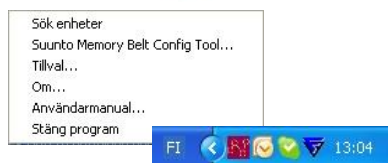


Överföra data från en stegräknare (Omron Walking Style Pro) till Firstbeat.net-tjänsten



1. Kontrollera att du är ansluten till Internet. Du hittar Firstbeat Uploader-programmet i Windows aktivitetsfält.

- Om du inte hittar det kan du starta Uploader genom att välja Start -> Alla program -> Firstbeat -> Firstbeat Uploader
- Om du inte har installerat Uploader loggar du in på Firstbeat.net och väljer Meny -> Min kontoinformation -> Hämta Firstbeat Uploader

2. Anslut stegräknaren till ett USB-uttag på datorn.

3. Klicka på Firstbeat Uploader-ikonen i Windows aktivitetsfält med den högra musknappen och välj Sök enheter.



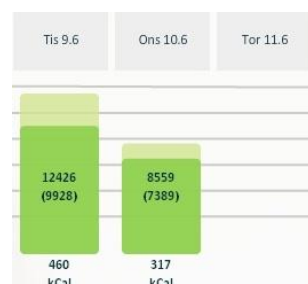
4. I inloggningsfönstret anger du ditt användarnamn och lösenord för Firstbeat.net och klickar på OK (du behöver inte ha loggat in till tjänsten).



5. Välj vilka dagar du vill överföra steg från och klicka på OK.



6. Firstbeat Uploader anger när stegen från de valda dagarna har överförts till servern.



7. Nästa gång du loggar in till Firstbeat.net kommer de steg du har överfört att visas i ditt aktivitetsprogram.

YTTERLIGARE INFORMATION:

- Stegräknaren Omron Walking Style Pro rymmer stegdata för 40 dagar.