



Support Sheet
für die Eltern

Inhaltsverzeichnis

1. Was ist step BRAWO ?	3
2. Informationen zum Fitnessarmband und der App	4
2.1 Bedienung	4
2.2 Funktionen des Fitnessarmbands	4
2.3 Nutzung des Fitnessarmbands	4
2.4 Aushändigung der Fitnessarmbänder	9
2.5 Technische Informationen und Materialeigenschaften	9
2.6 App Download	10
2.7 Funktionen der App	11
3. Ausleseprozess für Schüler/-innen (Zuhause)	12
4. FAQs	17
5. Kontakt	17

1. Was ist **step BRAWO**?

step BRAWO ist ein 12-wöchiges Bewegungsförderungsprojekt und richtet sich an Grundschulkinder der 3. und 4. Klassen.

Das übergeordnete Ziel des Projekts besteht darin, Kinder spielerisch, altersgerecht und langfristig für einen aktiven, gesunden und nachhaltigen Lebensstil zu motivieren.

Mit Fitnessarmbändern und der App messen sich die teilnehmenden Grund- und Förderschulklassen bundesweit im interaktiven Schrittwettbewerb und versuchen den Titel des **step BRAWO**-Champion zu gewinnen.

Neben der Bewegungsförderung werden die Kinder auch für eine gesunde und ausgewogene Ernährung sowie einen verantwortungsvollen und ressourcenschonenden Umgang mit ihrer eigenen Gesundheit und der unseres Planeten sensibilisiert. Weitere Informationen zu **step BRAWO**, finden Sie in unserer App und auf der Website www.step-fit.de.

Das Support-Sheet liefert Ihnen, als Erziehungsberechtigte, eine detaillierte Zusammenfassung zur Bedienung und den Funktionen des Fitnessarmbands und der App.



2. Informationen zum Fitnessarmband und der App

2.1 Bedienung

Die Bedienung und das Abrufen der einzelnen Funktionen erfolgt über den Bedienknopf (Touch-Funktion). Weitere Informationen befinden sich in der dem Fitnessarmband beiliegenden Bedienungsanleitung.



2.2 Funktionen des Fitnessarmbands

❖ 3D Pedometer

Der Sensor misst Bewegungen mit einer hohen Genauigkeit (ohne GPS-Ortung).

❖ Uhrzeit

Die aktuelle Uhrzeit sowie eine Zusammenfassung verschiedener Daten wird angezeigt. Die Daten können nicht manuell eingestellt werden. Damit Datum und Uhrzeit auf dem Fitnessarmband richtig angezeigt werden, muss das Fitnessarmband mit der App verbunden und ausgelesen werden. Nach erfolgreichem Ausleseprozess sind Uhrzeit und Datum automatisch aktualisiert.



❖ Schritte

Die gesammelten Schritte des Tages werden auf dem Fitnessarmband angezeigt. Die gesammelten Schritte werden jeden Tag um 00:00 Uhr auf den internen Datenspeicher übertragen. Sollten also plötzlich weniger Schritte auf dem Band angezeigt werden als zuvor, bedeutet das nicht, dass diese gelöscht wurden oder verloren gegangen sind.



❖ Distanz

Die zurückgelegte Distanz wird erkannt und in Kilometern auf dem Fitnessarmband angezeigt. Die Distanz wird anhand der gesammelten Schritte berechnet.

❖ Herzfrequenz

Die Messung der Herzfrequenz wird in dieser Ansicht automatisch nach wenigen Sekunden gestartet.



❖ Stoppuhr

Den Bedienknopf gedrückt halten, um die Funktion der Stoppuhr zu aktivieren. Durch erneutes Berühren des Bedienknopfs kann die Messung gestoppt werden.

❖ **Aus-/Einschalten**

Den Bedienknopf gedrückt halten, um das Fitnessarmband abzuschalten. Um das Fitnessarmband einzuschalten, den Bedienknopf mindestens 5 Sekunden gedrückt halten.



