



Toote juhend
Version 1.0

Sisukord

Sissejuhatus	1
Karbi sisu	1
Käesoleva dokumendi sisu.....	1
Fitbit Alta seadistamine	2
Aktiivsusmonitori seadistamine mobiilseadmes.....	2
Aktiivsusmonitori seadistamine Windowsi arvutis (ainult Windows 10)	2
Aktiivsusmonitori seadistamine Windowsi arvutis (Windows 8.1 ja vanemad versioonid)	3
Aktiivsusmonitori seadistamine Macis	3
Aktiivsusmonitori andmete sünkroniseerimine Fitbiti kontoga	4
Fitbit Alta tundmaõppimine	5
Paigutus randmel	5
Randme valik ja domineeriv käsi.....	5
Aktiivsusmonitori randmele panemine	5
Navigeerimine.....	7
Aktiivsusmonitori puutejuhtimine.....	8
Aku kestvus ja laadimine	9
Aku laetustaseme vaatamine	9
Aktiivsusmonitori laadimine	9
Hooldamine.....	10
Rihma vahetamine	10
Rihma eemaldamine	10
Uue rihma paigaldamine	11
Automaatne jälgimine Fitbit Altaga	12
Päevase statistika vaatamine.....	12
Une jälgimine	12

Päevase aktiivsuseesmärgi jälgimine	13
Eesmärgi valimine	13
Eesmärgi edendamise vaatamine	13
Treeningu jälgimine	13
Tegevuse tunnipõhine jälgimine	14
Vaiksete alarmide kasutamine	15
Vaiksete alarmide seadistamine	15
iOS-i rakendus Fitbit	15
Androidi rakendus Fitbit	15
Windows 10 rakendus Fitbit	15
Vaiksete alarmide sulgemine või edasilükkamine	16
Telefonikõnede, sõnumite ja kalendrisündmuste märguanded	17
Kalendrinõuded	17
Märguannete lubamine	17
iOS-i rakendus Fitbit	17
Androidi rakendus Fitbit	18
Saabuvate märguannete vaatamine	18
Fitbit Alta kohandamine	19
Kellakuva ja selle paigutuse muutmine	19
iOS-i rakendus Fitbit	19
Androidi rakendus Fitbit	19
Windows 10 rakendus Fitbit	19
Quick View' sisse või välja lülitamine	20
iOS-i rakendus Fitbit	20
Androidi rakendus Fitbit	20
Windows 10 rakendus Fitbit	20
Fitbit Alta tarkvara uuendamine	21
Fitbit Alta veaotsing	22

Fitbit Alta üldine teave ja tehnilised andmed	23
Andurid, traadita side ja haptiline tagasiside.....	23
Materjalid	23
Aku	23
Mälu.....	23
Ekraan.....	23
Suurus.....	23
Keskkonnatingimused.....	24
Abi	24
Tagastamiseeskirjad ja garantii	24
Regulatiivsed ja ohutusalsed märkused	25
USA: USA sideameti (Federal Communications Commission, FCC) teatis	25
Kanada: Industry Canada (IC) teatis	25
Euroopa Liit (EL)	26
Austraalia ja Uus-Meremaa	26
Mehhiko.....	27
Jaapan	27
Omaan	27
Serbia	27
Lõuna-Korea	27
Taiwan.....	28
Juhtmevaba sünkroniseerimise dongel	28
Alta.....	28
Ohutusteatis.....	30
Olulised ohutusjuhised.....	30
Ettevaatusteatised	30

Nõuanded hooldamiseks ja kandmiseks	31
Sisseehitatud akuga seotud ettevaatusabinõud	31
Kasutusest kõrvaldamise ja ringlusseviimise teave	31

Sissejuhatus

Teid tervitab Fitbit Alta™ – aktiivsusmonitor, mis on nii paindlik kui ka teie stiiliga kohandatav.

Karbi sisu

Fitbit Alta karbis on järgmised esemed.



Fitbit Alta



Laadimiskaabel



Juhtmevaba

sünkroniseerimise dongel

Fitbit Alta koosneb kahest osast: eemaldatavast rihmast ja ekraaniosast.

Käesoleva dokumendi sisu

Alustamiseks aitame teil luua Fitbit®-i konto ja seadistada aktiivsusmonitori kogutud andmete sünkroniseerimiseks teie Fitbiti juhtpaneeliga. Juhtpaneelil saate oma andmeid analüüsida, ajaloolisi trende vaadata, eesmäärke seada, toidu- ja veepäevikut pidada, sõpradega sidet pidada ja muud huvitavat teha. Kohe pärast aktiivsusmonitori seadistamist on see valmis teie liikumist jälgima.

Järgmiseks selgitame, kust leiate teid huvitavad funktsioonid, kuidas neid kasutada ning kuidas eelistusi muuta. Lisateavet, nõuandeid ja veaotsingujuhiseid leiate meie põhjalikest artiklitest saidil <http://help.fitbit.com>.

Fitbit Alta seadistamine

Kõigi Alta võimaluste kasutamiseks installige tasuta rakendus Fitbit, mis on saadaval operatsioonisüsteemiga iOS®, Android™, ja Windows® 10 mobiilseadmetele. Kui teil ei ole ühilduvat mobiilseadet, võite kasutada hoopis arvutit ja saiti fitbit.com, kuid kõne-, sõnumi- ja kalendrimärguannete jaoks on siiski vaja mobiilseadet.

Aktiivsusmonitori seadistamine mobiilseadmes

Rakendus Fitbit ühildub rohkem kui 200 mobiilseadmega, mis toetavad operatsioonisüsteemi iOS, Android või Windows 10.

Alustamiseks toimige järgmiselt.

1. Veenduge, et rakendus Fitbit ühildub teie mobiilseadmega, avades lehe <http://www.fitbit.com/devices>.
2. Leidke rakendus Fitbit ühest järgmistest kohtadest, olenevalt teie seadmest.
 - Apple® App Store®, kui teil on iOS-seade, näiteks iPhone® või iPad®.
 - Google Play™ pood, kui teil on Android-seade, näiteks Samsung® Galaxy® S5 või Motorola Droid Turbo.
 - Microsoft® Windowsi pood, kui teil on Windows 10 mobiilseade, näiteks Lumia™ telefon või Surface™-i tahvelarvuti.
3. Installige rakendus. Teil on selleks vaja rakendustepoe kontot; seda on vaja ka tasuta rakenduste, näiteks Fitbiti allalaadimiseks.
4. Kui rakendus on installitud, siis avage see ja puudutage **Join Fitbit** (Liitu Fitbitiga), et alustada. Teid juhendatakse Fitbiti konto loomisel ja Alta ühendamisel (paaristamisel) teie mobiilseadmega. Paaristamine tagab, et aktiivsusmonitor ja mobiilseade oskavad omavahel sidet pidada (andmeid sünkroniseerida).

Selles etapis küsitakse teilt teatud isikuandmeid, mida on vaja teie puhkeoleku ainevahetuse kiiruse (BMR) arvutamiseks, millest omakorda lähtutakse teie hinnangulise kalorikulu arvutamisel. See teave on privaatne, välja arvatud juhul kui avate oma privaatsusseaded ning seadistate vanuse, pikkuse või kehakaalu jagamise oma Fitbiti sõpradega.

Pärast seadistamist on aktiivsusmonitor valmis teie liikumise jälgimiseks.

