

Bi-LINK

health management

Domande frequenti (FAQ)
Versione 1.1

Indice

(1)	Che cos'è Bi-LINK e come utilizzarlo	3
(2)	Creazione di un account utente.....	5
(3)	Collegamento del proprio dispositivo a Bi-LINK	6
(4)	Importazione dei dati da Bi-LINK versione 1.6	12
(5)	Modificare la password o eliminare l'account	13
(6)	Personalizzazione della dashboard e creazione di programmi per il benessere	14

(1) Che cos'è Bi-LINK e come utilizzarlo

Che cos'è Bi-LINK?

Bi-LINK è una piattaforma per la gestione del proprio benessere, che consente di tenere traccia, comprendere e gestire i propri parametri vitali.

È possibile caricare i dati dalla maggior parte dei dispositivi medici OMRON installando il software Bi-LINK Gateway oppure è possibile iniziare subito a tenere traccia dei dati inserendoli manualmente.

Quali dispositivi si collegano a Bi-LINK?

MODELLO	DISPOSITIVO	CODICE PRODOTTO	CONNESSIONE
M6 Comfort IT	Misuratore di pressione	HEM-7322U	Cavo USB
M3 IT	Misuratore di pressione	HEM-7131U	Cavo USB
MIT Elite Plus	Misuratore di pressione	HEM-7301-ITK	Cavo USB
M10IT	Misuratore di pressione	HEM-7080IT	Cavo USB
708-BT	Misuratore di pressione	HEM-7081IT	Bluetooth
705IT	Misuratore di pressione	HEM-759	Cavo USB
RS8	Misuratore di pressione da polso	HEM-6310F	Vassoio NFC
R7	Misuratore di pressione da polso	HEM-637	Cavo USB
Walking Style Pro 2.0	Contapassi	HJ-322U	USB integrata
Walking Style Pro	Contapassi	HJ-720IT	Cavo USB
CM 206BT	Bilancia con misurazione della composizione corporea	HBF-206IT	Bluetooth
A3 Pro	Glucometro	HGM-111	Cavo USB

È possibile caricare i dati su Bi-LINK anche da dispositivi di altre marche?

OMRON garantisce la precisione nella misurazione dei dati. Bi LINK è stato creato per ottimizzare l'utilizzo dei dispositivi OMRON. Non è possibile collegare dispositivi di altre marche.

Quali parametri sanitari è possibile gestire con Bi-LINK?

- Pressione arteriosa e frequenza delle pulsazioni
- Livello di glicemia
- Attività: passi (aerobici), calorie e grassi bruciati, distanze percorse
- Composizione corporea: peso, BMI, percentuale di grasso e grasso viscerale, massa muscolare scheletrica, metabolismo a riposo

*I parametri registrati nel proprio account Bi-LINK sono limitati a quelli caricati dal dispositivo utilizzato. Se il dispositivo non comprende uno dei parametri sopraelencati, i dati corrispondenti non saranno registrati nell'account.

Con quali browser web è possibile utilizzare Bi-LINK?

Bi-LINK è stato progettato e testato per l'utilizzo con Internet Explorer, Safari e Chrome. Bi-LINK può funzionare con altri browser web, che tuttavia non sono stati sottoposti a test di qualità da parte di OMRON.

È possibile accedere a Bi-LINK da smartphone?

Bi-LINK è una piattaforma web, pertanto è possibile accedervi anche tramite il browser web del proprio telefono cellulare per visualizzare i dati, iscriversi ai

programmi e tenere traccia dei propri progressi. Inoltre, è possibile utilizzare l'applicazione Gateway per Android (disponibile nello store Google Play) per caricare su Bi-LINK i dati del misuratore di pressione da polso RS8 utilizzando un dispositivo Android dotato della funzionalità NFC.

(2) Creazione di un account utente

Non sono molto bravo con la tecnologia: è facile da installare?

Sì, l'installazione di Bi-LINK richiede solo 2 semplici passaggi

- 1) Eseguire la registrazione in Bi-LINK per creare un nuovo account
- 2) Installare il software Gateway, che permette di caricare nel proprio account Bi-LINK i dati presenti nel dispositivo OMRON utilizzato.

Come si crea un account Bi-LINK?

Per creare un account utente Bi-LINK, accedere al sito: www.bi-link.omron.com e registrarsi come nuovo utente. Immettere tutte le informazioni richieste; una volta accettati i termini e le condizioni d'uso, si accederà automaticamente all'account appena creato,

Lo stesso account Bi-LINK può essere utilizzato da più di una persona?

