



Bracelet pour l'activité



Manuel
Version 1.1

Table des matières

Prise en main	1
Bienvenue.....	1
Contenu.....	1
Comment porter le Charge	1
Configuration de votre Fitbit Charge	4
Configuration sur votre appareil mobile	4
Configuration sur Mac ou PC.....	4
Configuration requise sur Mac et PC.....	4
Téléchargement de Fitbit Connect	5
Installation et appairage de votre Charge.....	5
Synchronisation sans fil sur votre ordinateur.....	5
Suivi avec le Fitbit Charge	6
Analyse du sommeil	6
Suivi des objectifs	7
Suivi des exercices.....	7
Utilisation du mode Entraînement.....	8
Quitter le mode Entraînement	8
Prise en main de votre Fitbit Charge	9
Port de votre Charge	9
Port au poignet dominant ou non dominant.....	9
Utilisation de votre Charge par conditions humides.....	9
Autonomie de la batterie et chargement de votre Charge	9

Instructions d'entretien	10
Utilisation des alarmes silencieuses	11
Configuration des alarmes silencieuses.....	11
Désactivation des alarmes silencieuses.....	11
Réception des notifications d'appel.....	12
Activation des notifications d'appel	12
Gestion des notifications d'appel.....	12
Votre tableau de bord Fitbit.com	13
Configuration requise pour le navigateur.....	13
Utilisation du tableau de bord.....	13
Informations sur l'appareil	13
Gestion de votre Charge à partir de Fitbit.com	14
Mise à jour du Fitbit Charge	15
Redémarrage de votre Fitbit Charge.....	16
Informations générales et spécifications relatives au Fitbit Charge	17
Capteurs et moteurs	17
Batterie.....	17
Mémoire	17
Dimensions	18
Conditions ambiantes.....	18
Aide	18
Politique de retour d'article et garantie	18
Avis relatifs à la réglementation et la sécurité.....	19
ÉTATS-UNIS : Réglementation de la FCC (Federal Communications Commission)	19

Canada : Avis d'Industrie Canada (IC)	20
Union européenne (UE)	20
Australie et Nouvelle-Zélande	20
Mexique	20
Singapour	21
Corée du Sud	21
Taiwan	22
Russie	22
Émirats arabes unis	23
Déclaration de sécurité	23
Instructions de sécurité importantes	23
Précautions d'utilisation	23
Conseils pour l'entretien et le port de votre appareil	24
Précautions concernant la batterie intégrée	24
Informations de mise au rebut et de recyclage	25

Prise en main

Bienvenue

Bienvenue dans le manuel du Fitbit Charge, le coach électronique haute performance qui vous aide à atteindre vos objectifs de fitness.

Contenu

Le coffret de votre bracelet pour l'activité et le sommeil Fitbit Charge comprend les éléments suivants :



