

# fitbit one™

활동량 + 수면 트래커



사용 일명시

버전 1.2

# 목차

시작하기.....	1
제품 구성.....	1
본 설명서의 내용.....	2
Fitbit One 설정.....	3
모바일 기기에서 트래커 설정.....	3
PC(Windows 10 만 해당)에서 트래커 설정하기.....	3
PC(Windows 8.1 이하)에서 트래커 설정하기.....	4
Mac 에서 트래커 설정하기.....	4
트래커 데이터를 Fitbit 계정과 동기화하기.....	5
Fitbit One 에 대해 알아보기.....	6
착용.....	6
왼손잡이 사용을 위한 디스플레이 변경.....	6
배터리 수명 및 충전.....	7
현재 배터리 잔량 확인.....	7
트래커 충전하기.....	7
Fitbit One 을 사용한 모니터링.....	8
일일 통계 보기.....	8
디스플레이 사용.....	8
수면 모니터링.....	8
운동 모니터링.....	9
fitbit.com 대시보드 사용.....	10
브라우저 요구사항.....	10
타일 추가 및 제거.....	10
fitbit.com 에서 One 관리하기.....	11

진동 알람 사용.....	12
진동 알람 설정.....	12
진동 알람 해제.....	12
Fitbit One 업데이트.....	13
Fitbit One 문제 해결.....	14
반품 정책 및 보증.....	15
규제 및 안전 공지.....	16
미국: FCC(Federal Communications Commission) 진술문.....	16
캐나다: 캐나다 산업성(IC) 진술문.....	17
유럽연합(EU).....	17
호주.....	18
중국.....	18
Wireless sync dongle.....	19
One.....	19
이스라엘.....	19
멕시코.....	20
세르비아.....	20
싱가포르.....	20
남아프리카 공화국.....	20
대한민국.....	21
아랍에미리트 연합국.....	21
안전 진술문.....	22
중요 안전 지침.....	22
내장 배터리 관련 예방조치.....	22
폐기 및 재활용 관련 정보.....	23

# 시작하기

Fitbit One™ 무선 활동 + 수면 트래커를 소개합니다.

## 제품 구성

Fitbit One 의 구성품:

1. Fitbit One 무선 활동 + 수면 트래커
2. 클립
3. 무선 동기화 동글
4. 수면 밴드
5. 충전 케이블



## 본 설명서의 내용

Fitbit® 계정을 만들고 트래커가 수집하는 데이터를 Fitbit 대시보드와 동기화시켜 트래커를 신속하게 사용할 수 있도록 지원합니다. 대시보드에서 데이터 분석, 과거 추세 확인, 목표 설정, 음식과 물 섭취량 기록, 친구와 소통 등 다양한 작업을 할 수 있습니다. 트래커 설정을 완료하는 즉시 바로 움직이면 됩니다.

그 다음, 사용자가 관심 있는 기능을 찾아서 사용하는 방법과 기본 설정 조정 방법에 대해 설명합니다. 자세한 정보, 팁, 문제 해결에 대해 알아보려면, <http://help.fitbit.com> 에 나와 있는 포괄적인 자료를 확인하세요.

# Fitbit One 설정

Fitbit One 을 최대한 활용하려면, iOS®, Android™, Windows® 10 모바일 기기에서 사용 가능한 무료 Fitbit 앱을 사용하세요. 호환 모바일 기기를 사용하지 않는 경우, 대신 컴퓨터와 fitbit.com 을 사용할 수 있습니다.

## 모바일 기기에서 트래커 설정

Fitbit 앱은 iOS, Android, Windows 10 운영체제를 지원하는 200 가지 이상의 모바일 기기와 호환됩니다.

시작하는 방법:

1. Fitbit 앱이 사용 중인 모바일 기기와 호환되는지 여부는 <http://www.fitbit.com/devices> 에서 확인하세요.
2. 기기에 따라 다음 중에서 Fitbit 앱을 찾아보세요.
  - iPhone® 또는 iPad®와 같은 iOS 기기의 경우 Apple® App Store®.
  - Samsung® Galaxy® S5, Motorola Droid Turbo 와 같은 Android 기기의 경우 Google Play™ Store.
  - Microsoft® Windows Store - Lumia™ 휴대폰 또는 Surface™ 태블릿과 같은 Windows 10 모바일 기기의 경우.
3. 앱을 설치하세요. 해당 스토어의 계정만 있으면 Fitbit 과 같은 무료 앱을 다운로드할 수 있습니다.
4. 앱을 설치하고 나서, 열고 **Fitbit 가입**을 눌러 시작합니다. 그러면 Fitbit 계정을 만들고 One 을 모바일 기기에 연결(페어링)하는 과정이 안내됩니다. 페어링을 통해 트래커와 모바일 기기가 서로 통신(데이터 동기화)할 수 있습니다.

