

®

WATCHMARK



HASZNÁLATI UTASÍTÁS

WWW.WATCHMARK.COM

TARTALOMJEGYZÉK

Bevezetés

Az okosóráról	4
Eszköz konfigurációja	
A csomagolás tartalma	
Hardveres követelmények	5
Az óra töltése	
További információk	6
Hogyan viseljük	7
okosórát?	
Órapánt cseréje	8

Alkalmazások és funkciók

Alkalmazások telepítése	9
Rendelkezésre álló	10
funkciók az okosórában	
Idő, dátum	
Lépésszámláló	
Kalóriaszámláló	
Távolság	
A képernyő fényerejének	
beállítása	
Vérnyomás	11
Telítettség	
Pulzus	
Hőmérséklet mérés	12
Lézerterápia	
Stopperóra	13
Riasztás	
Alvásfigyelő	
Időjárás	
Zene	
Sport üzemmódok	
A tárcsa témájának	
megváltoztatása	14
Menüváltás	
Értesítés/üzenet	15
Ne zavarjon" üzemmód	
A készülék alaphelyzetbe	
állítása	16
Beállítások	

TARTALOMJEGYZÉK

Alkalmazások és funkciók

Elérhetőfunkciók az alkalmazásban 17

Mérési előzmények

Értesítések

Számlap témájának módosítása

Kapcsolatok

A telefon kamerájának vezérlése

Készülék keresése" 18
funkció

Riasztások

Emlékeztető mozgás

Hidratálási emlékeztető

Időjárás 19

G-érzékelő

Automatikus pulzusmérés

Készülék visszaállítása

Általános információk

Műszaki adatok 20

Termékpanasz 21

Termékvisszatérítés 22

Termékcserre 24

Bevezetés

Watchmark Focus információ

A Focus egy egészségügyi karóra a KARDIO sorozatból, amely segít megőrizni egészségét. Az óra innovatív funkciókkal rendelkezik az egészségügyi paraméterek, például a vérnyomás, az oxigéntelítettség, a pulzus és a hőmérséklet nyomon követésére. A mérési eredmények az óra képernyőjén jelennek meg. A Focus okosóra segítségével nyomon követheti előrehaladását és eredményeit, valamint javíthatja edzettségét.

Eszköz konfiguráció

A csomag tartalma



Okosóra (a szín és az anyag a kiválasztott színtől függően változhat)



Töltő (a szín és az anyag a kiválasztott modelltől függően változhat)

Szív (a szín és az anyag a kiválasztott színtől függően változhat)

Hardverkövetelmények

iOS 11.4 és újabb

Android 6.0 és újabb

Támogatott Bluetooth: 5.0

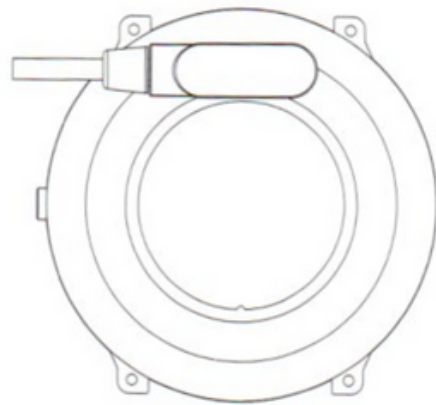
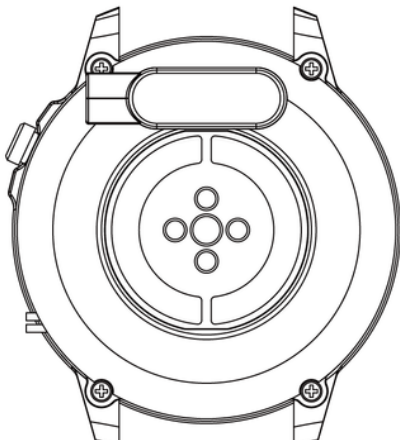


Android 6.0+



iOS 11.4+

Töltési utasítások



Ez az okosóra mágneses töltést használ.

Csatlakoztassa a töltőkábelt az USB bemenethez és a készülék hátsó töltőérintkezőihez. A csatlakozás után a töltés automatikusan elindul, és a töltés ikonja megjelenik a képernyőn.

Az akkumulátor teljes feltöltése körülbelül 2 órát vesz igénybe. Ne használja az órát töltés közben.

Vigyázat: Ne csatlakoztassa a mágneses töltőkábelt 2 érintkezőhöz egyidejűleg vezető anyaggal, mert ez rövidzárlatot okozhat.

További információ

Kérjük, a berendezés használata előtt figyelmesen olvassa el a teljes használati útmutatót. Javasoljuk, hogy csak a készülékhez mellékelte eredeti akkumulátort, töltőt és tartozékokat használja.