❖ **Einstellungen**

Unter den Einstellungen stehen die Funktionen „Ziffernblatt“, „Sperrbildschirm“ und „Werkseinstellung“ zur Verfügung. Hierzu den Bedienknopf gedrückt halten, um die gewünschte Funktion auszuwählen.

Ziffernblatt

Um die Anzeige des Ziffernblatts auf der Startseite des Fitnessarmbands zu ändern, den Bedienknopf unter der Ansicht des gewünschten Ziffernblatts gedrückt halten.



Sperrbildschirm

Um den Sperrbildschirm auf dem Fitnessarmband zu aktivieren, den Bedienknopf gedrückt halten. Bei Aktivierung des Sperrbildschirms ist das Bedienen der Funktionen eingeschränkt. Zum Deaktivieren, den Bedienknopf unter den Sperrbildschirm gedrückt halten.



Werkseinstellungen

Zum Zurücksetzen des Fitnessarmbands auf die Werkseinstellung den Bedienknopf gedrückt halten. Das Gerät vibriert einmal kurz und kehrt automatisch zum Startbildschirm zurück. Bei dieser Funktion werden die auf dem Fitnessarmband gespeicherten Schritte, welche noch nicht in der App hochgeladen wurden, gelöscht.

❖ Fitnessarmband ID

Die Fitnessarmband ID wird angezeigt. Diese wird in Supportfällen zur spezifischen Bearbeitung benötigt.

❖ Bluetooth

Die Verbindung vom Smartphone oder Tablet mit dem Fitnessarmband erfolgt über eine Bluetooth 5.2 Verbindung.

❖ Datenspeicher

Die Speicherkapazität des Fitnessarmbands beträgt 30 Tage. Die Anzeige zeigt jedoch nur die gesammelten Schritte des aktuellen Tages an.



❖ **Akkulaufzeit**

Die Akkulaufzeit des Fitnessarmbands beträgt je nach Nutzung der Funktionen 5-10 Tage. Ein Batteriesymbol auf dem Startbildschirm (einmal den Bedienknopf drücken), zeigt die aktuelle Akkuladung des Fitnessarmbands an.

❖ **Ladevorgang**

Die Technikeinheit des Fitnessarmbands kann mit dem mitgelieferten Ladekabel aufgeladen werden. Hierzu werden die Kontakte auf der Rückseite der Technikeinheit mit den Ladekontakten des Kabels verbunden. In dieser Verbindung kann das Fitnessarmband direkt in einem USB-Port des Computers oder an der Steckdose mit einem Adapter aufgeladen werden.



Die Fitnessarmbänder werden teilweise einige Tage vor dem Versand aufgeladen. Daher kann es passieren, dass diese entladen ankommen. Die Fitnessarmbänder sollten vor dem ersten Gebrauch der Schülerinnen und Schüler nochmal geladen werden. Durch das Entladen kann es passieren, dass die Uhrzeit sowie das Datum nicht mehr stimmen. Uhrzeit und Datum können durch das Verbinden und das Auslesen des Fitnessarmbands mit der App aktualisiert werden. Auf der Website, unserem YouTube-Kanal sowie in der Mediathek in der App, findet man ebenfalls nochmal ein [Erklärvideo](#), das den Ladeprozess des Fitnessarmbands visuell veranschaulicht.

2.3 Nutzung des Fitnessarmbands

Das Fitnessarmband ist mit 3 ATM-Wasserfest. Um Schäden am Fitnessarmband zu vermeiden, sollte das Fitnessarmband vor starker Wassereinwirkung geschützt werden. Zum Duschen oder Schwimmen muss das Fitnessarmband daher abgelegt werden. Vor geringer

Wassereinwirkung wie zum Händewaschen, Regen und Schweiß ist das Fitnessarmband geschützt.



