

FREE TO CHOOSE INNOVATIONS

# XORO®

## XORO SMW 10

Smart Watch

x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x  
x x x



BEDIENUNGSANLEITUNG (DE)





## **SICHERHEITSHINWEISE**

Wichtige Hinweise.....	4
Datenschutz, Verwendungszweck, Lieferumfang.....	5

## **ERSTE SCHRITTE**

Akku aufladen, Ein- und Ausschalten.....	6
--	---

## **FUNKTIONEN**

Reihenfolge der angezeigten Funktionen im Display.....	7-9
--	-----

## **VERWALTUNG DER SMART WATCH ÜBER DIE APP**

Installation der App.....	10
Funktionen der App.....	11
Einstellungen der App.....	12-13
Auswertungen in der App.....	14-17
Weitere Funktionen der App.....	18-19

<b>Gewährleistungsbedingungen.....</b>	<b>20</b>
--	-----------

<b>Recycling Informationen.....</b>	<b>21</b>
-------------------------------------	-----------

<b>GUT ZU WISSEN.....</b>	<b>22</b>
---------------------------	-----------

### Bedienungsanleitung

- Bitte lesen Sie die Bedienungsanleitung vor der ersten Verwendung sorgfältig durch.
- Folgen Sie den Sicherheitshinweisen und Instruktionen dieses Handbuchs.
- Dieses Handbuch sollte für späteres Nachschlagen sicher aufbewahrt werden.

### Sicherheitshinweise

- Achten Sie darauf, dass das Produkt keinen übermäßig hohen oder niedrigen Temperaturen ausgesetzt wird, um Funktionsstörungen bzw. Schädigungen des Akkus zu vermeiden.
- Der Akku unterliegt Verschleißerscheinungen, so dass es mit der Zeit zu einer Verringerung der Ladefähigkeit kommen kann.
- Schalten Sie das Produkt vollständig aus, wenn Sie es länger nicht benutzen.
- Beachten Sie die Anweisungen für Bereiche, in denen die Nutzung drahtloser Geräte verboten ist (z.B. während des Starten/Laden eines Flugzeugs, im Kliniken, u.s.w.)
- Verwenden Sie nur mitgeliefertes Zubehör bzw. vom Hersteller empfohlenes Zubehör.
- Halten Sie das Produkt von Feuer fern
- Öffnen Sie das Produkt nicht und fügen ihm auch KEINE Beschädigungen zu.



## Verwendungszweck

Die XORO SMW 10 ist eine Smart Watch (Fitness Uhr) mit vielseitigen Messmöglichkeiten von verschiedenen Fitnessparametern wie zum Beispiel zurückgelegte Schritte, Distanz, Pulsrate, Blutdruck. Die erhobenen Messungen sind für den persönlichen Gebrauch und ersetzen weder ein medizinisches Gerät noch einen Arzt.

## Datenschutz

Mit der Einrichtung der Smart Watch werden persönliche Daten abgefragt. Ihre persönlichen Fitness-Daten werden auf der Smart Watch erfasst und gespeichert. Über Bluetooth können die Fitness-Daten mit Ihrem Smartphone synchronisiert und über die App ausgewertet werden. Um den vollen Funktionsumfang der Smart Watch zu ermöglichen, werden die Daten verschlüsselt auf einem Server gespeichert und mit Referenzwerten verglichen, um ggf. Hinweise zu Ihrem Fitness-Zustand zu geben. Die MAS Elektronik AG hat keinen Zugriff auf diese Daten. Die Daten werden nach 6 Monaten gelöscht. Lesen Sie aufmerksam die Bedienungsanleitung, um ggf. Einstellungen zu deaktivieren.

Sie haben die Möglichkeit die App ohne eine Registrierung zu nutzen. In diesem Fall werden nur 3 Tage angezeigt und ausgewertet. In Falle einer Registrierung können längere Zeiträume ausgewertet und angezeigt werden. Die Registrierung erfolgt bei einem Drittanbieter - nicht bei der MAS Elektronik AG.

Löschen Sie ggf. die Daten auf der Smart Watch bevor Sie die Uhr an andere Personen weiter geben.

## Lieferumfang

Im Lieferumfang ist folgendes enthalten:

- XORO SMW 10
- Einweg EKG Elektroden
- 2 USB-Stecker
- Bedienungsanleitung

## Akku aufladen

Vor der ersten Verwendung Ihrer Smart Watch XORO SMW 10 laden Sie den Akku vollständig auf.

