

Withings Pulse HR



QUICK INSTALLATION GUIDE

GUIDE D'INSTALLATION | INSTALLATIONSANLEITUNG | GUÍA DE INSTALACIÓN |
GUIDA ALL'INSTALLAZIONE | GUIA DE INSTALAÇÃO RÁPIDA

EN | FR | DE | ES | IT | PT

THANK YOU FOR CHOOSING WITHINGS PULSE HR

MERCI D'AVOIR CHOISI WITHINGS PULSE HR
DANKE, DASS SIE WITHINGS PULSE HR GEWÄHLT HABEN
GRACIAS POR ELIGIR WITHINGS PULSE HR
GRAZIE PER AVER SCELTO WITHINGS PULSE HR
OBRIGADO POR ESCOLHER O WITHINGS PULSE HR

This guide is available in additional languages at: www.withings.com/guides

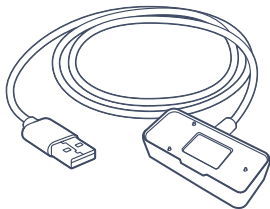
Box contents

Contenu du coffret | Lieferumfang | Contenido de la caja
Contenuto della confezione | Conteúdo da caixa

2-3



Withings Pulse HR



Charging cable

Câble de chargement | Ladekabel |
Cable de carga | Cavo di ricarica |
Cabo de carregamento

Quick start

Démarrage rapide | Schnellstart | Inicio rápido | Avvio rapido | Início rápido

Visit go.withings.com to get the app and follow the instructions.

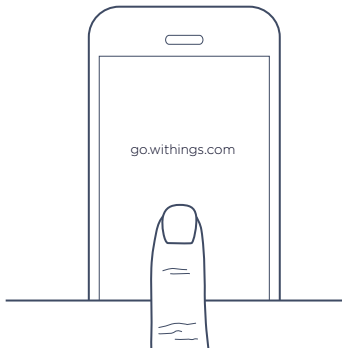
FR Rendez-vous sur go.withings.com et suivez les instructions pour obtenir l'application.

DE Besuchen Sie go.withings.com, downloaden Sie die Health Mate App und folgen Sie den Anweisungen.

ES Visita go.withings.com para conseguir la aplicación y sigue las instrucciones.

IT Visita go.withings.com per ottenere l'app e segui le istruzioni.

PT Visite go.withings.com para obter a aplicação e siga as instruções.



How to wear Pulse HR

Comment porter Pulse HR | So tragen Sie Pulse HR | Cómo llevar Pulse HR |
Come indossare Pulse HR | Como usar o Pulse HR

4-5

The wristband should be tight but comfortable, and worn 1 cm away from the wrist bone.

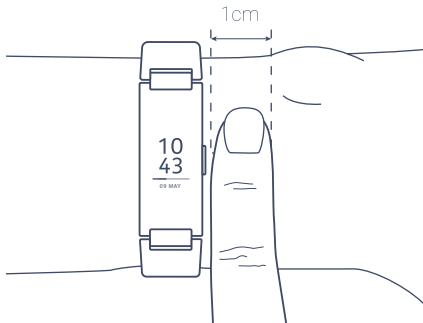
FR Le bracelet doit être bien ajusté sans être trop serré, et se trouver à 1 cm de l'os du poignet.

DE Das Armband sollte fest, aber bequem anliegen und 1 cm vom Handgelenkknochen entfernt getragen werden.

ES La correa debe ajustarse sin que apriete y colocarse a 1 cm por encima de la muñeca.

IT Il braccialetto deve essere stretto ma confortevole, e indossato 1 cm di distanza dal polso.

PT A bracelete deve ser apertada, mas ficar confortável, e usada a 1 cm de distância do osso do pulso.



How to use Pulse HR

Comment utiliser Pulse HR | So benutzen Sie Pulse HR | Cómo utilizar Pulse HR |
Come usare Pulse HR | Como utilizar o Pulse HR

**Press on the button or tap to browse through the screens.
Press and hold the button to start and stop workout mode.**

FR Effectuez un tap sur l'écran ou appuyez sur le bouton pour naviguer dans les menus. Appuyez longuement sur le bouton pour lancer et arrêter le mode entraînement.