2.4 Aushändigung der Fitnessarmbänder

Jede Schülerin, jeder Schüler, die/der eine unterschriebene Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorliegt, erhält zum Start der Testwoche ein Fitnessarmband.

2.5 Technische Informationen und Materialeigenschaften

Abmessung	43.7 x 19 x 11.8 mm
Material Modul	PC + ABS
Material Armband	TPU
Display	1,1 Zoll Color TFT
Anschlüsse	2 Pin USB-C
Datenspeicher	Speicherkapazität 30 Tage
Maximale Schritte	99.999
Akku	90 mAh, Wiederaufladbare Lithium-Ionen Batterie
Stromspannung	5V
Bluetooth Version	5.2
Wasserdichtigkeit	3ATM

Die Fitnessarmbänder sind auf Schadstoffe getestet und als unbedenklich eingestuft. Alle Zertifikate können auf Wunsch eingesehen werden.

Sicherheitshinweis

Gehäuse nicht öffnen, auseinandernehmen, durchbohren, schneiden, verbiegen, zerkleinern oder erhitzen. Gerät nicht ins Feuer werfen oder kurzschließen. Eine Nichteinhaltung dieser Sicherheitshinweise kann zu einem Brand, einem Stromschlag oder anderen Verletzungen oder Schäden führen.

Systemanforderungen für die App

- ❖ iPhone oder iPad mit iOS11 oder höher
- ❖ Android Smartphone oder Tablet mit Android 6 oder neuer

Wichtige Hinweise

Bei einem Support-Fall sollte immer die Fitnessarmband ID mitgeschickt/kommuniziert werden. Diese erscheint, wenn man 6-mal auf den Bedienknopf des Fitnessarmbands drückt. Dazu muss angegeben werden, welches Smartphone oder Tablet und welche Betriebssystem-Software genutzt werden. Es sollte zudem angegeben werden, ob allen essenziellen Berechtigungen auf dem Smartphone bzw. Tablet zugestimmt wurde (Bluetooth, ggf. Standort). Bitte verbinden Sie das Fitnessarmband ausschließlich mit der **step**-App. Andernfalls kann es passieren, dass das Fitnessarmband die Verbindung mit den **step**-Portalen verliert und deshalb nicht mehr an dem Wettbewerb teilnehmen kann.

2.6 App Download

- ❖ Die gesammelten Schritte der Schüler/-innen können mit Hilfe der App auf das virtuelle Klassenschrittkonto übertragen werden.
- ❖ Die App muss aus dem Google Play Store oder dem Apple-Store auf ein Smartphone oder Tablet heruntergeladen werden.



- ❖ Die App ist den Stores unter dem Namen **step** oder über untenstehende QR-Codes zu finden.



iOS



Android

- ❖ Der Download sowie die Nutzung der App ist kostenfrei.

2.7 Funktionen der App

❖ Schritte hochladen

Das Auslesen der Schritte vom Fitnessarmband und die Übertragung auf das virtuelle Klassenschrittkonto werden im [Kapitel 3](#) ausführlich beschrieben.

❖ Rangliste

Mit Hilfe der Rangliste kann jederzeit der Fortschritt der Klassen im Schrittwettbewerb eingesehen werden.

❖ Persönliches Schrittekonto „Meine Schritte“

Unter der Funktion „Meine Schritte“ werden die zuletzt gesammelten Schritte pro Tag angezeigt. Hierbei werden nur die Schritte des zu diesem Zeitpunkt verbundenen Fitnessarmbands angezeigt.

❖ Bewegungs-Challenges

Ein wesentlicher Bestandteil des **step BRAWO**-Projekts sind drei Bewegungs-Challenges, welche über den Projektzeitraum verteilt von unserem **step BRAWO**-Botschafter an die Kinder gestellt werden. Die Videobotschaften der Bewegungs-Challenges können auf der Website sowie in der App eingesehen werden. In der App sind zudem weitere Informationen zum Inhalt der Bewegungs-Challenge und zum Zeitraum dargestellt.