Gli account Bi-LINK sono progettati per utenti singoli. Si consiglia vivamente di creare un account per ogni utente, in modo da avere una panoramica chiara dei risultati personali. È possibile caricare su più di un account i dati presenti in un singolo dispositivo (ad esempio l'utente A su un account e l'utente B su un altro account).

Cosa accade se una seconda persona desidera utilizzare Bi-LINK? Deve scaricare nuovamente il software Gateway?

Se Gateway è già installato sul computer e una seconda persona desidera utilizzare Bi-LINK, è sufficiente che questa persona crei un nuovo account facendo clic sul pulsante Bi-LINK Gateway e su "create new account" (crea nuovo account). Non è necessario scaricare nuovamente il software.

Di cosa bisogna tenere conto se Bi-LINK viene utilizzato da 2 persone?

Verificare che durante le misurazioni il dispositivo sia impostato sulla persona corretta (utente A o utente B). Accertarsi sempre che l'utente corretto abbia eseguito l'accesso a Bi-LINK prima di caricare i dati.

Se i miei dati sono online, sono davvero sicuri?

Tutti i dati sono memorizzati in modo sicuro nell'account personale dei singoli utenti; è possibile accedere ai dati esclusivamente inserendo il proprio nome utente e la propria password, pertanto è opportuno conservare queste informazioni in un luogo sicuro!

Come si cambia la lingua?

Bi-LINK è disponibile in inglese, francese, italiano, spagnolo e tedesco. Come accade per i siti web come Google, Hotmail e altri, Bi-LINK viene visualizzato nella lingua impostata nel browser web. Per cambiare la lingua in cui viene visualizzato Bi-LINK, è sufficiente modificare la lingua impostata nel menu delle preferenze del browser web.

Chi posso contattare per ricevere assistenza?

Per ricevere assistenza su eventuali quesiti relativi a Bi-LINK, utilizzare il pulsante "contact" (contatti) nella pagina web Bi-LINK. In questo modo è possibile inviare un messaggio e-mail direttamente al rappresentante per l'assistenza tecnica del proprio Paese.

(3) Collegamento del proprio dispositivo a Bi-LINK

Come si caricano i dati presenti nel dispositivo OMRON?

È possibile caricare i dati da determinati dispositivi OMRON collegabili. Attenersi alle istruzioni corrispondenti al dispositivo utilizzato:

Come collegare...

Misuratore di pressione M3IT, M6 Comfort IT o M10IT

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare M6 Comfort IT o M3 IT dall’elenco dei dispositivi.
2. Verrà richiesto di selezionare l’utente A o l’utente B. Selezionare l’utente corrispondente a quello selezionato sul dispositivo (questa operazione è necessaria solo per il primo caricamento).
3. Collegare il misuratore di pressione al computer utilizzando il cavo USB in dotazione.
4. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
5. Premere il pulsante di memoria sul dispositivo per preparare il trasferimento dei dati.
6. Una volta completata l’installazione automatica del driver, accedere a Bi-LINK Gateway e fare clic su “Start Upload” (Avvia caricamento). Il sistema Gateway legge i dati dal dispositivo e li trasferisce all’account Bi-LINK.
7. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Misuratore di pressione RS8

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare dall’elenco dei dispositivi il misuratore di pressione RS8.
2. Verrà richiesto di selezionare l’utente A o l’utente B. Selezionare l’utente corrispondente a quello selezionato sul dispositivo RS8 (questa operazione è necessaria solo per il primo caricamento).
3. Collegare il vassoio NFC (Near Field Communication) al computer utilizzando il cavo USB.
4. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
5. Una volta completata l’installazione automatica del driver, posizionare il misuratore di pressione RS8 sul pad NFC.

- Assicurarsi che la x del dispositivo sia posizionata sulla X del vassoio NFC.
6. Premere il pulsante di memoria sul dispositivo per preparare il trasferimento dei dati.
 7. Accedere a Bi-LINK Gateway e fare clic su “Start Upload” (Avvia caricamento). Il sistema Gateway legge i dati dal dispositivo RS8 e li trasferisce all’account Bi-LINK.
 8. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Misuratore di pressione R7

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare R7 dall’elenco dei dispositivi.
2. Collegare il cavo USB dell’R7 al dispositivo e alla porta USB del computer.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Premere il pulsante M fino a visualizzare il valore della misurazione sul display del dispositivo.
5. Accedere a Bi-LINK Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento). Durante il caricamento dei dati, sul display viene visualizzata l’indicazione “communicating” (comunicazione in corso).
6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Misuratore di pressione MIT Elite Plus

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare il MIT Elite Plus dall’elenco dei dispositivi.
2. Collegare il cavo USB del MIT Elite Plus al dispositivo e alla porta USB del computer.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Premere il pulsante “M” sul dispositivo per visualizzare l’ultima misurazione.
5. Accedere a Bi-LINK Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento). Durante il caricamento dei dati, viene visualizzata un’animazione.

