WATCHMARK®

KÄYTTÖOHJEET

WWW.WATCHMARK.COM

SISÄLLYSLUETTELO

Johdanto

Tietoja älykellosta **4**
Laitteen konfigurointi
Pakkauksen sisältö
Laitteistovaatimukset **5**
Kellon lataaminen
Lisätietoja **6**

Miten käyttää älykelloa? **7**
Kellon hihnan vaihtaminen **8**

Sovellukset ja toiminnot

Sovellusten asentaminen **9**

Käytettävissä olevat toiminnot älykellossa **10**
Aika, päivämäärä
Askelmittari
Kirkkauden säätö
Kuljettu matka
Verenpaine **11**
Syke
Saturaatio
Musiikin toisto **12**
Kuvien ottaminen
Kalorilaskuri
Unimonitori **13**
Urheilutilat
Sekuntikello
Hengityskoulutus
Hälytys **14**
Sää
Numeronvalintaikkunan teeman vaihtaminen
Yhteydet
Palauta tehdasasetukset **15**
Asetukset

SISÄLLYSLUETTELO

Sovellukset ja toiminnot

Käytettävissä olevat toiminnot hakemuksessa **16**
Mittaushistoria
Muistutus liikkeestä
Muistutus nesteytyksestä
Herätyskello
Ilmoitukset
Korkea sykehälytys **17**
Automaattinen sammutusnäyttö
G-anturi
Syklin seuranta **18**
Numeronvalintaikkunan teeman vaihtaminen
Suosikkikontaktit
Lisää asetuksia **19**
Palauta tehdasasetukset

Yleisiä tietoja

Tekniset tiedot **20**
Tuotteen valitus **21**
Tuotteen palautus **22**
Tuotteen korvaaminen **23**

Johdanto

Tietoja Watchmark G-WEARista

Tämä älykello auttaa sinua aktiivisessa elämäntavassasi. Metallikuori korostaa sen ainutlaatuista muotoilua, ja intuitiivinen puolankielinen valikko tekee sen käytöstä erittäin helppoa. Sisäänrakennetun mikrofonin ja kaiuttimen ansiosta voit soittaa puheluita suoraan älykellosta. Kellossa on jopa 24 urheilutilaa, joiden aikana se mittaa askelia, kulutettuja kaloreita ja etäisyyttä.

Laitteen konfigurointi

Pakkauksen sisältö

Älykello (väri ja materiaali voivat vaihdella valitun värin mukaan).

Laturi (väri ja materiaali voivat vaihdella valitun mallin mukaan).

Kellon hihna (väri ja materiaali voivat vaihdella valitun värin mukaan).

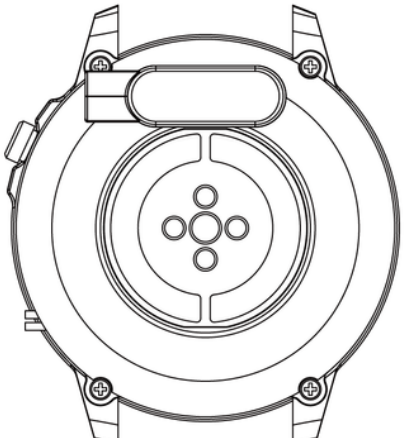
Laitteistovaatimukset

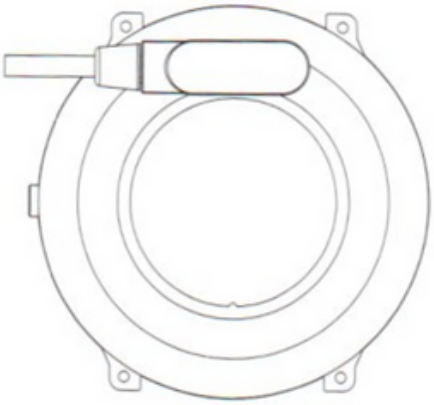
iOS 8.0 ja uudempi
Android 5.1 ja uudempi
Tuettu Bluetooth: 5.0

Android 5.1+

IOS 8.0+

Latausohjeet





Tämä älykello käyttää magneettilatausta.
Kytke latauskaapeli USB-tuloon ja laitteen takaosan latauskoskettimiin. Kun lataus on kytketty, lataus käynnistyy automaattisesti ja latauskuvake ilmestyy näyttöön.