Aktiivsusmonitori seadistamine arvutis (ainult Windows 10)

Kui teil ei ole mobiilseadet, võite aktiivsusmonitori seadistada ja sünkroniseerida operatsioonisüsteemiga Windows 10 arvutis, kasutades sama rakendust Fitbit, mida kasutatakse Windowsi mobiilseadmetes.

Rakenduse installimiseks klõpsake Start-nupul ja avage Windowsi pood (nimetatakse ka lihtsalt Poeks). Otsige rakendust nimega „Fitbit app”. Kui te ei ole kunagi varem Poest rakendust arvutisse alla laadinud, palutakse teil luua konto.

Avage rakendus ning järgige juhiseid, et luua Fitbiti konto ja oma Alta seadistada. Kui teie arvutil on Bluetooth®, saate seadistada ja sünkroniseerida juhtmevabalt. Vastasel juhul peate kasutama Alta kaasaolevat traadita sünkroniseerimise donglit.

Aktiivsusmonitori seadistamine arvutis (Windows 8.1 ja vanemad versioonid)

Kui teil ei ole ühilduvat mobiilseadet, saate aktiivsusmonitori arvuti abil seadistada ja Fitbiti statistikat saidil fitbit.com vaadata. Selle meetodi kasutamiseks peate esmalt installima tasuta programmi nimega Fitbit Connect, mis võimaldab Altal sünkroniseerida andmeid teie juhtpaneeliga saidil fitbit.com.

Fitbit Connecti installimiseks ja aktiivsusmonitori seadistamiseks toimige järgmiselt.

1. Avage leht <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Kerige alla ja klõpsake allalaadimisnupul. Kui nupu juures ei kuvata teie arvuti tüüpi õigesti (näiteks kuvatakse Download for Mac, aga teil on Windowsi arvuti), siis valige enne nupul klõpsamist õige tüüp.
3. Salvestage fail, kui avaneb vastav dialoogiaken.
4. Topeltklõpsake failil (FitbitConnect_Win.exe). Avaneb programmi Fitbit Connect installer.
5. Klõpsake nupul **Continue** (Jätka), et installeris edasi liikuda.
6. Valige **Set up a New Fitbit Device** (Uue Fitbit-seadme seadistamine), kui kuvatakse selle valikuga dialoogiaken.
7. Järgige ekraanil kuvatavaid juhiseid, et luua Fitbiti konto ja oma Alta ühendada. Kui teie arvutil on Bluetooth, saate seadistada juhtmevabalt. Vastasel juhul palutakse teil sisestada traadita sünkroniseerimise dongel, mille leiate oma Alta karbist.

Selles etapis küsitakse teilt teatud isikuandmeid, mida on vaja teie puhkeoleku ainevahetuse kiiruse (BMR) arvutamiseks, millest omakorda lähtutakse teie hinnangulise kalorikulu arvutamisel. See teave on privaatne, välja arvatud juhul kui avate oma privaatsusseaded ning seadistate vanuse, pikkuse või kehakaalu jagamise oma Fitbiti sõpradega.

Aktiivsusmonitori seadistamine Macis

Kui teil ei ole ühilduvat mobiilseadet, saate aktiivsusmonitori arvuti abil seadistada ja Fitbiti statistikat veebisaidil fitbit.com vaadata. Selle meetodi kasutamiseks peate esmalt installima tasuta programmi nimega Fitbit Connect, mis võimaldab Altal sünkroniseerida andmeid teie juhtpaneeliga saidil fitbit.com.

Fitbit Connecti installimiseks ja aktiivsusmonitori seadistamiseks toimige järgmiselt.

1. Avage leht <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Kerige alla ja klõpsake allalaadimisnupul. Kui nupu juures ei kuvata teie arvuti tüüpi õigesti (näiteks kuvatakse Download for PC, aga teil on Maci arvuti), siis valige enne nupul klõpsamist õige tüüp.
3. Salvestage fail, kui avaneb vastav dialoogiaken.
4. Topeltklõpsake failil (Install Fitbit Connect.pkg). Avaneb programmi Fitbit Connect installer.
5. Klõpsake nupul **Continue** (Jätka), et installeris edasi liikuda.
6. Valige **Set up a New Fitbit Device** (Uue Fitbit-seadme seadistamine), kui kuvatakse selle

valikuga dialoogiaken.

7. Järgige ekraanil kuvatavaid juhiseid, et luua Fitbiti konto ja oma Alta ühendada.

Selles etapis küsitakse teilt teatud isikuandmeid, mida on vaja teie puhkeoleku ainevahetuse kiiruse (BMR) arvutamiseks, millest omakorda lähtutakse teie hinnangulise kalorikulu arvutamisel. See teave on privaatne, välja arvatud juhul kui avate oma privaatsusseaded ning seadistate vanuse, pikkuse või kehakaalu jagamise oma Fitbiti sõpradega.

Aktiivsusmonitori andmete sünkroniseerimine Fitbiti kontoga

Kui olete Alta seadistanud ja seda kasutama hakanud, peate tagama, et see edastab korrapäraselt andmeid Fitbitile (sünkroniseerib), et saaksite jälgida oma treeninguajalugu, teenida saavutusmärke, analüüsida unelogisid ja kasutada muid Fitbiti juhtpaneeli võimalusi. Soovitame igapäevast sünkroniseerimist, kuid see ei ole nõutav.

Fitbiti rakendused kasutavad Fitbiti aktiivsusmonitoriga sünkroniseerimiseks tehnoloogiat Bluetooth Low Energy (BLE). Iga kord, kui rakenduse avate, sünkroniseerib see lähedalasuva aktiivsusmonitoriga. Samuti sünkroniseerib see muudel aegadel päeva jooksul, kui jooksva sünkroniseerimise seade on lubatud.

Mac®-arvuti Fitbit Connect kasutab sünkroniseerimiseks samuti Bluetoothi (kui see on saadaval; vastasel juhul peate traadita sünkroniseerimise dongli arvutiga ühendama). Windowsi arvuti Fitbit Connect vajab sünkroniseerimiseks traadita sünkroniseerimise donglit. Võite sundida Fitbit Connecti soovitud ajal sünkroniseerima, aga programm teeb seda ise automaatselt iga 15 minuti järel.

- Aktiivsusmonitor peab olema arvutist 9 meetri raadiuses.
- Arvuti peab olema sisse lülitatud, ärkvel ja internetiga ühendatud.

Fitbit Alta tundmaõppimine

Selles jaotises käsitletakse aktiivsusmonitori kandmist, selle kasutajaliideses navigeerimist ja selle laadimist. Lisaks antakse siin juhiseid rihma vahetamiseks, juhuks kui olete ostnud vahetatava rihma.

Paigutus randmel

Lugege need nõuanded läbi ja veenduge, et kannate aktiivsusmonitori õigesti.