6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Misuratore di pressione 705IT

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare 705IT dall’elenco dei dispositivi.
2. Collegare il cavo USB del 705IT al dispositivo e alla porta USB del computer.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Premere il pulsante di memoria sul dispositivo per preparare il trasferimento dei dati.
5. Accedere a Bi-LINK Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento).
6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Contapassi Walking Style Pro 2.0

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare dall’elenco dei dispositivi il contapassi Walking Style Pro 2.0.
2. Rimuovere il coperchio superiore del dispositivo. La porta USB è integrata nel dispositivo stesso. Collegare il dispositivo alla porta USB del computer.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Inserire la porta USB nel computer. Se il posizionamento è corretto, viene visualizzato un simbolo di connessione.
5. Accedere a Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento). Durante il processo di trasferimento, sul display del dispositivo viene visualizzata un’animazione, mentre al completamento del trasferimento viene visualizzato il simbolo “ok”.
6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Contapassi Walking Style Pro

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare dall’elenco dei dispositivi il contapassi Walking Style Pro 2.0.
2. Collegare il cavo USB del Walking Style Pro al dispositivo e alla porta USB del computer.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Controllare che sul display del contapassi venga visualizzata l’indicazione “PC” come conferma del collegamento corretto tra il dispositivo e il computer. Assicurarsi che il cavo sia inserito saldamente nel dispositivo.
5. Accedere a Bi-LINK Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento).
6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Glucometro A3 Pro

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare A3 Pro dall’elenco dei dispositivi.
2. Collegare il cavo USB dell’A3 Pro (disponibile separatamente) al dispositivo e alla porta USB del computer. Se l’A3 Pro e il computer sono collegati correttamente, sul display del dispositivo appare il simbolo di “connessione”.
3. Quando il dispositivo USB viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Accedere a Bi-LINK Gateway, selezionare il dispositivo in uso e premere il pulsante “start upload” (avvia caricamento).
5. Durante il caricamento dei dati, viene visualizzata un’animazione e al termine del processo di caricamento sul display del dispositivo appare l’indicazione “OK”.
6. Una volta completato correttamente il caricamento, fare clic su “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.

Come collegare...

Bilancia con misurazione della composizione corporea 206BT (Bluetooth)

1. Fare clic su “add new device” (aggiungi nuovo dispositivo) in Bi-LINK Gateway, quindi selezionare dall’elenco dei dispositivi la bilancia Bluetooth con misurazione della pressione corporea.
2. Attenersi alle istruzioni riportate nel manuale utente della bilancia 206BT per accoppiare il dispositivo al computer.
3. Quando il dispositivo viene collegato per la prima volta al computer, il completamento dell’installazione del driver di dispositivo potrebbe richiedere alcuni minuti. Attendere il completamento dell’installazione prima di provare a caricare i dati.
4. Sulla bilancia con misurazione della composizione corporea, selezionare il numero del proprio profilo personale e accedere all’ultima misurazione. Premere e mantenere premuto il pulsante di caricamento (per i dettagli, vedere il capitolo 8 del manuale utente).
5. Accedere a Gateway e selezionare il dispositivo per il caricamento dei dati. Fare clic sul pulsante “review data” (controlla i dati) per continuare a leggere i valori delle misurazioni.
6. Durante il caricamento dei dati, viene visualizzata un’animazione; una volta caricati correttamente i dati, viene visualizzata una “P”.

Se necessario, installare il software del driver per il dispositivo Bluetooth. Selezionare il dispositivo da aggiungere al computer.

Perché i dati non vengono caricati?

Il mancato caricamento dei dati può dipendere da diversi motivi. Verificare innanzitutto di aver seguito le istruzioni dettagliate per il caricamento dei dati sopraindicate e relative al proprio dispositivo.

Assicurarsi che sul dispositivo siano impostate correttamente la data e l’ora; se la data e l’ora non sono corrette, i dati potrebbero non essere visualizzati correttamente in Bi-LINK oppure potrebbero essere memorizzati al di fuori dell’intervallo di date atteso.

Se non si riesce ancora a caricare i dati, verificare di aver eseguito l’accesso a Bi-LINK Gateway con i dati utente corretti.

