
Stride One Gebruikershandleiding

App 15.2 · Nederlands



Aan de slag

- 1 Laad beide inlegzolen op met de USB-C-kabel.
- 2 Installeer de app "Ceriter Stride One".
- 3 Maak een account aan in de app: [New here? Create an account.](#)
- 4 Voer de code in van de kaart in de doos.
- 5 Houd de inlegzolen bij uw telefoon. Ze maken vanzelf verbinding.

Inlegzolen van een organisatie? **Geen code nodig.** Meld u aan met de gegevens die u van hen kreeg.



Uw inlegzolen dragen

- 1 L in de linkerschoen, R in de rechterschoen: dat is de laatste letter van de code op de achterkant van de zwarte module.
- 2 Leg de inlegzool plat in uw schoen, **geperforeerde kant naar boven**.
- 3 **Klik de zwarte module vast op uw schoen, niet op uw enkel.**

Tip: leg ze onder de eigen binnenzool van uw schoen, of gebruik dubbelzijdige tape zodat ze niet verschuift.



Elke dag



Gewoon wandelen. De inlegzolen nemen vanzelf op. Geen knop.



Telefoon in de buurt, bluetooth en internet aan. Veeg de app niet weg.



Laad om de 2 à 3 dagen op. Volledig opladen duurt ongeveer 4 uur.

Nieuwste gegevens

**CERITER**

L



R



Tuesday 13 October

Data until 08:18



Tik op **Refresh** (↺) op Home om meteen de nieuwste gegevens op te halen.

Niet bij uw telefoon? De inlegzolen bewaren ongeveer 60 uur wandelen.

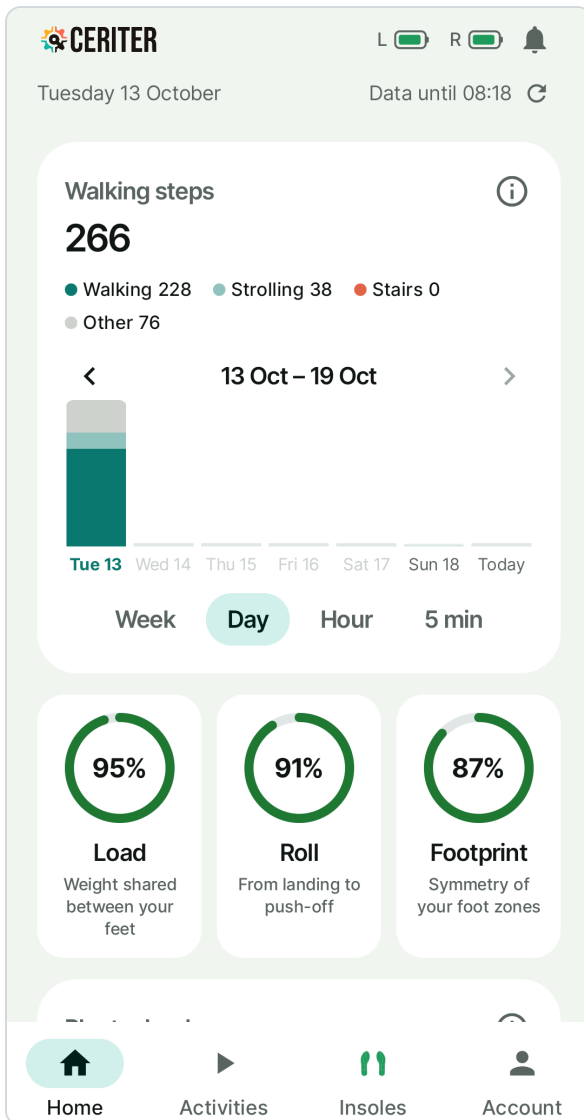
Uw gegevens

Walking steps: uw stappen per dag, per soort.

Week · Day · Hour · 5 min: tik om te wisselen.

Load, Roll, Footprint: hoe gelijkmatig uw voeten werken.

Tik op ⓘ op een kaart voor meer uitleg.



Een wandeling opnemen

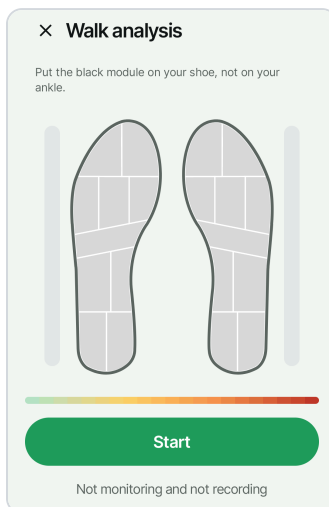
Uw inlegzolen nemen sowieso de hele dag op. Neem een wandeling op om **één korte activiteit te analyseren**, bijvoorbeeld een vaste wandeling die u elke week herhaalt. U ziet uw wandeling live op het scherm, en ze telt gewoon mee in uw dagtotalen.

1 **Activities** → **Start recording**

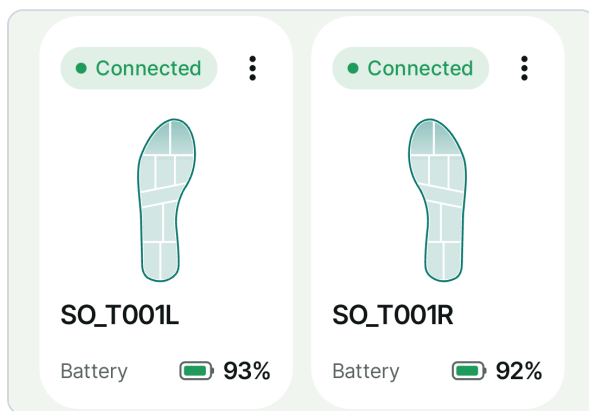
2 **Walk analysis**

3 Tik op **Start** en wandel

4 Tik op **Stop**



Inlegzolen (Insoles)



Updates worden vanzelf geïnstalleerd terwijl de inlegzolen opladen.

Het lampje

 Uit	Alles in orde
 Groen, pulserend	Laadt op
 Groen	Volledig opgeladen
 Oranje, pulserend	Batterij bijna leeg: opladen
 Rood, pulserend	Geheugen bijna vol: ga naar uw telefoon
 Rood / groen	Open de app in de buurt van de inlegzool
 Korte rode flits	Neem contact op met support

Werkt er iets niet?

"Your insole isn't responding": de app herstart de inlegzool. U hoeft niets te doen.

Inlegzolen niet gevonden: zet een paar stappen, of leg ze aan de lader.

Hulp: support@ceriter.com

Veiligheid en wettelijke informatie

Geen medisch hulpmiddel. Stride One toont hoe u wandelt, uit eigen interesse. Het stelt geen diagnose, behandelt niets en voorkomt niets. Stel uw vragen over uw gezondheid aan een zorgverlener.

Veilig gebruik

- Niet gebruiken als het beschadigd is. Open de module niet.
- Niet in water leggen. Reinig met een droge of vochtige doek, zonder oplosmiddelen.
- Laad op met een USB-C-lader (5 V).
- Batterij: de module niet verhitten, doorboren, pletten of verbranden; niet opladen in direct zonlicht.

Radio

Bluetooth Low Energy, 2,4 GHz, 0 dBm.

Contains FCC ID: SQG-BL54L15U. This device complies with part 15 of the FCC Rules. 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 not expressly approved by Ceriter BV could void the user's authority to operate the equipment. This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures: reorient or relocate the receiving antenna; increase the separation between the equipment and receiver; connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected; consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

Afvoeren



Niet bij het huishoudelijk afval: batterij en elektronica. Breng het naar een inzamelpunt.