

# web-e

Coaching mit AiperSunny



# SunSy

schlank mit AiperSunny

## Bedienungsanleitung



web-e  
Das Abnehmportal

Nancy Gimpel

**Ihr Aipermon-Feedback zur Woche ab dem 09.**  
Über Aktivität konnten Sie in dieser Woche Ihre Sonne 5 Mal erreichen. Die...  
bezüglich Kalorienverbrauch erreichen Sie im Mittel.

**Detaillanalyse**  
Liebe Frau Gimpel, die Menge an verbrauchten Kalorien ergab für Sie in der letzten Woche 4000 kcal. Das sind pro Tag 568 kcal. Ihre Aktivität in der letzten Woche betrug sich auf 6:49 Stunden. Damit liegen Sie täglich sogar 228 kcal über dem von Ihnen angegebenen Ziel. Sehr gut, so werden Sie schnell Abnehmerfolge erzielen.

**Ihr Coach empfiehlt**  
Es wäre schön, Sie über die Woche hinweg sehr gleichmäßig aktiv waren. Jeden Tag genügend verbrannte Kalorien resultieren in einem nachhaltigen Gewichtsverlust.

**Ihr Wochentipp**  
Überlassen Sie Ihren kleinen Schweinehund, Verlassen Sie "Kraftberatung" zu Hause. Machen Sie direkt nach der Arbeit Sport, bevor Sie und Ihr Schweinehund sich überhaupt ertü Gedanken darüber machen können. Viel Erfolg!  
Ihr Ziel sollte diese Woche sein 493 kcal pro Tag zu verbrauchen um die Sonne erstrahlen zu lassen.

**Zusammenfassung**  
Ihr bester Tag war Samstag, der 14.11.2009. An diesem Tag haben Sie 1812 kcal bei 2:36 Stunden Aktivität verbrannt. Sie belegten in dieser Woche Platz 2 bei 3 Teilnehmern. Im Laufe des Programms haben Sie 10272 kcal verbraucht. Ihr BMI beträgt momentan 23 Punkte.

Viel Erfolg weiterhin wünscht  
Ihre Aipermon GmbH & Co. KG.



# AiperSunny™



## Einleitung

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer,

vielen Dank, dass Sie sich für den Kauf eines Aipermon-Produktes entschieden haben. Sie haben sich damit die Teilnahme an einem fernbetreuten Coachingprogramm gesichert. Von nun an werden Sie wöchentlich Nachrichten von Ihrem Coach erhalten.

Ihr Coach wird Sie bei Ihrem Abnehmvorhaben begleiten und motivieren. Freuen Sie sich schon jetzt auf die kommenden acht Wochen. Wir werden Sie mit den besten Abnehmtipps zu Bewegung und Ernährung versorgen. Damit möchten wir Ihnen den Weg in eine leichtere Zukunft aufzeigen.

Bitte nehmen Sie sich kurz Zeit und lesen Sie die folgenden Seiten zum Ablauf des Programms aufmerksam durch. Hier erhalten Sie nützliche Informationen zu Ihrem AiperSunny, der von nun an Ihr täglicher Begleiter sein wird.

Ihr SuSy Programm in seiner Funktion:



Nun wünschen wir Ihnen viel Spaß bei der Teilnahme am Programm SuSy - Schlank mit Sunny!

Ihr AiperSunny-Team.





## 1. Erste Schritte



Für einen reibungslosen Ablauf von SuSy ist es notwendig die Software AiperSun 333 zu **installieren** und den AiperSunny 333 **vor der Erstverwendung** mit AiperSun 333 zu **synchronisieren**. Lesen Sie sich hierfür folgende Punkte aufmerksam durch.



### 1. Installieren Sie AiperSun 333 (Software)

Legen Sie die CD in Ihr CD/DVD-Laufwerk ein und folgen Sie den Anweisungen. Sollte die Installation nicht automatisch starten, starten Sie das Programm Setup.exe auf der CD.

### 2. Starten Sie AiperSun 333

Sie können das Programm über die Verknüpfung auf Ihrem Desktop, oder alternativ über das Startmenü starten: Start/Alle Programme/AiperSun 333.

### 3. Geben Sie im Einstellungseditor Ihre persönlichen Daten ein

Dazu werden Sie nach der Installation automatisch aufgefordert. Besonders wichtig für den Programmablauf ist die Angabe Ihres Namens, Ihres Geburtsdatums, Ihrer Größe, Ihres Geschlechts, Ihres Bauchumfangs und Ihres Gewichts (Reiter Benutzerdaten).

Einstellungseditor

Benutzerdaten Kommunikation System

Vorname:  Nachname:

Geburtsdatum:  Geschlecht:  Männlich  Weiblich

Gewicht:  kg Bauchumfang:  cm

Größe:  cm

THIS IS AN ALPHA VERSION. DO NOT DISTRIBUTE.

OK Abbruch

Die Angabe Ihres Geburtsdatums erfolgt entweder indem Sie jeweils Tag, Monat bzw. Jahr markieren und per Tastatur eingeben oder indem Sie sich dem Auswahlménü bedienen. Klicken Sie hierzu auf den Pfeil rechts des Eingabefeldes - ein Kalender erscheint. Mit einem Klick auf das Jahr, öffnet sich rechts ein Pfeilménü zur Auswahl Ihres Geburtsjahres. Mit einem Klick auf den Monat, öffnet sich ein Ménü zur direkten Auswahl Ihres Geburtsmonats.