- Entfernen Sie den oberen Teil des Armbandes, das auf der Innenseite mit dem Batterie Symbol gekennzeichnet ist.
- Schließen Sie nun den USB-Stecker an einen USB-Anschluß (Laptop, PC) an.
- Die Ladezeit beträgt etwa 1 bis 1,5 Stunden.
- Die Ladespannung beträgt 5 V.

## Ein- und Ausschalten

- Drücken Sie lange den Touch Point unterhalb des Displays, um die Smart Watch einzuschalten.
- Drücken Sie lange den Touch Point bei angezeigtem „Ausschalt“-Bild (Schritt 13), um die Smart Watch auszuschalten.



### **Hinweis:**

Die Reihenfolge der angezeigten Funktionen durch Antippen des Touch Points sind auf den nachfolgenden Seiten beschrieben.

## Reihenfolge der angezeigten Funktionen auf dem Display

**1. Startbildschirm**

Sie können aus verschiedenen Varianten des Startbildschirms wählen. Siehe auch Einstellungen der App, Seite 13.

**2. Entsperren**

Drücken Sie lange auf den Touch Point, um den Bildschirm zu entsperren.

**3. Schritte**

Zeigt die zurückgelegten Schritte des aktuellen Tages.

**4. Kalorien**

Zeigt den Kalorienverbrauch des aktuellen Tages an.

**5. Distanz**

Zeigt die zurückgelegte Distanz des Tages





### 6. Puls

Aktiviert die Pulsmessung. Tragen Sie hierzu die Smart Watch am Handgelenk und warten Sie bis der Messwert angezeigt wird. Der angezeigte Puls bei manueller Messung wird in der App nicht gespeichert.



### 7. Blutdruck

Aktiviert die Blutdruckmessung. Tragen Sie hierzu die Smart Watch am Handgelenk und warten Sie bis der Messwert angezeigt wird. Der angezeigte Blutdruck wird bei manueller Messung in der App nicht gespeichert.



### 8. Schlafzeit

Zeigt die als Schlafzeit erkannte Zeit an.



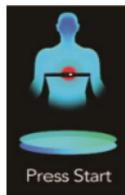
### 9. Sauerstoffgehalt im Blut

Aktiviert die Messung des Sauerstoffgehaltes im Blut. Tragen Sie hierzu die Smart Watch am Handgelenk und warten Sie bis der Messwert angezeigt wird. Der angezeigte Sauerstoffgehalt wird bei manueller Messung in der App nicht gespeichert.





### 10. Manuelle Herzfrequenzmessung



### 11. Automatische Herzfrequenzmessung über die Brustelektroden

Siehe auch Seite 19.



### 12. Sport

Drücken Sie lange auf den Touch Point, um eine Aktivität wie z.B. Laufen zu starten. Es wird der Puls, die zurückgelegte Distanz, der durchschnittliche Kalorienverbrauch und die Anzahl der Schritte gemessen.



### 13. Ausschalten

Halten Sie lange den Touch Point gedrückt, um die Uhr auszuschalten.

Über eine App können Sie Ihre Fitness-Daten auswerten und verschiedene Einstellungen auf Ihrer Smart Watch vornehmen.

- Suchen Sie die App „**XORO Fit**“ in dem App Store Ihres Smartphones. Installieren Sie die App auf Ihrem Smartphone bzw. Tablet PC.
- Schalten Sie die Smart Watch ein.
- Aktivieren Sie Bluetooth auf Ihrem Smartphone.
- Öffnen Sie die App XORO Fit und wählen bei der Geräteverbindung den Gerätenamen „**SMW 10**“ aus.
- Nach erfolgreicher Kopplung der beiden Geräte, wird die Uhrzeit und das Datum auf der Smart Watch entsprechend Ihrem Smartphone eingestellt.
- Geben Sie Ihre persönliche Daten an, um die Einrichtung abzuschließen.
- Vorhandene Fitness-Daten der Smart Watch werden mit der App auf Ihr Smartphone synchronisiert und anschließend angezeigt.



Tippen Sie in der App auf „**Mehr**“, um weitere Funktionen und die Einstellungen aufzurufen, die auf Seite 11-13 beschrieben sind.

Tippen Sie unten auf „**Laufen**“, um Ihre Strecke aufzuzeichnen.

