



“Getting Excellent Results from your
OZO Fitness SC 3D Digital Pedometer!”



Table of Contents

English instructions 1

 How to activate your pedometer 2

 How to program your pedometer 3

 How to use the pedometer 4

 Troubleshooting 5

Instrucciones en español 6

 Cómo activar tu podómetro 6

 Cómo programar tu podómetro 7

 Cómo usar tu podómetro..... 8

 Solución de problemas..... 9

Instructions en français 10

 Comment activer votre podomètre 10

 Comment programmer votre podomètre 11

 Comment utiliser votre podomètre 12

 Dépannage 13

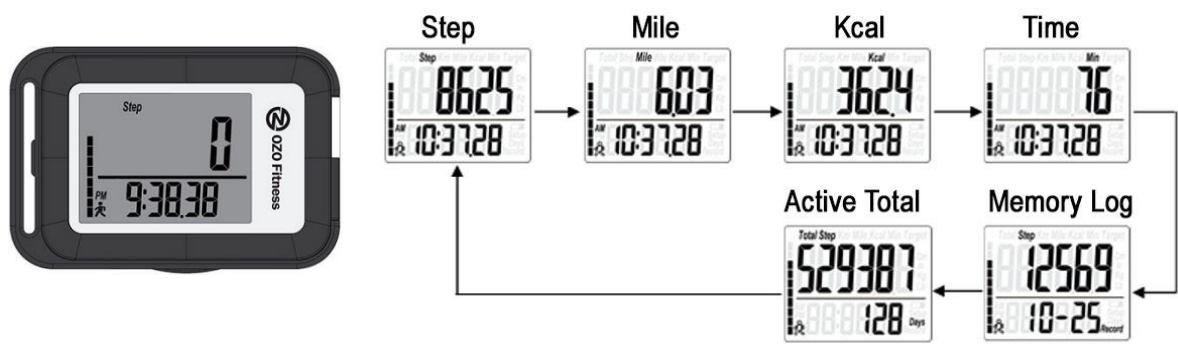
English Instructions

Activate your Pedometer

- 1. Remove the clip off the back of the pedometer
- 2. Remove the battery insulator strip from back of the pedometer.
- 3. Remove the plastic protection from the pedometer screen



Press the **WHITE** button to navigate between screens.



Your Daily Step Target progress is shown with the vertical bar on the left side of the screen, the closer you get to your goal the closer it gets to the top of the screen.

Programming the SC 3D Pedometer

After 30 seconds without a button press, the pedometer will exit the setting sequence
Programming sequence runs forward only. Made a mistake? Continue and then restart programming to correct it.

Calculate your stride length www.ozofitness.com/stride

Click the **WHITE** button until you see the word ‘**Step**’ in the top left corner and the clock below the line.



Setting the Clock

- Start programming on the Step screen as shown above
- PRESS & HOLD **WHITE** button, **ADJ** will Flash
- Release **WHITE** button when you see **12Hr** or **24Hr** Flashing
- PRESS **BOTTOM** Button to toggle between **12HR** for (AM/PM) or **24HR** (13:00)
(Once the desired format **12HR** or **24Hr** is Flashing)
- PRESS **WHITE** Button to save clock format

Setting the Hour and Minutes

- PRESS **BOTTOM** button to advance **Hour** to correct time
- PRESS **WHITE** button to save Hour
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Minutes** to correct time
- PRESS **WHITE** button to save Minutes
- PRESS **BOTTOM** button to zero out seconds
- PRESS **WHITE** button to save Seconds

Set the Date

If you are only tracking steps, place the pedometer on a table for 1 minute, after setting the year.
This will exit the programming sequence and then your pedometer is ready to use.

- PRESS **BOTTOM** button to advance **Month** to correct month
- PRESS **WHITE** button to save Month
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Day** to correct day
- PRESS **WHITE** button to save Day
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Year** to correct Year
- PRESS **WHITE** button to save Year

Set your Stride Length

If you advance your stride length too far, continue advancing past the max 84"/ 213 cm to start over and set the stride length you desire.