Geburtsdatum: 01.01.1970

kg

cm

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8

Heute: 14.06.2010

Geburtsdatum: 01.01.1970

kg

cm

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
29	30	31				
5	6	7				
12	13	14				
19	20	21				
26	27	28				
2	3	4				

Heute

Zusätzliche Pflichtfelder für Sie sind Ihre E-Mail Adresse sowie die SuSy-Zugangsdaten (Reiter Kommunikation), die Sie mit beiliegendem Voucher erhalten.

Einstellungseitor

Benutzerdaten Kommunikation System

URL des Endpunkts: http://www.endpunkt.de Kunden Nr.: 0001

Benutzername: Vorname Nachname Passwort: .....

E-mail: vorname.nachname@domain.de

Proxy-Server verwenden

Proxy-Hostname: Proxy-Port: Proxy-Authentifizierung Proxy-Benutzername: Proxy-Passwort:

OK Abbruch

Unter dem Reiter System wählen Sie bitte im Bereich „Sunny zeigt“ die Option „Kalorien“ und legen Sie Ihren Aktivitätslevel fest.

Einstellungseitor

Benutzerdaten Kommunikation System

Sprache: Deutsch

Sunny zeigt:  Aktivität  Kalorien

Aktivitätslevel: Ungeübt

Ungeübt  
Fortgeschritten  
Sportlich

Bitte beachten sie, dass das Programm neugestartet werden muß, damit die neuen Spracheinstellungen aktiviert werden

OK Abbruch

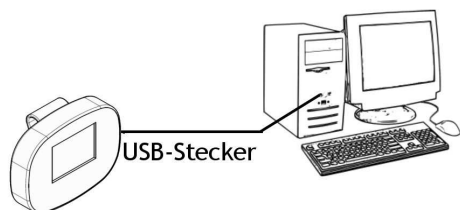
Der Aktivitätslevel bedeutet Folgendes (falls „Kalorien“ gewählt):

- Ungeübt: PAL-Faktor von mindestens 1,35 zur vollen Sonne.
- Fortgeschritten: PAL-Faktor von mindestens 1,5 zur vollen Sonne.
- Sportlich: PAL-Faktor von mindestens 1,65 zur vollen Sonne.

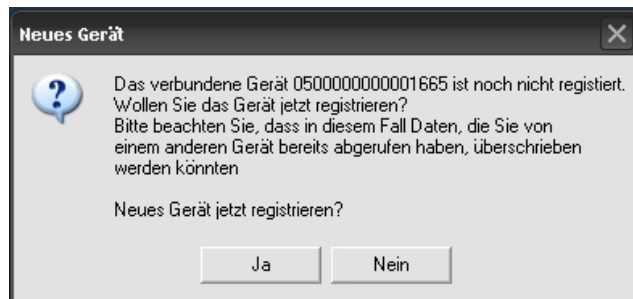




#### 4. Verbinden Sie nun Ihren AiperSunny 333 mit Ihrem PC

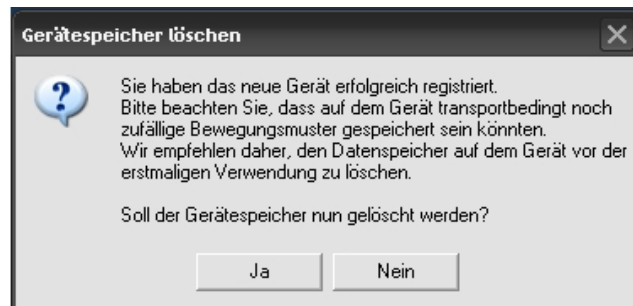


Das Gerät wird als „Neues Gerät“ erkannt. Klicken Sie auf „Ja“ um den AiperSunny zu registrieren.



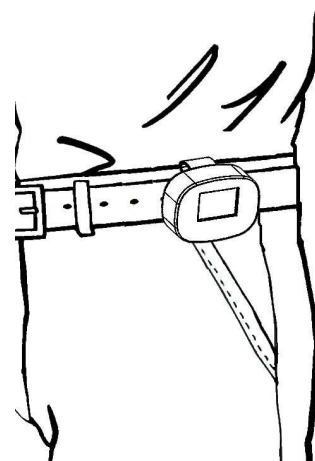
#### 5. Löschen Sie die Daten auf Ihrem AiperSunny 333

Die auf dem AiperSunny bereits vorhandenen Daten sind durch den Transport entstanden. Diese werden für den Start des Programms nicht benötigt. Klicken Sie daher bei Erscheinen des Dialogs „Gerätespeicher löschen“ auf „Ja“. Trennen Sie Ihren AiperSunny vom PC, um den Vorgang abzuschließen. Jetzt ist der AiperSunny registriert.



#### 6. Tragen Sie den AiperSunny an der Hüfte

Um Ihre Aktivitätszeit oder Ihren Kalorienverbrauch aufzuzeichnen, müssen Sie den AiperSunny möglichst dauerhaft bei sich tragen, idealerweise am Körperschwerpunkt, also an Ihrer Hüfte. Ob links oder rechts spielt keine Rolle, achten Sie aber auf einen festen Sitz des AiperSunny an Ihrem Hosenbund oder Ihrem Gürtel.