Bracelet Charge



Câble
d'alimentation

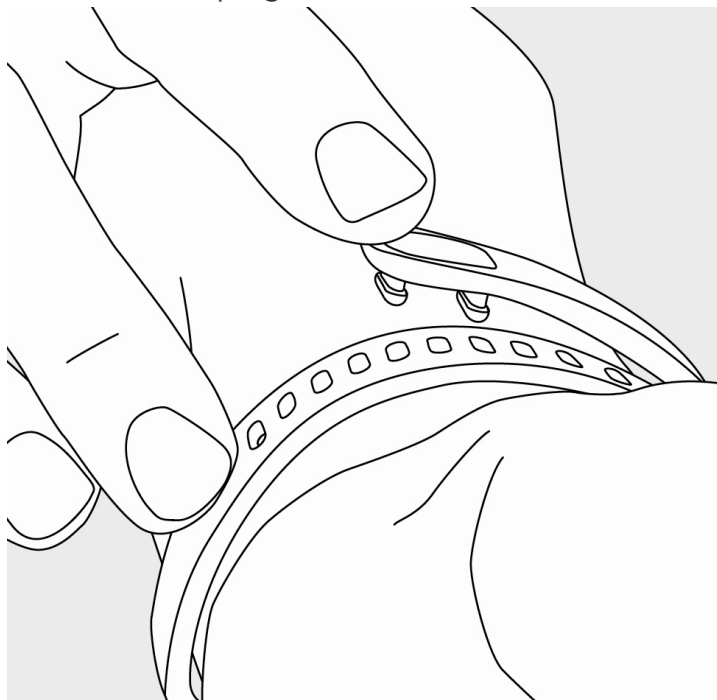


Dongle de
synchronisation
sans fil

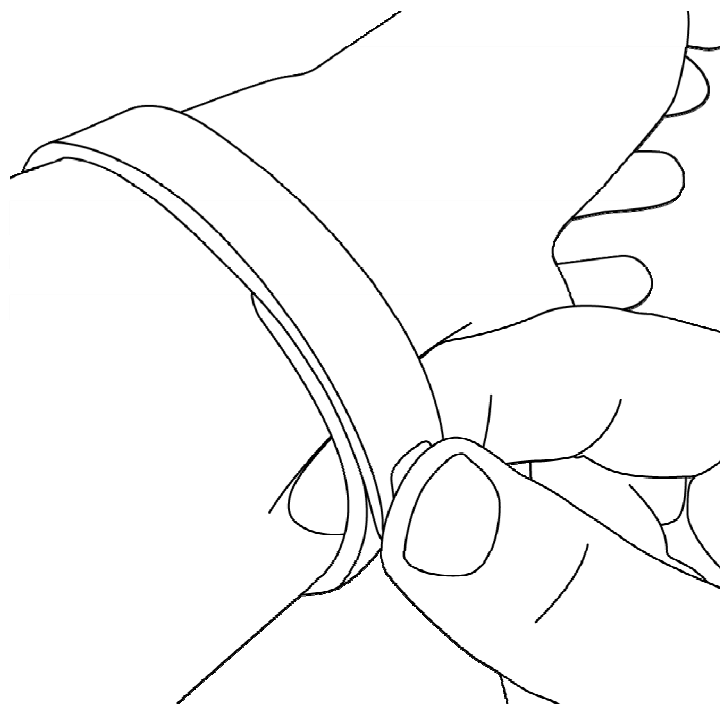
Comment porter le Charge

1. Portez le bracelet de manière à ce que l'écran se trouve au plus près de l'extérieur de votre poignet et orienté vers vous.

2. Alignez les deux extrémités du bracelet de manière à ce qu'elles se chevauchent et placez l'agrafe au-dessus des deux trous correspondant à la taille de votre poignet.



3. Serrez l'agrafe et le bracelet entre le pouce et l'index jusqu'à ce que vous entendiez un léger clic.



Le bracelet Charge est correctement fixé lorsque les deux extrémités de l'agrafe sont entièrement insérées.



REMARQUE : Si vous ne parvenez pas à fermer le bracelet, retirez-le de votre poignet et entraînez-vous à le fermer, puis essayez à nouveau sur votre poignet.

Configuration de votre Fitbit Charge

Vous pouvez configurer et synchroniser votre Charge avec vos appareils mobiles à l'aide de l'appli Fitbit ou avec votre ordinateur MAC ou PC à l'aide de Fitbit Connect.

Configuration sur votre appareil mobile

Vous pouvez configurer et synchroniser sans fil votre Charge avec certains appareils mobiles prenant en charge la technologie Bluetooth 4.0. Pour savoir si votre appareil mobile peut être synchronisé avec votre Charge, rendez-vous sur www.fitbit.com/devices. Si votre appareil figure dans la liste, vous pouvez alors télécharger notre application gratuite pour iOS, Android ou Windows Phone. Il vous suffit ensuite de suivre la procédure d'installation fournie par l'application.

REMARQUE : Si votre appareil mobile ne prend pas en charge la synchronisation via Bluetooth 4.0, vous pouvez toujours utiliser l'application Fitbit pour consulter vos données et suivre vos progrès. Cependant, vous devrez effectuer la configuration et la synchronisation à l'aide d'un ordinateur Mac ou PC.

Configuration sur Mac ou PC

Pour configurer votre Charge sur votre ordinateur, installez Fitbit Connect. Fitbit Connect est l'application logicielle qui connecte (« appaire ») votre Charge à votre tableau de bord et vos services Fitbit.com. Fitbit Connect vous permet de gérer les paramètres de votre appareil et de synchroniser vos données de manière à pouvoir les consulter sur votre tableau de bord Fitbit.com. Cette application peut être téléchargée gratuitement sur <http://www.fitbit.com/setup>.

Configuration requise sur Mac et PC



Logiciel
Mac OS 10.5 ou ultérieur
Connexion Internet

Matériel
Port USB



Logiciel
Windows XP, Vista, 7 et 8
Connexion Internet

Matériel
Port USB

Téléchargement de Fitbit Connect

1. Branchez votre dongle et placez votre coach électronique à proximité, en vous assurant qu'il est allumé et chargé.
2. Rendez-vous sur <http://www.fitbit.com/setup>.
3. Vérifiez que le type d'ordinateur (Mac ou PC) sélectionné est le bon, puis cliquez sur le bouton **Télécharger ici** sous l'intitulé Charge.

Installation et appairage de votre Charge

1. Accédez au dossier contenant le fichier que vous avez téléchargé et recherchez le programme d'installation :
 - Mac : **Install Fitbit Connect.pkg**
 - Windows : **FitbitConnect_Win.exe**
2. Double-cliquez sur le nom du fichier pour lancer le processus d'association et d'installation.
3. Suivez les instructions qui s'affichent à l'écran pour configurer et appairer votre Charge avec votre tableau de bord Fitbit.com.

Synchronisation sans fil sur votre ordinateur

La synchronisation sans fil de votre Charge s'effectue automatiquement toutes les 20 minutes environ si les facteurs suivants sont réunis :

- Il existe de nouvelles données à charger
- Votre ordinateur est sous tension, activé et connecté à Internet
- Le dongle de synchronisation sans fil est inséré dans un port USB et détecté par l'ordinateur
- Fitbit Connect est installé et en cours d'exécution
- Votre Charge est chargé et se trouve à 5-6 mètres de votre ordinateur

Vous pouvez synchroniser votre Charge manuellement en ouvrant Fitbit Connect et en sélectionnant **Synchroniser maintenant**.