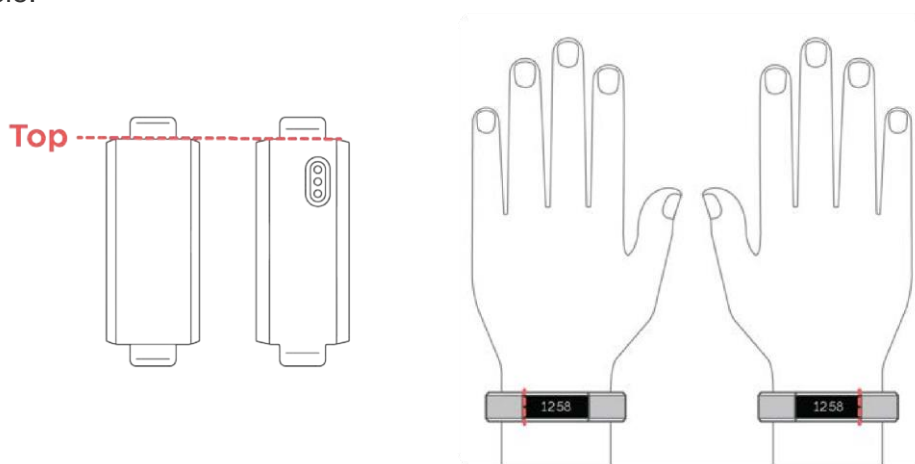
Randme valik ja domineeriv käsi

Täpsuse ja kasutusmugavuse tagamiseks peab Alta teadma, kummal randmel teda kantakse (vasakul või paremal) ja kumb käsi on teie domineeriv käsi (vasak või parem). Domineeriv käsi on käsi, millega te harilikult kirjutate ja palli viskate.

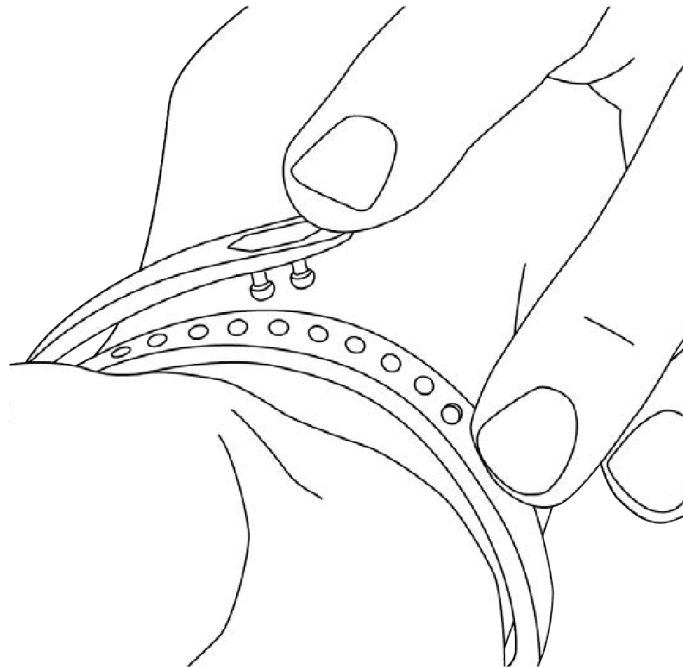
Seadistamise käigus palutakse teil valida, kummal randmel hakkate Altat kandma. Kui otsustate hiljem Altat teisel randmel kanda, siis muutke seadet Wrist (Ranne). Ka saate alati muuta oma domineeriva käe seadet Handedness. Mõlemad seaded leiate rakenduse Fitbit jaotisest Account (Konto).

Aktiivsusmonitori randmele panemine

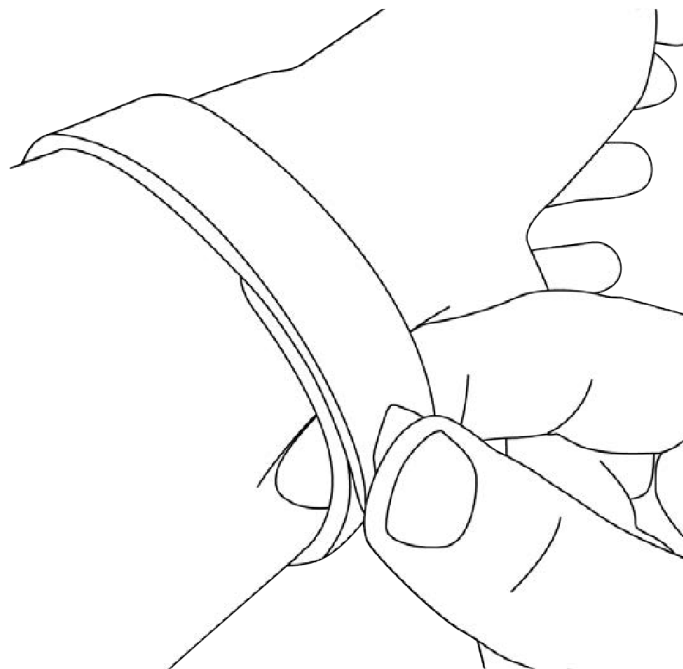
1. Pange Alta randme ümber. Aktiivsusmonitori ülemine külg on laadimisportidega külg. Aktiivsusmonitori ülemine külg peab jääma teie randme välisküljele ehk ülemisele küljele.



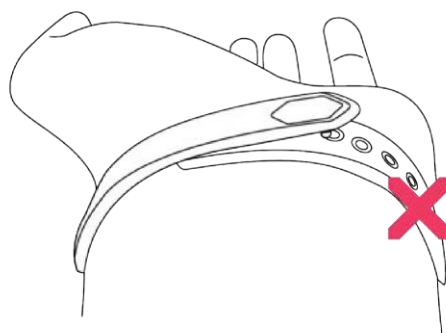
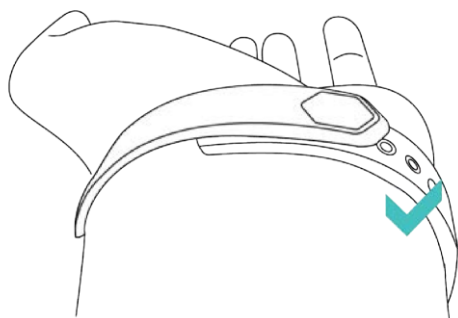
2. Pange rihma otsad üksteise peale nii, et pannal kataks kahte ava ja rihm oleks teie randmele paras.



3. Suruge pannal ja rihm põidla ja nimetissõrme vahel kokku, kuni sakid lukustuvad avadesse.



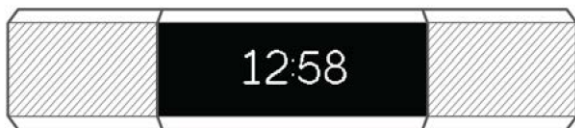
Kui pandla mõlemad sakid on täielikult sisestatud, on Alta rihtm korralikult kinnitatud. Ärge kandke Altat liiga pingul.



NÕUANNE. Kui teil on raskusi, siis harjutage rihma kinnitamist randmelt maas ja kinnitage see seejärel randmele.

Navigeerimine

Altal on puutetundlik OLED-ekraan, mida saab pöörata horisontaal- või vertikaalasendisse. Võimalik on valida mitme unikaalse disainiga kellakuva vahel.



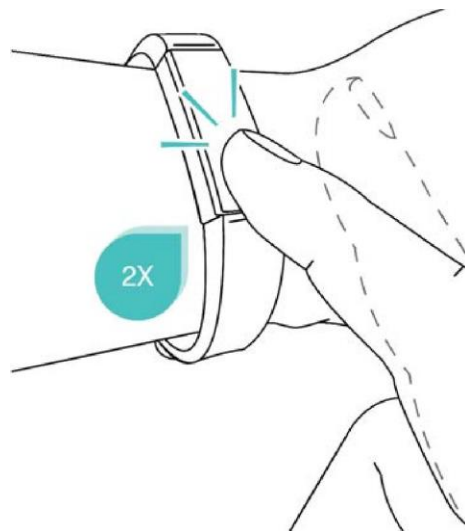
Kui te parajasti Altat ei kasuta, lülitub ekraan välja. Ekraani äratamiseks on järgmised võimalused.