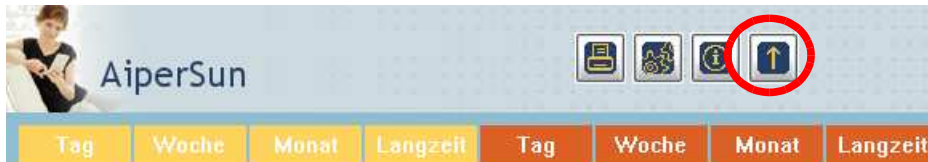




## 2. Programmverlauf

### 1. So starten Sie SuSy

Nachdem Sie AiperSun 333 unter Verwendung Ihrer **Zugangsdaten aus dem Voucher** eingerichtet haben, übermitteln Sie bitte erstmals Ihre Aktivitätsdaten bzw. Einstellungen an den SuSy Coach mittels eines **einfachen Klick des Pfeil Buttons**.




Sie erhalten **innerhalb von 24 Stunden eine E-Mail zur Begrüßung**. Sollten Sie keine E-Mail erhalten, überprüfen Sie bitte die korrekte Angabe Ihrer E-Mail Adresse unter dem Reiter Kommunikation im Einstellungseditor der AiperSun 333.

#### Hinweis:

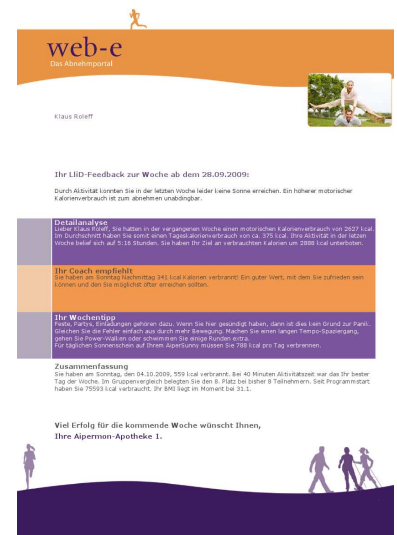
Bei der ersten Datenübertragung an SuSy, wird Ihr Einverständnis zur Datennutzung abgefragt. Klicken Sie „Ja“ wenn Sie der Erklärung zustimmen. Ihre Daten werden dann übermittelt und Sie erhalten Ihr Feedback.

### 2. Machen Sie AiperSunny zu Ihrem täglichen Begleiter

Tragen Sie AiperSunny 333 während der gesamten Programmlaufzeit (8 Wochen) ständig an der Hüfte zur Aufzeichnung von alltäglicher und sportlicher Aktivität. So verfolgen Sie Ihr Ziel, langfristig und nachhaltig abzunehmen. Mit der Software AiperSun 333 können Sie Ihre Aktivität (Bewegungszeit und Kalorienverbrauch) und Gewichtsveränderungen jederzeit betrachten und die gespeicherten Daten an den web-e Server übermitteln. Dadurch erhalten Sie **wöchentlich ein umfassendes Feedback** zu Ihren Leistungen. Das Feedback erhalten Sie als PDF-Dokument im Anhang einer E-Mail.

Synchronisieren Sie Ihren AiperSunny 333 ab nun jede Woche **montags** mit AiperSun 333 und übermitteln Sie die Daten mittels eines **einfachen Klick des Pfeil Buttons**  in der Software an den SuSy Coach.

So bekommt ihr Coach rechtzeitig die Möglichkeit Ihr persönliches Feedback Schreiben zu erstellen.



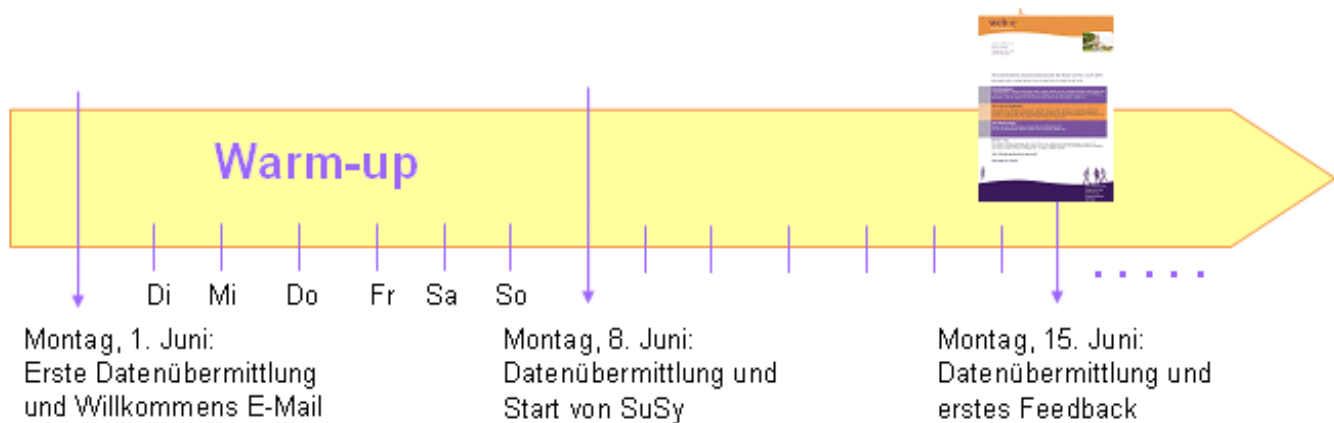


### 3. Wann bekommen Sie Ihr erstes Feedback

Ein Wochenfeedback bezieht sich jeweils auf Ihre Leistungen von Montag 0 Uhr bis Sonntag 24 Uhr. Das erste Feedback kann von Ihrem Coach erstellt werden, sobald Sie eine vollständige Woche Aktivitätsdaten gesammelt und übermittelt haben.