설정 중에 입력하는 개인 정보는 기초 대사율(BMR)을 계산하는 데 사용되므로, 예상 칼로리 소모량을 결정하는 데 유용합니다. 이 정보는 개인 정보 보호 설정에 들어가서 나이, 키, 몸무게를 Fitbit 친구와 공유하도록 선택하지 않는 한 비공개로 유지됩니다.

설정을 완료하고 나서 바로 움직이면 됩니다.

## PC(Windows 10 만 해당)에서 트래커 설정하기

모바일 기기를 사용하지 않는 경우, Windows 모바일 기기에서 사용 가능한 것과 동일한 Fitbit 앱을 사용해 Windows 10 PC 에서 트래커를 설정하고 동기화할 수 있습니다.

이 앱을 다운로드하려면, 시작 버튼을 클릭하고 Windows Store(스토어라고 함)를 엽니다. “Fitbit 앱”을 검색합니다. 스토어에서 컴퓨터로 앱을 다운로드하지 못한 경우, 계정을 만들어야 합니다.

앱을 열고 지침에 따라 Fitbit 계정을 만들고 One 을 설정합니다. 컴퓨터에 Bluetooth®가 내장되어 있으면 무선으로 설정하고 동기화할 수 있습니다. 그렇지 않으면, Fitbit One 과 함께 상자에 들어 있는 무선 동기화 동글을 사용해야 합니다.

## PC(Windows 8.1 이하)에서 트래커 설정하기

호환 모바일 기기를 사용하지 않는 경우, 컴퓨터에서 트래커를 설정하고 fitbit.com 에서 Fitbit 통계를 확인할 수 있습니다. 이 설정 방법을 사용하려면 One 이 데이터를 fitbit.com 대시보드와 동기화할 수 있도록 먼저 Fitbit Connect 라는 무료 소프트웨어 애플리케이션을 설치해야 합니다.

Fitbit Connect 를 설치하고 트래커를 설정하는 방법:

1. <http://www.fitbit.com/setup> 에 접속하세요.
2. 스크롤하여 다운로드할 옵션을 클릭합니다.
3. 메시지가 표시되면, 나타난 파일을 저장합니다.
4. 파일(FitbitConnect\_Win.exe)을 두 번 클릭합니다. Fitbit Connect 설치 프로그램이 열립니다.
5. **계속**을 클릭하여 설치 프로그램을 진행합니다.
6. 메시지가 나타나면, **새로운 Fitbit 기기 설정**을 선택합니다.
7. 화면에 표시되는 지침에 따라 Fitbit 계정을 만들고 One 을 연결합니다. 컴퓨터에 Bluetooth 가 내장된 경우, 무선으로 설정할 수 있습니다. 그렇지 않을 경우, Fitbit One 과 함께 상자 안에 제공된 무선 동기화 동글을 꽂으라는 메시지가 나타납니다.

설정 중에 입력하는 개인 정보는 기초 대사율(BMR)을 계산하는 데 사용되므로, 예상 칼로리 소모량을 결정하는 데 유용합니다. 이 정보는 개인 정보 보호 설정에 들어가서 나이, 키, 몸무게를 Fitbit 친구와 공유하도록 선택하지 않는 한 비공개로 유지됩니다.

## Mac 에서 트래커 설정하기

호환 모바일 기기를 사용하지 않는 경우, 컴퓨터에서 트래커를 설정하고 fitbit.com 에서 Fitbit 통계를 확인할 수 있습니다. 이 설정 방법을 사용하려면 One 이 데이터를 fitbit.com 대시보드와 동기화할 수 있도록 먼저 Fitbit Connect 라는 무료 소프트웨어 애플리케이션을 설치해야 합니다.