- PRESS **BOTTOM** Button to toggle between **I** (Inches) or **C** (Centimeters)
Once the desired **Unit of Measurement I** or **C** is Flashing
- PRESS **WHITE** Button to save Unit of Measurement
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Stride Length** to correct length
- PRESS **WHITE** button to save Stride length
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Weight** to correct weight
- PRESS **WHITE** Button to save Weight

Set your Daily Step Target

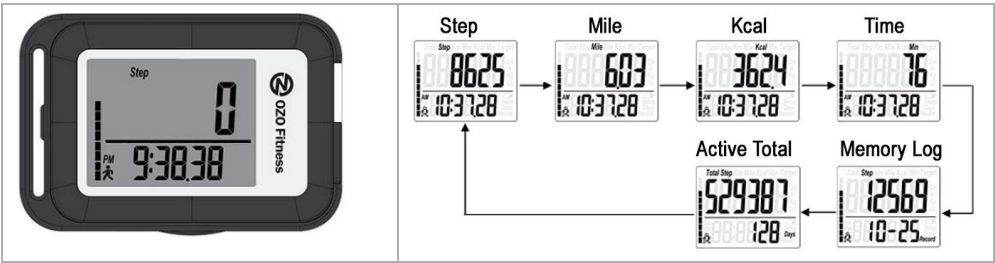
- PRESS **WHITE** button to move to second **Digit**
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Digit** to desired number
(if 10,000 steps, change to a 1, if less than 10,000 change to a zero)
- PRESS **WHITE** Button to save
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Digit** to desired number
- PRESS **WHITE** Button to save
- PRESS **BOTTOM** button to advance **Digit** to desired number
PRESS **WHITE** Button to save & exit set up

Congratulations your Pedometer is Set!

Using your SC 3D pedometer

Understanding the sequence of screens to view your recorded Activity Data

Press the **WHITE** button to navigate between screens.



- The **Step Screen** shows the total amount of steps the pedometer has captured
- The **Mile Screen** shows you the mileage the pedometer has recorded
- The **Kcal Screen** shows you an estimate of the number of calories burned
- The **Time Screen** shows you the total activity time
- The **Active Total Screen** automatically cycles between all data counts every 2 seconds, showing you all time totals since the pedometer was activated. This is particularly useful when you are trying to achieve a long term goal or using it for team competitions at work or in a social setting.
- The **Memory Log Screen** shows you past day's performance across all data counts and automatically cycles to the next every 2 seconds. It will hold the past 30 days in memory and you can view them by date. Press the **BOTTOM** button to view previous dates.

See www.ozofitness.com/SC3D for videos and additional information.

Where to place your pedometer

Your SC 3D Pedometer can be placed anywhere on your person;

- In a pocket
- Clipped on your waist or bra
- On a strap
- Carried in your hand and
- In a purse or bag
- Hanging around your neck with the included Lanyard.

False Start Monitor

The Pedometer will begin counting steps after you have taken 8 in a row; then it will begin the count at 9 onward. We recommend taking at least 12 steps before checking. This is in place to avoid counting phantom steps when you aren't actually walking.

Sleep Mode

The SC3D Pedometer goes into hibernation mode after about a minute of inactivity. The screen will remain on, but it won't use any more power than a digital watch. As soon as it detects activity it will resume tracking.

We have included a high quality battery which normally lasts from 8 months to a year depending on usage. Spare batteries are available and inexpensive. The battery is a 3V CR2032 button cell.

Changing the battery

The SC3D Pedometer takes a 3V CR2032 button cell.

1. Remove the back clip
2. Remove the screw with a small Phillips screwdriver
3. Remove the battery cover
4. Remove the old battery and replace it with the new one

Watch a how to video on changing the battery: www.ozofitness.com/SC3D-battery

SC3DTroubleshooting SC 3D Pedometer

Help@OZOFitness.com (9am-9pm EST)
www.ozofitness.com/SC3D

Q: Why won't the numbers on the screen change when I push the buttons?

A: You need to remove the protective plastic film from the screen before you start to use the Pedometer.

If you have already done so and continue to have an issue, please contact us at help@ozofitness.com. We normally respond in less than 4 hours.

Q: Why doesn't it count all my steps?

R: There are 3 things to check:

1) Make sure you are viewing the active step count screen. Press **WHITE** button until you see the word step at the top left of the screen and the clock below the line. That is your active day's step count screen.

2) Your SC 3D Pedometer has a false start monitor. It will start counting steps after 8 consecutive steps have been taken. Starting the count at 9 forward. This is to avoid counting phantom steps. We recommend taking 12 steps before checking your Pedometer.

3) The built-in clock can play a part in erasing steps. The pedometer is programmed to reset all counts at midnight daily. If the clock on your pedometer is setup with AM/PM reversed, this resetting function could be triggered at noon instead. Your Pedometer will display either an "AM" or "PM" beside the clock at the bottom of the screen when set in a 12Hr clock format. Otherwise if it were set to a 24Hr clock format it would display 13:00 instead of 1PM.