**Beispiel:** Sie registrieren sich an einem Montag (1. Juni) für Ihr Programm und bekommen Ihre Willkommens E-Mail. Da der Montag schon begonnen hat, wird diese Woche nicht mehr als volle Woche gezählt. Nutzen Sie diese Woche um sich für Ihr Programm ein wenig aufzuwärmen!

Ihr SuSy Programm startet mit der Aufzeichnung Ihrer Daten sobald Sie diese am kommenden Montag (8. Juni) an den Coach übermittelt haben. Ihr erstes Feedback folgt auf Ihre Datenübertragung am Montag darauf (15. Juni). Die Zusendung Ihres Feedbacks erfolgt immer innerhalb von 24 Stunden nach Datenübertragung an Ihren Coach.



### 4. Stellen Sie sich der Herausforderung

Als SuSy Teilnehmer stehen Sie in ständigem Vergleich zu den Mitgliedern Ihrer Gruppe. Versuchen Sie also möglichst, jeden Tag zumindest die volle Sonne zu erreichen. Jede Aktivität darüber hinaus wird natürlich ebenfalls auf- und im wöchentlichen Vergleich ausgezeichnet. Wie Sie innerhalb der Gruppe platziert sind, sehen Sie in Ihrer wöchentlichen Auswertung.

### 5. Mir gefällt SuSy - was nun?

Die Verlängerung des achtwöchigen Programms ist selbstverständlich möglich. Sprechen Sie hierzu einfach Ihren Anbieter an.



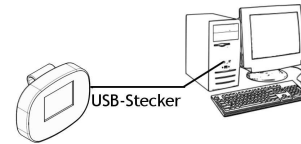


## 6. Wichtiges im Überblick

1. Tragen Sie den AiperSunny möglichst **täglich, dauerhaft und bei allen Aktivitäten**. Das Gerät zeichnet währenddessen Ihre Aktivitäten auf und zeigt den Fortschritt bis zum Erreichen Ihres Tagesziels in Form einer Sonne an.



2. Schließen Sie Ihren AiperSunny hin und wieder an Ihren PC an um die Batterie des Gerätes aufzuladen und die Aktivitätsdaten mit AiperSun 333 zu synchronisieren. Mit Hilfe der Software können Sie Ihre Ergebnisse tages-, wochen- und monatsweise sowie langfristig ansehen.



3. Übertragen Sie Ihre Aktivitätsdaten **jeden Montag** an Ihren SuSy Coach, indem Sie in der AiperSun 333 auf den Button mit dem Pfeil klicken.



4. Passen Sie Dateneingaben wie Bauchumfang und Gewicht regelmäßig in der Software an, damit Ihr Coach Ihre verbrauchten Kalorien richtig einordnen kann.

Gewicht:	Bauchumfang:
<input type="text" value="0.0"/> kg	<input type="text" value="122"/> cm
Größe:	
<input type="text" value="1.99"/> cm:	





### 3. Verwendung von AiperSunny 333 und AiperSun 333

#### 1. Wann geht die Sonne auf?

Sie werden ganz einfach für mehr Bewegung belohnt. Je mehr Kalorien Sie verbrauchen, desto schneller geht die Sonne auf. Sobald Sie das erste Drittel des eingestellten Fitnesslevels erreicht haben erscheint die Sonne am Bildschirmrand. Bei Vollendung des zweiten Drittels sehen Sie einen Smiley. Haben Sie das Ziel vollständig erreicht, erscheint eine strahlende Sonne.



33% des Tagesziels erreicht.



66% des Tagesziels erreicht.




100% des Tagesziels erreicht.

#### 2. So synchronisieren Sie Ihren AiperSunny 333 mit der Software

Starten Sie AiperSun 333. Verbinden Sie zur Synchronisation den AiperSunny mittels USB-Kabel mit Ihrem Computer. Der AiperSunny 333 wird nun automatisch erkannt. Klicken Sie im folgenden Dialog auf „Daten synchronisieren“.



#### 3. Das Batteriesymbol

 Das Batteriesymbol zeigt Ihnen den aktuellen Ladezustand an. Drei Striche bedeuten, dass die Batterie vollständig geladen ist, kein Strich bedeutet, dass sich der AiperSunny innerhalb von ca. 30 Minuten ausschaltet. Dann zeigt das Display Ihres AiperSunny nichts mehr an. Eine vollständig aufgeladene Batterie hält ca. 20 Tage.





#### 4. So laden Sie den Akku

Schließen Sie den AiperSunny mit dem mitgelieferten USB-Kabel an einen freien USB-Anschluss Ihres Computers an. Ist der PC eingeschaltet, wird der Akku des AiperSunny geladen.

#### 5. Die wichtigsten Funktionen der Software AiperSun



Durch dieses Symbol gelangen Sie in die Druckvorschau, aus der Sie die aktuelle Ansicht drucken können.



Über dieses Symbol öffnen Sie den Einstellungseditor. Hier geben Sie Ihre persönlichen Daten ein.



Hier finden Sie unter „Hilfe“ das Handbuch, die Möglichkeit zum Firmwareupdate sowie die Versionsnummer Ihrer AiperSun.



Durch ein Klick auf dieses Symbol werden Ihre Messdaten an Ihren SuSy Coach versendet.