DE Drücken Sie auf den Knopf oder tippen Sie auf den Screen, um zwischen den Bildschirmen zu wechseln. Halten Sie den Knopf gedrückt, um den Work-out-Modus zu starten und zu stoppen.

ES Presione el botón o toque para recorrer las pantallas. Pulse y mantenga para iniciar y detener el modo de ejercicio.

IT Premere il pulsante o toccare per sfogliare le schermate. Tenere premuto il pulsante per avviare e interrompere la modalità allenamento.

PT Pressione o botão ou toque para navegar pelos ecrãs. Pressione e mantenha pressionado o botão para iniciar e parar o modo de treino.



Workout mode: timer, continuous HR monitoring

FR Mode entraînement : chronomètre, suivi du rythme cardiaque en continu

DE Work-out-Modus: Timer, kontinuierliche Herzfrequenz-Überwachung

ES Modo de ejercicio: temporizador, monitorización continua de la frecuencia cardíaca

IT Modalità allenamento: timer, monitoraggio continuo del battito cardiaco

PT Modo de treino: temporizador, monitorização contínua da frequência cardíaca



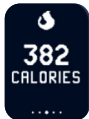
Home screen

Écran d'accueil | Start-Bildschirm |
Pantalla inicial | Schermo principale |
Ecrã inicial



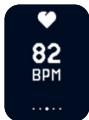
Steps

Pas | Schritte |
Pasos | Passi | Passos



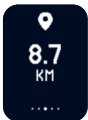
Calories burned

Calories brûlées | Kalorien verbrannt |
Calorías quemadas | Calorie consumate |
Calorias gastas



Heart rate

Rythme cardiaque | Herzfrequenz |
Frecuencia cardiaca | Frequenza
cardiaca | Frequência cardíaca



Distance

Distance | Entfernung |
Distancia | Distanza | Distância



Alarm time (via Health Mate app)

Heure du réveil | Weckzeit |
Alarma | Ora allarme | Alarme

Customize the screens

Personnalisez les écrans | Passen Sie die Bildschirme an | Personaliza las pantallas | Personalizza gli schermi | Personalize os ecrãs

Customize the screens and activate phone notifications:
Open Health Mate™ app > “Devices”.

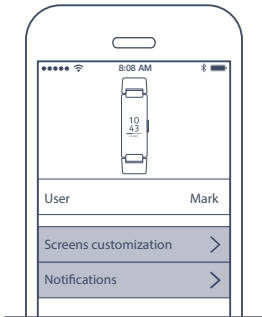
FR Personnalisez les écrans et activez les notifications depuis la rubrique Appareils de l'application Health Mate™.

DE Passen Sie die Bildschirme an und aktivieren Sie Smartphone-Benachrichtigungen: Öffnen Sie die Health Mate™ App > “Geräte”.

ES Personalice las pantallas y active las notificaciones del teléfono: Abra la aplicación Health™ Mate > “Dispositivos”.

IT Personalizzare le schermate e attivare le notifiche telefoniche: Aprire app Health Mate > “Dispositivi”.

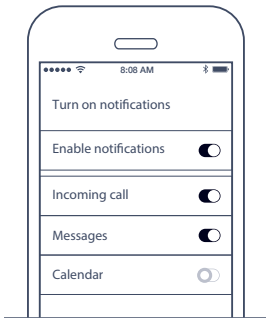
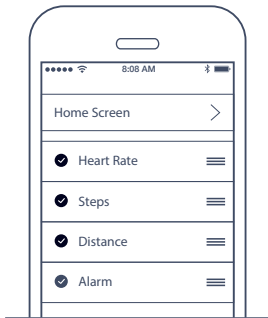
PT Personalize os ecrãs e ative as notificações do telefone (aplicação Health Mate™, “os meus dispositivos”)



Customize the screens

Personnalisez les écrans | Passen Sie die Bildschirme an | Personaliza las pantallas |
Personalizza gli schermi | Personalize os ecrãs

8-9



How to Charge Pulse HR

Comment charger Pulse HR | Wie lade ich Pulse HR auf? | Cómo cargar Pulse HR |
Come caricare Pulse HR | Como carregar o Pulse HR

Easy charging with included cable and dock. Place Pulse HR on the charger and use the magnets to guide you. Then check that the display shows the charging icon.