Fitbit Connect 를 설치하고 트래커를 설정하는 방법:

1. <http://www.fitbit.com/setup> 에 접속하세요.
2. 스크롤하여 다운로드할 옵션을 클릭합니다.
3. 메시지가 표시되면, 나타난 파일을 저장합니다.
4. 이 파일을 두 번 클릭합니다(Install Fitbit Connect.pkg). Fitbit Connect 설치 프로그램이 열립니다.
5. **계속**을 클릭하여 설치 프로그램을 진행합니다.
6. 메시지가 나타나면, **새로운 Fitbit 기기 설정**을 선택합니다.
7. 화면에 표시되는 지침에 따라 Fitbit 계정을 만들고 One 을 연결합니다.

설정 중에 입력하는 개인 정보는 기초 대사율(BMR)을 계산하는 데 사용되므로, 예상 칼로리 소모량을 결정하는 데 유용합니다. 이 정보는 개인 정보 보호 설정에 들어가서 나이, 키, 몸무게를 Fitbit 친구와 공유하도록 선택하지 않는 한 비공개로 유지됩니다.

## 트래커 데이터를 Fitbit 계정과 동기화하기

One 을 사용해 설정하고 시작하고 나면, 정기적으로 데이터를 Fitbit 에 전달(동기화)해야만 Fitbit 대시보드에서 사용자의 달성률을 모니터링하고, 운동 내역을 확인하며, 배지를 획득하고, 수면 기록을 분석하는 등 다양한 작업을 수행할 수 있습니다. 매일 동기화하는 것이 좋지만 반드시 필요한 것은 아닙니다.

Fitbit 앱은 BLE(Bluetooth Low Energy) 기술을 이용해 Fitbit 트래커와 동기화합니다. 앱을 열 때마다 트래커가 가까이에 있으면 동기화되고, 하루 종일 동기화 설정을 활성화하면 앱은 하루 종일 정기적으로 동기화됩니다. Bluetooth 기능이 없는 Windows 10 PC 에서 Fitbit 앱을 실행할 경우에는 트래커가 컴퓨터에 연결되어 있는지 확인해야 합니다.

Mac<sup>®</sup>에서 Fitbit Connect 는 Bluetooth(사용 가능한 경우)를 사용해 동기화하고, 그렇지 않으면 무선 동기화 동글을 컴퓨터에 꽂아야 합니다. PC 에서 Fitbit Connect 를 사용하려면 무선 동기화 동글을 꽂아야 합니다. 언제든지 Fitbit Connect 를 강제로 동기화할 수 있고, 아니면 15 분마다 자동으로 동기화되는 경우는 다음과 같습니다.

- 트래커와 컴퓨터 사이의 거리가 6 미터(20 피트) 이내이고 업로드할 새 데이터가 있는 경우(즉, 움직이지 않았으면 자동 동기화가 진행되지 않음).
- 컴퓨터 전원이 켜져 있고 CPU 가 활성화되어 있고 인터넷에 연결된 경우



# Fitbit One 에 대해 알아보기

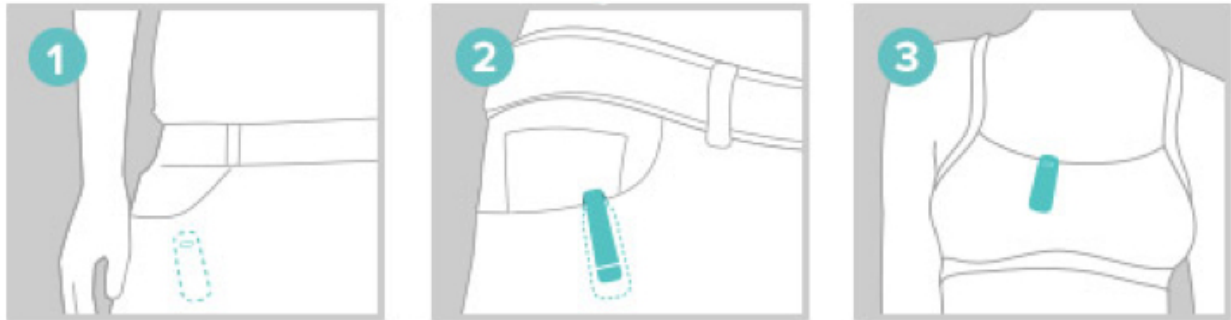
이 섹션에서는 트래커를 착용하고 충전하는 가장 좋은 방법에 대해 설명합니다.