❖ Mediathek

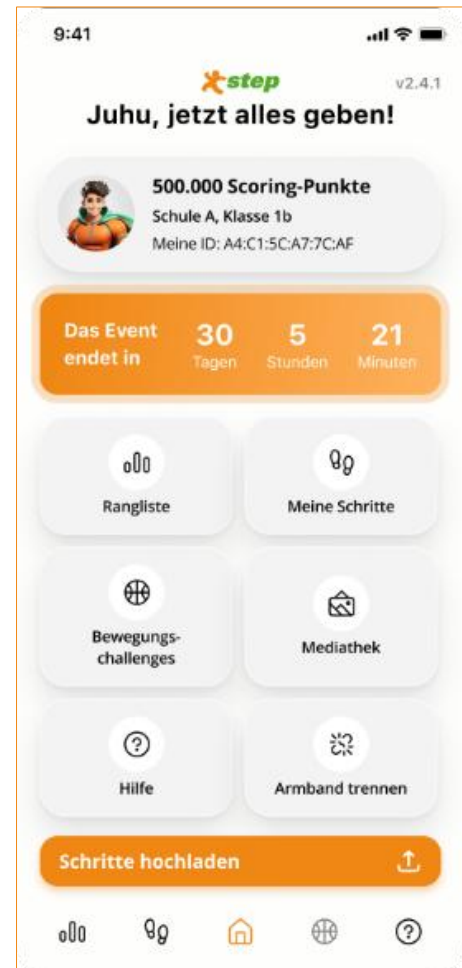
Alle wichtigen Dokumente sowie die Erklärvideos zum Laden des Fitnessarmbands und zum Ausleseprozess der Fitnessarmbänder stehen in der Mediathek zum Download bereit.

❖ Weitere Informationen und Hilfe

Im Support-Bereich der App über den Button „Hilfe“ können Support-Anfragen an das **step BRAWO**-Team gestellt werden. Dort sind zudem die am häufigsten gestellten Fragen (FAQ), der Link zur Website, der Datenschutz und vieles mehr zu finden.

❖ Fitnessarmband trennen

Außerhalb des Lehrkräfte-Logins kann immer nur ein Fitnessarmband mit der App verbunden und ausgelesen werden. Über den Button „Fitnessarmband trennen“ wird das im Moment verbundene Fitnessarmband von der App getrennt. In der App kann nun ein anderes Fitnessarmband ausgewählt und verbunden werden.



3. Ausleseprozess für Schüler/-innen (Zuhause)

- ❖ **Wichtig** – Die Bluetooth-Funktion auf dem Mobilgerät muss aktiviert sein.
- ❖ Auf Android-Geräten muss zusätzlich zur Bluetooth-Funktion die Standorterkennung aktiviert werden. Dies ist für die Nutzung der Bluetooth-Funktion auf Android-Geräten notwendig. Der Standort wird weder innerhalb der App noch auf dem Fitnessarmband gespeichert. Diese Vorgabe kann nicht umgangen werden. Das Android-Gerät weist den Nutzenden auf die Standorterkennung über eine Meldung mit folgendem oder ähnlichem Inhalt hin: „**step** ermöglichen, auf den Standort Ihres Gerätes zuzugreifen? Verweigern/Zulassen.“
- ❖ Nachdem die App heruntergeladen und geöffnet wurde, (Abbildung 1) muss beim erstmaligen Starten das Fitnessarmband mit der App verbunden werden.
- ❖ Hierzu muss auf den Button „Fitnessarmband verbinden“ gedrückt werden. (Abbildung 2)



Abbildung 1



Abbildung 2



Abbildung 3

- ❖ Es folgen die Hinweise, das Fitnessarmband einzuschalten und dieses in die Nähe des Mobilgeräts zu halten (Abbildung 3) sowie die Bluetooth-Funktion des Mobilgeräts zu aktivieren. (Abbildung 4)