Se il dispositivo utilizzato è predisposto per 2 utenti, assicurarsi di aver selezionato l’utente corretto prima di caricare i dati. Se nel proprio account vengono caricati i dati dell’utente sbagliato, al momento non esiste la possibilità di eliminare tali dati dal proprio profilo.

Se in Gateway viene visualizzato il messaggio “data upload failed” (caricamento dati non riuscito), riprovare ad eseguire il caricamento seguendo le istruzioni dettagliate per il caricamento relative al dispositivo utilizzato. Per i dispositivi che permettono il caricamento wireless (Bluetooth o NFC), assicurarsi che il dispositivo rimanga collegato con il computer per l’intera durata del caricamento.

Ho caricato i dati sull'account sbagliato. Posso eseguire il caricamento su un altro account?

Sì, è possibile caricare i dati su un account differente. È sufficiente accedere a Gateway con i dati utente corretti e quindi ripetere il caricamento.

Ho caricato i dati sull'account sbagliato. Posso eliminare questi dati dall'account?

Al momento non è possibile eliminare dal proprio account i dati indesiderati. Pertanto è opportuno assicurarsi di caricare i dati sull'account corretto.

Non ho impostato correttamente la data e l'ora sul mio dispositivo e i dati sono stati caricati in una data errata. È possibile modificare i dati?

Purtroppo al momento non è possibile modificare i dati dopo averli caricati su Bi-LINK.

Ho un dispositivo predisposto per 2 utenti. Il mio profilo è quello dell'utente A ma ho salvato alcuni dati come utente B. Posso caricare questi dati sul mio account?

Si consiglia vivamente di salvare i dati sul dispositivo solo nel profilo di 1 utente, onde evitare di mischiare i dati con quelli di altri utenti. Bi-LINK Gateway blocca il caricamento sull'utente selezionato al primo utilizzo del dispositivo, onde evitare il caricamento accidentale di dati relativi all'utente sbagliato.

È comunque possibile caricare i dati associati a un altro profilo sul dispositivo.

1. Selezionare il dispositivo in Gateway.
2. Selezionare l'opzione "remove device" (rimuovi dispositivo) nella schermata di caricamento.
3. Fare clic sulla "X" per confermare la rimozione del dispositivo. Questa operazione non cancella i dati presenti nell'account Bi-LINK
4. Fare clic su "add new device" (aggiungi nuovo dispositivo) e selezionare nuovamente dall'elenco il dispositivo in dotazione
5. A questo punto è possibile selezionare un profilo utente diverso per il caricamento dei dati

Per tornare all'utente precedente, è sufficiente ripetere la procedura indicata dalle istruzioni.

(4) Importazione dei dati da Bi-LINK versione 1.6

Come posso importare i dati da Bi-LINK versione 1.6?

Bi-LINK permette di caricare i dati dalla versione 1.6 in modo da eseguire il monitoraggio di tutti i dati in un unico posto!

1. Accedere al proprio profilo utente su Bi-LINK e fare clic su “upload Bi-LINK 1.6 Data” (caricamento dati da Bi-LINK 1.6).
2. Accedere al file che contiene i dati esportati e fare clic su “upload Bi-LINK data” (caricamento dati da Bi-LINK).
3. Visualizzare i dati nella vista dashboard.

(5) Modificare la password o eliminare l'account

Come posso cambiare la password?

Per cambiare la password, utilizzare il link "forgot my password" (password dimenticata).

Per eseguire questa operazione è necessario soltanto il proprio indirizzo e-mail e non il nome utente. Si riceverà un link attraverso il quale sarà possibile modificare la propria password.

Come posso eliminare il mio account?

Inviare un messaggio e-mail al servizio assistenza clienti per richiedere la cancellazione dell'account.

info@corman.it

(6) Personalizzazione della dashboard e creazione di programmi per il benessere

Come posso personalizzare la mia dashboard?

La dashboard di Bi-LINK può essere personalizzata in modo da visualizzare i dati in ordine di importanza per l'utente. Ad esempio, dopo l'accesso si potrebbe voler visualizzare per primo il grafico della pressione arteriosa, poi le proprie attività e infine la composizione corporea.

Per modificare l'ordine dei dati, accedere alla barra dei menu Dashboard e fare clic sull'icona di modifica.



Sarà possibile riordinare i propri parametri trascinando la barra in alto o in basso.

Vorrei impostare i target e vedere i progressi verso i miei obiettivi di salute. Come posso eseguire questa operazione in Bi-LINK?

Bi-LINK permette di programmare target giornalieri oppure pianificare obiettivi di salute di lungo termine.