Akun lataaminen täyteen kestää noin 2 tuntia. Älä käytä kelloa sen latauksen aikana.

Varoitus: Älä liitä magneettista latauskaapelia mihinkään kahteen koskettimeen samanaikaisesti johtavalla materiaalilla, sillä tämä voi aiheuttaa oikosulun.

Lisätietoja

Lue koko käyttöohje huolellisesti ennen laitteen käyttöä. On suositeltavaa käyttää vain alkuperäistä akkua, laturia ja lisävarusteita, jotka sisältyvät laitteen mukana toimitettuun pakkaukseen.
Valmistaja tai jakelija ei ole vastuussa kolmannen osapuolen lisävarusteiden käytöstä.

Tässä käyttöoppaassa esitetyt toiminnot voivat vaihdella eri malleissa, sillä käyttöopas on älykellojen yleiskuvaus. Jotkin mallit voivat poiketa standardista.

Ennen kuin käytät laitetta ensimmäistä kertaa, lataa sitä vähintään 2 tuntia. Ennen laitteen käyttöä sinun on ladattava ja asennettava sovellus ja hyväksyttävä kaikki älykellon pyytämät suostumukset. Jos tätä ei tehdä kokonaan, kaikki laitteen ominaisuudet eivät ole käytettävissä. Älykello pyytää pääsyä vain sellaisiin toimintoihin, jotka ovat välttämättömiä älykellon moitteettoman toiminnan kannalta.

Yhtiö pidättää oikeuden muuttaa tämän käyttöoppaan sisältöä.

Miten käyttää älykelloa?

Tämän kellomallin hihna on 22 mm leveä. Se on vaihdettavissa, ja lisähihnoja voi ostaa eri värisinä tai eri materiaalista.

Kellon käyttäminen

Kun et harrasta liikuntaa, käytä älykelloa kuten tavallista kelloa, toisin sanoen yhtä sormea ranneluun yläpuolella.

Jos haluat hyödyntää sykkeenseurantatoimintoa täysin harjoituksen aikana, kokeile pitää laitetta ranteen yläpuolella (2 sormea ranneluun yläpuolella) mukavuuden ja vakauden parantamiseksi. Monet harjoitukset, kuten pyöräily tai painonnosto, voivat aiheuttaa älykellon sijainnin muuttumisen esimerkiksi ranteen taivuttamisen vuoksi. Jos kello istuu alempana ranneluussa, mittaukset voivat olla katkonaisia, joten oikea asento on tärkeää.

Hihnan vaihto

Kiinnitä alkuperäinen hihna kelloon ennen sen käyttöä. Kun teet tämän toimenpiteen, ole varovainen ja varo kynsiäsi, kun kiinnität teleskooppeja kelloon.

Kellohihnan käyttäminen

1. Työnnä hihnan toinen pää yhdessä teleskoopin kanssa kellon kuoren syvennykseen.
2. Työnnä kaukoputki toisesta päästä ontelon keskelle ja kiinnitä se kelloon.

Kellon hihnan irrottaminen

1. Paina toisella kädellä teleskoopin pyörää ja työnnä sitä varovasti sisäänpäin.
2. Vedä sitten ylöspäin, kunnes kaukoputki irtoaa kellosta.

Sovellukset ja toiminnot

Sovellusten asentaminen

G-WEAR-älykellomallin sovellus on "Da Fit". Lataa sovellus Google Playsta / App Storesta tai alla olevan QR-koodin avulla.

Google Play

App Store

Kun sovellus on asennettu, kytke puhelimen Bluetooth päälle ja siirry sovellukseen. Luo tili tai kirjaudu sisään nimettömänä. Salli pääsy. Valitse sitten sovelluksen alapalkin keskimmäinen kuvake ja valitse "Lisää laite". Valitse K28H. Jotta sovellus toimisi kunnolla, sinun on annettava kaikki sovelluksen pyytämät suostumukset.
Jos haluat käyttää älykelloa puheluiden soittamiseen ja vastaanottamiseen, yhdistä kello myös Bluetoothilla. Mene puhelimessa Bluetooth-asetuksiin ja muodosta yhteys laitteeseen nimeltä "Audio_K28H". Ilman tällaista yhteyttä jotkin toiminnot eivät ole aktiivisia.