Q: Will my pedometer go to sleep? Do I need to turn it on when I want to go for a walk?

A: Your pedometer is always on. There is no off switch. The pedometer enters a hibernation mode after 3 minutes of inactivity to save power. The display will not turn off, but it will not consume any more power than a digital clock. It will resume step counting when it detects activity.

Q: Do I need to reset my SC 3D Pedometer Daily to begin at Zero

A: No. It is programmed to reset all step counts at midnight daily. If the clock on your pedometer is setup with AM/PM reversed, resets will happen at noon instead. Your Pedometer will show a **PM** or **AM** at the bottom of the screen to the left of the clock when set in 12Hr clock mode.

Q: How to Change your SC 3D Pedometer from Kilometers to Miles

A: The SC 3D Pedometer can change between Imperial and Metric on the fly. The SC 3D Pedometer calculates both miles and kilometers. You can toggle between **Mile** and **Km** by pressing the "**BOTTOM**" button



Q: I work night shifts; how do I stop it from resetting at midnight?

A: If you intentionally reverse the AM/PM setting on your clock, this resetting function could be triggered at noon instead. Allowing you to have a full night of step counts without interruption.

Q: How does the Memory Log work?

A: Press the **WHITE** button to navigate between screens. The Memory Log screen shows the date below the line.

The pedometer stores data for Steps, Distance, Calories and Activity Time. The data is stored by the day's date, showing month and day at the bottom of the screen. The data for today will be automatically stored in memory when the clock reaches midnight. To view a different date, click the "**BOTTOM**" button to cycle backwards through the days.

Q: How can I make my distance more accurate?

A: Incorrect Distance? Try increasing or decreasing your stride length by **3 to 5 inches**. This won't impact any other reading. After 1-2 adjustments it should report accurately.

Help@OZOFitness.com | www.ozofitness.com/SC3D

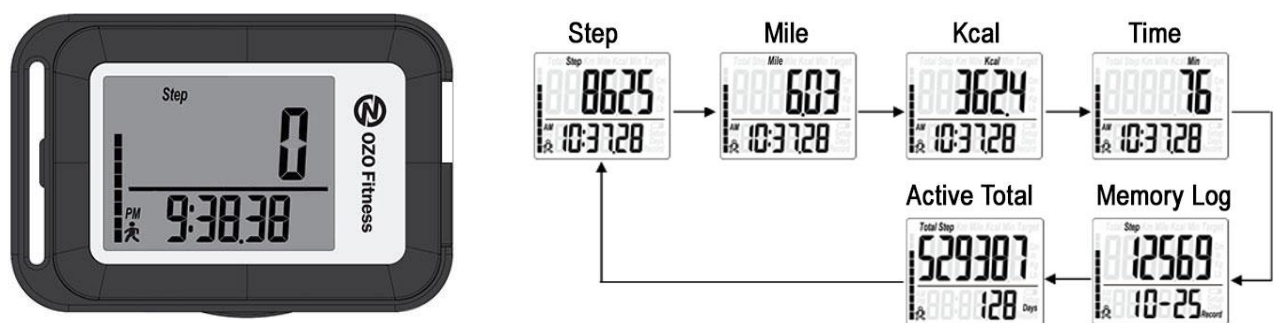
Instrucciones en español

Activar el podómetro SC 3D para empezar

- 1. Quitar el clip de atrás
- 2. Retire la tira aislante de la batería de la parte trasera del podómetro
- 3. Quite la cubierta de plástico de la pantalla del podómetro



Pulse el botón **BLANCO** para navegar entre las pantallas.



El Progreso de tu Objetivo de Pasos diarios se muestra con la barra vertical en el lado izquierdo de la pantalla, cuanto más te acercas a tu objetivo, más se acerca a la parte superior de la pantalla.

Cómo programar el podómetro SC 3D

Después de 30 segundos sin presionar un botón, el podómetro saldrá de la secuencia de configuración. La secuencia de programación se ejecuta solo hacia adelante. ¿Cometí un error? Continúe y luego reinicie la programación para corregirlo.

Calcula la longitud de tu zancada www.ozofitness.com/longitud

Haga clic en el botón **BLANCO** hasta que veas la palabra "Step" (paso) en la esquina superior izquierda y el reloj debajo de la línea.



