

Activity Tracker

Vielen Dank für die Bereitschaft das Aktivitätsarmband zu tragen. Der Bewegungsmonitor zeichnet die körperliche Aktivität während der folgenden 7 Tage auf. Das Gerät erlaubt es den Forschern Informationen zu Häufigkeit, Dauer und Intensität der Aktivität zu sammeln, die Schlafgewohnheit zu erfassen und dadurch besser zu verstehen, wie Bewegung die Gesundheit beeinflusst.

- Das Armband soll **während der kommenden 7 Tage ständig getragen werden**, auch während des Schlafens.
- Tragen Sie das Armband immer am nicht-dominanten Arm. Tragen Sie das Armband während der 7 Tage **immer am selben Handgelenk**.
- Der **Pfeil** an der Innerenseite muss beim Tragen **nach rechts** ausgerichtet sein (siehe Zeichnung hinten).
- Es wird empfohlen, das Armband bei längerem Kontakt mit Wasser (Baden, Schwimmen) abzulegen. Händewaschen, Duschen oder Geschirrspülen sind kein Problem.
- Extreme Temperaturen können das Gerät beschädigen. Es sollte daher **nicht** in der Sauna o.ä. getragen werden. Aktivitäten im Schnee sind kein Problem, sofern das Armband unter der Kleidung getragen wird.
- Nach Ablauf der 7 Tage bitten wir Sie, das Armband im **CHRIS-Zentrum** (Mo. – Fr., 08:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 16:00 Uhr) abzugeben.

Activity Tracker

Vielen Dank für die Bereitschaft das Aktivitätsarmband zu tragen. Der Bewegungsmonitor zeichnet die körperliche Aktivität während der folgenden 7 Tage auf. Das Gerät erlaubt es den Forschern Informationen zu Häufigkeit, Dauer und Intensität der Aktivität zu sammeln, die Schlafgewohnheit zu erfassen und dadurch besser zu verstehen, wie Bewegung die Gesundheit beeinflusst.

- Das Armband soll **während der kommenden 7 Tage ständig getragen werden**, auch während des Schlafens.
- Tragen Sie das Armband immer am nicht-dominanten Arm. Tragen Sie das Armband während der 7 Tage **immer am selben Handgelenk**.
- Der **Pfeil** an der Innerenseite muss beim Tragen **nach rechts** ausgerichtet sein (siehe Zeichnung hinten).
- Es wird empfohlen, das Armband bei längerem Kontakt mit Wasser (Baden, Schwimmen) abzulegen. Händewaschen, Duschen oder Geschirrspülen sind kein Problem.
- Extreme Temperaturen können das Gerät beschädigen. Es sollte daher nicht in der Sauna o.ä. getragen werden. Aktivitäten im Schnee sind kein Problem, sofern das Armband unter der Kleidung getragen wird.
- Nach Ablauf der 7 Tage bitten wir Sie, das Armband im **CHRIS-Zentrum** (Mo. – Fr., 08:00 – 12:30 Uhr und 13:30 – 16:00 Uhr) abzugeben.