## 착용

One 은 착용하고 있거나 몸 가까이 있을 때 가장 정확합니다. 트래커를 옷에 고정할 수 있는 클립은 패키지에 들어 있습니다.

One 용 수면 밴드도 패키지에 들어 있습니다.

트래커를 잃어 버리지 않도록 주머니 안에 착용하거나, 주머니에 끼우거나, 브라에 끼워 착용하는 것이 좋습니다.



One 은 피부에 직접 접촉하여 착용하도록 설계되지 않았습니다. 브라 또는 손목에 클립으로 착용할 때는 항상 실리콘 홀더를 사용해 디스플레이를 바깥쪽으로 향하도록 하세요. One 을 브라 안에 착용하지 마세요.

지침대로 브라 또는 밴드에 One 을 착용한 경우에도 사용자에게 따라 피부 자극이 나타나는 경우가 있을 수도 있습니다. 그러한 문제가 발생하면 트래커 클립을 주머니, 벨트 등 다른 외부 의류에 끼우는 것이 좋습니다.

One 은 땀과 비에 잘 견딥니다. 하지만 방수 기능은 없으므로 수영 시에는 착용해서는 안 됩니다.

## 왼손잡이 사용을 위한 디스플레이 변경

트래커 방향은 기본적으로 오른손잡이용으로 설정되어 있습니다. 왼손잡이인 경우에는 읽기가 수월하도록 디스플레이 방향을 재설정할 수 있습니다. 이 설정을 적용하려면, Fitbit.com 대시보드에 로그인해서 오른쪽 상단에 있는 설정 아이콘을 클릭합니다. **설정 > 기기**를 클릭한 후 **왼손잡이** 버튼을 찾아서 조정합니다.

## 배터리 수명 및 충전

One 은 충전용 내장 배터리를 사용합니다. 완전히 충전된 One 배터리는 최대 2 주 간 사용할 수 있습니다.

### 현재 배터리 잔량 확인

다음 두 가지 방법으로 배터리 잔량을 확인할 수 있습니다.

- One 을 충전하는 동안 트래커의 버튼을 누르면 화면에 배터리 표시기가 나타납니다.
- Fitbit.com 대시보드.

### 트래커 충전하기

One 을 충전하려면, 트래커의 금속 접촉부를 충전 케이블 내부에 있는 금속 접촉부와 나란히 맞추고 나서 케이블을 컴퓨터의 USB 포트에 꽂습니다. 충전 시간은 보통 약 1 시간입니다.

---

**참고:** 매일 밤 자정에 트래커는 자동으로 재설정됩니다. 즉, 목표 달성률과 일일 데이터는 0 에서 다시 시작합니다. 재설정되어도 트래커에 저장된 데이터는 삭제되지 않습니다. 다음 번에 트래커를 동기화하면 이 데이터가 대시보드에 업로드됩니다. 이 재설정 시간은 fitbit.com 프로필에 설정된 시간대를 기준으로 합니다.

---

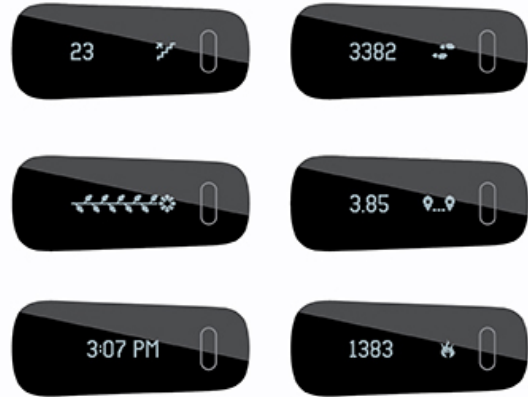
# Fitbit One 을 사용한 모니터링

One 는 착용할 때마다 다양한 통계를 자동으로 모니터링합니다. 트래커의 최근 데이터는 동기화할 때마다 Fitbit 대시보드에 업로드됩니다.

## 일일 통계 보기

One 의 버튼을 누르면 현재 시간이 표시되고 다음 일일 통계 전체가 순환하면서 표시됩니다.