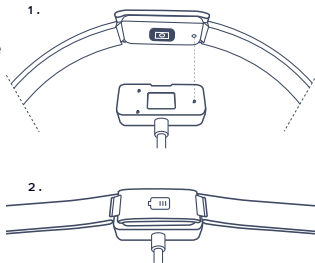
FR Utilisez le câble USB fourni pour recharger facilement votre Pulse HR. Placez l'appareil sur le socle magnétique et assurez-vous que l'écran indique que la recharge est en cours.

DE Einfaches Aufladen mit dem mitgelieferten Ladekabel. Stecken Sie Ihr Gerät einfach an das Ladegerät an und überprüfen Sie, ob das Display das Ladesymbol anzeigt.

ES Carga fácil con el cable incluido. Solo tiene que colocar su dispositivo en el cargador y comprobar que aparece el logo de carga en la pantalla.

IT Ricarica facile grazie al cavo incluso. basta mettere il dispositivo sul caricabatterie e controllare che il display indichi la spia di ricarica.

PT Carregamento fácil com cabo e base de ligação incluídos. Coloque o Pulse HR no carregador e use os ímanes para guiá-lo. Em seguida, verifique se o visor mostra o ícone de carregamento.



Overview

Vue d'ensemble | Gesamtübersicht | Imagen general |
Vista d'insieme | Descrição geral

10-11

(A) Wristband

FR Bracelet

DE Armband

ES Pulsera

IT Braccialetto

PT Bracelete

(B) Display

FR Écran

DE Bildschirm

ES Pantalla

IT Display

PT Monitor

(C) Push Button

FR Bouton-poussoir

DE Druckknopf

ES Pulsador

IT Bottone

PT Botão de pressão

(D) Heart-Rate sensor

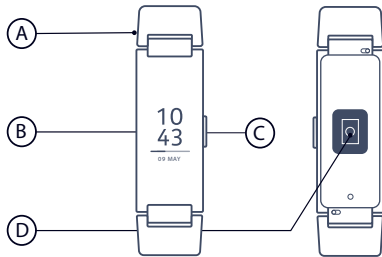
FR Capteur de fréquence cardiaque

DE Herzfrequenzsensor

ES Sensor de frecuencia cardiaca

IT Sensore Frequenza cardiaca

PT Sensor de frequência cardíaca



Warranty

Garantie | Garantie | Garanzia | Garantia

US Withings Two (2) Years Limited Warranty - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux ("Withings") warrants the Withings-branded hardware product ("Withings Product") against defects in materials and workmanship when used normally in accordance with Withings' published guidelines for a period of TWO (2) YEARS from the date of original retail purchase by the end-user purchaser («Warranty Period»). Withings' published guidelines include but are not limited to information contained in technical specifications, safety instructions or quick start guide. Withings does not warrant that the operation of the Withings Product will be uninterrupted or error-free. Withings is not responsible for damage arising from failure to follow instructions relating to the Withings Product's use.

UK Withings Two (2) Years commercial guarantee - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux ("Withings") warrants the Withings-branded hardware product ("Withings Product") against defects in materials and workmanship when used normally in accordance with Withings' published guidelines for a period of TWO (2) YEARS from the date of original retail purchase by the end-user purchaser ("Warranty Period"). Withings' published guidelines include but are not limited to information contained in technical specifications, safety instructions or quick start guide. Withings does not warrant that the operation of the Withings Product will be uninterrupted or error-free. Withings is not responsible for damage arising from failure to follow instructions relating to the Withings Product's use.