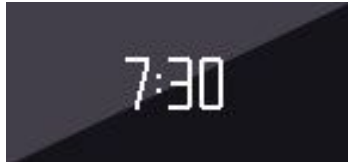
Suivi avec le Fitbit Charge

Votre Charge comptabilise :

- Le nombre de pas effectués
- La distance parcourue
- Les étages gravis
- Les calories brûlées
- Les minutes actives
- Les heures de sommeil
- La qualité du sommeil

REMARQUE : Les minutes actives n'apparaissent pas sur l'écran, elles apparaissent seulement dans le tableau de bord et l'application mobile.

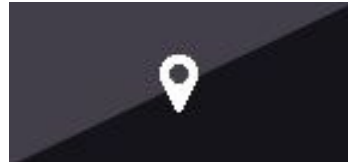
Pour faire défiler vos statistiques, appuyez sur le bouton situé sur le côté de votre Charge. Vous verrez apparaître successivement l'heure, une icône et vos statistiques. Si vous avez programmé une alarme, votre écran affichera également l'heure de la prochaine alarme.



Heure



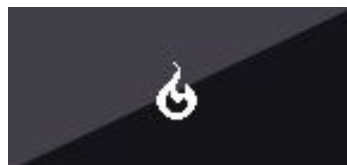
Pas effectués



Distance parcourue



Étages gravis



Calories brûlées

Analyse du sommeil

Votre Charge comptabilise automatiquement vos heures de sommeil et vos mouvements pendant la nuit pour vous aider à analyser la qualité de votre sommeil.

Pour voir vos statistiques de sommeil de la nuit précédente, connectez-vous à [Fitbit.com](https://www.fitbit.com) et consultez la vignette de sommeil sur le tableau de bord ou sélectionnez

Journal > **Sommeil**. Vous pouvez également voir le résumé de votre sommeil sur votre tableau de bord mobile si vous utilisez l'application Fitbit pour iOS, Android ou Windows Phone.

Prenez note qu'après votre réveil et la synchronisation de votre coach électronique, votre journal de sommeil peut mettre jusqu'à une heure avant d'apparaître.

Suivi des objectifs

Votre Charge est conçu pour suivre votre progression vers un objectif principal défini sur votre tableau de bord Fitbit.com. Vous pouvez définir un objectif de pas effectués, de distance parcourue, de calories brûlées ou d'étages gravis. Une barre de progression située sous votre objectif vous permet de garder votre motivation au cours de la journée. Une fois l'objectif atteint, votre Charge vibre et clignote pour vous informer que vous avez réussi.

Pour choisir un objectif spécifique à suivre :

1. Connectez-vous à votre tableau de bord Fitbit.com.
2. Cliquez sur l'icône représentant une roue dentée située en haut à droite de la page.
3. Cliquez sur **Paramètres**.
4. Recherchez et modifiez le paramètre Progression vers votre objectif quotidien.
5. Synchronisez votre Charge pour transférer le nouvel objectif sur votre coach électronique.

Une fois que vous avez choisi l'objectif à suivre, vous pouvez définir une valeur spécifique pour celui-ci sur la page du tableau de bord de Fitbit.com ou à l'aide de l'application Fitbit pour mobile. Par exemple, au lieu des 10 000 pas quotidiens par défaut, vous pouvez définir un objectif de 15 000 pas quotidiens. Pour modifier la valeur de votre objectif à l'aide du tableau de bord :

1. Connectez-vous à votre tableau de bord Fitbit.com.
2. Recherchez la vignette correspondant à votre objectif.
3. Cliquez sur l'icône représentant une roue dentée en bas à gauche de cette vignette.
4. Modifiez la valeur **Objectif quotidien**.

Suivi des exercices

Comme mentionné précédemment, le Charge suit automatiquement plusieurs statistiques tout au long de la journée. Vous pouvez également suivre les statistiques d'une activité spécifique à l'aide du mode Entraînement.

Par exemple, si vous mettez votre coach électronique en mode Entraînement et partez courir, vous pouvez consulter les statistiques mesurées pour cette course, comme les calories brûlées et le nombre de pas effectués. Lorsqu'à la fin de la course vous quittez le mode Entraînement et vous synchronisez vos données, une entrée correspondant à l'activité effectuée apparaît dans votre tableau de bord. Cette entrée contient un résumé des statistiques de l'activité, ainsi qu'un graphique minute par minute.

