

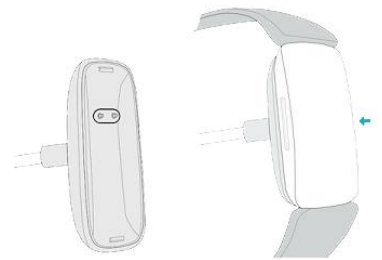
Dieses Handbuch richtet sich an neue Mindstretch-Nutzer und behandelt daher ausschließlich Themen, die für die Nutzung von Mindstretch erforderlich sind.

Stell sicher, dass du ein Google-Konto hast (oder erstelle ein neues).

Pack deinen Fitbit-Tracker und das Ladekabel aus.

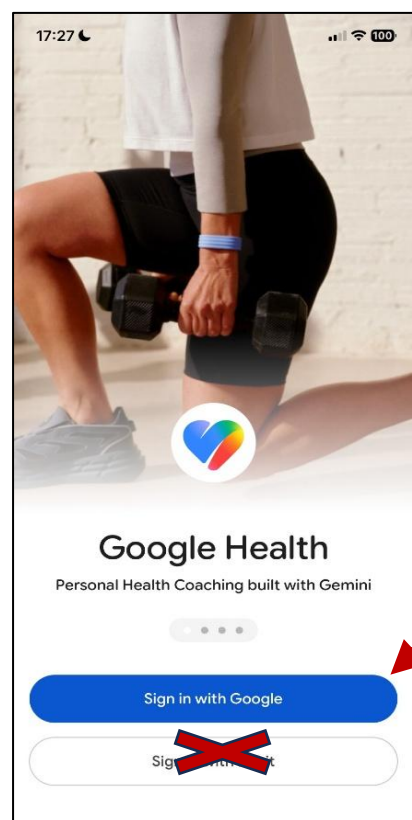
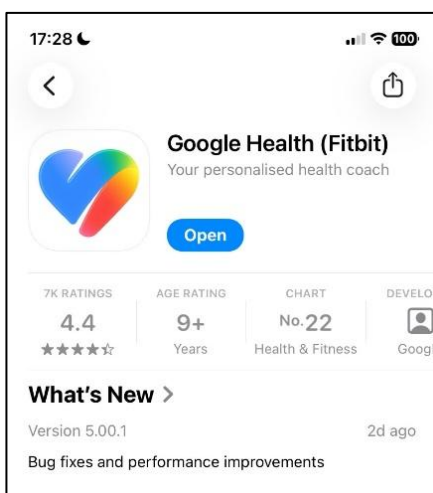


Lade den Fitbit-Tracker auf, falls er nicht vollständig aufgeladen ist. Es dauert 30 Minuten, bis er vollständig aufgeladen ist. Das Ladekabel muss an der Rückseite des Trackers angeschlossen werden. Das andere Ende muss an ein verfügbares USB-Ladegerät angeschlossen werden

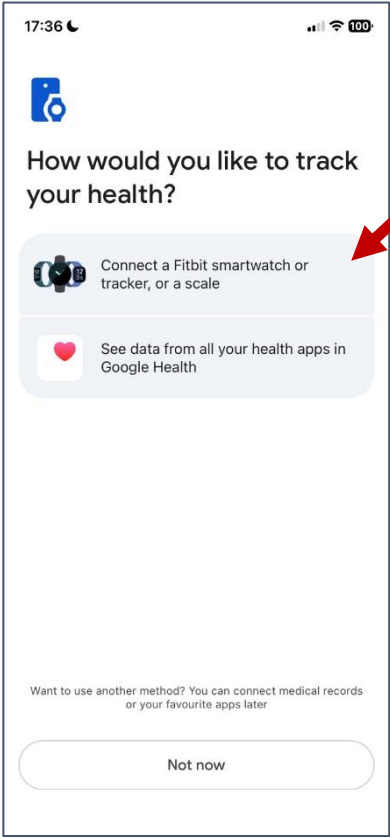


1. Lade dir die Google Health-App über den App Store (Apple) oder den Play Store (Android) auf dein Smartphone herunter.

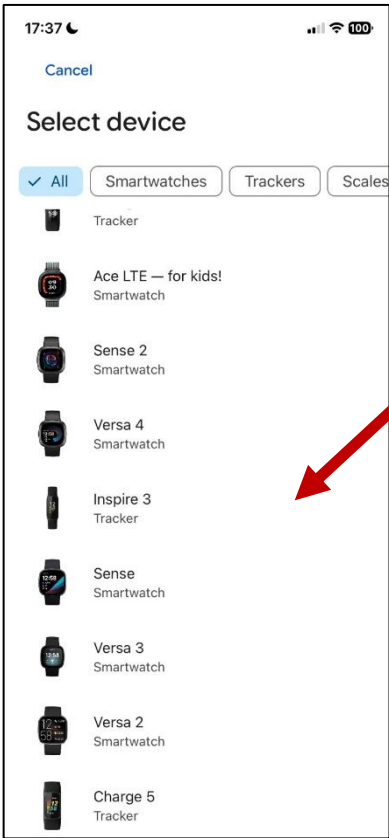
2. Öffne die Google Health-App und klicke auf „Mit Google anmelden“.