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Aika, päivämäärä**

Näytössä näkyy kellonaika, päivämäärä ja viikonpäivä. Tiedot näkyvät kellon päänäytössä.

- **Askelmittari**

Laskee tietyn päivän aikana otetut askeleet (tiedot nollautuvat joka päivä klo 00:00 alkaen). Otettujen askelten määrän näet sovelluksessa tai päänäytön oikealla puolella olevalla ensimmäisellä välilehdellä.

- **Näytön taustavalon kirkkauden säätö**

Kirkkauden säätäminen auttaa suojaamaan silmiäsi liian kirkkaalta näytöltä yöllä, mukauttamaan taustavalon ulkotilanteeseen ja säästämään kellon akkua. Löydät tämän toiminnon päänäytön pudotusvalikosta ja voit valita sopivan näytön kirkkauden.

- **Kuljettu matka**

Tiedot päivän aikana kuljetun matkan pituudesta. Kuljettu matka löytyy ensimmäisestä välilehdestä päänäytön oikealla puolella sen jälkeen, kun olet napsauttanut vaiheita koskevia tietoja.

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Verenpaine (RR)***

Valtimopaine on voima, jolla veri työntyy valtimon seinämiä vasten sydänlihaksen supistumisen ja diastolen aikana. Systolisen paineen hyväksytty normi on 120 mmHg ja diastolisen paineen 80 mmHg. Kellossa verenpaineen mittaustoiminto löytyy päänäytön vasemmalla puolella olevasta valikosta.

- **Syke (HR)***

Syke tai pulssi: tämä on sydänlihaksen lyöntien määrä minuutissa. Hyväksytty normi on 60-100 lyöntiä minuutissa. Kun pulssi on koholla, puhutaan takykardiasta, kun taas kun se laskee, puhutaan bradykardiasta. Molemmat tilat voivat olla vaarallisia terveydellemme. Kellossa sykkeen mittaustoiminto sijaitsee aloitusnäytön vasemmalla puolella olevassa valikossa.

- **Happikyllästeisyys (SPO2)**

Tämä toiminto ilmaisee veren happipitoisuuden. Normaalisti tuloksen pitäisi olla 95-100 %. Kun happipitoisuus laskee, se voi olla vaarallista terveydellemme. Kellossa saturaation mittaustoiminto sijaitsee valikossa päänäytön vasemmalla puolella.

***Älä tee terveyspäätöksiä pelkästään älykellon tulosten perusteella. Jotta mittaukset olisivat tarkkoja, käyttäjien tulisi mitata terveystoiminnot levossa kuten perinteisillä lääkinnällisillä laitteilla ja pidättäytyä mittauksista liikunnan, tupakoinnin tai alkoholinkäytön aikana. Älykello ei ole lääketieteellinen laite, ja mittaustulokset ovat vain havainnollistavia.**

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Musiikin toisto**

Kun kello on yhdistetty puhelimeen sovelluksen kautta ja musiikki on käytössä puhelimessa, voit toistaa musiikkia kellosta, keskeyttää ja jatkaa kappaleita sekä kelata ja kelata eteenpäin. Jos haluat hallita musiikkia, kytke se päälle puhelimessa ja valitse sitten musiikkitoiminto aloitusnäytön vasemmalla puolella olevasta valikosta.

- **Valokuvien ottaminen**

Älykelloa voidaan käyttää kameran kaukolaukaisimena. Jos haluat ottaa valokuvan etänä, valitse valikosta "Laukaisin"-toiminto ja siirry sitten sovellukseen. Puhelimen kamera käynnistyy. Voit ottaa valokuvan napsauttamalla älykellon punaista painiketta.

- **Kalorilaskuri**

Laskee tietyn päivän aikana poltettujen kalorien määrän. Tiedot kulutetuista kaloreista löytyvät ensimmäisestä välilehdestä aloitusnäytön vasemmalla puolella sen jälkeen, kun olet napsauttanut askeltietoa.

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Unimonitori**

Toiminto, joka auttaa analysoimaan henkilön unta. Kello näyttää nukuttujen tuntien määrän ja unen vaiheet, joissa erotetaan matala ja syvä uni. Unitiedot löytyvät aloitusnäytön vasemmalla puolella olevasta valikosta.