Utilisation du mode Entraînement

Pour utiliser le mode Entraînement :

1. Maintenez le bouton enfoncé jusqu'à ce qu'une icône de chronomètre apparaisse. Le chronomètre démarre immédiatement, et le temps écoulé s'affiche.
2. Pour savoir quelles statistiques sont suivies pendant l'exercice, appuyez sur le bouton pour faire défiler les statistiques, qui apparaissent dans l'ordre suivant :
 - temps écoulé
 - calories brûlées
 - pas effectués
 - distance parcourue
 - étages gravis
 - heure

Quitter le mode Entraînement

Une fois l'activité terminée, maintenez le bouton enfoncé pour quitter le mode Entraînement. Le temps écoulé apparaît pendant environ 4 secondes, puis les statistiques suivantes apparaissent à l'écran :

- temps écoulé
- calories brûlées
- pas effectués
- distance parcourue
- étages gravis

Une fois que les statistiques ont défilé, l'écran s'éteint et votre Charge repasse en mode normal. Lors de la synchronisation du Charge, les données de vos exercices sont chargées dans votre tableau de bord Fitbit.com.

Prise en main de votre Fitbit Charge

Port de votre Charge

La précision de votre Charge est optimale lorsque vous le portez au poignet.

Port au poignet dominant ou non dominant

Afin d'accroître la précision des mesures de votre Charge, indiquez si vous portez le bracelet sur le poignet de votre main dominante ou non dominante. Votre main dominante est celle que vous utilisez dans la plupart de vos activités quotidiennes, par exemple pour écrire ou lancer un ballon.

Pour configurer ce paramètre :

1. Connectez-vous à Fitbit.com.
2. Cliquez sur l'icône représentant une roue dentée située en haut à droite du tableau de bord.
3. Cliquez sur **Paramètres**.
4. Recherchez et modifiez le paramètre Poignet dominant.
5. Synchronisez votre Charge pour transférer la modification sur votre coach électronique.

Utilisation de votre Charge par conditions humides

Votre Charge est résistant à l'eau. Cela signifie qu'il résiste aux éclaboussures, à la pluie et à la sueur. Toutefois, vous ne devez pas l'utiliser lorsque vous prenez une douche ou que vous nagez.

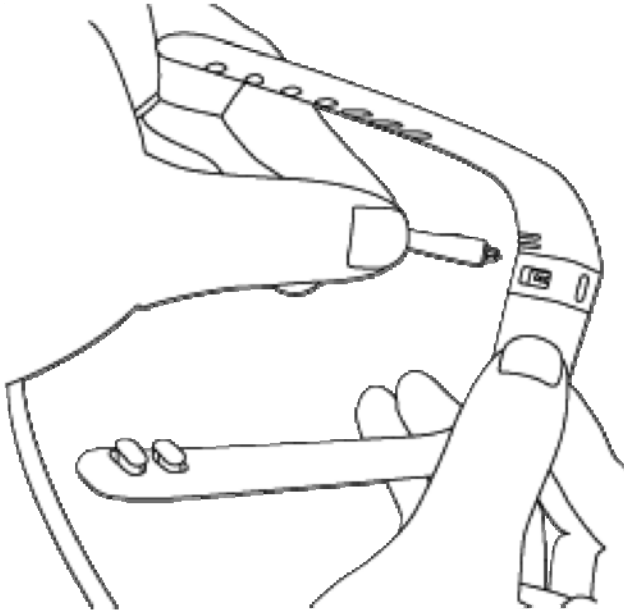
Autonomie de la batterie et chargement de votre Charge

Votre Charge est équipé d'une batterie lithium-polymère rechargeable.

En utilisation normale, votre Charge dispose d'une autonomie d'environ cinq à sept jours s'il est complètement chargé. Vous pouvez contrôler le niveau de la batterie en vous connectant à Fitbit.com et en cliquant sur l'icône en forme de roue dentée située en haut à droite de la page ou en regardant sur l'application mobile.

Lorsque vous appuyez sur le bouton de votre Charge pour faire défiler vos statistiques, le premier écran affiche une batterie s'il ne reste environ qu'un jour ou moins d'autonomie.

Pour charger votre Charge, branchez le câble d'alimentation dans un port USB de votre ordinateur, puis branchez l'autre extrémité dans le port situé à l'arrière du Charge.



Instructions d'entretien

Nettoyez le bracelet régulièrement, en particulier après avoir transpiré ou avoir exposé votre peau à des substances, comme du savon ou une crème, pouvant s'incruster dans le bracelet. N'utilisez pas de nettoyant ménager ni de produit blanchissant au chlore. À la place, nettoyez le bracelet avec un nettoyant sans savon, rincez-le bien et séchez-le à l'aide d'une serviette douce. Si les taches persistent, utilisez de l'alcool pharmaceutique ou une brosse à dents souple. Pour nettoyer l'écran, utilisez un chiffon doux pour lunettes.

Nous recommandons également de nettoyer les lamelles de contact situées au dos de votre coach électronique. Des saletés ou débris microscopiques peuvent s'y accumuler et empêcher un bon contact avec le chargeur. Nettoyez les contacts à l'aide d'un cure-dent ou d'une brosse à dents. Ne les grattez pas à l'aide d'un objet métallique. Cela pourrait endommager le placage et provoquer de la corrosion.

Utilisation des alarmes silencieuses

Grâce à sa fonctionnalité d'alarme silencieuse, votre Charge peut vibrer en douceur pour vous réveiller ou vous alerter. Les alarmes silencieuses peuvent être configurées pour se déclencher quotidiennement ou à des jours particuliers de la semaine. Vous pouvez programmer jusqu'à 8 alarmes silencieuses. Prenez note que chaque alarme réduit légèrement l'autonomie de la batterie.