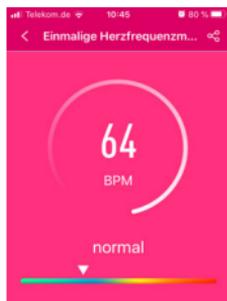
Tippen Sie unten rechts auf „**Eigene**“, um Ihre individuellen Ziele für Schrittanzahl und Schlafzeit einzustellen.

### **Hinweis:**

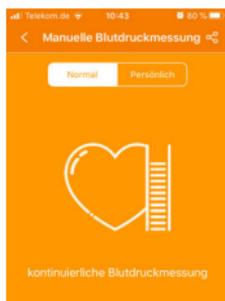
*Deaktivieren bzw. trennen Sie die Verbindung wieder, wenn die Synchronisation abgeschlossen ist.*



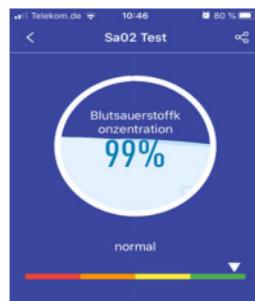
Durch Tippen auf ein Symbol gelangen Sie in die jeweilige Funktion.



Pulsmessung



Messung des Blutdruckes



Messung des Sauerstoffgehaltes im Blut



EKG-Test



Einstellungen

### Hinweis:

Sie haben die Möglichkeit, die Funktionen über die App zu starten (**Play**-Taste drücken) oder direkt über die Smart Watch durch Auswählen und Antippen auf den Touch Point. Siehe auch Reihenfolge der Funktionen ab Seite 7.

- Benachrichtigung** Benachrichtigungen von verschiedenen Anwendungen Ihres Smartphones können aktiviert werden.
- Alarm** Bis zu 20 Alarmzeiten können angelegt werden.
- Bewegungserinnerung** Bei aktivierter Funktion: Innerhalb eines festgelegten Zeitraumes können Sie das Intervall der Bewegungserinnerung festlegen (z.B. alle 60 min). Ein Vibrationsalarm auf der Smart Watch erinnert Sie daran, dass Sie sich zu wenig bewegt haben.
- Herzfrequenz-Alarm** Hier kann ein Grenzwert für die Herzfrequenz angegeben werden bei der ein Vibrations-Alarm ausgelöst wird.
- Wakeup-Geste** Sensibilität der Wakeup-Geste, d.h. bewegungsgesteuerte Aktivierung des Displays
- Verbindung herstellen** Wenn diese Funktion aktiviert ist, wird automatisch eine Verbindung zur Smart Watch hergestellt sobald Bluetooth auf Ihrem Smartphone aktiviert ist.
- Energiesparmodus** Wenn der Energiesparmodus aktiviert ist, schaltet sich der Bildschirm nach 5 Sekunden aus.
- Persönliche Blutdruckmessung** Konfigurieren Sie hier Ihren persönlichen Blutdruckwert, den Sie mit einem professionellen Gerät ermittelt haben. Dies dient als Referenzwert, falls er vom allgemeinen Wert abweichen sollte.
- Bildschirm-Timeout** Zeit in Sekunden nach der der Bildschirm sich ausschaltet. Wenn der Energiesparmodus aktiviert ist, kann die Zeit für den Timeout nicht erhöht werden.

- Erweitert** Hier können verschiedene Funktionen aktiviert werden: Unter anderem die automatische Pulsmessung, automatische Blutdruckmessung, Gerätesuche, Stoppuhr-Funktion und viele andere.
- Helligkeit** Helligkeit des Bildschirms einstellen: Automatisch oder per Schieberegler festlegen
- Fernauslöser** Wenn Sie den Zugriff auf Ihre Kamera erlauben, können Sie die Smart Watch als Fernauslöser durch Bewegungen des Armes verwenden.
- Timer** Hier kann ein Timer eingestellt werden. Die Funktion kann auf der Uhr aktiviert werden.
- Passwort zurücksetzen** Falls Sie ein Passwort vergeben haben, können Sie es hier zurücksetzen.
- Wähleinstellungen** Wählen Sie Ihren bevorzugten Startbildschirm aus. Einige Beispiele:



- Softwareupdate** Falls ein Software-Update zur Verfügung steht, wird es hier angezeigt.
- Daten löschen** Löschen Sie hier die gesammelten Fitness-Daten auf der Smart Watch.

## Analyse der Daten



Sobald Sie Ihre Smart Watch mit der App verbunden haben, werden die Daten der Uhr mit der App synchronisiert und können ausgewertet werden.