- Puudutage aktiivsusmonitori kaks korda.
- Keerake ranne enda poole. Selle funktsiooni nimega Quick View saab aktiivsusmonitori seadetes välja lülitada.

Ühe puudutusega saate andmekuvasid vahetada. Andmeteks on sammude arv, läbitud vahemaa, põletatud kalorit ja aktiivsusaeeg minutites.

Aktiivsusmonitori puutejuhtimine

Kõige parem on puudutada aktiivsusmonitori rihma ja ekraani liitumiskohas. Aktiivsusmonitori äratamiseks puudutage seda kaks korda. Andmekuvade vahetamiseks puudutage seda üks kord.



Alta ei reageeri nipsudele, vaid ainult konkreetsetele puudutustele.

Aku kestvus ja laadimine

Alta täislaetud aku kestab kuni 5 päeva. Pidage meeles, et aku kestvus ja laadimistsüklite arv oleneb kasutamiskiisist, seadetest ja paljudest muudest teguritest. Tegelikud tulemused võivad olla erinevad.

Aku laetustaseme vaatamine

Kui puudutate Altat andmekuvade vahetamiseks ja aku on tühjenemas, on esimesel kuval aku madala laetustaseme ikoon. Kriitiliselt madala laetustaseme ikooni puhul ei pruugi andmekuvade vahetamine õnnestuda.

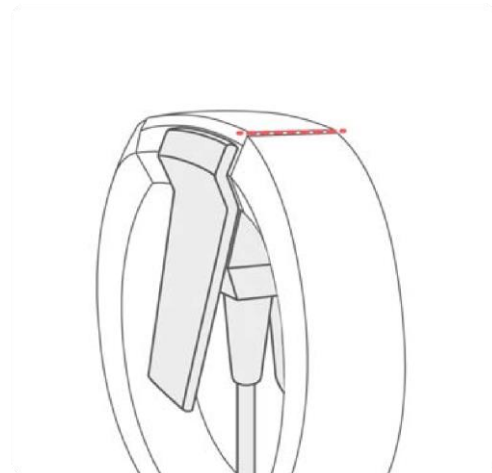
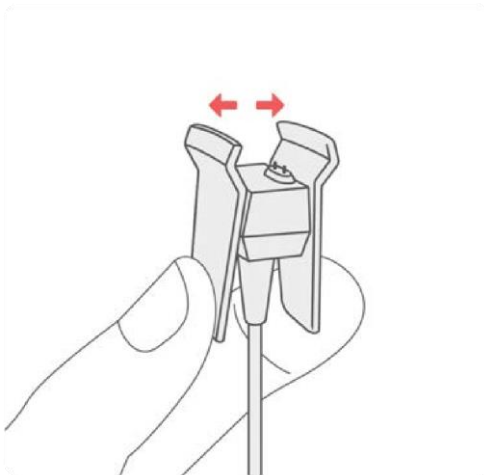


Kriitiliselt madal aku laetustase

Aku laetustaset saate vaadata ka Fitbiti juhtpaneelil.

Aktiivsusmonitori laadimine

Alta laadimiseks ühendage laadimiskaabel arvuti USB-pordiga või UL-sertifitseeritud USB-laadijaga ja ühendage selle teine pistik Alta tagaküljel oleva pordiga. Laadimiskaabli pistiku kontaktid peavad olema Alta laadimisporti kontaktidega kohakuti ja pistik peab korralikult porti lukustuma. Kui ühendus on loodud, kuvatakse Alta ekraanil akuikoon.



Täielikuks laadimiseks kulub üks kuni kaks tundi. Aktiivsusmonitori laadimise ajal saate puudutusega aku laetustaset kontrollida. Kui aktiivsusmonitor on täielikult laetud, on akuikoon täidetud. Kui te ei ole veel aktiivsusmonitori seadistanud, kuvatakse puudutamisel teade, mis suunab teid lehele <http://www.fitbit.com/setup>

Hooldamine

Oluline on Altat korrapäraselt puhastada ja kuivatada. Juhiseid ja lisateavet leiate lehelt <http://www.fitbit.com/productcare>.

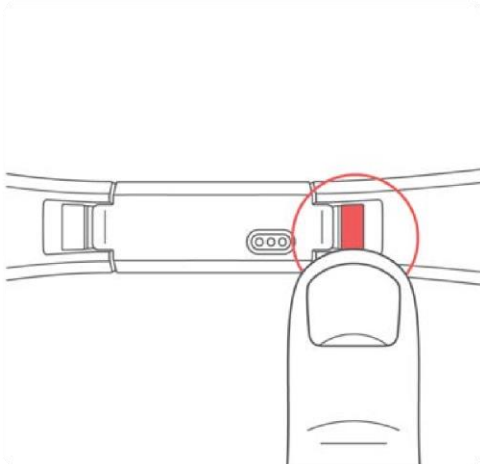
Rihma vahetamine

Rihm koosneb kahest eraldi rihmaosast (ülemine ja alumine), mida saab vahetada eraldi müüdavate vahetusrihmaosade vastu.

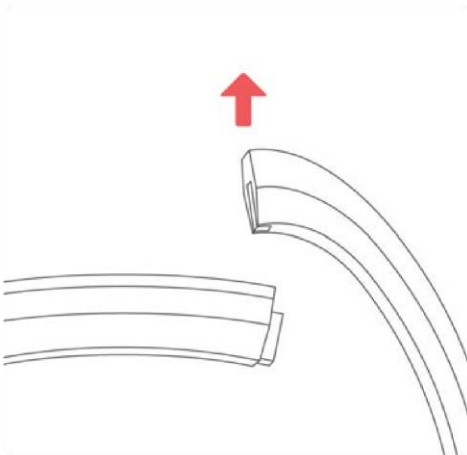
Rihma eemaldamine

Rihma eemaldamiseks toimige järgmiselt.

1. Pöörake Alta ümber ja leidke rihmaosade kinnitid – üks korpuse kummaski otsas.
2. Kinniti vabastamiseks vajutage rihmaosal olevale lapikule metallist nupule.



3. Libistage rihmaosa üles, et see aktiivsusmonitori küljest vabastada.



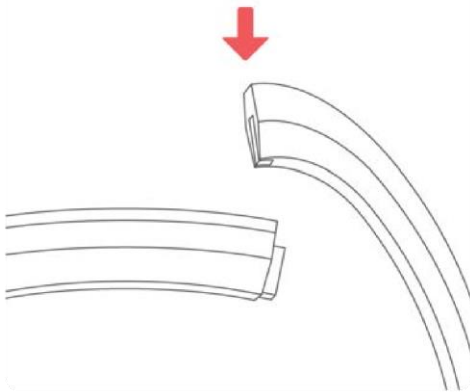
4. Tehke sama teise rihmaosaga.

Kui rihmaosa on raske eemaldada ja tundub, et see on kinni jäänud, siis nihutage seda vabastamiseks õrnalt edasi-tagasi.

Uue rihma paigaldamine

Enne uue rihma paigaldamist tehke kindlaks ülemine ja alumine rihmaosa. Ülemisel rihmaosal on avad ja see tuleb kinnitada laadimispordi poolsele küljele. Alumisel rihmaosal on kinnitussakid.

