

®

WATCHMARK



BETRIEBSANLEITUNG

WWW.WATCHMARK.COM

DAS INHALTSVERZEICHNIS

Einführung

Über die Uhr	4
Konfiguration des Geräts	
Inhalt der Verpackung	
Hardware-Anforderungen	5
Aufladen der Uhr	
Zusätzliche Informationen	6
Wie trägt man eine Smartwatch?	7
Austausch des Gürtels	8

App und Funktionen

Installation von Anwendungen	9
Verfügbare Funktionen in der Smartwatch	10
Uhrzeit, Datum	
Schrittzähler	
Kalorienzähler	
Entfernung	
Einstellung der Displayhelligkeit	11
Blutdruck	
Sättigung	
Puls	
Temperaturmessung	12
Lasertherapie	
Stoppuhr	13
Wecker	
Schlafüberwachung	
Wetter	
Musik	
Sport-Modi	14
Zifferblatt-Thema ändern	
Menü ändern	
Benachrichtigungen	15
Bitte nicht stören"-Modus	
Gerät zurücksetzen	16
Einstellungen	

DAS INHALTSVERZEICHNIS

App und Funktionen

Verfügbare Funktionen	17
in der Anwendung	
Verlauf der Messung	
Meldungen	
Änderung des Zifferblatt-	
Themas	
Kontakte	
Steuerung der	
Telefonkamera	18
Funktion "Gerät suchen	
Funktion "Gerät	
Alarme	
Erinnerung an Bewegung	
Trinkerinnerung	
Wetter	19
G-Sensor	
Automatische Pulsmessung	
Gerät zurücksetzen	

Informationen

Technische Daten	20
Produktbeschwerde	21
Produktrückgabe	22
Austausch des Produkts	24

Einführung

Watchmark Focus-Informationen

Focus ist eine Gesundheitsuhr aus der KARDIO-Serie, die Ihnen dabei hilft, auf Ihre Gesundheit zu achten. Die Uhr verfügt über innovative Funktionen zur Verfolgung von Gesundheitsparametern wie Blutdruck, Sauerstoffsättigung, Puls und Temperatur. Die Messergebnisse werden auf dem Uhrenbildschirm angezeigt. Mit der Focus-Smartwatch können Sie Ihre Fortschritte und Erfolge überwachen und Ihre Fitness verbessern.

Gerätekonfiguration

Inhalt des Pakets



Smartwatch (Farbe und Material können je nach gewählter Farbe variieren)



Ladegerät (Farbe und Material können je nach gewähltem Modell variieren)

Armband (Farbe und Material können je nach gewählter Farbe variieren)

Hardware-Anforderungen

iOS 11.4 und höher

Android 6.0 und höher

Unterstütztes Bluetooth: 5.0

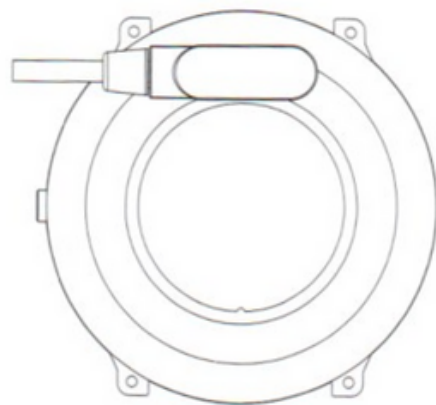
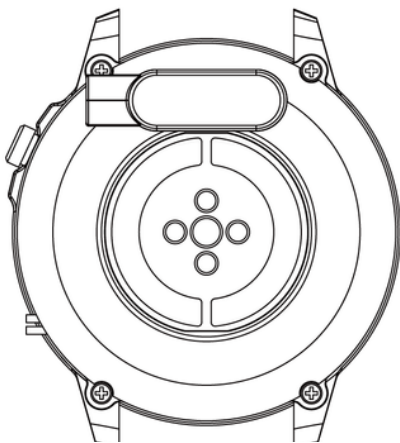


Android 6.0+



iOS 11.4+

Ladeanleitung



Diese Smartwatch nutzt magnetisches Laden.

Schließen Sie das Ladekabel an den USB-Eingang und an die hinteren Ladekontakte des Geräts an. Sobald die Verbindung hergestellt ist, startet der Ladevorgang automatisch und das Ladesymbol erscheint auf dem Bildschirm.

