

Návod k použití chytrých hodinek

Obrázek

Před použitím si pečlivě přečtete pokyny.

Nabíjení a aktivace chytrých hodinek

1. Při prvním použití chytrých hodinek je potřeba zajistit dostatečné nabití baterie. Pokud nejsou dostatečně nabité, hodinky se nezapnou, proto je nejprve nabíjejte po dobu alespoň 2 hodin. Hodinky se po nabití automaticky zapnou.
2. Jak je znázorněno na obrázku, magnetický kabel se automaticky připojí k nabíjecímu konektoru hodinek.

Obrázek

Stažení aplikace FitCloudPro

Android: Pro stažení vyhledejte aplikaci FitCloudPro na tržišti aplikací (např. Play Store).

iOS: Pro stažení vyhledejte FitCloudPro v aplikaci AppStore.

Nebo si aplikaci stáhněte naskenováním QR kódu.

Úvod k ovládání hodinek

- 1) Přetažení doleva: Možnosti funkcí, údaje o sportovní aktivitě, tréninkový režim, srdeční tep, spánek, krevní tlak, oxylučení krve, počasí, hudba a další možnosti.
- 2) Přetažení doprava: Vstup do režimu rozdělené obrazovky.
- 3) Přetažení dolů: Nastavení: jas displeje, režim Nerušit, hledání telefonu, systém, nastavení.
- 4) Přetažení nahoru: Informace o displeji.
- 5) Klepnutí displeje a podržení: Ciferník se zmenší, pohybem po displeji lze pak zvolit jiný.

Obrázek – displeje

Klíčové funkce

1. Horní tlačítko: Krátkým stisknutím vstoupíte z domovské stránky (ciferníku) do nabídky; dvojitým stisknutím v menu změníte styly; krátkým stisknutím se vrátíte z jiné obrazovky na ciferník; dlouhým stisknutím otevřete možnosti vypnutí nebo zapnete vypnuté hodinky;
2. Spodní tlačítko: Nastavené funkce. Výchozí nastavení: krátké stisknutí: Tréninkový režim; dlouhé stisknutí: Hudba (Příslušné funkce lze změnit.) Podporované možnosti: Žádná funkce, nabídka, pozastavení obrazovky, krok zpět, sport, data, srdeční tep, krevní tlak, hudba, hlasový asistent, relaxační dechová cvičení, stopky, časovač, funkce pro ženy, telefonní hovor, často používané kontakty, fotoaparát)

Připojení přes bluetooth

1. Stáhněte si a otevřete aplikaci FitCloudpro, poté současně zapněte zvuk hovoru i zvuk médií na hodinkách a bluetooth mobilního telefonu. Vyhledejte název odpovídajícího bluetooth zařízení, nakonec jedním kliknutím propojte aplikaci s bluetooth audiem.

Obrázek – Přepínání ciferníku

Přidržením domovské obrazovky po dobu 2 sekund otevřete možnost přepnutí ciferníku. Přetažením doleva nebo doprava přepínejte mezi zobrazenými ciferníky. Na zvolený ciferník klepněte.

Obrázek – Ovládací centrum

Přehled funkcí: nerušit, probuzení hodinek otočením zápěstí, baterka, jas, nastavení, sledování polohy telefonu, úsporný režim, informace o systému

Obrázek – Telefon

Tato funkce vyžaduje připojení zvuku přes bluetooth. Otevřete obrazovku vytáčení a zadejte telefonní číslo. Přidržením tlačítka 7 nebo 9 po dobu dvou sekund zadáte * nebo #.

Obrázek – Často používané kontakty

Často používané kontakty: Kontakty je třeba uložit a přidat mezi často používané v mobilní aplikaci. K synchronizaci s hodinkami dojde automaticky. Lze přidat maximálně 10 kontaktů.

Obrázek – Připojení zvuku přes bluetooth

Nastavení je rozděleno na přepínač „zvuk hovoru“ a „zvuk médií“.

Zvuk hovoru: Slouží k přepnutí na volání přes bluetooth. Zvuk médií: Slouží k přepnutí na přehrávání médií. (Ve výchozím nastavení vypnuto.)

- 1) Zvuk médií lze zapnout, pouze pokud je zapnut zvuk hovoru.
- 2) Pokud vypnete zvuk hovoru, vypne se zároveň i zvuk médií;
- 3) V případě (2) zapněte „zvuk hovoru“ a přepínač „zvuk médií“ se automaticky zapne

Obrázek – Údaje o pohybu

Zobrazuje počet kroků, ušlou vzdálenost a údaje o spálených kaloriích zaznamenané v daný den a počet kroků za posledních sedm dní. V aplikaci lze nastavit cíl pro počet kroků, vzdálenost a spálené kalorie

Obrázek – Tréninkový režim

Možnosti tréninkového režimu: 8+1 Chůze, běh, turistika, jízda na kole, skákání přes švihadlo, basketbal, badminton, fotbal, jóga (základní sporty v hodinkách). Kliknutím na ikonu spustíte tréninkový režim. V aplikaci si lze vybrat z více než 110 různých sportů

Obrázek – Záznamy o sportovní aktivitě

Tato obrazovka zobrazuje posledních 10 záznamů z historie tréninkového režimu, včetně délky cvičení, srdečního tepu a spálených kalorií

Obrázek – Srdeční tep

Po vstupu do rozhraní pro měření srdečního tepu se v dolní části rozsvítí zelená kontrolka, která signalizuje zahájení měření. Když je měření dokončeno (přibližně za 45 sekund), hodinky zavibrují. Zobrazí-li se upozornění „žádné hodinky“, musíte si hodinky znovu nasadit. Rozhraní zobrazuje aktuální interval srdečního tepu uživatele a 24hodinovou křivku tepové frekvence.

