



fitbit zip™

Manual del
producto



Manual del producto Fitbit Zip

Contenido

Introducción

- 1 Qué incluye
- 2 Configuración de tu Fitbit Zip

Fitbit Connect

- 3 Instalación del software Fitbit Connect
- 6 Utilización de la aplicación Fitbit Connect

- 7 Configuración del Fitbit Zip en tu iPhone 4S o superior

Utilización de tu Fitbit Zip

- 9 Cómo llevar puesto el Zip
- 9 Pila
- 9 Pantalla
- 11 Cuando tu Zip se va a dormir

Información general del Zip

- 12 Condiciones ambientales
- 12 Requisitos para PC y Mac
- 12 Navegadores compatibles

- 12 Ayuda online

Introducción

Qué incluye

Tu Monitor de Actividad Inalámbrico Fitbit Zip contiene:

- Monitor de Actividad Inalámbrico Fitbit Zip



- Adaptador Bluetooth



- Herramienta para abrir la tapa de la pila



- Pila de botón tipo CR2025 de 3 V



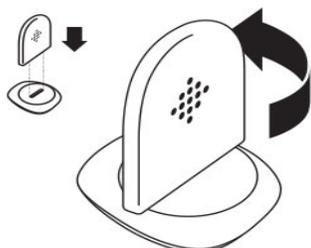
- Pinza para cinturón



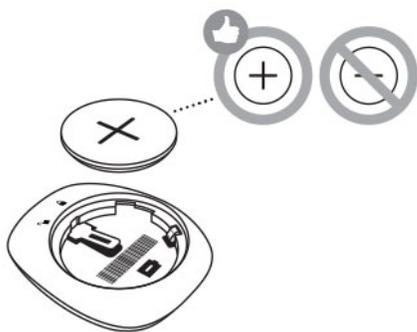
- Guía de inicio rápido de Fitbit Zip

Configuración de tu Fitbit Zip

1. Extrae el Zip del embalaje.
2. Utiliza la herramienta para desbloquear y abrir la tapa de la pila. Inserta la herramienta en la ranura posterior de la unidad y gira la tapa en sentido antihorario.

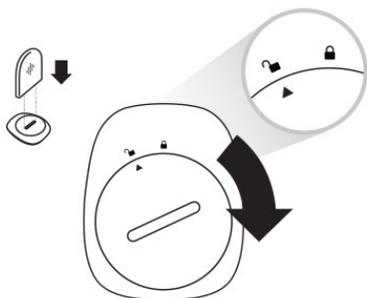


3. Una vez abierta la tapa, coloca la pila en la parte posterior de la unidad, con el signo "+" hacia arriba. La pila se colocará en el centro del compartimento.



4. Una vez colocada la pila, alinea la flecha de la tapa con el icono de "desbloqueo" de tu Zip.

Utiliza la herramienta de la tapa de la pila para girarla en sentido horario hasta que la flecha de la tapa esté alineada con el icono de "cierre".



5. Cuando se active la pantalla podrás empezar a configurar el Zip. En la pantalla de tu Zip aparecerá la versión del dispositivo, seguida de una serie de emoticonos que se utilizan para representar tus niveles de actividad. La pantalla permanecerá

encendida durante 30 minutos después de haber insertado la pila.

6. Saca el adaptador USB de la caja y conéctalo al puerto USB de tu ordenador.



7. Todo está listo para instalar el software

Instalación del software Fitbit Connect

1. Visita www.fitbit.com/start/zip

2. Utiliza el botón rosa de “Descargar” para iniciar la descarga del software Fitbit Connect.

3. Abre el archivo Fitbit Connect y sigue las instrucciones que aparecerán en pantalla.



4. La primera vez que abras la aplicación Fitbit Connect, podrás crear una nueva cuenta si eres nuevo en Fitbit o acceder a tu cuenta si ya tienes un nombre de usuario.



Si ya tienes una cuenta de Fitbit.com y deseas reemplazar los datos anteriores de tu monitor utilizando tu nuevo Zip con dicha cuenta, continúa con la instalación del Zip utilizando esa dirección de correo electrónico.

Recuerda que solo puede haber un monitor por cada cuenta de Fitbit.com. Si ya tienes un Ultra o un Zip asociado a tu cuenta de Fitbit y enlazas un nuevo dispositivo, el dispositivo que tenías asociado se desvinculará.

Para monitorizar simultáneamente tu Zip y tu Ultra, crea una nueva cuenta de Fitbit con una nueva dirección de correo electrónico.

5. Deberás introducir algunos datos personales: tu nombre, sexo, edad, altura, peso y zona horaria. Esta información ayuda a personalizar la experiencia con tu Zip y permite precisar mejor tus datos de distancia recorrida y calorías quemadas.

6. Antes de seleccionar “Siguiente”, asegúrate de que el Zip se encuentre cerca del adaptador USB conectado a tu ordenador. Si hay otro Zip cerca, aléjalo un poco.



7. Después de hacer clic en “Siguiente”, el software de Fitbit buscará monitores Zip cercanos.



8. Una vez detectado el Zip, el sistema te solicitará que escribas el número que aparece en la pantalla del Zip.

Este número aparecerá con un icono de radio y empieza por 0. Puede que este número tarde hasta 30 segundos en aparecer en la pantalla de tu Zip.