FR Garantie commerciale de Withings limitée à deux (2) ans - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux (« Withings ») garantit le matériel de marque Withings (« Produit Withings ») contre les défauts de matériel et de main d'œuvre, lorsque celui-ci est utilisé conformément aux recommandations publiées sur le Produit Withings sous réserve qu'ils surviennent dans un délai de deux (2) ans suivant la date d'achat initiale par l'utilisateur final du Produit Withings neuf auprès d'un professionnel (« Période de garantie »). Les recommandations publiées comprennent notamment les spécifications techniques, les consignes de sécurité ou les manuels d'utilisation du Produit Withings. Withings ne garantit pas que le fonctionnement du Produit Withings sera ininterrompu ou sans erreur. Withings n'est pas responsable des dommages survenant en raison du non-respect des instructions d'utilisation du Produit Withings.

DE Auf 2 Jahre begrenzte kommerzielle Garantie von Withings - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux, ("Withings") gewährleistet für einen Zeitraum von 2 JAHREN ab dem Datum des Ersterwerbs durch den Endnutzer («Garantiefrist»), dass das Material der Marke Withings ("Withings-Produkte") frei von Material- und Verarbeitungsfehlern ist, vorbehaltlich, dass das Gerät als Neuware und von einem professionellen Händler erworben wurde, wenn es unter normalen Bedingungen gemäß den von Withings veröffentlichten Anleitungen verwendet wird. Die von Withings veröffentlichten Anleitungen umfassen unter anderem die Informationen, die in den technischen Informationen, den Sicherheitsanweisungen und der Kurzanleitung enthalten sind. Withings garantiert keinen ununterbrochenen oder fehlerfreien Betrieb des Withings-Produkts. Withings ist nicht verantwortlich für Schäden, die aus der Nichtbefolgung der Anweisungen resultieren.

ES Garantia comercial de limitada dos (2) Años de Withings - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux ("Withings") garantiza el material de la marca Withings ("Producto Withings") contra los defectos de material y de mano de obra, siempre que se haya utilizado conforme a las recomendaciones publicadas sobre el Producto Withings cuando los mismos aparezcan durante el periodo de DOS (2) AÑOS a partir de la fecha de compra inicial del Producto Withings nuevo en un distribuidor autorizado por el usuario final ("Periodo de garantía"). Las recomendaciones publicadas por Withings incluyen las descripciones técnicas, las instrucciones de seguridad y los manuales del usuario. Withings no garantiza un funcionamiento del Producto Withings ininterrumpido o sin errores. Withings no se responsabiliza de los daños producidos por no haber seguido las instrucciones de utilización del Producto Withings.

IT Garanzia commerciale di Withings limitata ad due (2) anni - Withings Pulse HR

Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux, ("Withings") garantisce il materiale della marca Withings ("Prodotto Withings") contro i difetti materiali e di mano d'opera qualora questo venga utilizzato in conformità con le linee guida pubblicate per il Prodotto Withings a condizione che questi vengano riscontrati prima di un anno dalla data di acquisto del prodotto Withings da parte dell'acquirente finale presso un rivenditore ("Periodo di Garanzia"). Le linee guida pubblicate riguardano le specifiche tecniche, le consegne di sicurezza o le istruzioni d'uso. Withings non può garantire che il funzionamento del prodotto Withings sarà interrotto o senza alcun errore. Withings non è responsabile dei danni derivanti dal non rispetto dell'istruzione d'utilizzo del prodotto Withings.

PT Garantia comercial de dois (2) anos da Withings - Withings Pulse HR

A Withings, 2 rue Maurice Hartmann, 92130 Issy-les-Moulineaux ("Withings") dá garantia ao produto da marca Withings ("Produto Withings") em caso de defeitos de materiais e de fabrico, quando utilizado normalmente de acordo com as orientações publicadas pela Withings, durante um período de 2 (DOIS) ANOS, a partir da data de compra inicial pelo comprador-utilizador final ("Período de Garantia"). As orientações publicadas pela Withings incluem, mas não se limitam, às informações contidas nas especificações técnicas, instruções de segurança ou no guia de início rápido. A Withings não garante um funcionamento do Produto Withings ininterrupto ou sem erros. A Withings não é responsável por danos decorrentes do não cumprimento das instruções relativas à utilização do produto da Withings.

