

Anwendungsinformation zu dem Move 3 Bewegungssensor

Was ist der Move 3 Sensor?

Der Move 3 ist ein mobiler Sensor, der kontinuierlich Ihre körperliche Aktivität erfasst. Er zeichnet verschiedene Messparameter auf, aus denen z.B. verschiedene Aktivitätsklassen (leichte, mittlere und intensive Aktivitäten), Schritte und Energieumsatz berechnet werden können.

Wo trage ich den Move 3 Sensor?

Den Move 3 tragen Sie an der rechten Hüftseite an einem Gürtel oder am Hosen- / Rockbund. Hierfür ist an der Hinterseite des Sensors ein Clip angebracht. Diesen Clip können Sie am Gürtel oder am Hosen- / Rockbund befestigen. Zur weiteren Sicherung nutzen Sie bitte die am Move 3 befestigte Sicherungsschleife. Hierfür führen Sie einfach den Gürtel durch die Sicherungsschleife oder befestigen die Sicherheitsschleife mit dem Sensor an einer Gürtelschleife Ihrer Hose / Ihres Rocks.



Wie lange trage ich den move 3 und wann sollte ich das Gerät ablegen?

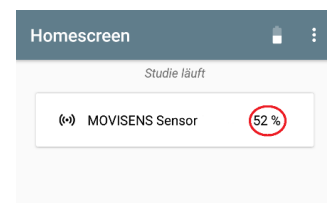
Legen Sie den move 3 morgens nach dem Aufstehen an, wenn Sie sich anziehen und entfernen Sie ihn abends, vor dem Zubettgehen. Damit Sie ihn morgens nicht vergessen, legen Sie den move 3 am besten an einen Platz, an dem Sie ihn am nächsten Morgen nicht übersehen können. Alternativ können Sie sich auch einen Alarm z.B. auf Ihrem Mobiltelefon einstellen, der Sie täglich daran erinnert den move 3 anzulegen. Bitte vergewissern Sie sich, dass der move 3 richtig befestigt ist.

Legen Sie den move 3 nur ab, wenn Sie befürchten, ihn zu beschädigen. Das kommt vor allem bei Kontaktsportarten vor. **ACHTUNG:** Auch im Wasser kann der move 3 nicht getragen werden!

Nehmen sie bitte auch immer ihr Studiensmartphone mit. Move 3 und Smartphone sind per Bluetooth miteinander verbunden, daher sollten sie den Abstand zwischen beiden Geräten nicht zu groß werden lassen.

Wie lade ich das Gerät auf?

Den Akkustand des Gerätes können Sie auf dem Studien-Smartphone überprüfen und zwar auf dem Startbildschirm (Homescreen) der Movisens App (siehe Abbildung rechts). Zusätzlich erhalten Sie eine Nachricht vom Studien-Smartphone über einen zu geringen Akkustand des Sensors oder des Smartphones selbst.



In dem Ihnen zugesandten Karton finden Sie ein USB-Netzadapter mit passendem USB-Kabel. Bei den meisten von uns versandten Gerätepaaren ist der Mikro-USB Anschluss sowohl für das Smartphone als auch für den Sensor passend. Falls nicht liegt ein weiteres Kabel dabei, mit welchem das Studien-Smartphone aufgeladen werden kann.

Bitte laden Sie die Geräte nur abends vor dem Zubettgehen auf, nachdem Sie sie abgelegt haben. Das Smartphone sollten Sie bitte jeden Abend aufladen.

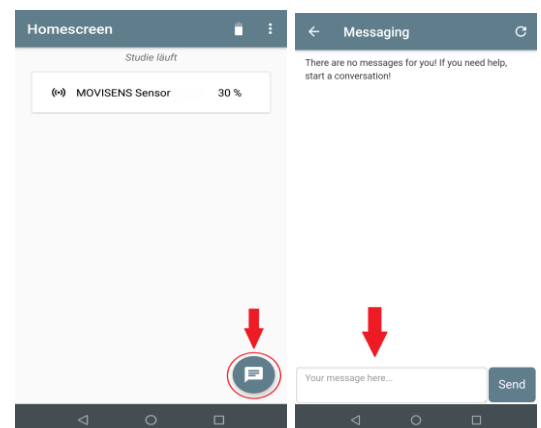
Wo finde ich den Handy-PIN, falls das Handy ausgehen sollte?

In der Ihnen zugesandten Versandbox befindet sich ein kleiner Zettel auf dem unter anderem der PIN Ihres Studien-Smartphones zu finden ist.

Haben Sie Fragen oder Probleme?

Bei Fragen rund um die Studie und die verwendeten Materialien haben Sie verschiedene Möglichkeiten sich an uns zu wenden

- über die Movisens App: Klicken Sie in der Movisens App auf das blaue Nachrichten-Symbol unten rechts. Anschließend können Sie Ihre Frage in das untere Textfeld eingeben. Danach drücken Sie auf senden ("Send").
- per E-Mail an ambit@uni-konstanz.de
-
- telefonisch unter +49 172 8308853



Herzlichen Dank für Ihre Teilnahme 😊