Si el número no aparece, haz clic en “No veo ningún número”. A continuación, un mensaje te pedirá que:

- Te asegures de haber insertado la pila y de que la pantalla de tu Zip esté encendida.
- Alejes cualquier otro monitor del adaptador.
- Te asegures de que el Zip está fuera de la pinza de cinturón.



9. Una vez introducido el número que aparece en la pantalla del Zip, éste se enlazará a tu cuenta de Fitbit.

10. Una vez enlazado el Zip a tu cuenta de Fitbit.com, haz clic en el botón rosa para ir a Fitbit.com y acceder a todos los datos sincronizados desde tu Zip a tu cuenta.



Utilización de la aplicación Fitbit Connect

El menú principal

En el el menú principal de Fitbit Connect que se abre, tendrás las siguientes opciones:



Sincronizar ahora

- Esta opción te permite ver las estadísticas actuales enviando instantáneamente a tu cuenta de Fitbit cualquier nueva información recopilada en tu Zip. El Zip se sincronizará automáticamente cada 15 o 40 minutos si se dan las condiciones adecuadas, pero puedes utilizar esta función cuando quieras ver los datos de tu Zip más recientes.

Configurar dispositivo

- Utiliza esta opción para configurar el Zip si aún no lo has asociado a una cuenta Fitbit (o si tienes uno de sustitución).

Comprobar actualizaciones para el dispositivo

- Selecciona esta opción para buscar posibles actualizaciones para tu dispositivo.

Solución de problemas

- Ayuda online: Tienes una ayuda online mediante manuales, preguntas más frecuentes, foros y acceso directo al servicio de atención al cliente.
- Exportar registros: Si tienes cualquier problema con tu Zip, el servicio de soporte puede pedirte que vayas aquí para exportar los registros.

Configuración del Fitbit Zip en tu iPhone 4S o superior

Si tienes un iPhone 4S o superior, o un iPad de 3ª generación o superior, podrás configurar y sincronizar tu Zip a través de ese dispositivo. Próximamente existirá la posibilidad de configurar y sincronizar otros dispositivos con tecnología Bluetooth® Smart. Las aplicaciones de Fitbit para iPhone y Android funcionan en otros dispositivos móviles, pero no se sincronizan con tu Zip.

Para configurar tu Zip, haz lo siguiente:

1. Descarga la aplicación para iPhone desde la App Store.
2. Al abrir la aplicación de Fitbit por primera vez, se te pedirá que inicies sesión si ya tienes una cuenta, o que te registres si eres nuevo en Fitbit.

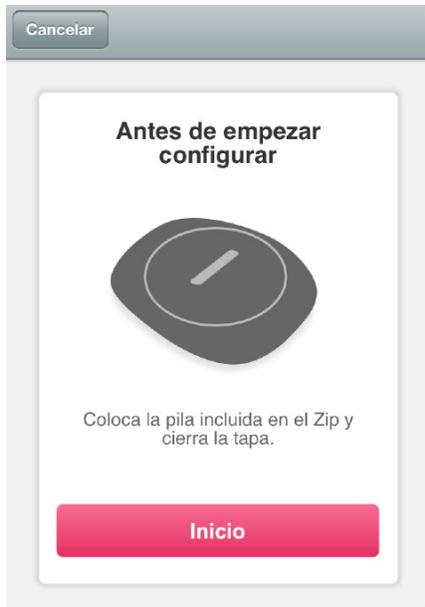


3. Una vez que hayas iniciado sesión en la aplicación, pulsa el botón rosa "Configurar ahora". A continuación, pulse "Zip".

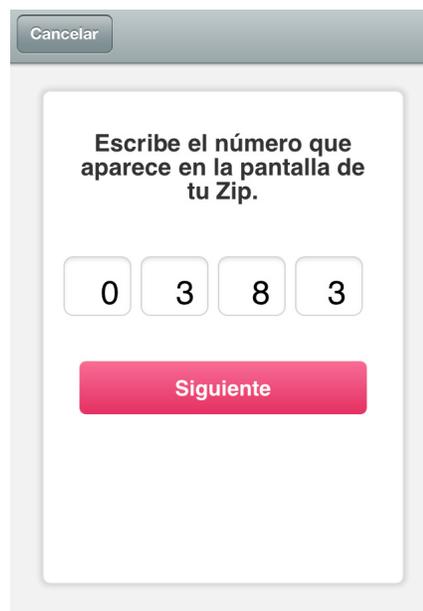


4. En las siguientes pantallas ve pulsando el botón “Inicio” a medida que hagas estas acciones:

- Introduce la pila y cierra el compartimento.
- Asegúrate de que la pantalla esté activa y encendida.
- Coloca tu Zip a unos 15 centímetros de tu teléfono móvil.



5. Una vez detectado el Zip, el sistema te pedirá que escribas en la aplicación de iPhone el número que aparece en la pantalla del Zip. Este número aparecerá con un icono de radio y empieza por 0. Puede que este número tarde hasta 30 segundos en aparecer en la pantalla de tu Zip.



