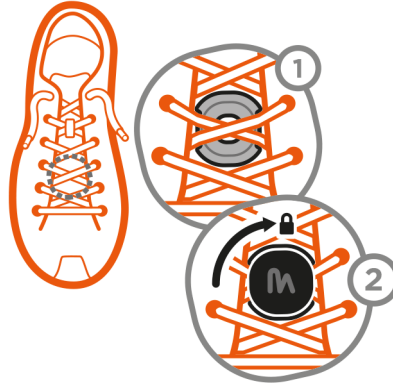


milestonepod

Snelstart hulp van jouw MilestonePod

Maak je Pod klaar voor gebruik:

1. Draai tegen de klok in om de Pod van het basisplateau vrij te maken. Gebruik een munt om het batterijklepje te verwijderen.
2. Doe de batterij er in de houder met de '+' omhoog. Doe het batterijklepje weer terug en zorg ervoor dat deze goed sluit.
3. Schuif de Pod onder de veters van de schoen, ongeveer op driekwart van je voet (richting de tenen gemeten) zoals op de afbeelding weergegeven.
- 4 **DE POD MOET KLIKKEN**
Belangrijk: Draai de Pod met de klok mee totdat je een duidelijke klik hoort. Je Pod kan van je schoen vallen als deze niet goed is bevestigd.



Download de gratis MilestonPod app

1. Zet Bluetooth aan op je telefoon
2. Registreer via emailadres (of Facebook)
3. Kies op het dashboard menu van de app voor 'Voeg Pod toe'
4. Vind jouw Pod in de lijst door te kijken naar de laatste twee letters/cijfers van het serienummer. Die kun je vinden op de onderkant van het doosje en aan de binnenkant van het batterijklepje van jouw Pod. Als voorbeeld: 5C:31:3E:89:A5**3F**
Opmerking: een 'O' is altijd een cijfer.
5. Tik op het scherm en voer de laatste twee letters/cijfers van jouw serienummer in.
6. Vul de gegevens van jouw schoenen in.
7. Ren of wandel!! Let op: Je moet minstens 6 minuten bewegen alvorens de data zichtbaar wordt in de app.

Tips voor het gebruik van twee of meer Pods

De Pod is gebouwd voor (en geprijsd naar) het gebruik op één paar schoenen

Voordelen van 2 pods

- Nauwkeurigheid - Je rent anders op verschillende schoenen.
- Kalibratie nauwkeurigheid - De nauwkeurigheid hangt af van het type schoen dat je gebruikt.
- Odometer - De Pod weet per type schoen precies de exact afgelegde afstand.

Er is geen limiet voor het aantal Pods dat er door de MilestonPod app wordt ondersteund.

Om een nieuwe Pod toe te voegen -> Voeg Pod toe.

Om tussen Pods te wisselen -> Veeg de bovenkant van het dashboard van de app naar rechts of links.

De werking van de MilestonePod

- Een 'sessie' start wanneer jouw cadans 100 stappen per minuut is en dat voor minimaal 6 minuten
- De Pod herkent pauzes en verwijdert deze. Het wordt als pauze gezien als je tot maximaal dertig minuten minder dan 100 stappen per minuut maakt. Als de pauze langer dan dertig minuten duurt, stopt de sessie.
- Een sessie wordt beoordeeld als 'hardlopen' als je cadans gemiddeld boven de 140 stappen per minuut ligt.
- Een sessie wordt beoordeeld als 'wandelen' als je cadans gemiddeld tussen de 100 en 140 stappen per minuut ligt.
- Als een sessie voor minimaal 60 procent uit 'hardlopen' bestaat, zal de Pod de gewandelde stukken aan het begin en einde van een sessie(warming-up en cooling-down), verwijderen.
- De Pod telt alle wandel- en hardloopstukken van een sessie zolang de cadans maar boven de 100 stappen per minuut blijft.
- De Pod meet dankzij de odometer altijd de afgelegde afstand, ook als dit geen onderdeel uit maakt van de sessie.