Diese Schaltfläche ermöglicht es Ihnen, durch die Tage, Wochen oder Monate in den verschiedenen Ansichten von AiperSun 333 zu navigieren.

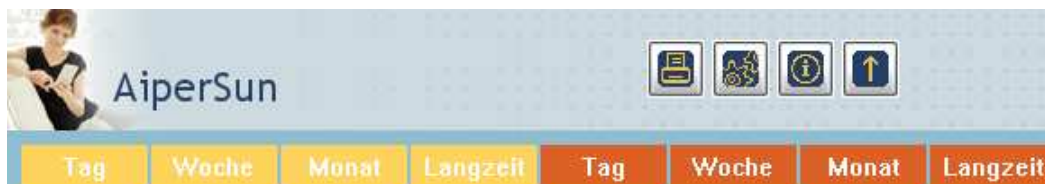


Mit dieser Schaltfläche können Sie die Auflösung der dargestellten Aktivitätswerte verändern.



Durch einen Klick auf dieses Symbol in der Langzeitansicht öffnen Sie die Datumseinstellung für die Festlegung des darzustellenden Zeitraumes.

#### 6. Die Auswertungen in AiperSun 333



Sowohl für die Aktivität (Gelb), als auch für die Kalorien (Rot) zeigt Ihnen AiperSun 333 folgende Modi an. Diese können Sie über die entsprechenden Reiter auswählen.

- Tagesansicht: Hier werden Ihnen für einen gesamten Tag, die stündlich verbrauchten Kalorien oder die Aktivitätszeit pro Stunde angezeigt.
- Wochenansicht: In dieser Ansicht werden Ihnen für jeden Wochentag Ihr Kalorienverbrauch oder Ihre gesamte Aktivitätszeit und die Sonne, die Sie erreicht haben, dargestellt.
- Monatsansicht: Diese Ansicht zeigt Ihnen für jeden Tag des Monats die erreichte Sonne, Ihr Gewicht, Ihre gesamte Aktivitätszeit oder Ihren gesamten Kalorienverbrauch des entsprechenden Tages.
- Langzeitansicht: In dieser Ansicht können Sie frei wählen, über welchen Zeitraum Ihr Trend für Aktivität oder Ihr Kalorienverbrauch als Linie dargestellt werden soll.





In jedem dieser Anzeige-Modi erscheint Ihr Gewicht als rote Linie oder roter Balken.

Im rechten Bereich der AiperSun wird Ihre Entwicklung als Trend angezeigt. Der Trend wird durch Pfeile in verschiedenen Farben dargestellt. Diese haben folgende Bedeutungen:



Sie haben sich gesteigert

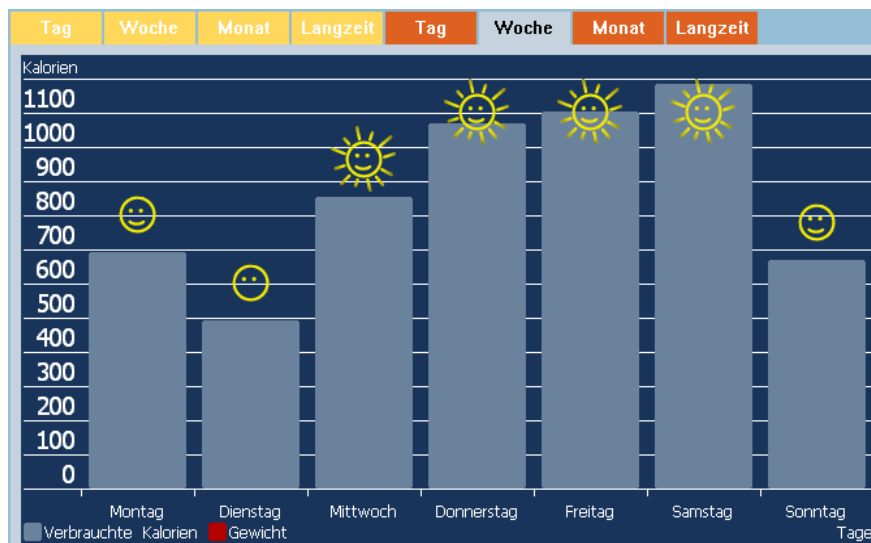


Sie sind in Ihrer Aktivität / Ihrem Kalorienverbrauch gleich geblieben.



Sie haben sich verschlechtert.

Je nach Einstellung sehen Sie hier auch entweder im Bereich Aktivitätszeit oder Kalorienverbrauch eine Übersicht Ihrer erreichten Sonnen. Haben Sie für SuSy die Einstellung auf „Kalorien“ (Punkt 1.3) gesetzt, so sehen Sie Ihre erreichten Sonnen in den roten Reitern.





## 4. Häufige Fragen und Antworten

### 1 ... zum Gerät und seinen Funktionen

#### 1.1 Wie funktioniert der AiperSunny?

- A: Der AiperSunny misst die körperliche Aktivität, man muss nichts weiter tun, als sich im Alltag zu bewegen. Der AiperSunny wird an der Hüfte am Hosenbund oder am Gürtel getragen. Der AiperSunny kann durch Bewegung verbrauchte Kalorien und zusätzlich Bewegungszeit im Herz-Kreislaufaktiven Bereich messen und aufzeichnen. Hat man sein persönliches Leistungslevel (einstellbar über die Software) erreicht, geht auf dem Display die Sonne auf. Ausführlichere Erklärungen zur Funktionsweise und Nutzung des AiperSunny können im AiperSunny Handbuch nachgelesen werden.