Configurar el reloj

- PRESIONE Y MANTENGA presionado el botón **BLANCO**, **ADJ** parpadeará, sólo suelte el botón cuando vea **12Hr** o **24Hr** parpadeando
- PRESIONE el botón inferior para cambiar entre **12** hs para (AM/PM) o **24** hs (13:00)
Una vez que el formato deseado **12HR** o **24Hr** esté parpadeando

Configurar la hora y los minutos

- PRESIONE el botón **BLANCO** para fijar la **Hora**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar la **Hora** a la hora correcta.
- PRESIONE el botón **BLANCO** para establecer los **Minutos**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar los **Minutos** hasta la hora correcta.
- PRESIONE el botón **BLANCO** para pasar a los **Segundos**

Establecer la fecha

Si solo está siguiendo los pasos, coloque el podómetro en una mesa durante 1 minuto, después de configurar el año. Esto saldrá de la secuencia de programación y luego su podómetro estará listo para usar.

- PRESIONE el botón **BLANCO** para fijar la **Fecha**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **Mes** para corregir el mes
- PRESIONE el botón **BLANCO** para establecer el **Día**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **Día** al día correcto
- PRESIONE el botón **BLANCO** para establecer el **Año**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **Año** para corregir el Año

Establece la longitud de tu zancada

Si avanza su longitud de zancada demasiado, puede continuar avanzando más allá de los 84 "/ 213 cm máximos para comenzar de nuevo y establecer la longitud de zancada que desee.

- PRESIONE el botón **BLANCO** para establecer la **Unidad de medida**
- PRESIONE el botón inferior para cambiar entre **I** (pulgadas) o **C** (centímetros)
Una vez que la unidad de medida deseada **I** o **C** esté parpadeando
- PRESIONE el botón **BLANCO** para fijar la **longitud del paso**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar la **longitud del paso** a la longitud correcta
- PRESIONE el botón **BLANCO** para fijar el **Peso**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **peso** para corregir el peso

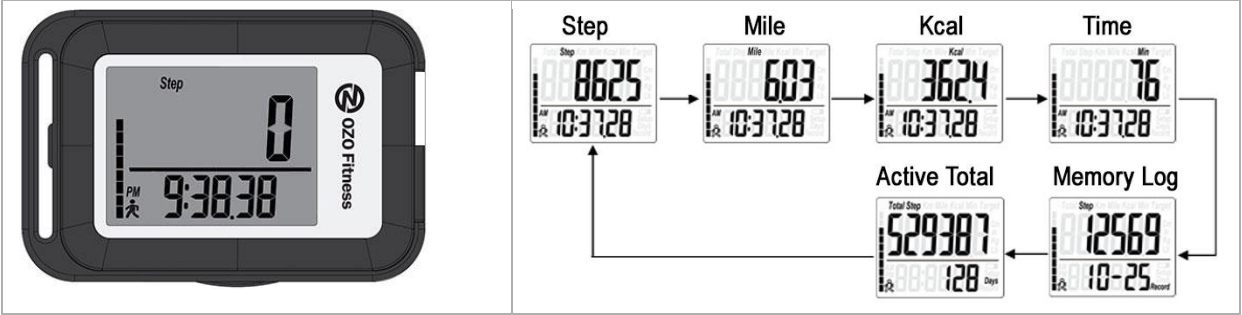
Establezca su objetivo de paso diario

- PRESIONE el botón **BLANCO** para fijar el **Objetivo de paso diario**
- PRESIONE el botón **BLANCO** para pasar al segundo **dígito**
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **dígito** al número deseado
(si son 10.000 pasos, cambie este número a un 1)
- PRESIONE el botón **BLANCO** para pasar al tercer **dígito**
(si 10,000 pasos, cambie a 1, si menos de 10,000 cambie a cero)
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el **dígito** al número deseado
- PRESIONE el botón **BLANCO** para pasar al cuarto dígito
- PRESIONE el botón inferior para avanzar el dígito al número deseado
- PRESIONE el botón **BLANCO** para salir de la configuración.

Felicitaciones, su podómetro está listo

Uso de su podómetro SC 3D

Pulse el botón **BLANCO** para navegar entre las pantallas.