Analyse der gemessenen Daten in der Nacht für folgende Bereiche:

- Schlaf
- Herzfrequenz
- Blutdruck
- Blutsauerstoff
- und HRV (Herz-Gesundheitsindex)

Durch Tippen auf die grafische Darstellung wird die jeweilige Detailansicht geöffnet.

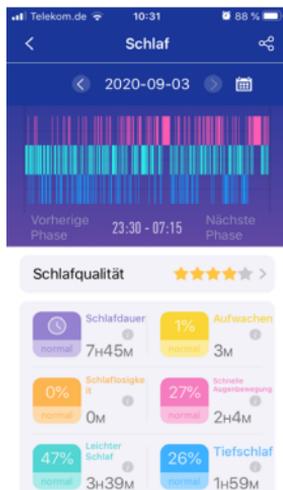


Über die Pfeiltasten neben dem Datum kann der vorherige Tag aufgerufen werden. Sofern Sie keine Registrierung während des Einrichtungsvorganges vorgenommen haben, werden Ihnen maximal drei Tage angezeigt (heute, gestern, vorgestern).

### Hinweis:

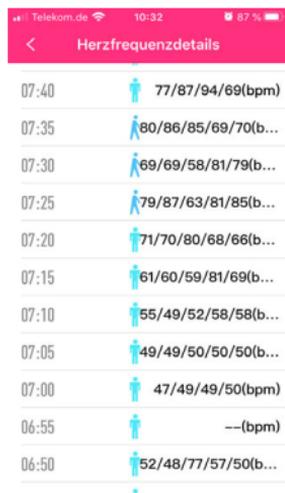
*Die Messungen und Analysen sind für den persönlichen Gebrauch und ersetzen weder ein medizinisches Gerät noch einen Arzt.*

## Schlafqualität



Beispiel für eine Auswertung der Schlafzeit und der Qualität.

## Pulsmessung



Beispiel für eine kontinuierliche Pulsmessung und der Berechnung eines Durchschnittswertes.



Beispiel für die Auswertung der automatisch gemessenen Blutdruckwerte.

**Hinweis:**

Sofern Sie automatische Herzfrequenzmessung eingeschaltet haben, aktivieren Sie auch den Schalter für die automatische Erkennung. Das bedeutet: die Smart Watch misst nur dann Werte, wenn die Uhr auch am Handgelenk getragen wird.



Beispiel für die Auswertung Ihres Sauerstoffgehaltes im Blut während eines Schlafes.

Die Auswertung kann einen Hinweis auf Atemaussetzer während des Schlafes, verursacht durch z.B. Schnarchen, geben.



Beispiel für die Auswertung Ihres HRV-Indexes innerhalb eines festgelegten Zeitfensters (0:00-8:00 Uhr).

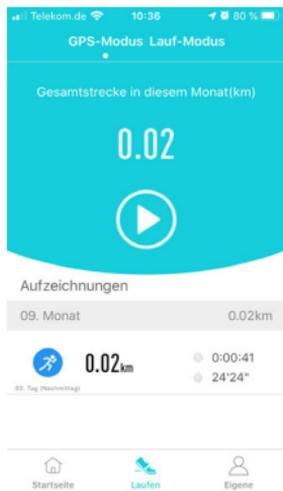
## Herzfrequenzvariabilität

Als Herzfrequenzvariabilität wird die natürliche Veränderung der Zeit zwischen zwei aufeinanderfolgenden Herzschlägen bezeichnet anhand dieser die Fähigkeit, die Herzfrequenz den körperlichen und mentalen Anforderungen anzupassen, angezeigt wird.

## Lorenz-Streu-Diagramm

Anhand von statistischen Werten ergeben sich Streudiagramme, die als Vergleichsformen herangezogen werden können. Anhand dieser Auswertung können ggf. Hinweise zu möglichen gesundheitlichen Tendenzen gegeben werden.

Weitere Funktionen sind mit der App möglich:



## Lauf-Funktion

Durch Tippen auf „Laufen“ im unteren Bereich der App wird die Lauf-Funktion aufgerufen.

Tippen Sie auf das **PLAY**-Symbol und die Aufzeichnung Ihrer zurückgelegten Strecke startet. Für diese Funktion ist es erforderlich, dass Sie Ihren Standort auf Ihrem Smartphone freigeben und ein konstantes GPS-Signal empfangen.