- 걸음 수
- 오른 층 수
- 최근 활동 수준(펼쳐지는 꽃으로 표시)
- 이동 거리
- 소모한 칼로리



One 은 사용자가 계정에서 선택한 시간대에 따라 자정에 재설정됩니다. 이 재설정은 One 이 일일 기록을 올바르게 모니터링하도록 보장하면서도 전날의 데이터는 삭제하지 않습니다. 트래커를 동기화하면 대시보드에 모든 데이터가 나타납니다.

## 디스플레이 사용

처음에 One 을 설정하고 버튼을 눌러 통계를 스크롤하면, 통계 카테고리(걸음 수 등)가 표시된 후 통계와 그 아이콘이 나타납니다. 각 화면을 5 회 순환하여 통계 아이콘을 인식할 수 있게 되면, 통계 카테고리가 더 이상 표시되지 않으므로 보다 빠르게 스크롤할 수 있습니다.

언제든지 트래커를 재설정할 때마다 “초보자 모드”에 들어가고 통계 카테고리를 다시 처음으로 5 회 순환시키며 표시합니다. 트래커를 끄고 다시 시작하거나, 트래커를 업그레이드하거나, 트래커의 배터리가 완전히 소진된 후 트래커를 충전하면 트래커가 초기화됩니다.

## 수면 모니터링

One 을 사용해 수면 시간과 수면 상태를 모니터링할 수 있습니다. One 은 밤에도 내내 사용자의 움직임을 모니터링하므로 수면 효율에 대한 정보를 제공합니다.

1. 트래커를 밴드 슬롯에 삽입하고 자주 쓰지 않는 손에 착용합니다.
2. 침대에 누워 잘 준비가 되었으면 Fitbit 트래커의 버튼을 2 초 이상 길게 누릅니다. 깜박이는 스톱워치와 시계가 표시됩니다. 트래커가 수면 모드에 있음을 나타내는 다른 아이콘도 깜박입니다.
3. 잠에서 깨자마자 이 버튼을 2 초 이상 길게 눌러 수면 기록을 중지합니다. 아이콘의 깜박임이 중지되면 수면 모드를 끝낸 것입니다. 수면 모드가 종료되면 Fitbit 트래커는 일일 기록을 표시하며 다시 시작합니다.

데이터가 동기화되면, 대시보드의 그래프에 수면 시간과 잠에서 깬 횟수가 나타납니다. 대시보드를 사용해 수면 시간 목표를 설정할 수도 있습니다.

---

**참고:** 깜박 잊고 트래커의 이 버튼을 누르지 않았지만 자는 동안 트래커를 착용한 경우, 온라인 수면 기록에 수면 시간을 직접 입력할 수 있습니다.

---

## 운동 모니터링

One 이 하루 종일 여러 통계를 자동으로 모니터링하지만, 특정 운동에 대한 통계를 모니터링할 수도 있습니다. 자동차의 주행 기록계와 유사한 활동 모드 기능을 이용하면 지정된 시간을 더 자세히 확인할 수 있습니다.

예를 들어, One 을 활동 모드에 두고 달리기를 한 경우, 소모한 칼로리나 걸음 수 등 이 달리기에서 측정된 통계를 확인할 수 있습니다. 달리기가 끝날 때 활동 모드를 종료하고 데이터를 동기화하고 나서, fitbit.com 대시보드에 로그인하면 속도, 기간 등 이 활동의 통계 요약을 확인할 수 있습니다.

기록을 시작하려면, 수면 모드에서와 같이 깜박이는 스톱워치와 움직이는 숫자가 나타날 때까지 트래커의 버튼을 2-3 초 간 길게 누릅니다.

활동 중에는 디스플레이 아이콘이 깜박입니다. 트래커의 버튼을 눌러 여러 화면으로 전환하면, 이 통계는 기록을 시작한 이후에 진행된 활동을 나타냅니다.

활동 모드를 종료하려면, 디스플레이의 아이콘과 숫자가 깜박임을 중단할 때까지 트래커의 버튼을 2-3 초 간 길게 누릅니다.

# fitbit.com 대시보드 사용

Fitbit 은 무료 온라인 도구 fitbit.com 대시보드를 제공하므로 피트니스 달성률을 모니터링하고, 관리하고, 평가할 수 있습니다. 이 대시보드를 사용해 일일 기록을 확인하고, 특정 활동에 대한 세부 정보를 분석하고, 과거 그래프를 확인하고, 음식을 기록할 수 있습니다.