Obrázek – Krevní tlak

Po vstupu do rozhraní pro měření krevního tlaku se v dolní části rozsvítí zelená kontrolka, která signalizuje zahájení měření. Když je měření dokončeno (přibližně za 45 sekund), hodinky zavibrují. Měření je založeno na technologii PPG. Lze zobrazit posledních sedm výsledků měření krevního tlaku uživatele.

Obrázek – Okysličení krve

Po vstupu do rozhraní pro měření okysličení krve se v dolní části rozsvítí zelená kontrolka, která signalizuje zahájení měření. Když je měření dokončeno (přibližně za 45–60 sekund), hodinky zavibrují. Měření je založeno na technologii PPG. Lze zobrazit posledních sedm výsledků měření okysličení krve uživatele.

Obrázek – Spánek

21:30–12:00 Zobrazení statistiky spánku za daný den a za posledních sedm dní. Hodinky sbírají data každý den, při připojení k aplikaci dojde k synchronizaci údajů s telefonem, automatickému přepočítání a celkové aktualizaci dlouhodobých statistik. Doba sledování spánku: 21:30–12:00

Obrázek – Funkce pro ženy

Po připojení hodinek k aplikaci se v ní může zobrazit upozornění na možnost zobrazení informací o ženském zdraví na hodinkách

Obrázek – Hudba

Když jsou hodinky připojeny k aplikaci, lze přes ně pozastavit či spustit přehrávání hudby, upravit hlasitost a přepínat skladby

Obrázek – počasí

Po připojení hodinek k aplikaci se v rozhraní počasí zobrazí aktuální teplota a počasí.

Obrázek – Upozornění

Po připojení hodinek k aplikaci lze v aplikaci otevírat upozornění. Veškerá upozornění z telefonu se budou zobrazovat na hodinkách. Ukládá se až 15 posledních upozornění

Obrázek – Budík

Po připojení hodinek k aplikaci lze nastavit jednorázový i opakovaný budík. Lze uložit až 5 samostatných budíků

Obrázek – Stopky

Tlačítkem start spustíte stopky, kliknutím na tlačítko pauzy měření pozastavíte, tlačítkem reset stopky vynulujete. Lze uložit maximálně 99 záznamů

Obrázek – Časovač

Ve funkci časovače systém přednastaví poslední použitý čas. Na daný čas lze kliknout pro rychlé spuštění odpočtu. Pro nastavení jiného času klikněte na tlačítko pro úpravu. Tlačítkem start spustíte odpočet, kliknutím na tlačítko pauzy časovač pozastavíte, tlačítkem reset jej vynulujete

Obrázek – Hledání telefonu

Po připojení hodinek k aplikaci lze díky této funkci najít mobilní telefon. Mobilní telefon zazvoní a hodinky zobrazí upozornění, že vyhledávání bylo úspěšné. Pokud hodinky nejsou spárovány s telefonem, upozorní vás, že nejsou připojeny.

Obrázek – Nastavení

Funkce nastavení umožňuje nastavení displeje (změna ciferníku, úprava jasu, délka probuzení displeje při zvednutí zápěstí), jazyka, stylu nabídky, intenzity vibrací, baterie, lze v ní také zobrazit QR kód hodinek a informace o systému

Obrázek – Relaxační dechová cvičení

Lze zvolit cvičení v délce 1 nebo 2 minut. Klikněte na odpovídající čas pro spuštění cvičení. Klikněte na start, nadechněte se a vydechněte podle pokynů aplikace (přiblížení/oddálení grafiky)

Obrázek – Kalkulačka

Lze zadat až 7 číslic (nelze zadat záporné číslo). Maximální délka výsledku je 8 číslic. Pokud je výsledek delší než 8 znaků, zobrazí se ----- (nelze vypočítat)

Obrázek – Kalendář

Zobrazuje se aktuální rok, měsíc a den. Přetažením dolů zobrazíte kalendář.

Obrázek – Připomenutí pitného režimu

Připomenutí lze nastavit v aplikaci [zařízení – připomenutí pitného režimu]. Lze nastavit čas začátku, čas ukončení a interval připomínek

Obrázek – Výzva k aktivitě

Připomenutí lze nastavit v aplikaci [zařízení – upozornění na neaktivitu]. Lze nastavit čas začátku, čas ukončení a období pro režim Nerušit

FAQ

Hodinky nelze zapnout.

Stiskněte a podržte tlačítko napájení déle než 3 sekundy. Baterie může být vybitá. Připojte hodinky k nabíječce.

Bluetooth není připojen nebo jej nelze připojit

1. Restartujte hodinky a znovu je připojte
2. Zkuste vypnout a opět zapnout bluetooth v telefonu a znovu jej připojit
3. Nepřipojujte telefon současně k jiným bluetooth zařízením

Měření tepu/krevního tlaku/ okysličení krve/EKG není přesné

1. Při měření může být nedostatečný kontakt mezi senzorem hodinek a zápěstím.
2. Je nutný plný kontakt mezi senzorem a zápěstím, aby bylo měření úspěšné.
3. Máte-li tmavší pleť nebo silně ochlupené paže, otevřete v nabídce zařízení Rozšířené měření (Devices–Enhanced measurement)

Údaje o spánku nejsou dostatečně přesné

1. Monitorování spánku simuluje přirozenou dobu usínání a probouzení. Hodinky v noci noste jako obvykle.
2. Pokud chodíte spát příliš pozdě nebo hodinky před nošením sundáváte, může docházet k chybám měření
3. Údaje o spánku nejsou zaznamenávány ve dne, výchozí období sledování spánku je od 21:30 hodin do 12:00 dalšího dne. Další často kladené otázky naleznete v aplikaci [Profil – FAQ].