Target giornalieri

I target giornalieri possono essere programmati dai grafici visualizzati nella dashboard. Ad esempio, è possibile impostare come obiettivo giornaliero l'esecuzione di 10.000 passi oppure il mantenimento della pressione arteriosa nell'intervallo **135/85**.

Per fare questo, selezionare "Metrics" (Parametri) nella barra dei menu principale. Quindi, selezionare i parametri che si intende regolare; facendo clic su "Edit Target" (Modifica target) è possibile definire ad esempio la quantità di passi che si intende raggiungere. Questa quantità si rifletterà nel grafico visualizzato nella dashboard.

Pianificare gli obiettivi di salute

Bi-LINK offre anche la possibilità di avviare un programma per il benessere; sono disponibili diversi programmi che spaziano dalle diete all'attività fisica, dalla preparazione per le maratone alla riduzione dei livelli di glicemia.

Per partecipare a un programma, accedere alla barra del menu principale e fare clic sull'icona "Plans" (Programmi). Qui è possibile selezionare il programma preferito e adattare la tempistica e l'intensità in base alle proprie esigenze. I programmi permettono inoltre di stabilire la data iniziale e finale per il raggiungimento dei propri obiettivi.

I risultati ottenuti saranno visibili dopo aver eseguito l'accesso e caricato i dati. Bi-LINK invia inoltre dei promemoria relativi ai giorni rimasti per completare il programma, in modo che l'utente rimanga costantemente motivato, tutti i giorni.

Chi è la dottoressa Sheri Coldberg e cosa posso fare con i programmi per il benessere?

La dottoressa Sheri Colberg è esperta di diabete e fitness.

Ha scritto più di 20 libri e oltre 250 articoli su fitness, diabete, benessere, invecchiamento e nutrizione. Potrai trarre vantaggio dalla sua esperienza partecipando al programma "colora la tua dieta".

Qual è la differenza tra “Marketplace programmi” e “Programmi”? Nel Marketplace programmi è possibile trovare tutti i programmi a cui è possibile partecipare, con la rispettiva descrizione dettagliata. Dopo aver aderito a un programma, è possibile accedere alla funzione “Monitor your daily activity” (Monitoraggio dell’attività quotidiana) e visualizzare i propri risultati.

Come posso stampare le mie misurazioni?

Per stampare i propri dati sanitari, accedere alla barra dei menu Dashboard e selezionare l’icona di esportazione



Facendo clic su questa funzione è possibile selezionare i dati per poi stamparli, salvarli come PDF oppure esportarli in un file .CSV o .TSV.

Risoluzione dei problemi: non riesco a stampare i miei dati. Cosa posso fare?

Verificare di avere selezionato i grafici dei dati che si desidera stampare prima di premere il pulsante di stampa.

È possibile inviare i rapporti tramite e-mail direttamente a terzi?

Innanzitutto, è necessario scaricare il proprio rapporto in formato .pdf, ad esempio sul computer. Successivamente, è possibile condividere tali rapporti con altre persone.

Vorrei avere su Bi-LINK tutti i miei record precedenti. Come posso farlo?

Per immettere i dati in Bi-LINK è possibile procedere in due modi. I dati possono essere immessi manualmente oppure importati in digitale dall’account Bi-LINK mediante un file CSV.

Immissione manuale

Per immettere i dati manualmente, accedere alla Dashboard e selezionare i parametri che si desidera adattare, ad esempio “Activity” (Attività). Nell’angolo in alto a destra del grafico è presente un pulsante (+). Facendo clic su questo pulsante, vengono visualizzate varie opzioni relative ai dati che è possibile importare manualmente, ad esempio Passi, Passi aerobici o Distanza. Prima di inserire i dati, assicurarsi di selezionare la data in cui i valori sono stati registrati, quindi immettere i valori. Una volta inseriti i dati, premere (Save Changes) (Salva modifiche). Ripetere questi passaggi per tutti i valori che si desidera inserire per una data specifica. Tutti i dati inseriti si rifletteranno nei grafici visualizzati.

Caricamento digitale

Bi-LINK permette di caricare i dati dalla versione 1.6 in modo da eseguire il monitoraggio di tutti i dati in un unico posto!

1. Accedere al proprio profilo utente su Bi-LINK e fare clic su “upload Bi-LINK 1.6 Data” (caricamento dati da Bi-LINK 1.6).
2. Accedere al file che contiene i dati esportati e fare clic su “upload Bi-LINK data” (caricamento dati da Bi-LINK).

I dati vengono caricati automaticamente.

3. Visualizzare i dati nella vista dashboard.