Configuration des alarmes silencieuses

Vous pouvez ajouter, modifier et supprimer des alarmes silencieuses depuis l'application Fitbit de votre appareil mobile ou du tableau de bord Fitbit.com.

Pour programmer des alarmes silencieuses à l'aide de votre tableau de bord Fitbit.com :

1. Connectez-vous à votre tableau de bord Fitbit.com.
2. Cliquez sur l'icône représentant une roue dentée située en haut à droite de la page.
3. Cliquez sur **Paramètres**.
4. Recherchez l'option Alarmes silencieuses et cliquez sur le bouton **Ajouter une alarme**.
5. Saisissez l'heure de déclenchement de l'alarme.
6. Choisissez la fréquence de déclenchement de l'alarme :
 - a. Une fois : l'alarme s'activera à l'heure spécifiée, une seule fois.
 - b. Répétitions : choisissez les jours de la semaine pour lesquels vous souhaitez que l'alarme s'active.
7. Cliquez sur **Enregistrer**.
8. Synchronisez votre Charge pour y mettre à jour les nouvelles alarmes.

Désactivation des alarmes silencieuses

Lorsque votre alarme silencieuse se déclenche, votre Charge vibre et son écran clignote. L'alarme se répète plusieurs fois jusqu'à ce qu'elle soit désactivée. Vous pouvez désactiver l'alarme en appuyant sur le bouton latéral du Charge.

Réception des notifications d'appel

Certains appareils mobiles compatibles vous permettent de recevoir des notifications d'appels entrants sur votre Charge lorsque votre téléphone se trouve dans un rayon de 6 mètres. Pour savoir si votre appareil prend en charge cette fonctionnalité, rendez-vous sur <http://www.fitbit.com/devices>.

Activation des notifications d'appel

Pour activer les notifications d'appel sur votre Charge :

1. Si vous ne l'avez pas encore fait, consultez la page <http://www.fitbit.com/devices> pour vérifier si votre appareil prend en charge les notifications d'appel.
2. Activez la fonction Bluetooth sur votre appareil mobile.
3. Ouvrez l'application Fitbit sur votre appareil mobile et sélectionnez votre Charge.
4. Activez les notifications d'appel et suivez les instructions à l'écran.

Gestion des notifications d'appel

Lorsque vous recevez un appel, votre Charge vibre une fois et le numéro ou le nom de l'appelant (si le contact se trouve dans votre carnet d'adresses) défile à l'écran.

Cette notification défile pendant 10 secondes ou jusqu'à la prise de l'appel. Vous pouvez rejeter la notification à tout moment en appuyant sur le bouton du Charge.

Prenez note que la notification d'appel n'apparaît pas lorsque vous recevez un appel pendant la synchronisation de votre Charge.

Votre tableau de bord Fitbit.com

Configuration requise pour le navigateur

Navigateur	Version Mac	Version Windows
 Apple Safari	5.1.1 et ultérieure	Non pris en charge
 Google Chrome	12 et ultérieure	12 et ultérieure
 Microsoft Internet Explorer	Non pris en charge	8 et ultérieure
 Mozilla Firefox	3.6.18 et ultérieure	3.6.18 et ultérieure

Utilisation du tableau de bord

Fitbit met à votre disposition un outil en ligne gratuit, le tableau de bord Fitbit.com, qui vous permet de suivre, de gérer et d'évaluer la progression de vos performances. Quand vous vous connectez à Fitbit.com, votre tableau de bord s'affiche automatiquement. Il offre un aperçu de votre progression vers vos objectifs, ainsi que des graphiques de données historiques. Vous pouvez également utiliser le tableau de bord pour enregistrer vos prises alimentaires, ce qui permet à bon nombre d'utilisateurs de ne pas perdre leurs objectifs de vue.

Informations sur l'appareil

Vous pouvez afficher un aperçu de la dernière synchronisation, du niveau de batterie et des prochaines alarmes de votre coach électronique en cliquant sur l'icône en forme de roue dentée située en haut à droite de la page.

Gestion de votre Charge à partir de Fitbit.com

Vous pouvez gérer votre coach électronique à partir de Fitbit.com en cliquant sur l'icône de roue dentée, située en haut à droite de la page, puis en cliquant sur **Paramètres** dans le volet gauche.