Rihmaosa kinnitamiseks libistage see aktiivsusemonitori otsas alla, kuni tunnete, et see lukustub.



Automaatne jälgimine Fitbit Alta

Alta jälgib kandmise ajal automaatselt mitmesugust statistikat. Uusimad aktiivsusmonitori kogutud andmed laaditakse teie Fitbiti juhtpaneelile üles igal sünkroniseerimisel.

Päevase statistika vaatamine

Altat puudutades saate vaadata järgmist päevast statistikat.

- Sammude arv
- Läbitud vahemaa
- Põletatud kalorid
- Aktiivsusminutid

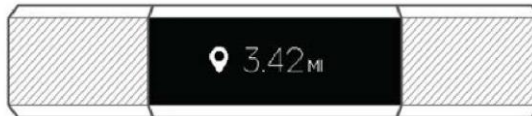
Teie Fitbiti juhtpaneelil on saadaval ka muud aktiivsusmonitori salvestatud andmed, sh järgmised andmed.

- Unetundide arv ja unerütm
- Füüsiline aktiivsus tundide kaupa ja paigalolekuaeg
- Treeningud, näiteks jooksmine, rattasõit, rattatreinažöör, kergejõustik ja aeroobne treening

Puudutage Altat kaks korda, et see üles äratada. Kui kuvatakse kellaaeg, siis saate puutega järjest andmekuvasid vahetada. Kui seadistatud on alarm, kuvatakse ka järgmise alarmi aega.



Sammud



Vahemaa



Kalorid



Aktiivsusaaeg minutites

Alta alustab päevase statistika jälgimist keskööl, lähtuvalt teie ajavööndist. Ehkki päevane statistika nullitakse keskööl, ei lähe eelmise päeva andmed kaotsi. Need andmed laaditakse teie Fitbiti kontole järgmisel korral, kui aktiivsusmonitori sünkroniseerite.

Une jälgimine

Alta jälgib automaatselt teie uneaega ja öist liikumist, et anda teile teavet teie unerütmide kohta. Une jälgimiseks piisab sellest, et te ei võta magama minnes Altat randmelt. Vaikimisi on une-eesmärk 8 tundi und öö kohta; seda saab kohandada.

Ärgates sünkroniseerige aktiivsusmonitor; seejärel saate möödunud öö uneandmeid vaadata Fitbiti juhtpaneelil.

Päevase aktiivsuseesmärgi jälgimine

Alta jälgib teie valitud päevase aktiivsuseesmärgi saavutamise edenemist. Eesmärgi saavutamisel aktiivsusmonitor vibreerib ja vilgub.

Eesmärgi valimine

Vaikimisi on eesmärk 10 000 sammu päevas. Võite muuta eesmärgiks läbitud vahemaa, põletatud kalorid või aktiivsuse aja minutites ning valida vastava väärtuse. Näiteks võite jätta eesmärgiks sammude arvu, kuid valida 20 000 sammu, mitte 10 000 sammu.

Eesmärgi edenemise vaatamine

Motivatsiooni aitab hoida edenemisriba. Allkujutatud ribal olevad täpid näitavad, et eesmärk on rohkem kui pooles ulatuses saavutatud.



Treeningu jälgimine

Funktsioon SmartTrack™ tuvastab automaatselt valitud füüsilisi tegevusi ja salvestab need teie treeninguajalukku.

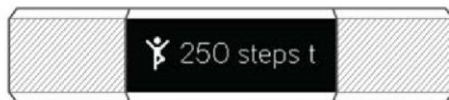
Vaikimisi tuvastab SmartTrack füüsilisi tegevusi, mis kestavad järjest vähemalt 15 minutit. Võite seda miinimumkestust pikendada või lühendada või siis SmartTracki mõne tegevuse jaoks keelata.

Lisateavet SmartTracki kohandamise ja kasutamise kohta leiate lehel help.fitbit.com.

Tegevuse tunnipõhine jälgimine

Liigutamismeeldetuletuste funktsioon hoiab teid päev läbi aktiivseks, et püsiksite terve ja vormis. Kui te ei ole tunni aja jooksul 250 sammu kõndinud, siis vibreerib aktiivsusmonitor kümme minutit enne tunni lõppu õrnalt, et seda teile meelde tuletada. Kui teil koguneb õigeks ajaks piisavalt samme, kuvatakse õnnitlusteade.

Vaikimisi annab seade meeldetuletusi iga päev 9:00 kuni 18:00, kuid te saate valida endal sobivad kellaajad ja päevad.



Liigutamismeeldetuletused

Lisateavet oma füüsilise aktiivsuse ja paigalolekuperioodide kohta leiate Fitbiti juhtpaneelilt.

Vaiksete alarmide kasutamine

Alta on vaiksete alarmide funktsioon, mida saate kasutada äratuskellana või märguannete andmiseks. Võite seadistada kuni kaheksa vaikset alarmi, mis korduvad iga päev või konkreetsel nädalapäeval.

Vaiksete alarmide seadistamine

Vaikse alarmi seadistamiseks valige üks allolevatest jaotistest.

iOS-i rakendus Fitbit

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil aktiivsusmonitori paani.
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Silent Alarms** (Vaiksed alarmid).
4. Puudutage valikut **Set a New Alarm** (Määra uus alarm). Valige alarmi kellaaeg ja puudutage valikut **Save** (Salvesta).

Kui soovite määrata alarmi rohkem kui üheks päevaks, puudutage valikut **Repeat** (Korda) ja valige päevad, millal soovite, et alarm korduks.

Androidi rakendus Fitbit

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil aktiivsusmonitori paani.
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Silent Alarm** (Vaikne alarm).
4. Puudutage ikooni **+**.
5. Tehke alarmi aja ja seadete valikud.
6. Puudutage valikut **Save** (Salvesta).

Windows 10 rakendus Fitbit

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil valikut **Account** (Konto).
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Silent Alarms** (Vaiksed alarmid).
4. Puudutage valikut **Add Alarm** (Lisa alarm).
5. Valige alarmi aeg. Puudutage linnukese ikooni.
6. Valige kordumise ja kordumispäevade eelistus. Puudutage valikut **Save** (Salvesta).

Vaiksete alarmide sulgemine või edasilükkamine

Alarmi aktiveerumisel aktiivsusmonitor vilgub ja vibreerib. Alarmi sulgemiseks topeltpuudutage aktiivsusmonitori. Kui te ei topeltpuuduta aktiivsusmonitori alarmi ajal, siis kordub alarm automaatselt üks kord.



Telefonikõnede, sõnumite ja kalendrisündmuste märguanded

Alta võimaldab telefonikõnede, sõnumite ja kalendrisündmuste märguandeid vastu võtta rohkem kui 200 ühilduvast iOS- ja Android-mobiilseadmest. Ühilduvate seadmete loendi leiate lehelt <http://www.fitbit.com/devices>.

Pange tähele, et Windowsi seadmete rakenduses Fitbit ei ole märguanded saadaval.

Kalendrinõuded

Aktiivsusmonitor kuvab kalendrisündmusi ja muud teavet, mida teie kalendrirakendus teie mobiilseadmesse saadab. Pidage meeles, et kui teie kalendrirakendus mingil põhjusel märguandeid teie mobiilseadmesse ei saada, ei edastata neid märguandeid ka aktiivsusmonitori.