#### 1.2 Wie funktioniert der Aktivitätssensor im AiperSunny?

- A: Der AiperSunny zeichnet jede Bewegung mit einem dreidimensionalen Beschleunigungssensor auf. Das bedeutet vereinfacht, dass der AiperSunny jede kleinste Bewegung ihrer Hüfte nach oben, vorne und seitlich aufzeichnet und daraus Ihre Bewegungszeit bzw. Ihren Kalorienverbrauch ermittelt.

#### 1.3 Wie misst der AiperSunny Bewegungszeit?

- A: Der AiperSunny misst Gehen und Joggen. Die Bewegungszeit wird erst ab 90 Sekunden aufgezeichnet, da Sie sich erst ab 90 Sekunden im Herz-Kreislaufaktiven Bereich befinden.

#### 1.4 Ab wann unterscheidet der AiperSunny zwischen Gehen und Joggen?

- A: Ab ca. 6 - 7 km/h, abhängig von Körpergröße und Laufstil, klassifiziert der AiperSunny Ihre Bewegungszeit als Joggen, darunter als Gehen.

#### 1.5 Wie misst der AiperSunny den Kalorienverbrauch?

- A: Der AiperSunny misst jegliche Aktivität mittels eines dreidimensionalen Beschleunigungssensors und errechnet auf Basis intelligenter Mustererkennung den Kalorienverbrauch. Vereinfacht ausgedrückt heißt dies, der AiperSunny misst schon die kleinste Bewegung ihrer Hüfte nach oben, vorne und seitlich und berechnet unter Einbeziehung Ihrer persönlichen Daten (Alter, Größe, Gewicht und Geschlecht) Ihren Leistungsverbrauch.

#### 1.6 Was bedeutet die Kalorienangabe?

- A: Der Angabe des Kalorienverbrauches in der AiperSun bezieht sich auf Ihren Leistungsumsatz. Das bedeutet, dass der von Ihnen durch Bewegung erzielte Kalorienverbrauch ausgewiesen wird. Somit beinhaltet die Kalorienverbrauchsangabe keinen Grundumsatz.

#### 1.7 Kann der AiperSunny von Personen mit Herzschrittmachern verwendet werden?

- A: Ja, der AiperSunny funkt und strahlt nicht und kann somit problemlos von Personen mit Herzschrittmachern verwendet werden.

#### 1.8 Wann und wie muss ich die Batterie des AiperSunny wechseln?

- A: Die Batterie des AiperSunny ist wiederaufladbar und muss nicht gewechselt werden. Schließen Sie den AiperSunny einfach mit dem mitgelieferten USB-Kabel an einen freien USB-Anschluss an Ihrem PC an um die Batterie zu laden.

#### 1.9 Der AiperSunny zeigt auf dem Display nichts mehr an. Was kann ich tun?

- A: Der Akku des AiperSunny ist leer. Schließen Sie den AiperSunny via USB Kabel an Ihren PC an um ihn zu laden.






- 1.10 Das Display auf meinem AiperSunny zeigt nichts an und das Gerät wird auch vom PC zum Aufladen nicht wiedererkannt. Wo liegt das Problem?**  
A: Drücken Sie den Reset-Knopf auf der Rückseite des AiperSunny mit Hilfe einer Büroklammer. Ist dies nicht erfolgreich, wenden Sie sich an Ihren Händler.
- 1.11 Der AiperSunny kann keine USB-Verbindung zum PC zur Datenübertragung aufbauen. Was kann ich tun?**  
A: a) Batterie ist fast leer: Laden Sie Ihren AiperSunny mindestens eine Stunde und versuchen Sie erneut die Daten zu übertragen.  
b) Batterie ist voll: Versuchen Sie eine andere USB Schnittstelle oder ein anderes Kabel. Führen diese Lösungen nicht zum Erfolg, wenden Sie sich an Ihren Händler.
- 1.12 Alle Symbole auf dem Display blinken. Ist mein AiperSunny kaputt?**  
A: Wenn alle Symbole auf dem Display blinken bedeutet das, dass der AiperSunny synchronisiert werden muss. Schließen Sie den AiperSunny an Ihren PC an und synchronisieren Sie das Gerät mit AiperSun.
- 1.13 Der AiperSunny zeigt schon morgens eine strahlende Sonne obwohl ich mich noch nicht ausreichend bewegt habe. Wie kann das sein?**  
A: Möglicherweise ist die Uhrzeit in Ihrem AiperSunny nicht korrekt. Achten Sie darauf Ihren AiperSunny regelmäßig mit Ihrem PC zu synchronisieren. Dadurch wird automatisch die Uhrzeit gestellt. Überprüfen Sie auch, ob die Uhrzeit auf Ihrem PC korrekt ist.
- 1.14 Kann ich den AiperSunny mit zum Schwimmen nehmen?**  
A: Nein. Eindringende Flüssigkeit beschädigt den AiperSunny.
- 1.15 Misst der AiperSunny auch Sportarten wie Fahrradfahren?**  
A: Wenn Sie den AiperSunny beim Fahrradfahren am Gürtel oder Hosenbund tragen, werden die, bei diesen Sportarten verbrauchten Kalorien nicht korrekt gemessen. Beim Fahrrad fahren können Sie für eine möglichst genaue Annäherung den AiperSunny an oder in Ihrem Schuh befestigen (Achten Sie auf eine sichere Befestigung!).
- 1.16 Kann ich den AiperSunny beim Training im Fitnessstudio einsetzen?**  
A: Der AiperSunny kann grundsätzlich beim Training im Fitnessstudio eingesetzt werden. Bei verschiedenen Ausdauergeräten kann es zu unterschiedlichen Abweichungen der Messdaten kommen. Der Kalorienverbrauch über Krafttraining kann mit dem AiperSunny nicht ausreichend erfasst werden.

