

PUSH PUCKS BRUGER MANUAL



Introduktion

PUSH-pucks er designet til en bred variation af aktiviteter, så som sport, atletik, generel motion og træning.

- **Forbindelse:** The pucks forbindes til PUSH appen via Bluetooth. Hvis du får brug for yderligere pucks senere, kan du nemt tilføje dem i appen.
- **Sensor funktion:** Hver puck er udstyret med en sensor på toppen. You can trigger the puck by pressing or swiping your hand over the sensor.
- **Programmer og indstillinger:** Puckene tilbyder flere forskellige træningsprogrammer, som du kan læse mere om i appen. Program indstillinger er nemme at justere, hvilket giver dig mulighed for at skræddersy din træning til dine behov.

Vigtigt information

Charging voltage: DC5V

Operating voltage: DC3.7V

Operating current: <110mA

Static current: <45mA

Connection: Bluetooth5.0 2.4G

Charging port: USB Type-C

Battery capacity: 1000mA Li-poly

Dimensions: 130x130x30mm

Weight: 175g

Start af Puckene

Hver puck har en knap på bagsiden. Tryk på knappen for at aktivere de pucks du vil bruge. Når pucken starter vil den blinke en gang.

Slukning af puckene

- Manuel slukning: Hold knappen på bagsiden af pucken nede indtil den blinker to gange.
- Automatisk sluk: Puckene har en indbygget funktion der automatisk slukker dem efter en periode med inaktivitet.

Forbind Puckene til appen

For at forbinde dine PUSH-pucks til appen, følg disse trin

1. Klik på puck symbolet med et plus tegn, som du vil finde i det øverste højre hjørne af skærmen efter du har logget ind.
2. En liste af tilgængelige PUSH-pucks vil blive vist. Forbind puckene ved at trykke på hver puck i listen.

Tip: Hvis ingen pucks dukker op i listen, er det måske fordi de ikke er aktiveret endnu. Gå tilbage til "Start af puckene" sektionen i denne manual for yderligere instruktioner.

Video Portal med øvelser

Leder du efter øvelses inspiration til dine PUSH-pucks? Scan QR koden herunder med din telefon for at få adgang til vores video portal, hvor du vil finde et bredt udvalg af træningsideer og tips!