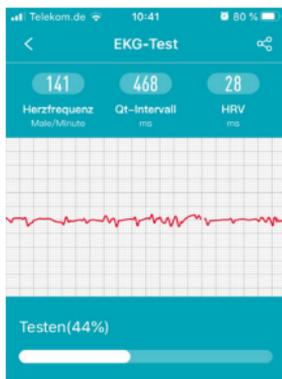
## **Hinweis:**

*Der Akku-Verbrauch Ihres Smartphones erhöht sich bei aktivierter Funktion.*

- Tippen Sie auf das Pause-Symbol, um die Aufzeichnung zu unterbrechen.
- Tippen Sie auf das Stop-Symbol, um die Aufzeichnung zu stoppen.
- Sie haben die Möglichkeit die Aufzeichnung zu speichern.

## Manueller EKG-Test

Durch Tippen auf „EKG-Test“ im oberen Bereich der App wird die manuelle EKG-Funktion aufgerufen.



Routineprüfung

Herzfrequenz 59 Male/Minute ↓

- Tippen Sie auf das PLAY-Symbol und die Aufzeichnung startet.
- Legen Sie einen Finger auf den Touch Point Ihrer Smart Watch und halten Sie den Finger gedrückt, bis die Messung und Aufzeichnung abgeschlossen ist.
- Sie können anschließend sich die Aufzeichnung mit dem Wellenformbericht erneut ansehen.
- Anhand der gemessenen Werte wird mit Referenzwerten verglichen und es werden ggf. Hinweise und Empfehlungen dazu gegeben.

## Automatisches EKG über die Brustelektroden

Es kann ein 24h-EKG mithilfe der Einweg-Brustelektroden aufgezeichnet werden. Entfernen Sie hierzu beide Teile des Armbandes und setzen Sie stattdessen die beiden USB-Stecker auf. Verbinden Sie die Stecker anschließend mit den Einweg-Brustelektroden und kleben Sie sie unterhalb Ihrer Brust direkt auf der Haut fest.

# GEWÄHRLEISTUNGSBEDINGUNGEN

Sofern die Produkte im Zeitpunkt des Gefahrübergangs nicht die vereinbarte Beschaffenheit haben, ist die MAS Elektronik AG nach Ihrer Wahl zur Mangelbeseitigung oder Ersatzlieferung berechtigt. Im Falle der Mangelbeseitigung/Ersatzlieferung erwirbt die MAS Elektronik AG mit dem Ausbau/Austausch Eigentum an den ausgebauten / ausgetauschten Komponenten / Geräten. Im Rahmen der Produktion sowie zur Mangelbeseitigung / Ersatzlieferung verwendet die MAS Elektronik AG Ersatzteile oder Komponenten, die neu oder neuwertig entsprechend dem jeweils üblichen Industriestandard sind. Die Gewährleistung für Verschleißteile (z.B. Akkus und Batterien) beträgt 6 Monate. Sofern das Gerät einen eingebauten Datenspeicher hat (Festplatte, Flash-Speicher oder ähnliches), ist der Kunde für eine Datensicherung vor Rücksendung verantwortlich. Die MAS Elektronik AG haftet nicht für Datenverluste eingesandter Kundengeräte. Die MAS Elektronik AG behält sich das Recht vor, bei eingesandten Geräten die Werkseinstellungen wiederherzustellen. Bitte notieren Sie sich daher gegebenenfalls Ihre persönlichen Einstellungen. Die MAS Elektronik AG haftet nicht für vom Kunden mit dem Gerät eingesandtes produktfremdes Zubehör (z.B. DVDs, Festplatten, Flash-Speicher, Batterien). Die Mangelansprüche werden entsprechend der aktuellen gesetzlichen Gewährleistung erfüllt. Die Gewährleistung gilt nur in dem Land, in dem das Produkt gekauft wurde.

Folgendes ist von der Gewährleistung ausgeschlossen: Schäden an der Politur, den Zubehöerteilen, den Batterien, unfallbedingte Schäden, Schäden durch Missbrauch, Schmutz, Wasser, Batterieauslauf, Fälschung.

Außerdem ausgeschlossen sind Schäden durch Reparaturarbeiten unautorisierter Agenturen und Schäden die durch das Aufspielen eines Firmware Upgrades entstanden sind, es sei denn, es war erforderlich, das Upgrade zu installieren, um zugesicherte Eigenschaften überhaupt erst zu ermöglichen.