- **Urheilutilat**

Kellon 24 urheilutilan avulla voit hallita harjoittelutavoitteitasi seuraamalla askeleita, sykettä, kaloreita ja matkaa. Harjoitustiedot löytyvät sovelluksesta synkronoinnin jälkeen. Käytettävissä oleviin urheilumoodeihin kuuluvat juoksu, kävely, vaellus, pyöräily, hyppy, badmington, koripallo, golf ja soutu. Kellon urheilutilat-toiminto löytyy aloitusnäytön vasemmalla puolella olevasta valikosta.

- **Sekuntikello**

Toiminto, jota käytetään lyhyiden aikavälien tarkistamiseen ja mittaamiseen. Kellon sekuntikellotoiminto löytyy asetuksista aloitusnäytön vasemmalla puolella olevasta valikosta.

- **Hengityskoulutus**

Auttaa sinua rentoutumaan ja rauhoittumaan. Kellossa hengitysharjoitustoiminto sijaitsee aloitusnäytön vasemmalla puolella olevassa valikossa.

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Hälytys**

Jos haluat nähdä asettamasi hälytykset, siirry valikkoon painamalla sivupainiketta. Voit asettaa herätyskellon menemällä sovellukseen. Katso lisätietoja sivulta 16.

- **Sää**

Kun kello on yhdistetty sovellukseen ja puhelimen Wifi/tiedot ovat käytössä, se näyttää sääennusteen. Kellon säätoiminto sijaitsee aloitusnäytön vasemmalla puolella olevassa valikossa.

- **Valitsimen teeman vaihtaminen**

Kellossa on useita kellotauluja, joista valita. Voit vaihtaa valintakiekkoja painamalla päänäytössä pitkään (noin 3 sekuntia). Voit ladata lisää valitsimia sovelluksesta. Katso lisätietoja sivulta 18.

- **Yhteydet**

Yhdistämällä kellon puhelimeen Bluetoothin kautta voit soittaa puheluita älykellosta ja säilyttää samalla korkean äänenlaadun. Voit soittaa puhelun syöttämällä numeron manuaalisesti tai valitsemalla numeron useimmin käyttämiesi yhteystietojen luettelosta. Voit lisätä yhteystietoja menemällä sovellukseen. Katso lisätietoja sivulta 18.

Älykellossa käytettävissä olevat ominaisuudet

- **Palauta tehdasasetukset**

Palauttamalla tehdasasetukset voit nollata kellon ja poistaa kaikki tiedot ja asetukset. Kellossa nollaustoiminto sijaitsee asetusten valikossa päänäytön vasemmalla puolella asetuksissa.

- **Asetukset**

Asetuksissa voit:
-säätää näytön kirkkautta,
-säätää näytön taustavalon aikaa (enintään 30 sekuntia).
-pelaa peliä (Youg Bird tai 2048).
-valikon näyttötyylin muuttaminen
-kytke älykello pois päältä
Ja myös mahdollistaa:
-vastaanottaa ja soittaa puheluita
-elokuvatila (vähentää näytön kirkkautta ja poistaa tärinän käytöstä).

Erityissovelluksessa käytettävissä olevat toiminnot

- **Mittaushistoria**

Sovelluksesta löydät kellon tekemien mittausten historian. Voit tarkistaa historian valitsemalla sovelluksen alapalkin ensimmäisen kuvakkeen.

- **Liikkeen muistutus**

Sovelluksessa voit asettaa syklisiä muistutuksia niin, että kun kello havaitsee, että henkilö on liikkumatta pidemmän aikaa, se muistuttaa sinua suorittamaan jonkin toiminnon. Tila on aktiivinen kello 10:00-22:00. Voit aktivoida tilan valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen, sitten "Muut" ja "Liikkumismuistutus".

- **Muistutus nesteytyksestä**

Sovelluksessa voit asettaa 15-240 minuutin välein syklisiä muistutuksia, jotka muistuttavat kelloa hakeutumaan veteen. Voit ottaa tämän ominaisuuden käyttöön valitsemalla sovelluksessa alapalkin toisen kuvakkeen, sitten "Muut" ja "Hydration Reminder".

- **Herätyskello**

Jos haluat asettaa hälytyksen kelloon, valitse hälytysaika ja kellonaika sovelluksessa. Tee tämä valitsemalla sovelluksen alapalkin toinen kuvake ja napsauttamalla "Hälytykset".