Les paramètres disponibles vous permettent de modifier les éléments suivants :

- **Paramètres d'affichage** : Masquez et affichez des éléments pour personnaliser l'affichage sur l'écran OLED de votre Charge. Vous pouvez également déplacer des éléments vers le haut et vers le bas pour modifier leur ordre d'affichage.
- **Progression vers votre objectif quotidien** : Choisissez l'objectif que vous voulez suivre sur votre Charge au cours de la journée. Vous pouvez modifier la valeur de cet objectif dans l'application Fitbit de votre appareil mobile ou dans le tableau de bord Fitbit.com.
- **Tapotement** : Si vous voulez que votre Charge réagisse lorsque vous tapotez dessus, spécifiez si vous voulez que l'horloge ou votre objectif principal s'affiche lorsque vous tapotez deux fois sur votre Charge.
- **Horloge** : Il existe quatre styles d'horloge différents.
- **Poignet dominant** : Spécifiez sur quel poignet vous portez votre Charge afin d'obtenir les mesures les plus précises possible.
- **Suivi du sommeil** : Vous pouvez régler la sensibilité du suivi de votre sommeil en modifiant ce paramètre. Le paramètre Normal, celui par défaut, convient à la plupart des personnes. Si vous dormez profondément, vous pouvez choisir une sensibilité permettant de capturer les moindres mouvements de votre corps.
- **Alarmes silencieuses** : Vous pouvez ajouter, modifier et supprimer des alarmes silencieuses sur votre Charge.

REMARQUE : Vous devez synchroniser votre Charge pour que les nouveaux paramètres prennent effet.

Mise à jour du Fitbit Charge

Les améliorations gratuites apportées aux fonctionnalités et aux produits sont appliquées à votre Charge lors des mises à jour.

La mise à jour de votre Charge prend plusieurs minutes et consomme beaucoup de batterie. Par conséquent, nous vous recommandons de charger votre Charge avant ou pendant la mise à jour.

Votre Charge peut être mis à jour à l'aide de l'application Fitbit sur votre appareil mobile ou de Fitbit Connect sur votre ordinateur.

Pour mettre à jour votre Charge à l'aide de Fitbit Connect :

1. Branchez votre dongle et placez votre coach électronique à proximité, en vous assurant qu'il est allumé et chargé.
2. Ouvrez Fitbit Connect.
3. Dans le **Menu principal**, choisissez **Rechercher les mises à jour du logiciel**.
4. Connectez-vous à votre compte à l'aide de vos identifiants Fitbit.com. Fitbit Connect recherche alors votre Charge.
5. Si une mise à jour est disponible pour votre Charge, Fitbit Connect affiche une barre de progression indiquant que la mise à jour est en cours. Laissez votre Charge à proximité de votre ordinateur pendant la mise à jour.

Une notification apparaîtra une fois la mise à jour terminée.

Redémarrage de votre Fitbit Charge

Si vous rencontrez l'un des problèmes suivants, vous pouvez le résoudre en redémarrant votre coach électronique :

- Le coach électronique ne se synchronise pas
- Le coach électronique ne réagit pas au mouvement
- Le coach électronique ne réagit pas, même sur un chargeur
- Le coach électronique est chargé, mais ne s'allume pas
- Le coach électronique ne comptabilise pas vos pas
- Le coach électronique ne réagit pas lorsque vous appuyez sur le bouton

Pour redémarrer votre Charge :

1. Branchez le câble de d'alimentation dans un port USB de votre ordinateur, puis branchez l'autre extrémité dans le port situé à l'arrière du Charge. Le chargement de votre Charge commence.
2. Maintenez le bouton enfoncé pendant 10 à 12 secondes jusqu'à l'affichage de l'icône Fitbit et d'un numéro de version (par exemple, « V30 »).
3. Relâchez le bouton.
4. Débranchez votre coach électronique du câble d'alimentation.

Votre Charge redémarre. Lorsque vous appuyez sur le bouton de votre coach électronique, vous devriez être en mesure de parcourir les écrans normalement.

Pour obtenir d'autres suggestions de résolution des problèmes, consultez la page <http://help.fitbit.com>.

Informations générales et spécifications relatives au Fitbit Charge

Capteurs et moteurs

Le Charge est doté d'un accéléromètre tri-axial MEMS qui mesure vos mouvements et comptabilise des données telles que : calories brûlées, distance parcourue, pas effectués et qualité de votre sommeil. Le Charge contient également :

- Un altimètre, qui mesure le nombre d'étages gravis.
- Un moteur vibrant qui lui permet d'émettre des vibrations lorsqu'une alarme se déclenche, lorsque vous atteignez un objectif ou lorsque vous recevez une notification d'appel.

Batterie

Le Charge est équipé d'une batterie lithium-polymère rechargeable.

Mémoire

Votre Charge contient les informations détaillées, minute par minute, des sept derniers jours ainsi que 30 jours de résumés quotidiens.

Les données enregistrées comprennent les pas effectués, les calories brûlées, les étages gravis, la distance parcourue et le suivi du sommeil.

Synchronisez régulièrement votre Charge afin de disposer de données récentes et détaillées dans votre tableau de bord Fitbit.com.

REMARQUE : Votre Charge commence le suivi de l'objectif défini pour le lendemain à 00 h 00, pour le fuseau horaire sélectionné dans les paramètres personnels de votre compte Fitbit.com. Vous pouvez modifier votre fuseau horaire sur la page <http://www.fitbit.com/user/profile/edit> ou le configurer depuis l'application mobile de manière à ce qu'il se mette à jour automatiquement.

Bien que vos statistiques se remettent à zéro à minuit, cette opération ne supprime pas les données du jour précédent : elles seront chargées sur votre tableau de bord Fitbit.com lors de la prochaine synchronisation du Charge.