Die MAS Elektronik AG haftet nicht für Schäden durch Verlust, bei unsachgemäßem Gebrauch des Gerätes (getrennt oder mit anderen Geräten zusammen), für Verletzungen des Kunden aufgrund der Benutzung des Gerätes oder aufgrund von so genannter höherer Gewalt oder sonstigen Gründen. Die MAS Elektronik AG hat keinerlei Zugriff auf Daten, die mit der Verwendung des Gerätes erfasst, gespeichert und verarbeitet werden. Wir übernehmen keinerlei Haftung für Drittanbieter.

Für eine ordnungsgemäße und reibungslose Abwicklung von Gewährleistungsfällen / Reparaturen benötigen Sie eine RMA-Nummer. Diese erhalten Sie im Internet unter [www.xoro.de/service/](http://www.xoro.de/service/) oder telefonisch (s.u.)

Senden Sie bitte das Gerät originalverpackt einschließlich aller Zubehöerteile mit einer Kopie des Kaufbelegs, einer Fehlerbeschreibung sowie der RMA-Nummer (bitte auf dem Paket gut sichtbar notieren!) an den Kundendienst:

**ERS GmbH Elektronik Repair Service**  
**Weidegrund 3**  
**21614 Buxtehude / Niedersachsen**

## Kontakt mit dem XORO-Kundendienst aufnehmen:

Per Telefon: +49 4161 800 24 24 (Mo-Fr: 11-17:00 Uhr)  
Per eMail: [support@ersservice.de](mailto:support@ersservice.de)

Wir helfen Ihnen gerne bei Fragen oder falls Probleme mit Ihrem Gerät auftreten.

**Wiederverwertung von Elektrogeräte**

Das Produkt wurde mit hochwertigen Materialien und Komponenten entwickelt und hergestellt, die recyclingfähig sind und wieder verwendet werden können. Diese durchgekennzeichnete Mülltonne auf dem Produkt oder auf der Verpackung bedeutet, dass das Produkt der Europäischen Richtlinie 2002/96/EC entspricht.



Informieren Sie sich über die vor Ort geltende Bestimmungen zur separaten Entsorgung elektronischer Geräte. Beachten Sie die örtlichen Bestimmungen und entsorgen Sie keine alten Produkte mit dem normalen Hausmüll. Durch eine richtige Entsorgung alter Produkte tragen Sie zum Umweltschutz und zur Gesundheit der Menschen bei.

**Wiederverwertung von Papier und Pappe**

Das Materialwiederverwertungssymbol auf dem Verpackungskarton und Benutzerhandbuch bedeutet, dass sie recyclingfähig sind. Entsorgen Sie sie nicht mit dem normalen Hausmüll.

**Wiederverwertung von Kunststoffen**

Das Materialwiederverwertungssymbol auf Kunststoffteilen bedeutet, dass sie recyclingfähig sind. Entsorgen Sie sie nicht mit dem normalen Hausmüll.

**Der Grüne Punkt**

Der Grüne Punkt auf Kartons bedeutet, dass die MAS Elektronik AG eine Abgabe an die Gesellschaft für Abfallvermeidung und Sekundärrohstoffgewinnung zahlt.

**Batterien**

Jeder Verbraucher ist gesetzlich verpflichtet, Batterien bei einer Sammelstelle seiner Gemeinde oder im Handel abzugeben, damit sie einer umweltschonenden Entsorgung zugeführt werden können. Bitte entsorgen Sie Batterien nicht im Hausmüll.

**EG-Konformitätserklärung**

Mit dem CE Zeichen erklärt die MAS Elektronik AG, dass das Gerät der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Der vollständige Text der EU-Konformitätserklärung ist unter der folgenden Internetadresse verfügbar: <http://www.xoro.de/downloads/>





Möchten Sie mehr über XORO Produkte erfahren?  
Besuchen Sie uns im Internet auf [www.xoro.de](http://www.xoro.de).

Deutsch



Neben interessanten Neuigkeiten finden Sie auf [www.xoro.de](http://www.xoro.de) auch aktuelle Handbücher und Informationen zu Ihren Geräten.



FREE TO CHOOSE INNOVATIONS

**XORO**®

**XORO by MAS Elektronik AG**

**Weidegrund 3  
21614 Buxtehude  
Deutschland**

**Tel: 04161 800 24 24**

**[www.xoro.de](http://www.xoro.de)**