## 브라우저 요구사항

브라우저	Mac 버전	Windows 버전
 Apple Safari	5.0.5 이상	지원되지 않음
 Google Chrome	12 이상	12 이상
 Microsoft Internet Explorer	지원되지 않음	8 이상
 Mozilla Firefox	3.6.18 이상	3.6.18 이상

## 타일 추가 및 제거

대시보드에 대한 정보가 타일에 나타납니다. 타일을 추가하거나 제거하여 대시보드를 사용자 지정할 수 있습니다. 타일을 제거해도 언제든지 다시 추가할 수 있습니다.

타일을 추가하는 방법:

1. 대시보드의 왼쪽 상단에 있는 그리드 아이콘을 클릭합니다.
2. 추가할 타일을 확인한 후 **완료**를 클릭합니다.

타일을 삭제하는 방법:

1. 왼쪽 하단에 설정 아이콘이 표시될 때까지 타일을 마우스로 가리킵니다.
2. 설정 아이콘을 클릭하고 나서 **타일 제거**를 클릭합니다.
3. 메시지가 나타나면, 타일을 제거할 것인지 확인합니다.

## fitbit.com 에서 One 관리하기

다양한 계정 설정을 관리하려면, fitbit.com 대시보드의 오른쪽 상단 모서리에 있는 설정 아이콘을 클릭하고 **설정**을 선택합니다. 여기서 개인 정보, 알림 기본 설정, 개인 정보 보호 설정 등을 편집할 수 있습니다.

기기 페이지에서 다음 항목을 모니터링하거나 편집할 수 있습니다.

- 마지막으로 동기화한 날짜와 시간.
- 트래커의 배터리 잔량.
- 트래커에서 실행 중인 펌웨어 버전.
- 사용자 시간대.
- 수면 모니터링 민감도 옵션.
- 자주 쓰는 손 기본 설정: 왼손잡이 또는 오른손잡이.
- 트래커의 인사말.

# 진동 알람 사용

One 에서 가볍게 진동하는 진동 알람을 최대 8 개까지 설정할 수 있습니다. 진동 알람은 매일 또는 특정 요일에 반복되도록 설정할 수 있습니다.

**참고:** 알람을 여러 개 설정하면 One 의 배터리 소모량이 늘어날 수 있습니다. 알람이 울릴 때마다 배터리 사용량이 약간씩 증가합니다.

## 진동 알람 설정

Fitbit 앱이나 fitbit.com 대시보드에서 진동 알람을 추가, 편집, 삭제할 수 있습니다.

fitbit.com 대시보드를 사용해 진동 알람을 설정하는 방법:

1. fitbit.com 대시보드에 로그인합니다.
2. 페이지 오른쪽 상단 모서리에 있는 설정 아이콘을 클릭합니다.
3. **설정**을 클릭하고 **진동 알람**을 찾습니다.
4. **알람 추가** 버튼을 클릭합니다.
5. 원하는 알람 시간을 입력합니다.
6. 다음과 같이 알람이 울리는 주기를 선택합니다.
  - a. **한 번** - 알람이 지정된 시간에 울리고 반복되지 않습니다.
  - b. **반복** - 이 알람이 매주 반복될 요일을 선택합니다.
7. **저장**을 클릭합니다.
8. Fitbit One 을 동기화하여 새 알람으로 트래커를 업데이트합니다.
  - a. 컴퓨터의 날짜와 시간 근처에 있는 Fitbit Connect 아이콘을 클릭합니다.
  - b. Fitbit One 를 가까이에 두고 **지금 동기화**를 클릭합니다.
9. **완료**를 누릅니다.
10. **알람을 트래커와 동기화** 버튼을 누릅니다.

Android 기기가 이제 알람을 One 과 동기화합니다.

## 진동 알람 해제

진동 알람이 울리면, One 이 진동합니다. 이 알림은 해제될 때까지 여러 번 반복됩니다. 이 버튼을 눌러 알람을 해제할 수 있습니다.

알람을 해제하지 않으면, One 은 몇 분 후 다시 알람을 울립니다.

## Fitbit One 업데이트

---

새로운 기능 개선과 제품 향상은 간헐적인 펌웨어 업데이트를 통해 무료로 제공됩니다. One 을 최신 상태로 유지하는 것이 좋습니다.