- ❖ Anschließend werden alle sich in der Nähe befindenden Fitnessarmbänder von der App gesucht. (Abbildung 5)

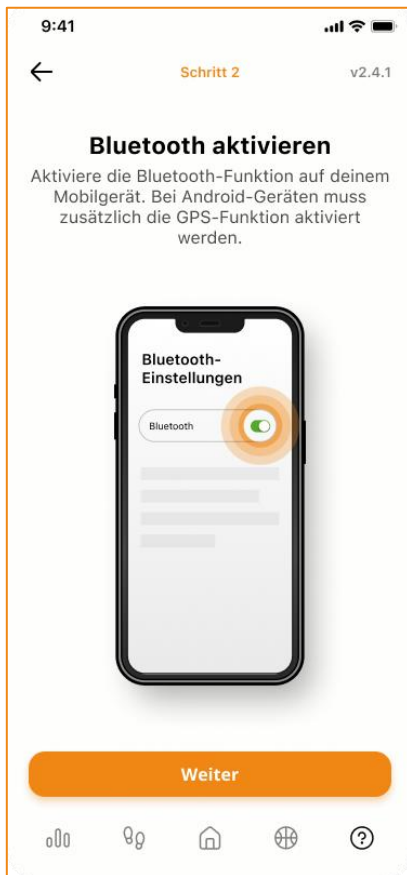


Abbildung 4



Abbildung 5



Abbildung 6

- ❖ Nach erfolgreicher Suche werden alle sich in der Nähe befindenden Fitnessarmbänder mit der ID und dem Klassennamen angezeigt. (Abbildung 6). Nach Abgleich der ID kann nun das richtige Fitnessarmband ausgewählt werden.
- ❖ Über den Button „Fitnessarmband verbinden“ können nun die gesammelten Schritte vom Fitnessarmband auf das virtuelle Klassenschrittkonto übertragen werden (Abbildung 7,8).

- ❖ Nach der erfolgreichen Übertragung der Schritte, gelangt man über den Button „Fertig“ (Abbildung 9) zum Hauptmenü, über welches man mit dem Button „Rangliste“ (Abbildung 10) die Ergebnistabelle einsehen kann, in der die aktuelle Platzierung der Klasse angezeigt wird (Abbildung 11).

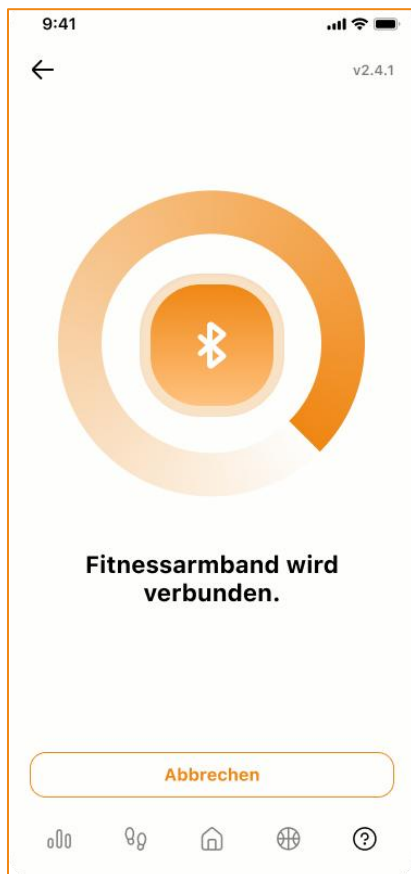


Abbildung 7



Abbildung 8



Abbildung 9

- ❖ Sollte es zu einem Fehler bei der Übertragung der Schritte gekommen sein (Abbildung 12), kann der Ausleseprozess über den Button „Erneut versuchen“ noch einmal gestartet werden. Sollte der Fehler weiterhin auftreten, kann über den Button „Hilfe anfordern“ oder den Hilfebereich der App das Support-Team kontaktiert werden.
- ❖ Wir empfehlen die Schritte mindestens 1-mal pro Woche auszulesen. Das Auslesen der Schritte kann eine gewisse Zeit in Anspruch nehmen.