Das vollständige Aufladen des Akkus dauert etwa 2 Stunden. Benutzen Sie die Uhr nicht während des Ladevorgangs.

Achtung: Schließen Sie das magnetische Ladekabel nicht gleichzeitig an zwei Pins mit leitfähigem Material an, da dies zu einem Kurzschluss führen kann.

Weitere Informationen

Bitte lesen Sie die gesamte Bedienungsanleitung sorgfältig durch, bevor Sie das Gerät verwenden. Es wird empfohlen, nur den Original-Akku, das Original-Ladegerät und das Zubehör zu verwenden, die mit dem Gerät geliefert wurden.

Der Hersteller oder Händler übernimmt keine Verantwortung für die Verwendung von Zubehör von Drittanbietern.

Die in diesem Handbuch vorgestellten Funktionen können je nach Modell unterschiedlich sein, da es sich bei dem Handbuch um eine allgemeine Beschreibung von Smartwatches handelt. Einige Modelle können vom Standard abweichen.

Laden Sie das Gerät vor dem ersten Gebrauch mindestens 2 Stunden lang auf. Bevor Sie das Gerät verwenden, laden Sie die Anwendung herunter, installieren Sie sie und akzeptieren Sie alle Einwilligungen, die das Smartphone einfordert. Wird dies nicht vollständig durchgeführt, stehen nicht alle Funktionen des Gerätes zur Verfügung. Das Smartphone fordert nur Zugriff auf die Funktionen, die für die ordnungsgemäße Funktion der Smartwatch erforderlich sind.

Das Unternehmen behält sich das Recht vor, den Inhalt dieses Handbuchs zu ändern.

Wie trage ich eine Smartwatch?

Das Armband dieses Uhrenmodells ist 22 mm breit. Es ist austauschbar, Sie können zusätzliche Bänder in einer anderen Farbe oder aus einem anderen Material kaufen.

Eine Uhr tragen

Wenn Sie nicht trainieren, tragen Sie Ihre Smartwatch wie eine normale Uhr, einen Finger über Ihrem Handgelenkknochen.

Um die Herzfrequenzüberwachungsfunktion während des Trainings optimal nutzen zu können, tragen Sie das Gerät für mehr Komfort und Stabilität oberhalb des Handgelenks (innerhalb von 2 Fingern über dem Handgelenksknochen). Viele Übungen wie Radfahren oder Gewichtheben können dazu führen, dass die Smartwatch ihre Position verändert, beispielsweise durch Beugen des Handgelenks. Sitzt die Uhr tiefer am Handgelenkknochen, kann es zu Messunterbrechungen kommen, weshalb die richtige Platzierung so wichtig ist.

Riemenwechsel

Befestigen Sie das Originalarmband an der Uhr, bevor Sie sie verwenden. Seien Sie dabei äußerst vorsichtig und achten Sie beim Befestigen der Teleskope auf der Uhr auf Ihre Nägel.

Anlegen des Gürtels

1. Führen Sie ein Ende des Armbands mit dem Teleskop in die Aussparung des Uhrengehäuses ein.
2. Schieben Sie andererseits das Teleskop in die Mitte der Aussparung und befestigen Sie es an der Uhr.

Entfernen des Riemens

1. Drücken Sie auf einer Seite den Ring am Teleskop und bewegen Sie ihn vorsichtig in die Mitte.
2. Ziehen Sie dann nach oben, bis sich das Teleskop von der Uhr löst.

Apps und Funktionen

Installieren der Anwendung

Die App für das Smartwatch-Modell Focus heißt „FitCloudPro“. Die Anwendung muss im Google Play / App Store oder über den untenstehenden QR-Code heruntergeladen werden.



Google Play



Appstore

Schalten Sie nach der Installation der Anwendung Bluetooth auf Ihrem Telefon ein und rufen Sie die Anwendung auf. Erstellen Sie ein Konto oder fahren Sie ohne Registrierung fort.

Vervollständigen Sie die Daten und erlauben Sie den Zugriff. Für den ordnungsgemäßen Betrieb der Anwendung müssen Sie alle in der Anwendung erforderlichen Einwilligungen zum Ausdruck bringen. Um die Uhr zu verbinden, wählen Sie „Scannen“ und dann das Uhrenmodell (F900).

Smartwatch-Funktionen

- **Uhrzeit, Datum, Wochentag**

Auf dem Hauptbildschirm finden Sie Informationen zu Uhrzeit, Datum und Wochentag.