## 2 ... zur Software AiperSun

- 2.1 Auf welchen Betriebssystemen kann die AiperSun verwendet werden?**  
A: AiperSun ist für die Benutzung unter Windows (Ab Windows XP) ausgelegt. Achten Sie darauf, dass Sie eine möglichst aktuelle Version betreiben.
- 2.2 In welchen Laufwerken kann die Mini-CD verwendet werden?**  
A: Die Mini-CD kann in allen CD Laufwerken mit Schublade problemlos verwendet werden. Verwenden Sie die Mini-CD nicht bei Einzugslaufwerken. Sollte Ihr PC ein Einzugslaufwerk haben, wenden Sie sich vorab an Ihren Händler.





- 2.3 Ich habe den AiperSunny jetzt einige Zeit benutzt. Die Software AiperSun zeigt mir in den Auswertungen jedoch nichts an.**
- A: Haben Sie den AiperSunny vor der Benutzung mit AiperSun synchronisiert? Wenn nicht, sind die Daten verloren. Synchronisieren Sie Ihren AiperSunny nochmals mit AiperSun wie im Handbuch beschrieben. Jetzt verfügt der AiperSunny über alle für die Messung erforderlichen Daten und kann Ihre Aktivitätszeit aufzeichnen.  
Kontrollieren Sie die an Ihrem PC eingestellte Uhrzeit und das Datum - der AiperSunny und die AiperSun benutzen diese um ihre Daten zeitlich einzuordnen.  
Wenn Sie das Gerät vor der ersten Benutzung synchronisiert haben und trotzdem keine Daten in den Auswertungen der AiperSun erscheinen, könnte ein Defekt am Gerät oder der Software vorliegen. Bitte setzen Sie sich mit Ihrem Händler in Verbindung.
- 2.4 Ich sehe in der Aktivitätsansicht bzw. Kalorienverbrauchsansicht der AiperSun keine Sonnen.**
- A: Die Sonnen erscheinen immer nur in der gewählten Betriebsart. Haben Sie „Kalorien“ eingestellt, werden nur in den Kalorienauswertungen Sonnen angezeigt. Ist die Zielerreichung dagegen auf „Aktivität“ eingestellt, sehen Sie die erreichten Sonnen in der Ansicht Aktivitätszeit. Die eingestellte Betriebsart überprüfen Sie im Einstellungseditor  im Reiter „System“ .
- 2.5 Ich möchte ein Firmware-Update machen. Woher bekomme ich die neue Firmware?**
- A: Firmware-Updates sind nicht notwendig, da sich Ihr AiperSunny auf dem aktuellen Stand für Ihr Programm befindet.
- 2.6 Ich habe ein Firmware-Update gemacht. Nun funktioniert mein AiperSunny nicht mehr.**
- A: Firmware Updates sind nicht vorgesehen und daher nicht unmittelbar möglich. Sollten Sie fälschlicherweise eine beliebige Datei zum Firmware-Update verwendet haben, befolgen Sie diese Schritte:
1. Verbinden Sie Ihren AiperSunny via USB-Kabel mit Ihrem PC.
  2. Drücken Sie mit einer Büroklammer den Reset-Knopf an der Rückseite des AiperSunny.
  3. Starten Sie die AiperSun Software (falls noch nicht geschehen).
  4. Das Dialogfenster „Gerät verbunden“ erscheint. Klicken Sie auf „Schliessen“ (NICHT AUF „Daten synchronisieren“ KLICKEN)
  5. Klicken Sie auf den Info-Button im oberen Bereich der AiperSun.
  6. Klicken Sie auf „Firmwareupdate“.
  7. Wählen Sie in dem Dialog „Firmware-Image auswählen“ die Datei mit der Endung „.hex“.
  8. Klicken Sie auf „Öffnen“.
  9. Ein Dialogfenster „Firmware aktualisiert“ erscheint.
  10. Trennen Sie den AiperSunny von Ihrem PC und klicken Sie erst dann „OK“.
  11. Bitte synchronisieren Sie nun wie gewohnt (durch erneutes Verbinden mittels USB-Kabel) Ihren AiperSunny bevor Sie ihn wieder verwenden. Dialogfenster „Gerät verbunden“ öffnet sich.
  12. Klicken Sie „Daten synchronisieren“.