업데이트가 사용 가능한 경우 Fitbit 앱에 알림이 표시됩니다. 업데이트를 시작하고 나면 과정이 완료될 때까지 트래커와 Fitbit 앱에 진행 표시줄이 나타나고 나서 확인 메시지가 표시됩니다.



# Fitbit One 문제 해결

---

트래커가 올바르게 작동하지 않을 경우, 아래의 문제 해결 정보를 검토합니다. 다른 문제나 세부 정보는 <https://help.fitbit.com> 을 확인하세요.

One 에 다음과 같은 문제가 발생할 경우 트래커를 다시 시작하는 것이 좋습니다.

- 동기화되지 않는 경우
- 걸음 수를 모니터링하지 않는 경우
- 배터리 충전에 반응이 없는 경우
- 버튼을 눌러도 반응이 없는 경우

---

**참고:** 아래 설명에 따라 트래커를 다시 시작하면 기기가 재부팅됩니다. 트래커를 다시 시작해도 데이터가 삭제되지 않습니다.

---

트래커를 다시 시작하는 방법:

1. 컴퓨터에 충전 케이블을 연결합니다.
2. One 트래커를 충전 케이블에 연결하고 트래커의 금속 접합부가 충전기 안의 금속 접합부와 제대로 접촉되었는지 확인합니다.
3. 트래커 버튼을 약 10-12 초 동안 누릅니다.
4. 트래커의 충전 케이블을 제거하고 화면이 켜질 때까지 트래커 버튼을 누릅니다.

이제 트래커가 정상적으로 작동할 것입니다.

추가 문제 해결을 확인하거나 고객 지원팀에 문의하려면, <https://help.fitbit.com> 을 확인하세요.

## 반품 정책 및 보증

---

보증 정보와 fitbit.com 스토어 반품 정책은 <http://www.fitbit.com/returns> 에 나와 있습니다.

# 규제 및 안전 공지

---

모델 이름: FB103

미국: FCC(Federal Communications Commission)  
진술문

This device complies with FCC part 15 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.

## 캐나다: 캐나다 산업성(IC) 진술문

IC Notice to Users English/French in accordance with RSS GEN Issue 3:

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

This Class B digital apparatus complies with Canadian ICES-003.

Cet appareil numérique de la classe B est conforme à la norme NMB-003 du Canada.

FCC ID: XRAFB103

IC ID: 8542A-FB103

## 유럽연합(EU)

### Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit, Inc. declares that the radio equipment type Model FB103 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address:  
<http://www.fitbit.com/safety>.

### Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit, Inc. déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB103 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](http://www.fitbit.com/safety).

### Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit, Inc. dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB103 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](http://www.fitbit.com/safety).

## Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit, Inc. erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB103 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: [www.fitbit.com/safety](http://www.fitbit.com/safety).

## Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit, Inc. declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB103 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](http://www.fitbit.com/safety).



호주



중국



## Wireless sync dongle

部件名称	有毒和危险品					
<b>Dongle Model FB150</b>	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	○	○	○	○	○	○
电子	X	○	○	○	○	○
<p>本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制</p> <p>O: 表示该项目中涉及的所有物料, 其包含的有害物质的含量低于 GB/T 26572. 标准的限制要求.</p> <p>X: 表示该项目中涉及的所有物料中至少有一种, 其包含的有害物质的含量高于 GB/T 26572. 标准的限制要求.</p>						

## One

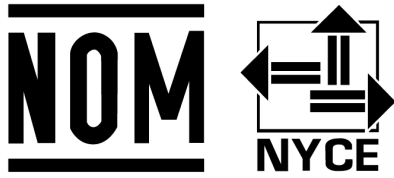
部件名称	有毒和危险品					
<b>One Model FB103</b>	铅 (Pb)	水银 (Hg)	镉 (Cd)	六价铬 (Cr(VI))	多溴化苯 (PBB)	多溴化二苯醚 (PBDE)
表带和表扣	○	○	○	○	○	○
电子	X	○	○	○	○	○
<p>本表格依据 SJ/T 11364 的规定编制</p> <p>O: 表示该项目中涉及的所有物料, 其包含的有害物质的含量低于 GB/T 26572. 标准的限制要求.</p> <p>X: 表示该项目中涉及的所有物料中至少有一种, 其包含的有害物质的含量高于 GB/T 26572. 标准的限制要求.</p>						

## 이스라엘

אישור התאמה 51-37309

המוצר של המודולארי בחלק טכני שינוי כל לבצע אין.