- **Schrittzähler**

Zählt die an einem bestimmten Tag unternommenen Schritte (die Daten werden jeden Tag ab 00:00 Uhr zurückgesetzt). Die Anzahl der durchgeführten Schritte kann in der Anwendung, auf dem Hauptbildschirm je nach ausgewähltem Zifferblatt oder nach Verschieben des Hauptbildschirms nach links eingesehen werden.

- **Zähler für verbrannte Kalorien**

Sie können die Daten zum Kalorienverbrauch in der App oder durch Wischen auf dem Hauptbildschirm nach links einsehen.

- **Zurückgelegte Strecke**

Informationen über die im Laufe des Tages zurückgelegte Distanz. Die zurückgelegte Strecke kann in der Anwendung oder nach einem Wischen des Hauptbildschirms nach links angezeigt werden.

- **Anpassen der Helligkeit der Bildschirmhintergrundbeleuchtung**

Durch Anpassen der Helligkeit werden Ihre Augen nachts vor einem zu hellen Bildschirm geschützt und die Batterien der Uhr geschont. Sie finden diese Funktion im Dropdown-Menü auf dem Hauptbildschirm.

Smartwatch-Funktionen

- **Blutdruck (BP)***

Der Blutdruck ist die Kraft, die das Blut während der Kontraktion und Entspannung des Herzmuskels auf die Arterienwände ausübt. Die akzeptierte Norm für den systolischen Druck beträgt 120 mm Hg und für den diastolischen Druck 80 mm Hg. Bei der Uhr befindet sich die Funktion zur Blutdruckmessung im Menü unter der Bezeichnung „BP“.

- **Sättigung***

Die Funktion informiert über den Grad der Sauerstoffversorgung des Blutes. Im Normalfall sollte das Ergebnis zwischen 95 und 100 % liegen. Wenn der Sauerstoffgehalt sinkt, kann dies gefährlich für unsere Gesundheit sein. Bei der Uhr befindet sich die Funktion zur Messung der Sättigung im Menü unter der Bezeichnung „Blutsauerstoff“.

- **Puls***

Herzfrequenz oder Puls: Dies ist die Anzahl der Herzmuskelschläge pro Minute. Die akzeptierte Norm ist die Grenze von 60 bis 100 Schlägen pro Minute. Bei erhöhtem Puls sprechen wir von Tachykardie, bei niedrigem Puls von Bradykardie. Beide Erkrankungen können gesundheitsgefährdend sein. Bei der Uhr befindet sich die Funktion zur Messung des Pulses im Menü unter der Bezeichnung „Puls“.

Smartwatch-Funktionen

- **Temperatur messung***

Mit der Funktion können Sie die aktuelle Körpertemperatur messen. Die normale Körpertemperatur eines erwachsenen Menschen beträgt 36,6 Grad Celsius. Steigt das Temperaturniveau auf 38 Grad, spricht man von Fieber. Bei der Uhr befindet sich die Funktion zur Messung des Pulses im Menü unter dem Namen „Körpertemperatur“.

- **Lasertherapie****

Bei der Lasertherapie wird ein Lichtstrahl (mit fester Intensität: Länge und Stärke) für eine bestimmte Zeit auf einen Körperteil abgestrahlt. Laserstrahlung hat eine schmerzstillende, entzündungshemmende und schwellungshemmende Wirkung, erhöht die Mikrozirkulation, beeinflusst immunologische und hormonelle Prozesse, erleichtert die Nervenregeneration, beschleunigt das Knochenwachstum und stimuliert die Synthese von Muskelfasern. Die Therapiedauer beträgt 60 bis 240 Sekunden. Um die Funktion zu aktivieren, drücken Sie die untere Taste an der Seite des Umschlags.

**Kontraindikationen für die Lasertherapie sind: Krebs, Hyperthyreose, Epilepsie, Hauterkrankungen (bakterielle, virale oder Pilzinfektionen). Es sollte auch nicht von schwangeren Frauen verwendet werden.

Smartwatch-Funktionen

- **Stoppuhr**

Eine Funktion, die zur Steuerung und Messung kurzer Zeiträume dient. In der Uhr finden Sie diese Funktion im Menü.

- **Alarm**

Um einen Alarm auf Ihrer Uhr einzustellen, wählen Sie die Uhrzeit und die Alarmzeit in der App aus. Mehr auf Seite 18.