Kui teil on iOS-seade, kuvab Alta märguandeid kõigist kalendrirakendustest, mis on sünkroniseeritud iOS-i vaikerakendusega Calendar. Kui teil on teise tootja kalendrirakendus, mis ei sünkroniseeru teie vaikerakendusega, siis selle rakenduse märguandeid ei kuvata.

Kui teil on Android, kuvab Alta kalendrisündmuste märguandeid sellest kalendrirakendusest, mille seadistamise käigus valisite. Võite valida oma mobiilseadme vaike-kalendrirakenduse või siis mitu teise tootja kalendrirakendust.

Märguannete lubamine

Märguannete sisselülitamiseks peate esmalt veenduma, et teie mobiilseadmes on Bluetooth lubatud ja et Alta on mobiilseadme lähedal. Pange tähele, et iOS-seadme puhul on kõnemärguanded vaikimisi sisse lülitatud.

Märguannete lubamise järel ilmub teie mobiilseadmega paaristatud Bluetooth-seadmete loendisse „Alta”.

iOS-i rakendus Fitbit

Sõnumite või kalendrisündmuste märguannete sisselülitamiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage valikut **Notifications** (Märguanded) ja lülitage sõnumite, telefonikõnede või kalendrisündmuste märguanded eraldi sisse või välja.
3. Järgige ekraanil kuvatavaid juhiseid, et mobiilseade oma aktiivsusmonitoriga paaristada.

Lisateavet ja juhiseid selleks, kuidas tagada märguannete lubatus teie mobiilseadmes, leiate lehelt help.fitbit.com.

Androidi rakendus Fitbit

Sõnumite, telefonikõnede või kalendrisündmuste märguannete sisselülitamiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage uuesti paani Alta.
3. Puudutage valikut **Notifications** (Märguanded) ja lülitage sõnumite, telefonikõnede või kalendrisündmuste märguanded eraldi sisse või välja.
4. Järgige ekraanil kuvatavaid juhiseid, et mobiilseade oma aktiivsusmonitoriga paaristada.

Üksikasjalikumaid juhiseid märguannete seadistamise kohta leiate lehelt help.fitbit.com

Saabuvate märguannete vaatamine

Kui teie aktiivsusmonitor ei ole mobiilseadmest kaugemal kui 9 meetrit, siis telefonikõne, sõnumi või kalendrisündmuse saabumisel aktiivsusmonitor vibreerib ja Alta ekraanil kuvatakse märguanne. Kui ekraan on välja lülitatud, siis keerake ranne enda poole või topeltpuudutage ekraani, et see äratada. Märguanne on nähtav vaid ühe minuti vältel.

Telefonikõnede puhul liigub helistaja nimega märguanne kolm korda üle ekraani.



Sõnumite ja kalendrisündmuste puhul liigub märguanne üks kord üle ekraani.



Märguannete pikkus on maksimaalselt 40 tähemärki. Pange tähele, et kõiki märguandeid kuvatakse horisontaalselt, isegi kui teie kellakuva on tavaliselt vertikaalpaigutuses.

Fitbit Alta kohandamine

Selles jaotises kirjeldatakse, kuidas ekraani seadistada ja aktiivsusmonitori teatud funktsioone muuta.

Kellakuva ja selle paigutuse muutmine

Altal on mitu kellakuva, mis on saadaval nii horisontaal- kui ka vertikaalpaigutuses.

NB! Telefonikõnede, sõnumite ja kalendrisündmuste märguandeid ja liigutamismeeldetuletusi kuvatakse horisontaalpaigutuses, isegi kui kellakuva on vertikaalpaigutuses.

iOS-i rakendus Fitbit

Kellakuva muutmiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage valikut **Clock Face** (Kellakuva).
3. Valige kella paigutus ja stiil.
4. Muudatuse vaatamiseks sünkroniseerige aktiivsusmonitor.

Androidi rakendus Fitbit

Kellakuva muutmiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Clock Face** (Kellakuva).
4. Valige kella paigutus ja stiil.
5. Muudatuse vaatamiseks sünkroniseerige aktiivsusmonitor.

Windows 10 rakendus Fitbit

Kellakuva muutmiseks toimige järgmiselt.

1. Avage rakendus Fitbit ja puudutage valikut **Account** (Konto).
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Clock Face** (Kellakuva).
4. Valige kella paigutus ja stiil.
5. Muudatuse vaatamiseks sünkroniseerige aktiivsusmonitor.

Quick View' sisse või välja lülitamine

Vaikimisi Alta ekraan ärkab, kui randme enda poole keerate. Seda Quick View' nimelist funktsiooni saab sisse või välja lülitada.

Pange tähele, et Quick View töötab vaid juhul, kui kannate aktiivsusmonitori õigesti, nagu kirjeldatud jaotises „Paigutus randmel”.

iOS-i rakendus Fitbit

Quick View' sisse või välja lülitamiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage valikut **Quick View**.
3. Muutke seadet.

Androidi rakendus Fitbit

Quick View' sisse või välja lülitamiseks toimige järgmiselt.

1. Puudutage rakenduse Fitbit juhtpaneelil paani Alta.
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Quick View**.
4. Muutke seadet.

Windows 10 rakendus Fitbit

Quick View' sisse või välja lülitamiseks toimige järgmiselt.

1. Avage rakendus Fitbit ja puudutage valikut **Account** (Konto).
2. Puudutage Alta paani.
3. Puudutage valikut **Quick View**.
4. Muutke seadet.

Fitbit Alta tarkvara uuendamine

Aeg-ajalt antakse püsivarauuenduste raames välja tasuta funktsioonitäiustusi ja tooteparandusi. Soovitame Alta püsivara korrapäraselt uuendada.

Kui uuendus on saadaval, annab rakendus Fitbit sellest märku. Pärast uuenduse käivitamist kuvatakse aktiivsusmonitori ekraanil ja rakenduses Fitbit edenemisriba. Kui uuendus on lõpule viidud, kuvatakse kinnitusteade.

Alta püsivara uuendamiseks kulub mitu minutit ja sel ajal võib aku kiiresti tühjeneda. Seetõttu soovitame enne uuenduse käivitamist aktiivsusmonitori laadimiskaabliga ühendada.

Fitbit Alta veaotsing

Kui teil tekib üks järgmistest probleemidest, võib olla võimalik see lahendada aktiivsusmonitori taaskäivitades.

- Seadistamine õnnestus, aga sünkroniseerimist ei toimu
- Seade ei reageeri puudutustele
- Seadme aku on laetud, aga seade ei reageeri
- Seade ei jälgi teie samme või muid andmeid

Märkus. Aktiivsusmonitori taaskäivitamine ei kustuta andmeid.

Aktiivsusmonitori taaskäivitamiseks toimige järgmiselt.

1. Ühendage laadimiskaabel oma arvuti USB-pordiga.
2. Sisestage laadimiskaabli teine pistik Alta tagaküljel oleva pordiga. Alta hakkab laadima.
3. Vajutage laadimiskaablil olevat nuppu kaheksa sekundi jooksul kolm korda, jättes vajutuste vahele lühikesed pausid. Nupp on laadimiskaabli arvutipoolsel pistikul.

Kaheksa sekundit pärast esimest nupuvajutust kuvatakse ekraanil Fitbiti logo. See näitab, et aktiivsusmonitor taaskäivitus.