### 3 ... zu Einstellungen


- 3.1 Ich möchte mein Gewicht und meinen Bauchumfang nicht in der AiperSun Software eintragen. Welche Auswirkungen hat das?**
- A: Ohne Gewicht ist eine korrekte Berechnung ihres motorischen Kalorienverbrauches nicht möglich. Tragen Sie diese Angaben in der Software ein. Die Eingabe des Bauchumfangs ist nicht zwingend notwendig.
- 3.2 Ich habe meine Daten in die AiperSun eingetragen und bekomme trotzdem die Meldung „Keine persönlichen Daten eingegeben“. Woran liegt das?**
- A: Überprüfen Sie, ob Sie auch Ihr Geburtsdatum vollständig und korrekt eingegeben haben. Ihr korrekt eingegebenes Geburtsjahr ist auch für eine exakte Kalorienberechnung notwendig.
- 3.3 Was stelle ich im Einstellungseditor unter „Kommunikation“ ein?**
- A: Die Angaben unter dem Reiter Kommunikation sind nur erforderlich wenn Sie gleichzeitig an einem web-e™ Coaching-Programm teilnehmen. Tragen Sie folgende Angaben ein:
- URL des Endpunkts (achten Sie auf die korrekte Schreibweise, da sonst die Daten nicht zu Ihrem Coach gelangen)
  - Benutzername
  - Passwort
- Diese Daten erhalten Sie mit Ihrem Voucher für die Programmteilnahme.
- Des Weiteren sind folgende Angaben notwendig:
- Ihre E-Mail-Adresse (wichtig für den Erhalt der Feedback-E-Mail)
  - Angaben zu Ihrem Proxy-Server (optional, abhängig vom Heimnetzwerk)
- 3.4 Kann ich meine Einstellungen im Verlauf verändern?**
- A: Ja, Sie können Ihre Einstellungen jederzeit ändern und sollten dies hinsichtlich Gewichtsveränderungen auch tun. Nur so können Sie in der AiperSun den Trend Ihrer Gewichtsveränderungen zu Ihren Aktivitätstrends grafisch vergleichen. Steigern Sie im Verlauf auch Ihren Aktivitätslevel in den Einstellungen (beeinflusst den Sonnenaufgang auf dem Display Ihres AiperSunny) um sich stetig zu verbessern. Daten der Vergangenheit werden nicht verändert.

### 4 ... zu web-e™ Coaching Funktionen

- 4.1 Ich bekomme keine Auswertungen, obwohl bereits zwei Wochen vergangen sind. Woran könnte das liegen?**
- A: Dies kann folgende Gründe haben:
- Sollten Sie noch keine Willkommens-E-Mail erhalten haben, hat das Programm noch nicht begonnen. Synchronisieren Sie Ihre AiperSun mit dem Server (durch Klicken auf das Pfeilsymbol ). Die Synchronisation sollte ab jetzt jeden Montag zwischen 0:00 - 20:00 Uhr erfolgen.
  - Sie haben bereits eine Willkommens-E-Mail erhalten. Bitte denken Sie daran, AiperSun und AiperSunny montags zwischen 0:00 - 20:00 Uhr zu synchronisieren und die Daten anschließend an den web-e™ Server zu übermitteln (Pfeilsymbol )
  - Sie haben in der AiperSun im Einstellungseditor  unter dem Reiter Kommunikation Ihre E-Mail-Adresse falsch angegeben.
  - Überprüfen Sie Ihren Spam-Ordner. Möglicherweise wurden die E-Mails von Ihrem Spam-Filter gefiltert.





- 4.2 Im Wochen-Feedback des web-e™ Coachingprogramms und im Ausdruck der AiperSun werden unterschiedlich viele Sonnen angezeigt. Woher kommt der Unterschied?**
- A: Vergleichen Sie ob Ihre Software-Einstellungen der AiperSun mit den Anforderungen Ihres Programms (Kalorien oder Aktivität) übereinstimmen. Die Einstellungen der AiperSun überprüfen Sie im Einstellungsektor  im Reiter „System“. Die notwendigen Einstellungen für Ihr web-e™ Coaching Programm finden Sie auf Ihrem Zugangsvoucher (für Ihr Abnehm-Programm wählen Sie „Kalorien“, für Ihr Bewegungs-Programm wählen Sie "Aktivität").
- 4.3 Ich kann meine Daten von der AiperSun nicht an den Server übertragen. Was kann ich tun?**
- A: Überprüfen Sie zunächst die eingegebene „URL des Endpunkts“ unter dem Reiter Kommunikation im Einstellungsektor der AiperSun Software. Sollte dies nicht zur Lösung des Problems beitragen, überprüfen Sie Benutzernamen, Passwort sowie Ihre Internetverbindung.

## 5 ... zu Service und Support

- 5.1 Mein Gerät funktioniert nicht (mehr)? Was kann ich tun?**
- A: Überprüfen Sie, ob Sie eine Lösung im Bereich "Fragen und Antworten" der Bedienungsanleitung finden. Sollte dies nicht zum Erfolg führen, wenden Sie sich bitte an Ihren Händler, der Ihnen das Gerät verkauft hat. Dieser kann Ihnen weiterhelfen und im Fall von Gewährleistung oder einer kostenpflichtigen Reparatur weitere Schritte veranlassen.
- 5.2 Welche Gerätedefekte werden nicht von der Gewährleistung abgedeckt?**
- A: Schäden, die durch unsachgemäße Handhabung oder Eigenverschulden (Fall-, Wasserschäden, Quetschungen, Verlust etc.) hervorgerufen werden, können nicht im Rahmen der Gewährleistung behandelt werden.
- 5.3 Was kann ich tun, wenn mein Gerät einen Schaden außerhalb der Gewährleistung aufweist?**
- A: Wenden Sie sich an Ihren Händler, bei dem Sie das Gerät gekauft haben. Dieser kann weitere Schritte bezüglich einer kostenpflichtigen Reparatur veranlassen.