- **Pantalla de pasos** = cantidad total de pasos que el podómetro ha capturado en un día
- **Pantalla de millas** = millaje que el podómetro ha registrado en un día
- **La pantalla de kilocalorías** es una estimación del número de calorías quemadas en un día
- **Pantalla de tiempo** = tiempo total que el podómetro ha registrado la actividad en un día
- **La pantalla de totales activos** muestra todos los totales de tiempo desde que se activó el podómetro, pasando automáticamente entre todos los tipos de datos cada 2 segundos.

La pantalla de registro de memoria de 30 días muestra automáticamente ciclos entre tipos de conteo cada 2 segundos. Presione el botón **INFERIOR** para ver las fechas anteriores

Ver www.ozofitness.com/SC3D para videos e información adicional

Colocación adecuada

Su Podómetro SC 3D puede ser colocado en cualquier lugar

- Sujételo con un clip sus pantalones, camisa, sujetador, bolso, etc.
- Colóquelo en su bolsillo / bolso / cartera;
- Cuélguelo de un cordón alrededor de su cuello

Monitor de Falso Inicio

- El monitor de Falso Inicio está diseñado para evitar el conteo de pasos fantasma. Comenzará a contar después de 8 pasos consecutivos.
- Recomendamos que se tomen al menos 12 pasos antes de comprobarlo.

Modo de reposo

- Su podómetro siempre está encendido. No hay un interruptor de apagado. Después de 3 minutos de inactividad, pondrá automáticamente el sensor de paso en modo de hibernación donde la pantalla permanecerá encendida, pero no consumirá más energía que un reloj digital.
- Hemos incluido una batería de alta calidad que normalmente dura de 8 meses a un año dependiendo del uso. Las baterías de repuesto están disponibles y son baratas. La batería es una pila tipo botón CR2032 de 3V.

Cambiar la batería

El podómetro SC 3D lleva una pila de botón CR2032 de 3V.

1. Quite el clip trasero
2. Quite el tornillo con un destornillador Phillips pequeño.
3. Retire la tapa de la batería
4. Retire la batería vieja y reemplácela por la nueva.

Vea un video sobre cómo cambiar la batería: www.ozofitness.com/SC3D-battery

Podómetro SC 3D - Solución de problemas

Help@OZOFitness.com (9am-9pm EST)
www.ozofitness.com/SC3D

P: ¿Por qué mi podómetro no se enciende o por qué los botones no hacen nada?

R: Intente quitar la tira aislante de la batería de la parte trasera del podómetro y asegúrese de quitar la película protectora de la parte delantera de la pantalla.

P: ¿Por qué el podómetro no cuenta todos mis pasos?

R:

1) Asegúrese de que está viendo la pantalla de recuento de pasos activa. Pulse el botón **BLANCO** hasta que vea la palabra Step en la parte superior izquierda de la pantalla y el reloj debajo de la línea. Esa es la pantalla activa de recuento de pasos del día.

2) Su podómetro SC 3D tiene un monitor de inicio falso incorporado, lo que significa que no empezará a contar los pasos hasta que se tomen al menos 8 seguidos. Esto es para evitar contar pasos fantasmas. Recomendamos que realice 12 pasos antes de revisar su podómetro.

3) El reloj incorporado puede desempeñar un papel en el borrado de pasos. El podómetro está programado para reiniciar todos los conteos a medianoche. Si el reloj de su podómetro está programado con AM/PM invertido, se reiniciaría al mediodía. Su podómetro mostrará un "AM" o un "PM" al lado del reloj en la parte inferior de la pantalla cuando esté configurado en el modo de reloj de 12 horas. De lo contrario, si estuviera configurado en el modo de reloj de 24 horas, mostraría las 13:00 en lugar de las 13:00.

P: ¿Necesito reiniciar mi podómetro cada día para asegurarme de que empiezo en cero?

R: No. El podómetro está programado para restablecer todos los recuentos a la medianoche todos los días, por lo que se despierta a la mañana siguiente y comienza de cero. Si el reloj de su podómetro está configurado en AM / PM invertido, se reiniciará al mediodía.

P: ¿Cómo cambio mi podómetro de Kilómetros a Millas?

R: El podómetro SC 3D calcula tanto las millas como los kilómetros sobre la marcha. Puede ver fácilmente uno u otro pulsando el botón **"INFERIOR"** para cambiar entre Millas y Kilómetros como se muestra.

P: Trabajo por turnos; ¿cómo evito que mi podómetro se ponga a cero a medianoche?

R: Si invierte intencionalmente la configuración de AM / PM en su reloj, esta función de reinicio podría activarse al mediodía. Permitiéndote tener una noche completa de recuentos de pasos sin interrupciones.