Erityissovelluksessa käytettävissä olevat toiminnot

- **Ilmoitukset**

Sovellusilmoitustoiminnon avulla voit lukea viestin alun älykellon näytöltä. Älykello näyttää tekstiviesti-ilmoitukset ja ilmoitukset sovelluksista, kuten: Facebook, Twitter, WhatsApp, Skype, Instagram, Line, KakaoTalk, WeChat. Voit ottaa ilmoitukset käyttöön valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen ja sitten "Ilmoitukset".

- **Hälytys ilmoittaa, jos sykkeesi on liian korkea.**

Kun kello havaitsee mittausten aikana sykkeeseen liittyviä epäsäännöllisyyksiä, se ilmoittaa sinulle. Voit ottaa tämän ominaisuuden käyttöön valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen, valitsemalla valikosta "Muut" ja sitten "Korkea sykehälytys". Voit valita sykkeen ylärajan.

- **Näytön automaattinen sammutus**

Voit asettaa näytön taustavalon ajan valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen, valitsemalla valikosta "Muut" ja sitten "Automaattinen näytön sammutus".

- **G-sensoritoiminto**

Voit ottaa rannekellon näytön käynnistystoiminnon käyttöön valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen, valitsemalla valikosta "Muut" ja sitten "Pikanäkymä".

Erityissovelluksessa käytettävissä olevat toiminnot

- **Naisen syklin seuranta**

Voit määrittää kuukautiskierron seurannan sovelluksessa. Älykello muistuttaa sinua tulevista kuukautisista ja ovulaatiosta. Jos haluat syöttää henkilökohtaiset tietosi, valitse sovelluksessa alapalkin toinen kuvake, sitten "Muut" ja "Fysiologisen syklin muistutus".

- **Valitsimen vaihtaminen**

Monia muita soittoteemoja on saatavilla omassa sovelluksessa. Voit valita kellotaulut valitsemalla sovelluksessa toisen kuvakkeen alapalkin alareunasta ja sitten "Kellon ulkonäkö". Datan/Wifi-siirron on oltava käytössä.

- **Suosikkikontaktit**

Älykellossa voit käyttää 8 suosikkiyhteystietoasi nopeaa yhteydenpitoa varten. Voit lisätä yhteystietoja älykellon luetteloon valitsemalla sovelluksessa toisen kuvakkeen alapalkin alareunasta ja sitten "Suosikkikontaktit". Yhteystietoluettelon käyttäminen edellyttää, että älykello on yhdistetty Bluetooth-yhteydellä. Katso lisätietoja sivulta 9.

Erityissovelluksessa käytettävissä olevat toiminnot

- **Lisää asetuksia sovelluksessa:**

-enable/disable "Do not disturb" (Älä häiritse)
-puhelimen kielen valinta
-yksikköjärjestelmän asettaminen
-sääennusteen asettaminen (kaupungin ja lämpötilan yksiköt).
-päivittäisen askeltavoitteen valinta

- **Palauta tehdasasetukset**

Palauttamalla tehdasasetukset voit nollata kellon ja poistaa kaikki tiedot ja asetukset. Voit nollata laitteen ja sovelluksen valitsemalla sovelluksen alapalkin toisen kuvakkeen, sitten "Muut" ja "Nollaa".

Yleisiä tietoja

Tekniset tiedot

IP67** vedenkestävyys

Mahdollistaa kellon käytön käsiä pestessä tai sateisena päivänä.

360mAh akku

Suuri akkukapasiteetti mahdollistaa älykellon pitkän käytön.

Realtek8762DT-prosessori

Huippuluokan prosessori, jolle on ominaista korkea suorituskyky.

Moderni muotoilu

Metallikotelo ja erinomainen näytön laatu, joka on naarmuuntumaton.

**** IP67-standardi sallii veden lämpötilan +10 - +35 celsiusastetta ja upotuksen 1 metrin syvyyteen enintään 30 minuutiksi. Kelloa ei voi käyttää kuumissa kylvyissä tai saunoissa, koska se ei ole höyrynkestävä. Sitä ei ole suunniteltu uintia varten, vaan se on suunniteltu auttamaan sinua huolehtimaan terveydestäsi.**

WATCHMARK