Utilización de tu Fitbit Zip

Cómo llevar puesto el Zip

- Tu Zip es más preciso cuando lo llevas muy cerca de tu cuerpo. El bolsillo de la camisa, el sujetador, el bolsillo de los pantalones o el cinturón son ideales para colocar el Zip. Pruébalo en distintas posiciones y decide cuál es la más segura y cómoda para ti.
- Se incluye una pinza para cinturón, diseñada para sujetarse a la ropa.
- Tu Zip es resistente a la transpiración, a la lluvia y a las salpicaduras, pero no es impermeable. No está pensado para que lo lleves nadando.

Pila



- Tu Zip funciona con una pila reemplazable de botón tipo CR2025 de 3 V. La podrás adquirir en cualquier establecimiento donde vendan pilas.
- En condiciones de uso normales, esta pila suele durar entre 4 y 6 meses.
- Cuando el nivel de la pila esté por debajo del 25%, aparecerá un indicador de pila baja en la pantalla del Zip y también en tu perfil de Fitbit.com, en la opción “Dispositivos”.
- Si este icono parpadea, indica que la pila del Zip está a punto de agotarse y que deberás sustituirla muy pronto. Se podrían perder datos si el Zip no se sincroniza antes de sustituir la pila.
- Cuando la pila del Zip se agote, compra una nueva pila de botón tipo CR2025 de 3 V. Utiliza la herramienta para desbloquear y abrir el compartimento de la tapa de la pila, que se encuentra en la parte posterior del Zip. Puedes reciclar tu pila usada.

Pantalla

- La pantalla muestra tus estadísticas y la hora. Pulsa la pantalla de tu Zip para pasar de un pantalla a otra.

Pasos



- El número de pasos que ves representa el total diario. El Zip se reinicia cada medianoche.

- Los pasos dados al caminar y durante la carrera se muestran como un total combinado.

Distancia



- El Zip calcula la distancia que has recorrido según el número de pasos y la longitud de la zancada. Tu longitud de zancada se calcula en función de tu altura, peso, edad y sexo. Si quieres mayor precisión también puedes introducir manualmente tu zancada en la sección configuración personal en tu cuenta de Fitbit.com.
- Puedes ver la distancia en kilómetros o en millas cambiando las unidades en la sección configuración personal.

Calorías quemadas



- Tu dispositivo Zip registra la cantidad de calorías quemadas en función de tus actividades a lo largo del día y de tu tasa metabólica basal (TMB).
- Cuando se registra manualmente una actividad en Fitbit.com, las calorías quemadas asociadas a ella se añadirán al Zip en la siguiente sincronización.
- El total mostrado corresponde a las calorías quemadas desde medianoche.
- Verás un número al despertarte por la mañana que muestra cuántas calorías has quemado, aunque aún no te hayas movido. Tenemos en cuenta que estás quemando calorías incluso mientras duermes. Realizamos la estimación de calorías quemadas en función de tu edad, sexo, altura y peso y de los niveles históricos de actividad.

Reloj



- El reloj indica la hora actual. Si la hora no es correcta, sincroniza el Zip y asegúrate de haber

seleccionado la zona horaria adecuada en tu perfil de Fitbit.com.

Emoticono de Fitbit



- Estas caras cambian en función de tu nivel de actividad.
- Cuanto más duro trabajes, más feliz estará tu emoticono de Fitbit.
- Aparecerán divertidas sorpresas al azar.

Cuando tu Zip se va a dormir

Para conservar la vida útil de la pila, tu Zip duerme durante los periodos de inactividad.

- El Zip se desactivará aproximadamente después de 20 segundos si no se registra ningún paso y 2 minutos después de la actividad.
- Cuando el Zip esté dormido, la pantalla permanecerá inactiva hasta que lo muevas, a no ser que tenga que sincronizar nuevos datos en Fitbit.com.

Información general del Zip

Condiciones ambientales

- El Zip no es impermeable. No debe llevarse para nadar. El Zip es resistente a la transpiración, a la lluvia y a las salpicaduras.
- Temperatura de funcionamiento: de 0 °C a 40 °C
- Temperatura de almacenamiento: de -17,7 °C a 54,4 °C
- Humedad relativa: Nunca debes sumergir el dispositivo a una profundidad de más de 1 metro.
- Altitud máxima de funcionamiento: 9.144 m
- Temperatura de almacenamiento: de -17,7 °C a 54,4 °C

Tamaño y peso

- Altura: 35,5 mm
- Anchura: 28 mm
- Profundidad: 9,65 mm
- Peso: 8 gramos

Requisitos para PC / Mac

- Windows XP o versiones posteriores
- Mac OS X 10.5 o versiones posteriores
- Puerto USB
- Conexión a Internet

Navegadores compatibles

- Chrome 12 y posteriores
- Firefox 3.6.18 y posteriores
- Internet Explorer 7 y posteriores
- Safari 5.0.5 y posteriores

Ayuda Online

Visita help.fitbit.com para obtener soporte online mediante manuales, preguntas más frecuentes, foros y acceso directo al servicio de atención al cliente.