- **Schlaf-Tracker**

Eine Funktion, die bei der Analyse des menschlichen Schlafes hilft. Die Uhr zeigt die Anzahl der Stunden an, die Sie geschlafen haben. Auf Ihrer Uhr finden Sie Ihre Schlafstatistiken im Menü.

- **Wetter**

Nach der Verbindung mit dem Telefon werden die aktuellen Wetterinformationen auf der Uhr angezeigt. Die Wetterfunktion finden Sie im Menü. Mehr auf Seite 18.

- **Musik**

Sie können die Musik auf Ihrem Telefon über Ihre Uhr steuern. Schalten Sie die Musikwiedergabe auf Ihrem Telefon ein und wählen Sie dann im Uhrenmenü die Funktion „Musik“. Sie können Musik anhalten, abspielen, zurückspulen und zurückspulen.

Smartwatch-Funktionen

- **Sportmodi**

Mit den Sportmodi Ihrer Uhr können Sie Ihre Trainingsziele steuern, indem Sie Ihre Schritte, Herzfrequenz, Kalorien und Distanz überwachen.

Trainingsdaten finden Sie nach der Synchronisierung in der App oder nach dem Training auf der Uhr.

Verfügbare Sportmodi: Gehen, Laufen, Klettern, Radfahren, Yoga, Crosstrainer. Im Sportmodus werden abhängig von der gewählten Aktivitätsform Parameter wie Zeit, verbrannte Kalorien, Distanz und Herzfrequenz gemessen. Auf der Uhr befinden sich die Sportfunktionen im Menü „Training“.

- **Änderung des Schildthemas**

Die Uhr verfügt über mehrere Zifferblätter zur Auswahl. Um die Wählscheiben zu wechseln, drücken Sie lange auf den Hauptbildschirm (ca. 3 Sekunden). Weitere Discs zur Auswahl finden Sie in der App. Mehr auf Seite 16.

- **Ändern des Erscheinungsbilds des Menüs**

Sie können das Menü nach Ihren Wünschen anpassen. Es gibt drei verschiedene Menüdarstellungen. Um das Aussehen zu ändern, gehen Sie zu den Einstellungen und wählen Sie dann „Hauptmenüstil“.

Smartwatch-Funktionen

- **Benachrichtigungen/Nachrichten**

Nachdem Sie die Uhr über die Anwendung mit dem Telefon verbunden und die entsprechenden Einwilligungen erteilt haben, zeigt die Uhr eingehende Benachrichtigungen von sozialen Netzwerken und den Anfang der Nachricht an. Damit Benachrichtigungen angezeigt werden, muss diese Funktion in den Anwendungseinstellungen aktiviert werden. Mehr auf Seite 17.

- **Nicht stören-Modus**

Ein Modus, der dazu führt, dass nicht alle Benachrichtigungen angezeigt werden. Um diesen Modus zu aktivieren, gehen Sie zu den Einstellungen und wählen Sie „Nicht stören-Modus“.

- **Funktion „Telefon suchen“**

Nachdem Sie das Gerät ordnungsgemäß mit der Anwendung auf Ihrem Telefon gekoppelt haben, können Sie Ihr Telefon schnell finden. Sobald Sie „Telefon suchen“ auswählen, vibriert und klingelt Ihr Telefon. In der Uhr finden Sie diese Funktion im Menü.

Smartwatch-Funktionen

- **Werkseinstellungen zurückgesetzt**

Durch einen Werksreset können Sie Ihre Uhr zurücksetzen und alle Daten und Einstellungen löschen. Bei der Uhr befindet sich die Reset-Funktion in den Einstellungen.

- **Einstellungen**

In den Einstellungen können Sie:

- Stellen Sie die Hintergrundbeleuchtungszeit und die Bildschirmhelligkeit ein
- Aktivieren Sie die Energiesparfunktion
- Stellen Sie die Vibrationsintensität ein
- Stellen Sie die Stärke und Zeit der Lasertherapie ein
- Gerätesprache auswählen
- Schalten Sie das Gerät aus

Funktionen, die in einer speziellen Anwendung verfügbar sind

- **Messhistorie**

In der Anwendung finden Sie den Verlauf der von der Uhr durchgeführten Messungen. Sie können den Verlauf auf der Hauptseite der Anwendung überprüfen.