- ❖ Auf der Website, unserem YouTube-Kanal sowie in der Mediathek in der App, findet man ebenfalls nochmal ein [Erklärvideo](#), das den Ausleseprozess der Schritte visuell veranschaulicht.

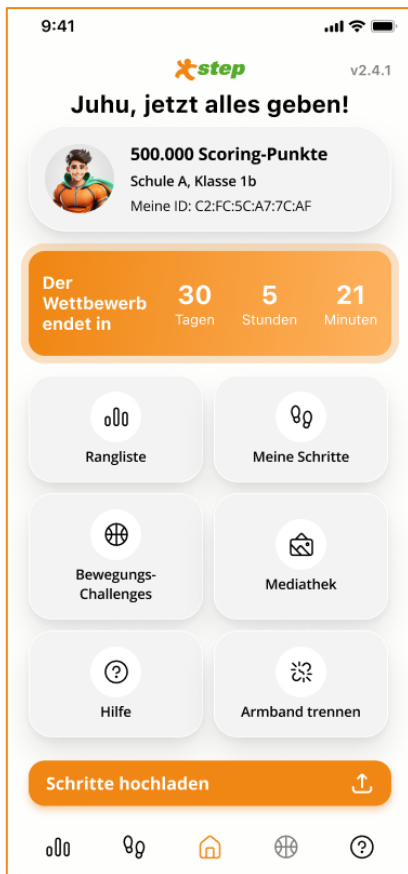


Abbildung 10

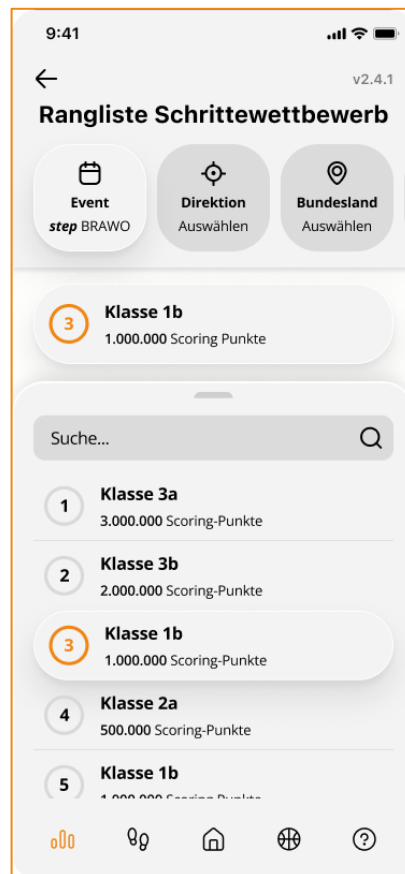


Abbildung 11

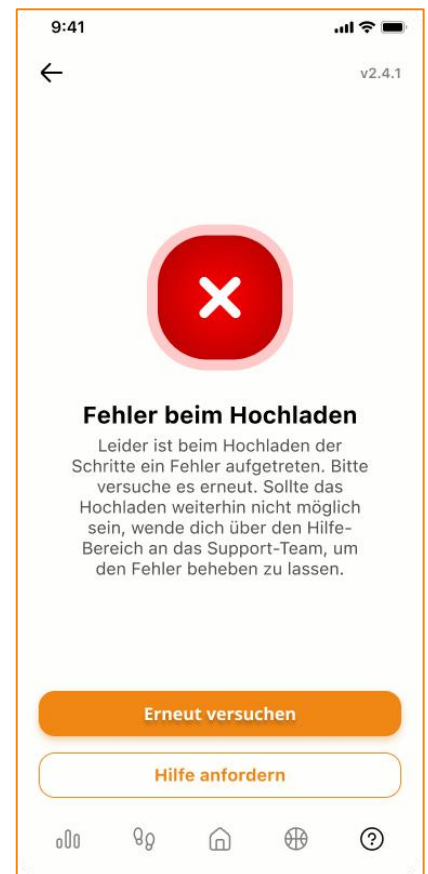


Abbildung 12

Rangliste in der App

- ❖ Die Rangliste besteht aus drei verschiedenen Ergebnistabellen.