Information to users in Canada

Information pour les utilisateurs au Canada

EN This device complies with Part 15 of the FCC Rules and with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) This device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation. Changes or modifications made to this equipment not expressly approved by Withings may void the FCC authorization to operate this equipment.

Radiofrequency radiation exposure information: the radiated output power of the device is far below the FCC radio frequency exposure limits. Nevertheless, the device shall be used in such a manner that the potential for human contact during normal operation is minimized.

FR Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes : (1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et (2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

Déclaration d'exposition aux radiations: le produit est conforme aux limites d'exposition pour les appareils portables RF pour les États-Unis et le Canada établies pour un environnement non contrôlé. Le produit est sûr pour un fonctionnement tel que décrit dans ce manuel. La réduction aux expositions RF peut être augmentée si l'appareil est conservé aussi loin que possible du corps de l'utilisateur ou que le dispositif est réglé sur la puissance de sortie la plus faible si une telle fonction est disponible.

Materials

Materiaux | Materialien | Materiale | Materiale | Materiais

EN List of materials potentially in contact with the skin during usage: silicone, polycarbonate, acrylate polymer and stainless steel.

FR Liste des matières potentiellement en contact avec la peau durant l'utilisation : silicone, polycarbonate, polymères d'acrylate et acier inoxydable.

DE Liste der Materialien, die während der Verwendung mit der Haut in Berührung kommen können: Silikon, Polycarbonate, Polyacrylate und Edelstahl.

ES Lista de materiales que pueden entrar en contacto con la piel durante el uso: silicona, policarbonato, polímero de acrilato y acero inoxidable.

IT Elenco dei materiali potenzialmente a contatto con la pelle durante l'uso: silicone, policarbonato, polimero acrilico e acciaio inossidabile.

PT Lista de materiais que podem entrar em contacto com a pele durante a utilização: silicone, policarbonato, polímero de acrilato e aço inoxidável.

For cleaning instructions, please visit withings.com/support/pulsehr



Frequency Range : 2402.0 - 2480.0 MHZ

Maximum output power : -3.98 dBm

14 - 15

EN Withings hereby declares that the device Withings Pulse HR is in conformity with the essential requirements and other relevant requirements of Directive 2014/53/EU. The declaration of conformity can be found at: withings.com/compliance | **FR** Par la présente, Withings déclare que l'appareil Withings Pulse HR est conforme aux exigences essentielles et aux autres dispositions pertinentes de la Directive 2014/53/EU. La déclaration de conformité peut être consultée sur le site : withings.com/compliance | **DE** Hiermit erklärt Withings, dass sich das Gerät Withings Pulse HR den grundlegenden Anforderungen und den übrigen einschlägigen Bestimmungen der Richtlinie 2014/53/EU entspricht. Die EG-Konformitätserklärung können Sie über das Internet herunterladen: withings.com/compliance | **ES** Por la presente, Withings declara que el Withings Pulse HR cumple con los requisitos esenciales y otras disposiciones relevantes de la Directiva 2014/53/EU. La declaración de conformidad se puede encontrar en: withings.com/compliance | **IT** Con la presente Withings dichiara che questo Withings Pulse HR è conforme ai requisiti essenziali ed alle altre disposizioni pertinenti stabilite dalla direttiva 2014/53/EU. La dichiarazione di conformità è disponibile all'indirizzo: withings.com/compliance. | **PT** A Withings declara pela presente que o dispositivo Withings Pulse HR está em conformidade com os requisitos essenciais e com outros requisitos relevantes da Diretiva 2014/53/UE. A declaração de conformidade pode ser encontrada em: withings.com/compliance.

«The crossed out wheeled bin symbol on your product, battery and/or accessories means that the item is classified as electrical and electronic equipment. Such items should not be mixed with general household waste, and must be taken to dedicated collection points at the end of their working life for proper treatment, recovery and recycling. This way you help save valuable resources and promote recycling of materials.»



Need help?

Besoin d'aide ? | Brauchen Sie Hilfe? |
¿Necesitas ayuda? | Ti serve aiuto? |
Precisa de ajuda?

➔ withings.com/support/pulsehr

WITHINGS

Withings Pulse HR | Fitness tracker

© 2021 Withings. All rights reserved.