- **Benachrichtigungen**

Mit der Benachrichtigungsfunktion können Sie den Anfang der Nachricht auf dem Smartwatch-Bildschirm lesen.

Benachrichtigungen können von Anwendungen wie Facebook, Instagram, Gmail stammen. Um diese Funktion zu aktivieren, gehen Sie zu „Gerät“ und wählen Sie dann „Benachrichtigungseinstellungen“.

- **Änderung des Schildthemas**

Weitere Schildthemen sind in der speziellen App verfügbar. Um Zifferblätter auszuwählen, gehen Sie in der App auf „Gerät“ und dann auf „Zifferblattauswahl“. Daten/WLAN muss auf Ihrem Telefon aktiviert sein, um Zifferblätter herunterzuladen.

- **Steuerung der Telefonkamera**

Mit dieser Funktion können Sie aus der Ferne Bilder mit der Kamera des Telefons aufnehmen, indem Sie den Auslöser der Kamera durch Schütteln der Uhr aktivieren. Um ein Foto aufzunehmen, wählen Sie „Gerät“ und dann „Remote-Kamera“. Nützlich für Gruppenfotos aus der Ferne.

Funktionen, die in einer speziellen Anwendung verfügbar sind

- **Finden Sie das Gerät**

In der Anwendung wird durch Auswahl der Funktion „Uhrensuche“ ein Vibrationsalarm in der Uhr aktiviert, der beim Auffinden des Geräts hilft.

- **Alarm**

Um einen Alarm auf Ihrer Uhr einzustellen, wählen Sie die Uhrzeit und die Alarmzeit in der App aus. Wählen Sie dazu in der Anwendung „Gerät“ und dann „Alarmer“ aus.

- **Bewegungserinnerung**

In der Anwendung können Sie Erinnerungen einrichten, dank derer die Uhr Sie über die Notwendigkeit einer Aktivität informiert, wenn sie erkennt, dass eine Person längere Zeit bewegungslos bleibt. Um die Funktion zu aktivieren, wählen Sie „Gerät“ und dann „Inaktivitätserinnerung“.

- **Trinkerinnerung**

In der Anwendung können Sie Erinnerungen einstellen, dank derer die Uhr Sie daran erinnert, nach Wasser zu greifen. Um diese Funktion zu aktivieren, wählen Sie in der App „Gerät“ und dann „Hydrationserinnerung“ aus.

Funktionen, die in einer speziellen Anwendung verfügbar sind

- **Wetter**

Damit die Uhr das aktuelle Wetter anzeigt, müssen Sie der App den Zugriff auf den Standort Ihres Telefons erlauben und die Wetterfunktion in der App aktivieren. Gehen Sie zu „Gerät“ und dann zu „Wetterinformationen“.

- **Wecken Sie den Bildschirm mit einer Handbewegung auf (G-Sensor)**

Um zu aktivieren, dass der Bildschirm der Uhr durch eine Winkebewegung aktiviert wird, wählen Sie in der App „Geräte“ und dann „Mit einer Bewegung des Handgelenks aktivieren“ aus.

- **Automatische Herzfrequenzmessung**

Sie können die App so einstellen, dass Ihre Herzfrequenz stündlich gemessen wird. Die automatische Messung erfolgt stündlich ohne unser Zutun. Um die Funktion zu aktivieren, wählen Sie in der App „Gerät“ und dann „Kontinuierliche Herzfrequenzüberwachung“ aus.

Durch die Einstellung automatischer Messungen wird die Batterielebensdauer verkürzt.

- **Werkseinstellungen zurückgesetzt**

Durch einen Werksreset können Sie Ihre Uhr zurücksetzen und alle Daten und Einstellungen löschen. Zum Zurücksetzen gehen Sie in der App auf „Geräte“ und dann auf „Werkseinstellungen wiederherstellen“.

Allgemeine Informationen

Technische Daten

IP67 wasserdicht**

Ermöglicht die Verwendung der Uhr beim Händewaschen oder an einem regnerischen Tag.

280-mAh-Akku

Moderner Lithium-Polymer-Akku.