4. Pärast logo kuvamist võite Alta laadimiskaabli küljest lahti ühendada.

Täiendavaks veaotsinguks või klienditoega ühenduse võtmiseks külastage lehte <http://help.fitbit.com>.

Fitbit Alta üldine teave ja tehnilised andmed

Andurid, traadita side ja haptiline tagasiside

Fitbit Alta sisaldab järgmisi andureid ja mootoreid.

- Kolmeteljeline aktseleromeeter MEMS, mis tuvastab teie liigutusi
- Bluetooth 4.0 raadiosaatja/-vastuvõtja
- Vibratsioonimootor, mis võimaldab Altal vibreerida alarmide, eesmärkide, märguannete ja meeldetuletuste puhul

Materjalid

Sarnaselt paljudele spordikelladele on Alta komplektis olev rihm valmistatud elastsest vastupidavast elastomeerist. See ei sisalda lateksit. Lisaks on saadaval ehtsast nahast ja roostevabast terasest rihtad.

Alta panna ja korpus on kirurgilisest roostevabast terasest. Ehkki igasugune roostevaba teras sisaldab vähesel määral niklit ja võib põhjustada nikli vastu ülitundlikel inimestel allergilist reaktsiooni, vastab kõigi Fitbiti toodete niklisisaldus Euroopa Liidu niklidirektiivi rangetele nõuetele.

Aku

Altal on liitiumpolümeeraku.

Mälu

Alta salvestab üksikasjalikke minuti täpsusega andmeid viis päeva, uneandmeid seitse päeva, SmartTracki andmeid kaks päeva ja summaarset statistikat 30 päeva.

Salvestatavateks andmeteks on sammude arv, läbitud vahemaa, põletatud kalorit, aktiivsusaeg minutites, füüsiline aktiivsus tundide kaupa, SmartTrack-treeningud ja uneandmed.

Ekraan

Altal on OLED-puuteekraan.

Suurus

Rihtmade suurused on loetletud all. Pange tähele, et eraldi müüdavate lisarihmade suurus võib veidi varieeruda. Metallrihtad on universaalsuurusega.

Väike rihm	Sobib randmele ümbermõõduga 14 kuni 17 cm.
Suur rihm	Sobib randmele ümbermõõduga 17 kuni 20 cm.
Eriti suur rihm	Sobib randmele ümbermõõduga 20 kuni 23,5 cm.

Keskkonnatingimused

Temperatuur kasutamisel	−10 kuni 45 °C (14 kuni 113 °F)
Säilitamiskeskkonna temperatuur	−20 kuni 60 °C (−4 kuni 140 °F)
Veekindlus	Pritsmekindel. Seadet kandes ei tohi duši all käia ega ujuda.

Maksimaalne kõrgus merepinnast kasutamisel 9144 m
(30 000 jalga)

Abi

Veaotsinguteavet ja muud abi seoses Fitbit Altaga leiate lehelt <http://help.fitbit.com>.

Tagastamiseeskirjad ja garantii

Garantiiteavet ja veebipoe fitbit.com tagastamiseeskirjad leiate lehelt <http://www.fitbit.com/returns>.

Regulatiivsed ja ohutuselased märkused

Mudeli nimi: FB406

USA: USA sideameti (Federal Communications Commission, FCC) teatis

Seade vastab FCC eeskirjade osale 15. Kasutamisel

kehtivad järgmised kaks tingimust.

1. Seade ei tohi põhjustada kahjulikke häiringuid.
2. Seade peab taluma sellele toimivaid häiringuid, sh talitlust mõjutada võivaid häiringuid.

FCC hoiatus

Kui toodet muudetakse või modifitseeritakse tootja Fitbit, Inc. heakskiiduta, võib seadme kasutusluba tühisteks muutuda.

Märkus. Seadmega tehtud katsetes ilmnes, et seade vastab FCC eeskirjade 15. osas B-klassi digitaalseadmetele sätestatud piirmääradele. Need piirmäärad on mõeldud mõistliku kaitse tagamiseks elamukeskkonnas esineda võivate kahjulike häiringute vastu. Seade tekitab, kasutab ja võib kiirata raadiosageduslikku energiat ning võib põhjustada raadiosidet häirida võivaid häiringuid, kui seda ei paigaldata ja kasutada kooskõlas juhistega. Ka kõiki nõudeid täites ei ole võimalik tagada, et konkreetses paigaldises häireid ei teki. Kui seade häirib raadio- või televisioonisignaali vastuvõtmist (seda saab kindlaks teha seadet välja ja sisse lülitades), võib kasutaja proovida häireid vältida ühe või mitme järgmise meetmega.

- Vastuvõtuantenni suuna või paigutuse muutmine
- Seadme ja vastuvõtva seadme vahekauguse suurendamine
- Seadme ühendamine toitekontuuriga, millega vastuvõtja ei ole ühendatud
- Abi otsimine seadme müüjalt või kogenud raadio-/televisioonitehnikult

Seade vastab FCC nõuetele seoses raadiosagedusliku kiirgusega üldkasutatavas või kontrollimata keskkonnas.

FCC ID: XRAFB406

Kanada: Industry Canada (IC) teatis

Seade vastab IC nõuetele seoses raadiosagedusliku kiirgusega üldkasutatavas või kontrollimata keskkonnas.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC teatis kasutajatele kooskõlas RSS GEN:

Seade vastab Industry Canada litsentsita RSS-standardi(te)le. Kasutamisel kehtivad järgmised kaks tingimust.

1. Seade ei tohi põhjustada kahjulikke häiringuid.
2. Seade peab taluma sellele toimivaid häiringuid, sh talitlust mõjutada võivaid häiringuid.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

IC ID: 8542A-FB406

Euroopa Liit (EL)

ELi direktiivile 1999/5/EÜ vastavuse deklaratsioon

Tootjal Fitbit Inc. on luba CE-märgise kinnitamiseks seadmele ALTA, Model FB406, mis tähendab, et seade vastab direktiivi 1999/5/EÜ ja muude kohaldatavate direktiivide põhinõuetele ja muudele asjaomastele sätetele. Selle toote CE dokumentatsioon on saadaval aadressil <http://www.fitbit.com/safety>.



Vastab standardile R&TTE 99/CE/05 Conforme à la
norme R&TTE 99/CE/05

Austraalia ja Uus-Meremaa



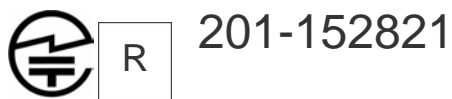
R-NZ

Mehhiko



IFETEL: RCPFIFB15-2258

Jaapan



Omaan

OMAN-
TRA/TA-
R/3029/16
D090258

Serbia



H005 016

Lõuna-Korea

클래스 B 장치 (가정 사용을 위한 방송 통신 기기): EMC 등록 주로 가정용 (B 급)으로하고, 모든 지역에서 사용할 수 있습니다
연율이 장치.

