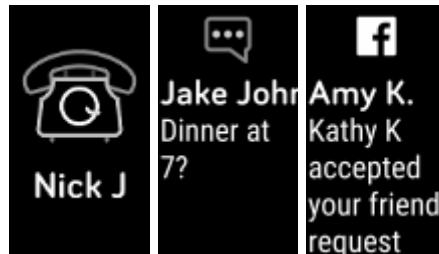
Inkomende meldingen bekijken

Als je telefoon en Inspire binnen elkaars bereik liggen, zal de tracker bij een melding een trilsignaal geven.

- Telefoongesprek: de naam of het nummer van de beller wordt eenmaal weergegeven. Druk op de knop om de melding uit te zetten.

- Sms-berichten: de naam van de afzender wordt eenmaal weergegeven boven het bericht. Veeg omhoog om het hele bericht te bekijken.
- Agendameldingen: de naam van de gebeurtenis wordt eenmaal weergegeven onder de tijd en locatie.
- Appmeldingen: de naam van de app of afzender wordt eenmaal weergegeven boven het bericht. Veeg omhoog om het hele bericht te bekijken.

Om je meldingen later te lezen, veeg je op de wijzerplaat naar beneden en tik je op de meldingen-app .



Let op: je apparaat geeft de eerste 250 tekens van de melding weer. Bekijk je telefoon voor het hele bericht.

Meldingen uitschakelen

Schakel bepaalde meldingen uit in de Fitbit-app of schakel alle meldingen uit in de snelle instellingen op de Inspire. Wanneer je alle meldingen uitschakelt, trilt je tracker niet en wordt het scherm niet ingeschakeld wanneer je telefoon een melding ontvangt.

Om bepaalde meldingen uit te schakelen:

1. Ga naar het tabblad Vandaag  in de Fitbit-app op je telefoon en tik op je profielafbeelding > Inspire-tegel > **Meldingen**.
2. Schakel de meldingen uit die je niet langer op je tracker wilt ontvangen.
3. Synchroniseer je tracker om je wijzigingen op te slaan.

Om alle meldingen uit te schakelen:

1. Druk op de knop van je tracker en houd deze ingedrukt om naar het scherm met snelle instellingen te gaan.
2. Tik op **Meldingen** om deze uit te schakelen.

Houd er rekening mee dat als je de instelling Niet storen op je telefoon hebt ingeschakeld, je geen meldingen zult ontvangen op je tracker totdat je deze instelling hebt uitgezet.

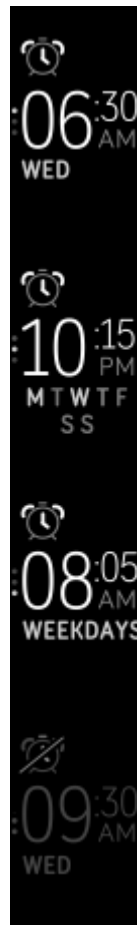
Tijd bijhouden

Alarmeren trillen om je te wekken of te waarschuwen op een door jou ingesteld tijdstip. Je kunt maximaal acht alarmen instellen die eenmalig of op meerdere dagen van de week afgaan. Je kunt ook de tijd van gebeurtenissen opnemen met de stopwatch of een afteltimer instellen.

Een alarm instellen

Je kunt alarmen instellen en verwijderen in de Fitbit-app. Schakel alarmen rechtstreeks in of uit op de Inspire in de Alarmeren-app .

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.



Een alarm uitzetten of uitstellen

De tracker trilt bij het afgaan van een alarm. Druk op de knop om het alarm uit te zetten. Veeg omlaag om het alarm negen minuten lang te laten sluimeren.

Je kunt het alarm zo vaak uitstellen als je wilt. Het alarm van de Inspire wordt automatisch uitgesteld als je het alarm langer dan één minuut negeert.



De Timers-app gebruiken

Time gebeurtenissen met de stopwatch of stel een afteltimer in met de Timers-app  op je tracker. Je kunt de stopwatch en afteltimer tegelijkertijd uitvoeren.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Activiteit en slaap

De Inspire houdt tijdens het dragen voortdurend verschillende statistieken bij. Gegevens worden gedurende de dag automatisch gesynchroniseerd binnen het bereik van de Fitbit-app.