Realtek 8762c-Prozessor

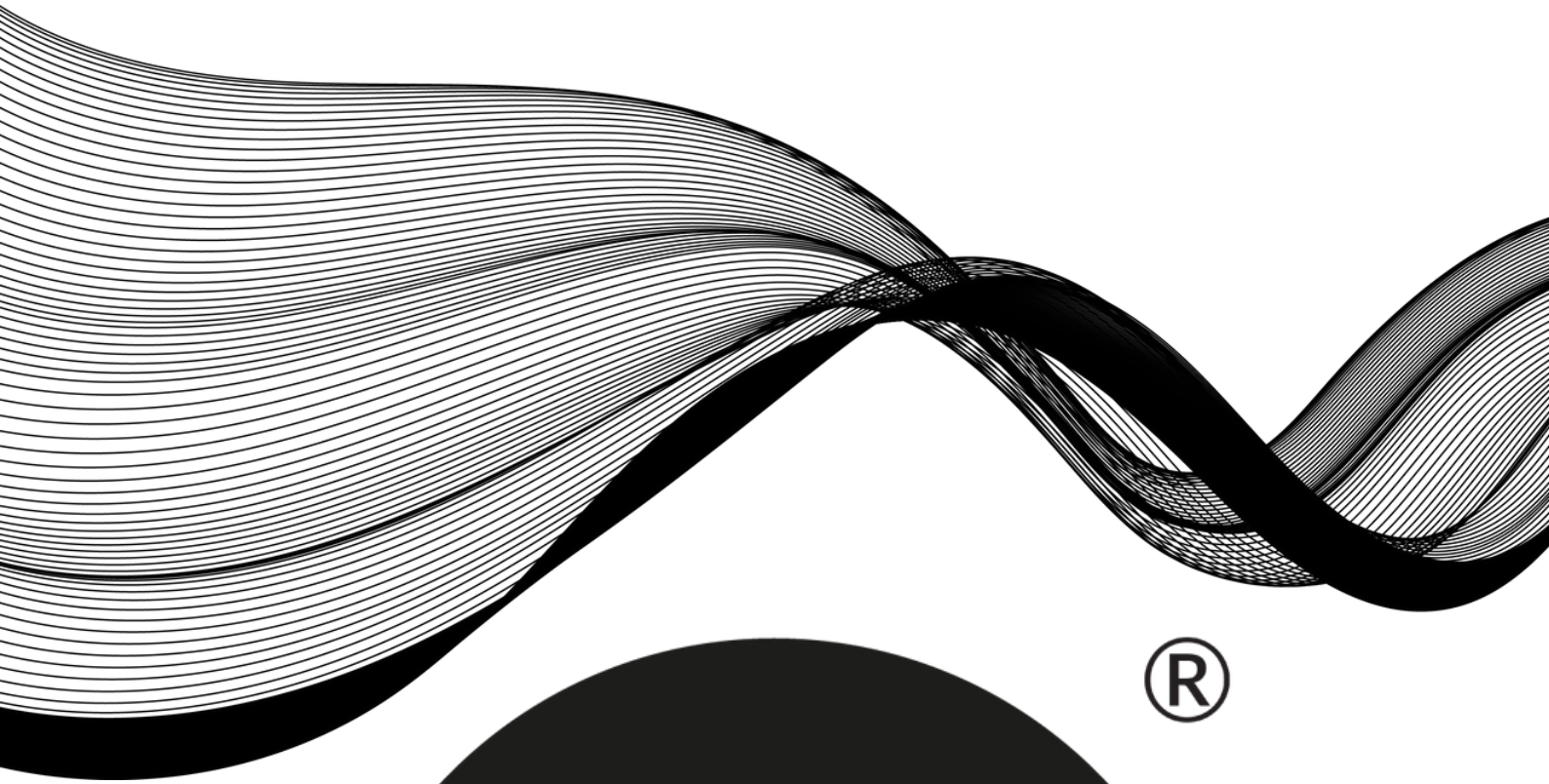
Innovativer Prozessor, der sich durch hohe Effizienz auszeichnet.

Klassisches Design

Dank des klassischen Designs passt die Uhr zu jedem Outfit.



**Der IP67-Standard ermöglicht eine Wassertemperatur von +10 bis +35 Grad Celsius und ein Eintauchen bis zu einer Tiefe von 1 m für 30 Minuten. Die Uhr kann nicht in heißen Bädern oder Saunen verwendet werden, da sie nicht dampfbeständig ist. Es ist nicht zum Schwimmen gedacht, sondern soll Ihnen dabei helfen, auf Ihre Gesundheit zu achten.



®

WATCHMARK