“ 해당 무선설비는 전파혼신 가능성이 있으므로 인명안전과 관련된 서비스는 할 수 없습니다 ”



- 사용 주파수 (kasutatav sagedus): 2402 MHz – 2480 MHz

- 채널수 (kanalite arv): 40

- 공중전계강도 (kiirgusvõimsus): -7,4 dBi
 - 변조방식 (modulatsiooni tüüp): GFSK
 - RF 출력(saatja võimsus): 3,6 dBm
 - 안테나 유형(antenni tüüp): monopoolantenn (pressitud metall)
 - 작동 온도 범위(kasutamiskeskkonna temperatuurivahemik): -10 °C ~ 50 °C
 - 동작 전압 (tööpinge): DC 3,7 V
-
- | | |
|---------------------------------|---|
| 1) 장비 이름 Seadme nimi: | 서선택 무선 장치 (무선 네이커 통신의 무선 장치)
Väikese võimsusega raadioseade (traadita seade või traadita andmesideseade) |
| 2) 모델 이름 Mudeli nimi: | FB406 |
| 3) 인증서 번호 Sertifikaadi number : | MSIP-CMM-XRA-FB406 |
| 4) 모델 이름 Ettevõtte nimi: | Fitbit, Inc. |
| 5) 제조업 자 Tootja: | Fitbit, Inc. / 중국(Hiina) |
| 6) 제조 일자 Tootmiskuupäev: | 201_ |

Taiwan

Juhtmevaba sünkroniseerimise dongel



Alta



注意！

依據 低功率電波輻射性電機管理辦法

第十二條 經型式認證合格之低功率射頻電機，非經許可，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能

第十四條

低功率射頻電機之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。

前項合法通信，指依電信法規定作業之無線電通信。

低功率射頻電機須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Ohutusteatis

Katsetes on ilmnenud seadme vastavus järgmises EN-standardis sätestatud ohutusnõuetele: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011 + A2:2013.

Olulised ohutusjuhised



Ettevaatusteatised

- Pikaajaline kokkupuude võib põhjustada mõnel kasutajal nahaärritust või allergiat.
- Seade sisaldab elektrilisi komponente, mille mittenõuetekohane käsitlemine võib põhjustada kehavigastusi.
- Kui tunnete toote kandmise ajal, et käed või randmed on valusad, kihelevad, muutuvad tuimaks, tulitavad või muutuvad kangeks, siis lõpetage kasutamine.
- Ärge visake Fitbiti toodet tulle. Aku võib plahvatada.
- Enne treeningkava alustamist või muutmist konsulteerige oma arstiga.
- Kui teil on mõni haigus, mida Fitbiti toote kasutamine võib mõjutada, konsulteerige enne kasutamist oma arstiga.
- Ärge vaadake toote ekraanil kuvatavaid telefonikõnede või muid märguandeid ega muid rakendusi autoroolis ega muudes olukordades, kus tähelepanu hajumine võib olla ohtlik. Treenides pange tähele, mis teie ümber toimub.
- Toode ei ole mänguasi. Ärge laske lastel ega lemmikloomadel Fitbiti tootega mängida. Toode sisaldab väikeseid komponente, mis võivad põhjustada lämbumisohtu.
- Tootes ja selle akus sisalduvad ained võivad vale kasutamise või kasutusest kõrvaldamise korral keskkonda kahjustada või kehavigastusi põhjustada.
- Toode ei ole meditsiiniseade ning ei ole mõeldud haiguste diagnoosimiseks, leevendamiseks, ravimiseks ega ennetamiseks. Mis puudutab täpsust, on Fitbit välja töötanud oma ala tippriistvara ja -algoritmid füüsilist vormi puudutava teabe jälgimiseks. Samuti täiustab Fitbit oma tooteid pidevalt, et mõõtmistulemusi võimalikult täpselt arvutada. Fitbiti tooted ei ole mõeldud täpsuselt konkureerima meditsiiniseadmete või teaduslike mõõteseadmetega – need pakuvad teile parimat teavet, mida kompaktne ja hõlpsasti kasutatav aktiivsusemonitor pakkuda saab.
- Eriteatis seadmete kohta, milles on kasutusel PurePulse™-tehnoloogia. PurePulse™ toodetel on pulsisageduse jälgimise funktsioon, mis võib olla teatud südamehaigustega kasutajatele ohtlik. Konsulteerige enne kasutamist arstiga järgmistel juhtudel.
 - Teil on mõni haigus, eriti südamehaigus.
 - Võtate mõnda valgustundlikku ravimit.
 - Teil on epilepsia või olete vilkuva valguse suhtes tundlik.
 - Teie vereringe on häiritud või teil tekivad kergesti verevalumid.
 - Teil on kõõlusepõletik, karpaalkanali sündroom või muu lihas-luukonna häire

Nõuanded hooldamiseks ja kandmiseks

- Nahaärrituse vältimiseks järgige nelja lihtsat hooldamise ja kandmisega seotud nõuannet. (1) Hoidke puhtana; (2) hoidke kuivana; (3) ärge kandke liiga pingul ja (4) laske randmel puhata, eemaldades pärast pikaajalist kandmist rihma tunniks ajaks. Vältige nahahooldustoodete kasutamist Fitbiti tootega kaetud nahal. Lisateavet leiate lehelt <http://www.fitbit.com/productcare>. Nahaärrituse sümptomite ilmnemisel eemaldage seade. Kui sümptomid kestavad kauem kui 2–3 päeva pärast seadme eemaldamist, pidage nõu arstiga.
- Teavet veekindluse kohta leiate saidilt fitbit.com.
- Ärge kasutage Fitbiti toote puhastamiseks abrasiivseid puhastusvahendeid.
- Eemaldage Fitbiti toode, kui see tundub soe või kuum.
- Ärge kandke Fitbiti toodet samal ajal, kui selle aku laeb.
- Ärge kandke Fitbiti toodet, kui see on märg.
- Ärge pange Fitbiti toodet nõudepesumasinasse, pesumasinasse ega pesukuivatisse.
- Ärge jätke Fitbiti toodet pikaks ajaks otsese päikesevalguse kätte.
- Fitbiti toode ei talu äärmiselt kõrget ega madalat temperatuuri.
- Ärge kasutage Fitbiti toodet saunas ega aurusaunas.
- Ärge kasutage Fitbiti toodet, kui selle ekraan on pragunenud.

Sisseehitatud akuga seotud ettevaatusabinõud

- Ärge üritage akut vahetada, Fitbiti toote korpust avada ega toodet demonteerida. Vastasel juhul garantii tühistub ja toode võib muutuda ohtlikuks.
- Laadige akut kooskõlas toote seadistamisel antud juhistega. Laadige akut ainult arvutist, USB-jaoturist või laadijast, millele on väljastanud sertifikaadi tunnustatud katselabor, ning kasutades Fitbiti originaal-laadimiskaablit.
- Teie Fitbiti tootes on kasutusel California Energy Commission'i nõuetele vastav akulaadija



Kasutusest kõrvaldamise ja ringlusseviimise teave



Tootel või selle pakendil olev tingmärk näitab, et toode tuleb tööea lõpus kasutusest kõrvaldada olmejäätmetest eraldi, kuna toode sisaldab akut ja on elektroonikaseade. Viige Fitbiti toode kasutusea lõpus kindlasti jäätmekäitluskeskusesse.

Igas Euroopa Liidu riigis on patareisid ja akusid ning elektri- ja elektroonikaseadmeid ringlusse viivad jäätmekäitluskeskused. Teavet selle kohta, kus Fitbiti toode ringlusse viia, saate kohalikult jäätmekäitluses pädevalt ametiasutuselt või jaemüüjalt, kellelt toote ostsite.

- Ärge visake Fitbiti toodet olmejäätmete hulka.
- Kõrvaldage pakend ja Fitbiti toode kooskõlas kohalike eeskirjadega.
- Akusid ei tohi visata olmejäätmete hulka; need tuleb eraldi kokku koguda.