Je statistieken bekijken

Veeg omhoog vanaf de wijzerplaat op je tracker om je dagelijkse statistieken te bekijken, waaronder:

| | |
|-------------------|---|
| Kernstatistieken | Aantal gezette stappen vandaag, afgelegde afstand, aantal verbrande calorieën en het aantal actieve minuten |
| Stappen per uur | Stappen genomen dit uur en het aantal uren dat je jouw activiteitsdoel per uur hebt behaald (tik om tussen deze statistieken te schakelen) |
| Menstruatiecyclus | Informatie over de huidige fase van je menstruatiecyclus, als dit van toepassing is |
| Slaap | Duur van je slaap |
| Water | Waterinname vandaag geregistreerd |
| Gewicht | Huidig gewicht, vooruitgang richting je gewichtsdoel, of waar je gewicht binnen een gezond bereik valt als het je doel is om je gewicht te behouden |

Als je een doel hebt ingesteld in de Fitbit-app, geeft een ring je voortgang naar dat doel weer.



In de Fitbit-app vind je je volledige geschiedenis en andere informatie die door je tracker is geregistreerd.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Een dagelijks activiteitendoel bijhouden

De Inspire houdt je voortgang bij richting een dagelijks doel van jouw keuze. Als je je doelstelling hebt bereikt, trilt je tracker en wordt een felicitatie weergegeven.

Een doel kiezen

Stel een doel ter ondersteuning van je gezondheids- en fitnesstraject. Begin met een doelstelling van 10.000 stappen per dag. Wijzig het aantal stappen of kies een ander bewegingsdoel, afhankelijk van je apparaat.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Houd je voortgang bij richting een doel op de Inspire. Ga voor meer informatie naar '[Je statistieken bekijken](#)' op pagina 21.

Je beweegactiviteiten per uur volgen

De Inspire helpt je gedurende de dag actief te blijven door bij te houden wanneer je stilstaat en je eraan te herinneren dat je moet bewegen.

Deze herinneringen sporen je aan om ten minste 250 stappen per uur te zetten. Tien minuten vóór het verstrijken van het uur voel je een trilling en verschijnt er een melding op het scherm dat je nog geen 250 stappen hebt gezet. Als je na ontvangst van de herinnering het doel van 250 stappen bereikt, voel je een tweede trilsignaal en zie je een felicitatiebericht.



Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Je training automatisch bijhouden

De Inspire is in staat veel activiteiten met veel bewegingen van minstens 15 minuten automatisch te herkennen en vast te leggen. Synchroniseer je apparaat om de basisstatistieken van je bewegingsactiviteit op de Training-tegel in de Fitbit-app te zien.

Ga voor meer informatie, inclusief hoe je de minimale duur kunt wijzigen voordat een activiteit wordt bijgehouden, naar help.fitbit.com.

Je slaap bijhouden

Draag de Inspire in bed om je slaaptijd en beweging 's nachts automatisch te volgen om je te helpen om je slaappatroon te begrijpen. Synchroniseer je tracker wanneer je wakker wordt en kijk in de Fitbit-app om je slaapstatistieken te zien, waaronder wanneer je naar bed gaat, hoelang je slaapt en hoelang je wakker ligt of rusteloos bent.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Een slaapdoel instellen

Je doel staat in eerste instantie ingesteld op acht uur slaap per nacht. Je kunt dit doel aanpassen naar je eigen behoefte.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Een beter inzicht in je slaapgewoontes krijgen

Met een Fitbit Premium-abonnement krijg je tips om je te helpen een betere slaaproutine op te bouwen en je als herboren te voelen bij het wakker worden.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

Updaten, opnieuw opstarten en wissen

Ontdek hoe je je Inspire kunt updaten, herstarten en wissen.

De Inspire bijwerken

Update je tracker om de nieuwste functieverbeteringen en productupdates te ontvangen.

Wanneer een update beschikbaar is, verschijnt er een melding in de Fitbit-app. Nadat je de update hebt gestart, verschijnt er op je Inspire en in de Fitbit-app een voortgangsbalk totdat de update is voltooid. Houd tijdens de update je tracker en telefoon bij elkaar in de buurt.

Opmerking: het updaten van de Inspire duurt enkele minuten en kan de batterijduur verkorten. We raden je aan om je tracker in de oplader te steken, voordat je de update start.

Ga voor meer informatie naar help.fitbit.com.

De Inspire opnieuw opstarten

Je kunt je tracker opnieuw opstarten als je de Inspire niet kunt synchroniseren, als je je statistieken niet kunt zien of als je tracker niet reageert:

1. Sluit de oplaadkabel aan op de Inspire. Ga voor instructies naar '[Je tracker opladen](#)' op pagina 6.
2. Houd de knop op je tracker vijf seconden ingedrukt. Laat de knop los. De tracker is opnieuw opgestart wanneer je een smiley ziet en de Inspire trilt.

Er worden tijdens het opnieuw opstarten van je tracker geen gegevens gewist.

De Inspire wissen

Als je je Inspire aan iemand anders wilt geven of terug wilt brengen, moet je eerst je persoonsgegevens wissen:

1. Open de Instellingen-app op de Inspire  > **Gebruikersgegevens wissen**.
2. Druk 3 seconden op het scherm wanneer je hierom wordt gevraagd en laat los. Wanneer de Inspire trilt en je het klokscherm ziet, worden je gegevens gewist.