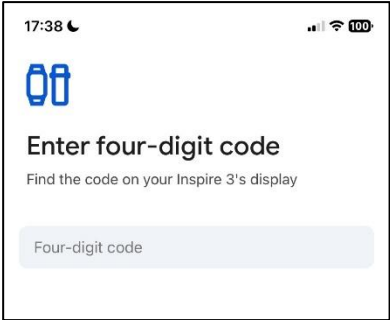
3. Klicke auf: „Fitbit-Smartwatch, -Tracker oder -Waage verbinden“



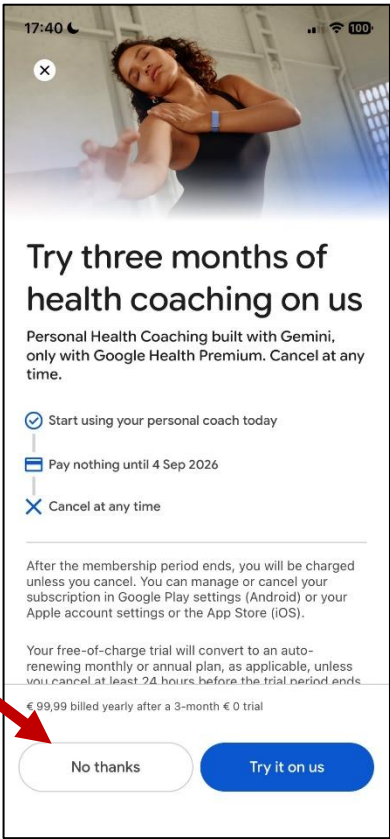
4. Wähle den Tracker „Inspire 3“ aus und folge den Anweisungen auf dem Bildschirm, um fortzufahren



5. Gib den vierstelligen Code, der auf dem Display deines Trackers angezeigt wird, in der App ein

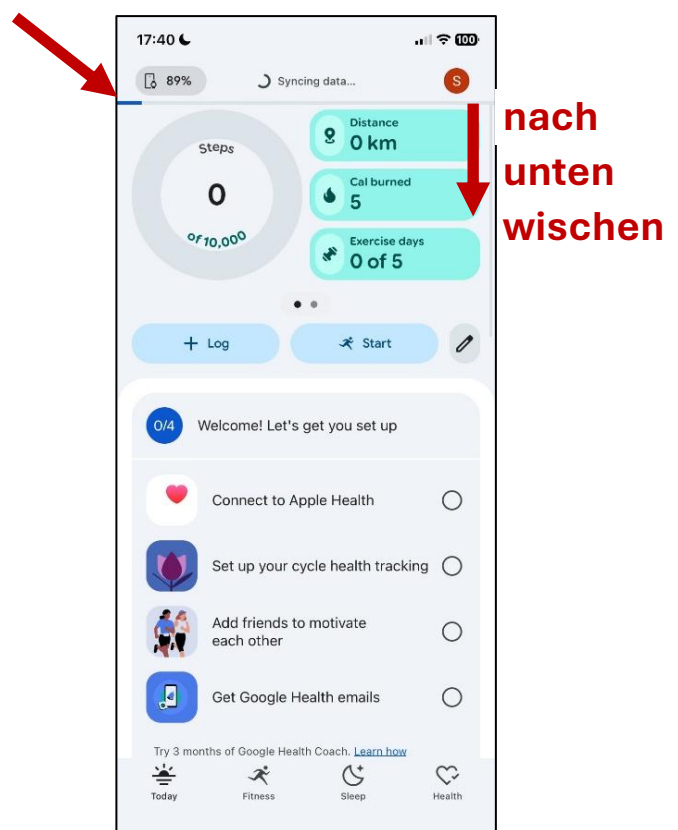
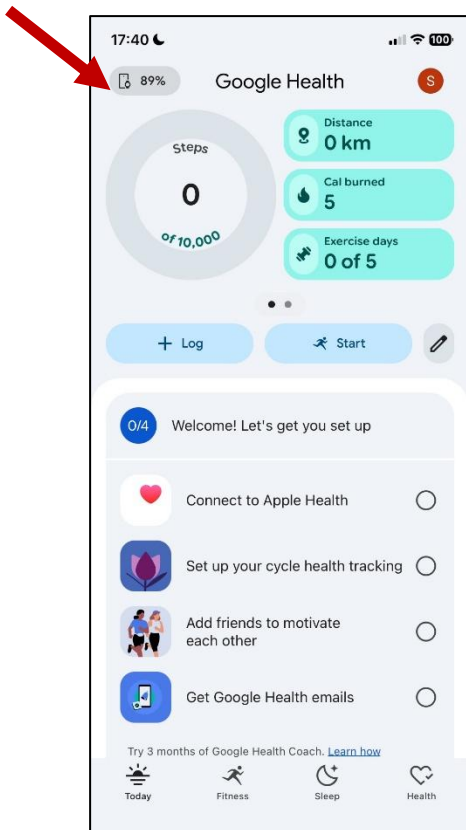


6. Wähle **nicht** „Gesundheits-coaching ausprobieren“ aus



7. Der Fitbit-Tracker wurde erfolgreich eingerichtet. Du solltest nun den folgenden Bildschirm sehen, auf dem oben links der Akkustand deines Trackers angezeigt wird

8. Um deine Daten vom Fitbit-Tracker in die App hochzuladen, wische nach unten. Du siehst dann einen Ladebalken.



Eine ausführliche Anleitung findest du unter

https://support.google.com/googlehealth/answer/14237921?hl=de&ref_topic=14236398&sjid=10989082829956095991-EU#zipppy=%2Cstel-de-inspire-in