Dimensions

	Longueur	Largeur
Petit bracelet	5,5 - 6,7 po 140 - 170 mm	0,83 po (21 mm)
Grand bracelet	6,3 - 7,9 po 161 - 200 mm	0,83 po (21 mm)
Très grand bracelet	7,8 - 9,1 po 198 - 230 mm	0,83 po (21 mm)

Conditions ambiantes

Température de fonctionnement	De -20 °C à 45 °C (de -4 °F à 113 °F)
Température de non-fonctionnement	De -30 °C à 60 °C (de -22 °F à 140 °F)
Résiste à l'eau	Résiste aux éclaboussures. Ne pas prendre une douche avec l'appareil ni le plonger dans l'eau.
Altitude de fonctionnement maximale	9 144 m (30 000 pieds)

Aide

Pour obtenir de l'aide concernant la résolution des problèmes pour votre Charge, rendez-vous sur <http://help.fitbit.com>.

Politique de retour d'article et garantie

Vous trouverez des informations sur la garantie et la politique de retour en magasin de Fitbit.com à l'adresse suivante : <http://www.fitbit.com/returns>.

Avis relatifs à la réglementation et la sécurité

Nom du modèle : FB404

ÉTATS-UNIS : Réglementation de la FCC (Federal Communications Commission)

Cet appareil est conforme à l'article 15 des règlements de la FCC.

Le fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

1. cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles ; et
2. cet appareil doit accepter toutes les interférences qu'il reçoit, y compris les parasites pouvant nuire à son fonctionnement.

Avertissement de la FCC

Toute modification apportée à ce produit qui n'est pas approuvée par Fitbit, Inc. pourrait vous retirer le droit d'utiliser l'appareil.

Remarque : Cet appareil a été testé et s'avère conforme aux restrictions relatives aux équipements numériques de classe B, conformément à l'article 15 des règlements de la FCC. Ces restrictions ont été instaurées pour offrir une protection raisonnable contre les interférences nuisibles au sein d'une installation résidentielle. Cet équipement génère, utilise et peut émettre des fréquences radio et, s'il n'est pas installé conformément aux instructions, peut nuire aux radiocommunications. Toutefois, rien ne garantit que des parasites ne surviendront pas dans une installation particulière. Si cet appareil cause des interférences nuisibles à la réception du téléviseur ou de la radio, ce que vous pouvez déterminer en allumant et en éteignant votre appareil, nous vous invitons à essayer l'une des mesures correctives suivantes :

- Réorientez ou déplacez l'antenne de réception.
- Éloignez l'équipement du composant qui reçoit les ondes.
- Branchez l'appareil dans une prise de courant CA différente de celle du composant qui reçoit les ondes.
- Au besoin, consultez votre marchand électronique ou un technicien spécialisé dans la réparation des radios/téléviseurs pour obtenir des suggestions supplémentaires.

Cet appareil est conforme aux exigences de la FCC en matière d'exposition aux fréquences radioélectriques dans les environnements publics ou non contrôlés.

ID FCC : XRAFB404

Canada : Avis d'Industrie Canada (IC)

Cet appareil est conforme aux exigences d'IC en matière d'exposition aux fréquences radioélectriques dans les environnements publics ou non contrôlés.

Avis d'IC aux utilisateurs conformément au texte CNR GEN 3e édition :

Cet appareil est conforme aux normes RSS d'exemption de licence d'Industrie Canada. Son fonctionnement est soumis aux deux conditions suivantes :

1. cet appareil ne doit pas causer d'interférences nuisibles ; et
2. cet appareil doit accepter toutes les interférences qu'il reçoit, y compris les parasites pouvant nuire à son fonctionnement.

ID IC : 8542A-FB404

Union européenne (UE)

Déclaration de conformité relative à la directive européenne 1999/5/CE

Fitbit Inc. est autorisé à appliquer le marquage CE sur le **Charge**, modèle FB404, qui indique sa conformité aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la directive 1999/5/CE.



Conforme à la norme R&TTE 99/CE/05

Australie et Nouvelle-Zélande



R-NZ

Mexique

IFETEL : RCPFIFB14-1538

Singapour

Conforme aux normes
IDA
DA00006A

Corée du Sud

클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기) : EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다. 연율이 장치. **“ 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): 1.7dBi

- 변조방식 (Type of the modulation): Digital

- 안테나타입 (Antenna type): Vertical

- 출력 (Output power): 3.7dBm

- 안테나 종류 (Type of Antenna): Stamped Metal

KCC approval information

1) Equipment name (model name) : 무선데이터통신시스템용 특정소출력무선기기 FB404

2) Certificate number : MSIP-CRM-XRA-FB404

3) Applicant : Fitbit, Inc.

4) Manufacture: Fitbit, Inc.

5) Manufacture / Country of origin: P.R.C.