P: ¿Cómo utilizo la función de memoria para ver mis pasos y actividad de un día anterior?

R: Presione el botón **BLANCO** para navegar entre las pantallas. La pantalla de registro de memoria muestra la **fecha debajo de la línea**.

El podómetro almacena datos de pasos, distancia, calorías y tiempo de actividad. Los datos se almacenan por la fecha del día, mostrando mes y día en la parte inferior de la pantalla. Los datos de hoy se almacenarán automáticamente en la memoria cuando el reloj llegue a la medianoche. Para ver una fecha diferente, haga clic en el botón **"INFERIOR"** para retroceder a través de los días.

P: ¿Cómo puedo hacer que mis mediciones de distancia sean más precisas?

R: **Calcule la longitud** de su zancada www.ozofitness.com/longitud. Ajuste la longitud de su paso hacia arriba o hacia abajo unos pocos centímetros para obtener las distancias que espera. A medida que caminamos/corremos, todos tendemos a variar la longitud de nuestros pasos, así que al aumentar o disminuir la longitud de su paso en el podómetro le ayudará a equilibrar las variaciones y a acercarse. No se preocupe, esto no afectará a ninguna otra lectura excepto al contador de distancia.

Help@OZOFitness.com | www.ozofitness.com/SC3D

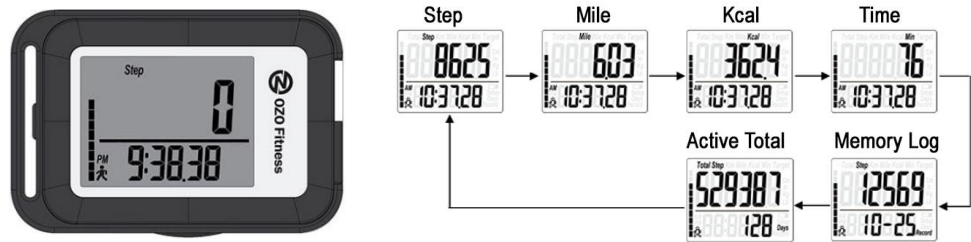
Instructions en français

Activer votre podomètre

- 1. Vous devrez enlever la pince à l'arrière
- 2. Retirez la bande isolante de la pile à l'arrière du podomètre
- 3. Retirer la protection en plastique de l'écran du podomètre



Appuyez sur le bouton **BLANC** pour naviguer entre les écrans.



La Progression de votre Objectif Quotidien est indiquée par la barre verticale sur le côté gauche de l'écran, plus vous vous rapprochez de votre objectif, plus il se rapproche du haut de l'écran.

Programmation du podomètre SC 3D

Après 30 secondes sans appuyer sur un bouton, le podomètre quittera la séquence de réglage. La séquence de programmation avance uniquement. Vous faites une erreur? Continuez puis redémarrez la programmation pour la corriger

Calculez votre longueur de foulée www.ozofitness.com/foulee

Cliquez sur le bouton blanc jusqu'à ce que vous voyiez le mot «Step» dans le coin supérieur gauche et l'horloge sous la ligne.



Régalez l'horloge

- Démarrez la programmation à l'écran Step
- Appuyez et MAINTENEZ enfoncé le bouton **BLANC**; **ADJ** clignotera
- Relâchez le bouton lorsque **12Hr** ou **24Hr** clignote
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour sélectionner **12HR** (AM/PM) ou **24Hr** (13:00)
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le format de l'horloge

Régler l'heure

- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer l'heure
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER l'heure
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer les minutes
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER les minutes
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour remettre les secondes à zéro
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER les secondes

Régler la date

Vous faites seulement le suivi des pas? Placer le podomètre sur une table pendant 1 minute, après avoir réglé l'année. Cela quittera la séquence de programmation, puis votre podomètre sera prêt à être utilisé.

- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le mois
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le mois.
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le jour
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le jour
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer d'année.
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER l'année

Définir la longueur de la foulée et le poids

Si vous avancez votre longueur de foulée trop loin, continuer à avancer au-delà des 84 "/ 213 cm maximum pour recommencer et régler la longueur de foulée que vous désirez.

