

# Fitness náramek



## Uživatelský manuál

### Poznámky:

1. U jednotlivých verzí softwaru se mohou některé funkce drobně lišit.
2. Před použitím náramek plně nabijte, kompletní nabití trvá 2 hodiny.
3. Před použitím je potřeba synchronizovat čas připojením k aplikaci FFit.

### Kompatibilita

Tento model je kompatibilní se systémy:

- iOS 8.2 a novějším
- Android 4.4 a novějším
- Bluetooth 4.0

### Nabíjení náramku

- Náramek připojte k USB nabíječce a tu následně zasuněte do USB portu počítače či nabíječky.
- Nechte nabíjet maximálně 2 hodiny.
- Výdrž baterie činí asi 7 – 10 dní při běžném používání.

## Hlavní funkce

### Základní ovládání

#### Zapnutí

Dotykovou ovládací zónu stiskněte a podržte cca na 3 vteřiny.

#### Jednotlivá rozhraní

Mezi jednotlivými rozhraními (zprávy, měření tepu, tlaku, sportovní režimy atd.) se listuje krátkým stisknutím dotykové zóny a vybírá delším stisknutím.

#### Vypnutí

Náramek vypnete delším stisknutím dotykové zóny na rozhraní se symbolem vypnutí. Stiskněte alespoň po dobu 5 vteřin.

### Kroky, kalorie, vzdálenost

Po zapnutí náramku se automaticky spustí funkce měření kroků, kalorií a vzdálenost. Údaje můžete sledovat přímo v náramku nebo v aplikaci. Data se obnoví každý den v 00:00. Historie měření je uložena v mobilní aplikaci. Náramek začne měřit kroky až po cca 20 krocích.

Pozn.: aktivity jako čištění zubů či mytí nádobí mohou zkreslit měření kroků.

#### Tepová frekvence a měření krevního tlaku

Jakmile přejdete na rozhraní měření srdečního tepu či krevního tlaku, senzor se automaticky spustí a probíhá měření. Během měření by náramek měl být těsně připnutý k zápěstí.



Při měření krevního tlaku byste měli mít náramek ve vyobrazené poloze. Při měření byste neměli mluvit a neměli byste provádět žádnou aktivitu. Při dokončení jednotlivých měření náramek zavibruje. (Doba měření: Srdeční tep – 15 vteřin, krevní tlak – 15 vteřin, okysličení krve – 25 vteřin). Lze nastavit kontinuální měření srdečního tepu a krevního kyslíku po 5 minutách, viz karta „zařízení“.

## Sportovní režimy

Přepněte do rozhraní sportovních režimů „Sport“. V tomto rozhraní vstoupíte do výběru sportovního režimu – mezi nimi listujete krátkým stisknutím dotykové zóny. Konkrétní sport vyberete delším stisknutím.

Měření aktivity začíná po dalším delším stisknutí po výběru konkrétního sportu. Pauzu provedete delším stisknutím dotykové zóny, po dokončení cvičení režim ukončíte dalším krátkým stisknutím dotykové zóny.

Na výběr je ze čtyř sportovních režimů – běh, běh na páse, chůze, jízda na kole, volný trénink.

## Aplikace FFit

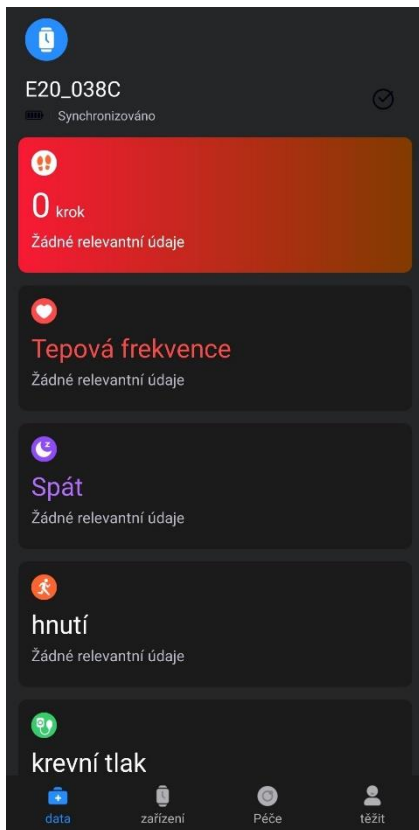


Náramek propojíte s aplikací FFit (aplikace je v češtině)

Tuto aplikaci najdete:

Android: Google Play store (Obchod Play) - <https://play.google.com/store/apps/details?id=com.zjw.ffit>

Apple: APP store - <https://apps.apple.com/us/app/f-fit/id1466929052>



## Propojení aplikace a náramku

Ujistěte se, že máte náramek zapnutý, Bluetooth v telefonu je aktivní a vzdálenost mezi hodinkami a mobilním telefonem je menší než 10 metrů. V aplikaci se zaregistrujte a následně se přihlaste. Pouze pokud jste v aplikaci přihlášení, mohou být data z hodinek synchronizována. Aplikace by měla neustále běžet na pozadí telefonu, aby náramek pracoval správně.

- 1) Stáhněte si aplikaci **FFit**.
- 2) Po otevření aplikace povolte všechna oprávnění a vyhledejte náramek.
- 3) Po vyhledání potvrďte propojení s „E20-038C“.
- 4) Úspěšně jste dokončili párování.

## Další funkce

### Notifikace

V aplikaci na kartě „zařízení“ si můžete nastavit jaké notifikace z mobilního telefonu si přejete dostávat. Nastavení provedete v sekci „oznámení“. Příchozí hovor odmítnete stiskem dotykové zóny náramku.

### Alarm – budík, připomenutí dlouhého sezení

V aplikaci na kartě „zařízení“ přejděte do sekce „nastavení připomenutí“, kde můžete nastavit čas připomenutí sezení, pitného režimu, alarmu, schůzky a braní léků.

### Phone finder – Hledat zařízení

V aplikaci na kartě „zařízení“ přejděte do sekce „najít zařízení“. Po zvolení této funkce začne náramek vibrovat.

### Pořízení fotografie telefonu

Na kartě „zařízení“ přejděte na možnost fotografování, následně se v mobilním telefonu spustí fotoaparát. Zatřesením náramku spustíte odpočet do pořízení fotografie.

### Režim nerušit

Na kartě „zařízení“ na záložce „režim nerušit“, lze deaktivovat příchozí oznámení mezi 22:00 a 8:00.

## Řešení problémů

Jestliže při používání náramku dojde k problémům, vyřešte je následujícím způsobem, pokud problém přetrvává, obraťte se na prodejce (distributora).

### **Náramek nelze zapnout**

- Podržte dotykovou zónu déle než 3 vteřiny.
- Zkontrolujte, zda je dostatečně nabitá baterie – znovu ji nabijte a zkuste náramek znovu zapnout.

### **Náramek se automaticky vypíná**

- Baterie má pravděpodobně nízkou kapacitu – znovu nabijte.

### **Krátká výdrž baterie**

- Ujistěte se, že je baterie plně nabíjena (po dobu 2 hodin).

### **Náramek nelze nabíjet**

- Ujistěte se, že je USB port funkční.
- Ujistěte se, že je koncovka do USB portu správně vložena.
- Je možné, že po několika letech bude výkon baterie snížen.

Před použitím očistěte prosím senzor srdečního tepu.