Innerhalb der Rangliste können die drei Ergebnistabellen durch die Buttons „Event **step BRAWO**“, „Bundesland“ sowie „Direktion“ ausgewählt werden (siehe Abbildung 13).

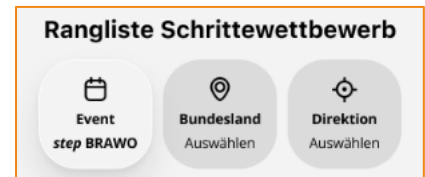


Abbildung 13

- ❖ Unter „Event “ befindet sich die allgemeine Rangliste des Schrittwettbewerbs aller Klassen, die an **step & step BRAWO** teilnehmen. Ebenfalls kann hier zwischen der Rangliste von **step** sowie der Rangliste von **step BRAWO** gefiltert werden.
- ❖ „Bundesland“ zeigt die verschiedenen am Projekt teilnehmenden Bundesländer an. Hier kann das entsprechende Bundesland ausgewählt werden (Abbildung 14) und die aktuelle Platzierung der Klasse, im Vergleich zu den anderen Klassen des gleichen Bundeslands eingesehen werden.
- ❖ Unter dem Button „Direktion“ befinden sich die Klassen, die parallel zu **step**, an **step BRAWO** teilnehmen. Die Klassen der BRAWO-Region können die eigene Platzierung mit anderen Klassen ihrer Direktion vergleichen.

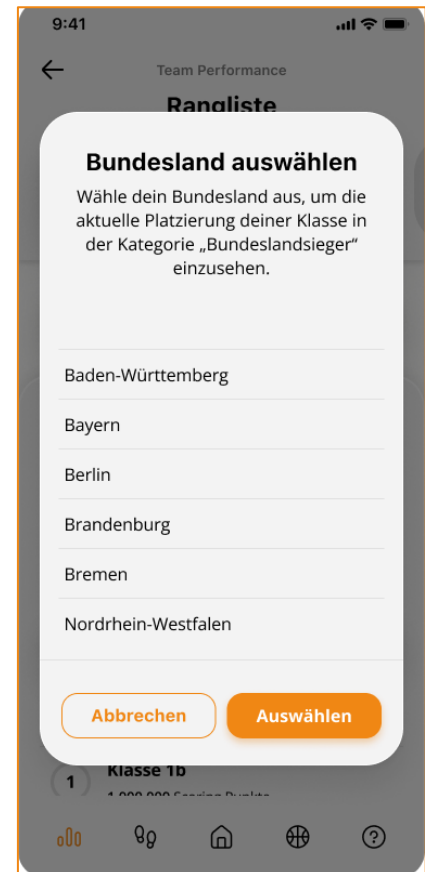


Abbildung 14

4. FAQs

Eine Zusammenstellung der häufig gestellten Fragen und deren Antworten, finden Sie in den [FAQs auf der Website](#) sowie in der App unter den Einstellungen.

5. Kontakt

Bei weiteren Fragen zu **step BRAWO** wenden Sie sich gerne an:

Teresa Gleißner

Projektmanagement & Support

planero GmbH

✉ info@step-fit.de

☎ 089 / 746614-67

Julia Grundbacher

Projektmanagement & Support

planero GmbH

✉ info@step-fit.de

☎ 089 / 746614-88