- Requis uniquement pour le suivi de la distance et des calories
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour sélectionner I (pouce) ou C (cm)
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER l'unité de mesure
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer la longueur de la foulée
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER la longueur de la foulée
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le poids
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le poids

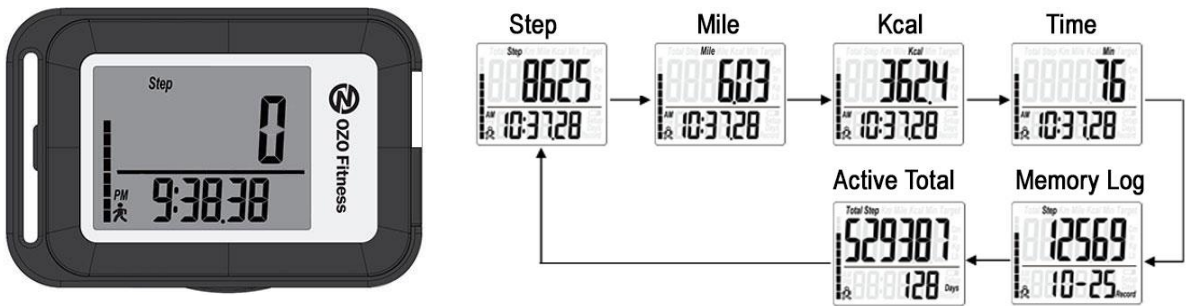
Définir les objectifs quotidiens

- Appuyez une fois sur le bouton **BLANC**
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le nombre
(si 10 000 pas, passer à 1, si moins de 10 000 passer à zéro)
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le nombre
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le nombre
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour SAUVEGARDER le nombre
- Appuyez sur le bouton du **BAS** pour faire avancer le nombre
- Appuyez sur le bouton **BLANC** pour sauvegarder et quitter la configuration

Félicitations!! Votre podomètre SC 3D est entièrement configuré et prêt à être utilisé.

Utilisation de votre podomètre SC 3D

Comprendre la séquence d'écrans pour visualiser vos données d'activité enregistrées. Appuyez sur le bouton **BLANC** pour naviguer entre les écrans.



- **L'écran Step** indique le nombre total de pas que le podomètre a capturés
- **L'écran Mile** vous indique la distance enregistrée par le podomètre
- **L'écran Kcal** vous fournit une estimation du nombre de calories brûlées
- **L'écran Time** vous indique la durée totale d'activité
- **L'écran Active Total** passe automatiquement entre toutes les données toutes les 2 secondes, affichant tous les totaux de durée depuis l'activation du podomètre. Ceci est particulièrement utile lorsque vous essayez d'atteindre un objectif à long terme ou l'utilisez pour des compétitions d'équipe au travail ou dans un cadre social.
- **L'écran Memory Log** vous montre les performances des journées passées pour toutes les données et passe automatiquement à la donnée suivante toutes les 2 secondes. Il gardera en mémoire les 30 derniers jours et vous pourrez les visualiser par date. Appuyez sur le bouton du BAS pour afficher les dates précédentes.

Voir la **documentation d'assistance** en ligne à www.ozofitness.com/SC3D

Où placer votre podomètre SC 3D

Votre podomètre SC 3D peut être placé n'importe où sur votre personne;

- Dans une poche
- Attaché à votre taille ou votre soutien-gorge
- Sur une bandoulière
- Transporté dans votre main et dans un sac à main ou un sac
- Suspendu autour de votre cou avec le cordon fourni.

Moniteur de Démarrage Erroné

Votre podomètre SC 3D possède un moniteur de démarrage erroné. Il commencera à compter les pas après 8 pas consécutifs, commençant le compte à 9. Cela évite de compter les pas fantômes. Par exemple, si vous vous déplacez dans votre maison, il est probable que vous fassiez des arrêts fréquents et que vous n'arriviez pas toujours à plus de 8 pas. Nous vous recommandons de prendre 12 pas avant de vérifier votre podomètre.

Mode veille

Le podomètre SC3D passe en mode veille prolongée après environ 3 minutes d'inactivité. L'écran restera allumé, mais il ne consommera pas plus d'énergie qu'une montre numérique. Dès qu'il détecte une activité, le suivi reprend.

Nous avons inclus une batterie de haute qualité qui dure normalement de 8 mois à un an selon l'utilisation. Des piles de rechange sont disponibles et peu coûteuses. La batterie est une pile bouton 3V CR2032.

Changer la pile

Le podomètre SC3D prend une pile bouton 3V CR2032.