멕시코



IFETEL: RCPFIFB13-1798-A5 (FB103BK), RCPFIFB13-1798-A6 (FB103BY)

세르비아



И005 15

싱가포르



남아프리카 공화국



TA-2013/746  
Approved

# 대한민국

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



- 사용 주파수 (Used frequency): 2402 MHz-2480 MHz
- 채널수 (The number of channels): 40
- 공중선전계강도 (Antenna power): 0.6 dBi
- 변조방식 (Type of the modulation): Digital
- 안테나타입 (Antenna type): Vertical
- 출력 (Output power): 1.45 mW/MHz E.I.R.P.
- 안테나 종류 (Type of Antenna): PCB

## KCC approval information

- 1) Equipment name (model name): 무선데이터통신시스템용 특정소출력무선기기 FB103
- 2) Certificate number: MSIP-CRM-XRA-FB103
- 3) Applicant: Fitbit, Inc.
- 4) Manufacture: Fitbit, Inc.
- 5) Manufacture / Country of origin: P.R.C.

# 아랍에미리트 연합국





## 안전 진술문

본 기기는 테스트를 통해 다음 EN 표준 사양에 따라 안전 인증을 준수하는 것으로 판명되었습니다. EN60950-1:2006 + A12: 2011.

## 중요 안전 지침

- 이 지침을 읽으세요.
- 이 지침을 잘 보관해야 합니다.
- 모든 경고에 주의해야 합니다.
- 모든 지침을 준수해야 합니다.
- 트레이를 열려고 시도하지 마세요. 본 제품과 배터리에 함유된 물질은 환경에 유해할 수 있거나 잘못 취급하고 폐기하는 경우 건강에 해가 될 수도 있습니다.
- One 을 임의로 개조하지 마세요.
- 마모성 세척제를 사용해 One 을 세척하지 마세요.
- One 을 식기세척기, 세탁기, 건조기에 넣지 마세요.
- One 을 매우 높거나 낮은 온도에 노출시키지 마세요.
- One 을 사우나 또는 한증실에서 사용하지 마세요.
- One 을 장시간 동안 직사광선이 드는 곳에 두지 마세요.
- One 을 화염 근처에 두지 마세요.
- One 을 불 속에 넣어 폐기하지 마세요. 배터리가 폭발할 수 있습니다.
- One 을 분해하려고 시도하지 마세요. One 에는 정비 가능한 부품이 들어 있지 않습니다.
- 어린이가 One 을 갖고 놀도록 두어서는 안 됩니다. 소형 부품으로 인해 질식할 위험이 있습니다.

## 내장 배터리 관련 예방조치

- One 의 배터리를 교체하려고 시도하지 마세요. 내장 배터리이므로 교체할 수 없습니다.
- 이 가이드에 나오는 지침에 따라 배터리를 충전하세요.
- 제품과 함께 제공된 충전기만을 사용해 배터리를 충전하세요.
- 인증된 컴퓨터, 전원 공급 허브 또는 전원공급장치를 사용해 One 을 충전해야 합니다.
- 내장 배터리를 역지로 열려고 시도하지 마세요.
- 본 제품은 캘리포니아 에너지 위원회(California Energy Commission) 배터리 충전기를 사용합니다.



## 폐기 및 재활용 관련 정보



제품 또는 포장에 표시된 기호는 제품 수명이 끝나면 일반 가정용 폐기물과 별도로 폐기해야 함을 의미합니다. 천연자원을 보존할 수 있도록 전자 장비를 재활용 센터에 폐기하는 것은 사용자의 책임입니다. 유럽연합(EU)에는 전기전자 장비 재활용을 위한 국가별 자체 수거 센터가 있습니다. 재활용 수거 지점에 대한 정보는 가까운 관련 지역 전기전자 장비 폐기물 관리 당국이나 제품 구입처에 문의하세요.

- One 을 가정용 쓰레기로 폐기하지 마세요.
- 배터리는 지방자치단체 폐기물로 폐기해서는 안 되고 별도로 수거해야 합니다.
- 포장재와 One 은 현지 규정에 따라 폐기해야 합니다.

재활용하세요!