Problemen oplossen

Als de Inspire niet naar behoren functioneert, raadpleeg dan de onderstaande stappen voor probleemoplossing. Ga naar help.fitbit.com voor meer informatie.

Apparaat reageert niet

Als je een van de volgende problemen ondervindt, start dan de tracker opnieuw op:

- Synchroniseert niet
- Reageert niet op tikken, vegen of het indrukken van de knop
- Stappen of andere gegevens worden niet geregistreerd

Ga voor instructies naar 'De Inspire opnieuw opstarten' op pagina 24.

Voor meer informatie of de contactgegevens van de klantenservice ga je naar help.fitbit.com.

Algemene informatie en specificaties

Sensoren

De Fitbit Inspire bevat een 3-assige MEMS-versnellingsmeter die bewegingspatronen vastlegt.

Materialen

De behuizing van de Inspire is gemaakt van plastic. De klassieke polsband van de Inspire is gemaakt van flexibel, duurzaam elastomeermateriaal dat vergelijkbaar is met het materiaal van andere sporthorloges, en de pin is gemaakt van geanodiseerd aluminium. Geanodiseerd aluminium kan sporen van nikkel bevatten, wat bij mensen met een nikkelallergie tot een allergische reactie kan leiden. De hoeveelheid nikkel in alle Fitbit-producten is overeenkomstig met de strikte nikkelrichtlijnen van de Europese Unie.

Draadloze technologie

De Inspire bevat een Bluetooth 4.0-radio-ontvanger.

Haptische feedback

De Inspire beschikt over een trilmotor, waarmee een signaal wordt afgegeven voor alarmen, doelen, meldingen en herinneringen.

Batterij

De Inspire is uitgerust met een oplaadbare lithium-polymeerbatterij.

Geheugen

Op de Inspire worden je gegevens, waaronder dagcijfers, slaapegegevens en sportgeschiedenis, gedurende zeven dagen opgeslagen. Synchroniseer je tracker met de Fitbit-app om toegang te krijgen tot je historische gegevens.

Weergave

De Inspire heeft een Oled-display.

Formaat bandje

De maten van de bandjes worden hieronder weergegeven. Houd er rekening mee dat de maten van bandjes die als accessoire worden verkocht, enigszins kunnen afwijken.

| | |
|-----------------|--|
| Bandje in small | Past om een pols met een omtrek van 140 - 180 mm |
| Bandje in large | Past om een pols met een omtrek van 180 - 220 mm |

Omgevingsvoorwaarden

| | |
|--------------------------|--|
| Bedrijfstemperatuur | 4 °F tot 113 °F (-10 °C tot 45 °C) |
| Niet-bedrijfstemperatuur | -4 °F tot 14 °F (-20 °C tot -10 °C) 113 °F tot 140 °F (45 °C tot 60 °C) |
| Waterbestendig | Waterdicht tot 50 meter |
| Maximale bedrijfshoogte | 8.534 m |

Meer informatie

Ga voor meer informatie over je tracker, hoe je je voortgang kunt volgen in de Fitbit-app en hoe je gezonde gewoontes kunt opbouwen met Fitbit Premium naar help.fitbit.com.

Retourbeleid en garantie

Garantie-informatie en het retourbeleid van fitbit.com vind je op [onze website](#).

Juridische en veiligheidsmededelingen

Opmerking voor de gebruiker: juridische informatie voor de FB412 voor bepaalde regio's kan ook op je apparaat worden bekeken. Om deze informatie te bekijken: **Instellingen > Apparaat informatie**.

VS: Verklaring van de Federal Communications Commission (FCC)

Model FB412

FCC ID: XRAFB412

Notice to the User: The FCC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Unique Identifier: FB412

Responsible Party – U.S. Contact Information

199 Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105
United States
877-623-4997

www.fitbit.com

FCC Compliance Statement (for products subject to Part 15)

This device complies with Part 15 of the FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Canada: Verklaring van de Industry Canada (IC)

Model/Modèle FB412

IC: 8542A-FB412

Notice to the User: The IC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Paramètres> Informations sur l'appareil

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC Notice to Users English/French in accordance with current issue of RSS GEN:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause interference, and
2. this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

Europese Unie (EU)

Model FB412

Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB412 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB412 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB412 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB412 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB412 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety



Argentinië

Model FB412:



C-22555

Australië en Nieuw-Zeeland



China

Regulatory content can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Model FB412:

Frequency band: 2400-2483.5

Transmitted power: Max EIRP, 6.3dBm

Occupied bandwidth: 2MHz

Modulation system: GFSK

CMIIT ID displayed: On packaging

CMIT ID: 2018DJ9012

China RoHS

| 部件名称 | 有毒和危险品 | | | | | |
|--------------------------------|--|------------|-----------|-----------------|---------------|----------------------|
| Part Name | Toxic and Hazardous Substances or Elements | | | | | |
| Model FB412 | 铅 (Pb) | 水银 (Hg) | 镉 (Cd) | 六价铬 (Cr(VI)) | 多溴化苯 (PBB) | 多溴化二 苯醚 (PBDE) |
| 表带和表扣 (Strap and Buckle) | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 电子 (Electronics) | -- | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 电池 (Battery) | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 充电线 (Charging Cable) | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |

本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制

0 = 表示该有害物质在该部件所有均质材料中的含量均在 GB/T 26572规定的限量要求以下 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in all the Homogeneous Materials of the part is below the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).

X = 表示该有害物质至少在该部件的某一均质材料中的含量超出 GB/T 26572规定的限量要求 (indicates that the content of the toxic and hazardous substance in at least one Homogeneous Material of the part exceeds the concentration limit requirement as described in GB/T 26572).



India

Model FB412

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info

Israël

Model FB412

55-01198 התאמה אישור

המוצר של המודולארי בחלק טכני שינוי כל לבצע אין.

Japan

Model FB412

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info



Mexico

Model FB412

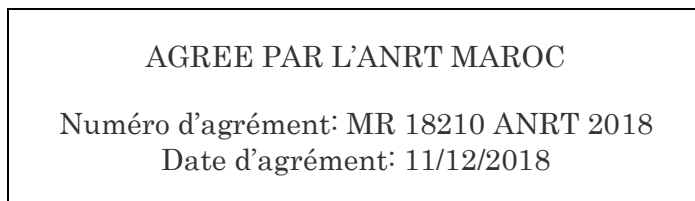


La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

Marokko

Model FB412



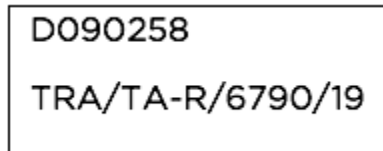
Nigeria

Model Name FB412

Connection and use of this communications equipment is permitted by the Nigerian Communications Commission.

Oman

Model FB412



Pakistan

Model No.: FB412

TAC No: 9.6044/2018



Model: FB412
Serial No: Refer to retail box
Year of Manufacture: 2018

Filippijnen

Model FB412



Servië

Model FB412



Zuid-Korea

Model FB412



클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다 얻을이 장치.

* 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다. *

Taiwan

Model FB412



CCAF19LP0010T1

低功率警語:

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條

經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾

Translation:

Low power warning:

According to the management method of low power radio wave radiating motor.

Article 12

Low-power RF motors that have passed the type certification are not allowed to change the frequency, increase the power or change the characteristics and functions of the original design without permission.

Article 14

The use of low-power RF motors shall not affect flight safety and interfere with legal communications; if interference is found, it shall be immediately deactivated and improved until no interference is required.

Legal communication in the preceding paragraph refers to radio communications operating in accordance with the provisions of the Telecommunications Act. Low-power RF motors must withstand interference from legitimate communications or radiological electrical equipment for industrial, scientific, and medical use.

使用過度恐傷害視力」

使用30分鐘請休息10分鐘。 2歲以下幼兒不看螢幕，2歲以上每天看螢幕不要超過1小時。

Translation:

“Excessive use may cause damage to vision”

Rest for 10 minutes after every 30 minutes.

Children under 2 years old should stay away from this product. Children 2 years old or more should not see the screen for more than 1 hour.

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及 / 或受傷的風險。

Translation:

Battery warning:

This device uses a lithium-ion battery.

If the following guidelines are not followed, the life of the lithium-ion battery in the device may be shortened or there is a risk of damage to the device, fire, chemical burn, electrolyte leakage and / or injury.

Verenigde Arabische Emiraten

Model FB412

TRA Registered No.: ER68013/18

Dealer No: 35294/14

Zambia

Model FB412



ZMB / ZICTA / TA / 2019 / 1 / 3

Veiligheidsverklaring

Deze apparatuur is getest en in overeenstemming bevonden met de veiligheidscertificatie conform de bepalingen uit EN-normen: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12:2011 + A2:2013 & EN62368-1:2014 + A11:2017.

©2020 Fitbit, Inc. Alle rechten voorbehouden. Fitbit en het Fitbit-logo zijn handelsmerken of gedeponeerde handelsmerken van Fitbit in de Verenigde Staten en in andere landen. Een volledige lijst met handelsmerken van Fitbit staat op <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list>. Vermelde handelsmerken van derden zijn het eigendom van hun respectieve eigenaren.