1. Retirez le clip arrière
2. Retirez la vis avec un petit tournevis cruciforme
3. Retirez le couvercle de la batterie
4. Retirez l'ancienne pile et remplacez-la par la nouvelle

Regardez une **vidéo expliquant comment changer la batterie**: www.ozofitness.com/SC3D-battery

Help@OZOFitness.com | www.ozofitness.com/SC3D

Dépannage du podomètre SC 3D

Help@OZOFitness.com (9 h à 21 h HNE)

www.ozofitness.com/SC3D

Q: Pourquoi les chiffres sur l'écran ne changent-ils pas lorsque j'appuie sur les boutons?

R: Avant de commencer à utiliser le podomètre, vous devez retirer le film en plastique protégeant l'écran.

Si vous l'avez déjà fait et avez toujours un problème, veuillez nous contacter à l'adresse help@ozofitness.com. Nous répondons normalement en moins de 4 heures.

Q: Pourquoi ne compte-t-il pas toutes mes pas (SC 3D)?

R: Il y a 3 choses à vérifier

Appuyez sur le bouton du HAUT pour naviguer entre les écrans.

1) Assurez-vous d'afficher l'écran du nombre de pas actifs. Appuyez sur le bouton du HAUT jusqu'à ce que vous voyiez le mot Step en haut à gauche de l'écran et l'horloge sous la ligne. C'est l'écran de compte de pas de votre journée active.

2) Votre podomètre SC 3D possède un moniteur de démarrage erroné. Il commencera à compter les pas après 8 pas consécutifs, commençant le compte à 9. Cela évite de compter les pas fantômes. Par exemple, si vous vous déplacez dans votre maison, il est probable que vous fassiez des arrêts fréquents et que vous n'arriviez pas toujours à plus de 8 pas. Nous vous recommandons de prendre 12 pas avant de vérifier votre podomètre.

3) L'horloge intégrée peut jouer un rôle dans l'effacement des pas. Le podomètre est programmé pour réinitialiser tous les pas à minuit quotidiennement. Si l'horloge de votre podomètre est configurée avec l'option AM/PM inversé, cette fonctionnalité de réinitialisation peut être déclenchée à midi. Votre podomètre affichera AM ou PM à côté de l'horloge en bas de l'écran s'il est réglé sur un format d'horloge de 12 heures. S'il est réglé sur un format d'horloge de 24 heures, il afficherait 13:00 au lieu de 1PM.

Q: Dois-je réinitialiser mon podomètre SC 3D tous les jours pour commencer à zéro?

R: Non, vous n'avez pas besoin de réinitialiser votre podomètre SC 3D.

Il est programmé pour réinitialiser quotidiennement tous les pas à minuit. Si l'horloge de votre podomètre est configurée avec l'option AM/PM inversé, les réinitialisations auront lieu à midi. Votre podomètre affichera un **PM** ou un **AM** au bas de l'écran, à gauche de l'horloge, lorsqu'il est réglé en mode 12 heures.

Q: Comment changer les paramètres de votre podomètre SC 3D de kilomètres à milles

R: La configuration du podomètre 3D SC peut changer entre impérial et métrique en un instant

Le podomètre 3D SC calcule les milles et les kilomètres. Vous pouvez basculer entre mille et Km en appuyant sur le bouton du BAS

Q: Comment utiliser la fonctionnalité de mémoire sur le podomètre SC 3D

R: Appuyez sur le bouton **BLANC** pour naviguer entre les écrans. L'écran Journal de la mémoire affiche la date sous la ligne.

Appuyez sur le bouton du bas pour changer la date. Le podomètre enregistre les données relatives aux pas, à la distance, aux calories et à la durée d'activité. Les données sont stockées par date du jour, le mois et le jour étant affichés en bas de l'écran. Les données d'aujourd'hui seront automatiquement stockées dans la mémoire lorsque l'horloge atteindra minuit. Pour afficher une date différente, cliquez sur le bouton du BAS pour parcourir les jours passés.

Q: Je travaille de nuit, puis-je empêcher mon SC 3D de revenir à zéro à minuit?

R: Si vous inversez intentionnellement le réglage AM / PM de votre horloge, cette fonction de réinitialisation pourrait être déclenchée à midi à la place. Vous permettant d'avoir une nuit complète de comptage de pas sans interruption.

Q: Comment puis-je rendre mes mesures de distance plus précises

R: Distance incorrecte? Augmentez ou diminuez la longueur de votre foulée de 3 à 5 pouces. Ne vous inquiétez pas, cela n'affectera aucune autre lecture que le compteur de distance.

Help@OZOFitness.com | www.ozofitness.com/SC3D