Taiwan



CCFA14LP0040T1

注意！

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。

Russie

CUSTOMS UNION CERTIFICATION



Émirats arabes unis



Déclaration de sécurité

Cet appareil a été testé afin de garantir sa conformité à la certification de sécurité, selon les spécifications de la norme EN : EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011

Instructions de sécurité importantes

Précautions d'utilisation

- Un contact prolongé peut entraîner des irritations ou des allergies de la peau chez certains utilisateurs. Si vous constatez des signes d'irritation de la peau, notamment des rougeurs, enflures ou autres signes d'irritation, veuillez cesser d'utiliser le produit. Une utilisation continue, même après une diminution des symptômes, peut les faire réapparaître ou les accroître. Si les symptômes persistent, consultez votre médecin.
- L'appareil contient des composants électriques qui peuvent entraîner des blessures s'il n'est pas manipulé correctement.
- Ce produit n'est pas un appareil médical et n'est pas destiné au diagnostic, au traitement, à la guérison ou à la prévention de maladies.
- Consultez votre médecin avant de commencer ou de modifier un programme d'exercices.
- Consultez votre médecin avant d'utiliser ce produit Fitbit si vous souffrez d'une maladie préexistante sur laquelle il pourrait avoir des effets défavorables.
- Ne consultez pas vos notifications d'appel ou toute autre donnée susceptible d'être affichée sur l'écran de ce produit pendant que vous conduisez un véhicule ou dans toute autre situation où les distractions pourraient vous mettre en danger.

- Ce produit n'est pas un jouet. Ne laissez pas des enfants ou des animaux jouer avec votre produit Fitbit. Ce produit contient des composants de petite taille pouvant provoquer des étouffements.
- Votre appareil Fitbit est résistant aux éclaboussures et à la pluie. Il ne doit pas être porté sous la douche ou pendant la baignade et il ne doit pas être immergé dans l'eau.

Conseils pour l'entretien et le port de votre appareil

- Nettoyez votre produit Fitbit régulièrement, notamment les zones qui sont en contact avec la peau, et faites-le bien sécher. Utilisez un linge propre et humide. Ne lavez pas le produit sous l'eau du robinet.
- Veillez à ne pas trop serrer le bracelet de votre appareil Fitbit afin de permettre à l'air de circuler.
- Utilisez avec parcimonie les produits de beauté sur les zones de la peau couvertes par votre produit Fitbit.
- Retirez l'appareil de temps à autre pour le nettoyer et laisser votre peau respirer.
- N'ouvrez pas le boîtier et ne désassemblez pas votre appareil Fitbit.
- N'utilisez pas votre appareil Fitbit si l'écran est fissuré.
- Les substances contenues dans ce produit et sa batterie peuvent nuire à l'environnement ou provoquer des blessures s'il est manipulé ou éliminé de façon inappropriée.
- Ne placez pas votre appareil Fitbit dans un lave-vaisselle, un lave-linge ou un sèche-linge.
- N'exposez pas votre appareil Fitbit à des températures extrêmement basses ou élevées.
- N'utilisez pas votre appareil Fitbit dans un sauna ou un hammam.
- N'exposez pas votre appareil Fitbit à la lumière directe du soleil pendant une longue période.
- Ne jetez pas votre appareil Fitbit dans le feu. La batterie pourrait exploser.
- Ne nettoyez pas votre appareil Fitbit avec des produits abrasifs.
- Ne portez pas votre appareil Fitbit pendant son chargement.
- Ne chargez pas votre appareil Fitbit lorsqu'il est mouillé.
- Retirez votre appareil Fitbit s'il semble chaud.

Précautions concernant la batterie intégrée

- Votre produit Fitbit comporte une batterie intégrée non remplaçable par l'utilisateur. Essayer de forcer ou d'ouvrir votre produit annule la garantie et peut provoquer des accidents.

- Utilisez uniquement le câble d'alimentation livré avec votre produit pour charger la batterie.
- Chargez la batterie à l'aide d'un ordinateur, d'une alimentation électrique ou d'un concentrateur auto-alimenté certifié par un laboratoire d'essais reconnu.
- Chargez la batterie conformément aux instructions fournies dans ce guide.

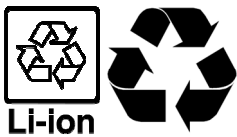
Informations de mise au rebut et de recyclage



Le symbole apposé sur ce produit ou sur son emballage indique que ce produit ne doit pas être jeté avec les déchets ménagers ordinaires. Il est de votre responsabilité d'éliminer les appareils électroniques dans des centres de recyclage afin de contribuer à la protection des ressources naturelles.

Tous les pays de l'Union européenne doivent être équipés de centres de collecte pour le recyclage des appareils électriques et électroniques. Pour en savoir plus sur les points de recyclage les plus proches, veuillez contacter l'autorité locale en charge du traitement des déchets d'équipements électriques et électroniques ou le revendeur auprès duquel vous avez acheté le produit.

- Ne jetez pas votre appareil Fitbit avec les ordures ménagères.
- La mise au rebut de l'emballage et de votre appareil Fitbit doit être effectuée conformément aux réglementations locales.
- Les batteries ne doivent pas être mises au rebut dans la filière de traitement des déchets domestiques ; elles nécessitent une collecte distincte.





 fitbit charge™

Bracelet pour l'activité