A gyártó vagy a forgalmazó nem vállal felelősséget a harmadik féltől származó tartozékok használatáért.

Az ebben a kézikönyvben bemutatott funkciók modellenként eltérőek lehetnek, mivel a kézikönyv az okosórák általános leírása. Egyes modellek eltérhetnek a szabványtól.

Az első használat előtt legalább 2 órán keresztül töltse a készüléket. A készülék használata előtt töltse le és telepítse az alkalmazást, és fogadjon el minden hozzájárulást, amit az okostelefon kér. Ha ezt nem hajtják végre teljesen, a készülék nem minden funkciója lesz elérhető. Az okostelefon csak azokhoz a funkciókhoz kér hozzáférést, amelyek az okosóra megfelelő működéséhez szükségesek.

A vállalat fenntartja a jogot a jelen kézikönyv tartalmának megváltoztatására.

Hogyan viseljük okosórát?

Ennek az óramodellnek a szíja 22 mm széles. Cserélhető, további pántokat vásárolhat más színben vagy más anyagból.

Órát viselni

Amikor nem edz, hordja okosóráját, mint egy normál órát, egy ujjal a csuklója felett.

Ahhoz, hogy edzés közben teljes mértékben kihasználhassa a pulzusmérő funkció előnyeit, próbálja meg a készüléket a csukló felett (2 ujjal a csuklócsont felett) viselni a nagyobb kényelem és stabilitás érdekében. Számos gyakorlat, mint például a kerékpározás vagy a súlyemelés, az okosóra áthelyezését okozhatja, például a csukló behajlításával. Ha az óra lejjebb van a csuklócsonton, a mérés megszakadhat, ezért olyan fontos a helyes elhelyezés.

Szíjcsere

Használat előtt rögzítse az eredeti szíjat az órához. Ennek során legyen rendkívül óvatos, és ügyeljen a körmeire, amikor a teleszkópokat az órára rögzíti.

Az öv felhelyezése

1. Illessze a szíj egyik végét a teleszkóppal az óra házának mélyedésébe.
2. Másrészt csúsztassa a teleszkópot a mélyedés közepébe, és rögzítse az órához.

A heveder eltávolítása

1. Az egyik oldalon nyomja meg a távcső gyűrűjét, és óvatosan mozgassa középre.
2. Ezután húzza felfelé, amíg a teleszkóp leválik az óráról.

Alkalmazások és funkciók

Az alkalmazás telepítése

A Focus okosóra modellhez tartozó alkalmazás a „FitCloudPro”. Az alkalmazást a Google Play / App Store áruházból kell letölteni, vagy az alábbi QR-kód használatával.



Google Play



App Store

Az alkalmazás telepítése után kapcsolja be a Bluetooth-t a telefonon, és lépjen az alkalmazásra. Hozzon létre egy fiókot, vagy folytassa regisztráció nélkül. Töltse ki az adatokat, és engedélyezze a hozzáférést. Az alkalmazás megfelelő működéséhez minden olyan hozzájárulást ki kell adnia, amelyet az alkalmazás kér. Az óra csatlakoztatásához válassza a „Scan” lehetőséget, majd az óra modelljét (F900).

Az okosóra jellemzői

- **Idő, dátum, a hét napja**

A főképernyőn információkat talál arról, hogy milyen idő, dátum és a hét napja van.

- **Lépésszámláló**

Számolja az adott napon megtett lépéseket (az adatok minden nap 00:00-tól nullázódnak). A megtett lépések száma az alkalmazásban, a kiválasztott tárcsától függően a főképernyőn vagy a főképernyő balra mozgatása után látható.

- **Elégetett kalória számláló**

Kiszámítja az adott napon elégetett kalóriák számát. Az elégetett kalóriák adatait az alkalmazásban vagy a főképernyő balra húzásával tekintheti meg.

- **Megtett távolság**

Információ a napközben megtett távolságról. A megtett távolság az alkalmazásban vagy a főképernyő balra húzása után látható.

- **A képernyő háttérvilágításának fényerejének beállítása**

A fényerő beállítása segít megóvni a szemét a túl fényes képernyőtől éjszaka, és kíméli az óra elemeit. Ezt a funkciót a főképernyő legördülő menüjében találja meg.

Az okosóra jellemzői

- **Vérnyomás (BP)***

A vérnyomás az az erő, amelyet a vér az artériák falára fejt ki a szívizom összehúzódása és ellazulása során. A szisztolés nyomás elfogadott norma 120 Hgmm, a diasztolés nyomás pedig 80 Hgmm. Az órán a vérnyomásmérés funkciója a menüben található "BP" néven.

- **Telítettség***

A funkció a vér oxigénellátásának szintjéről tájékoztat. Normál esetben az eredménynek 95 és 100% között kell lennie. Ha az oxigénszint csökken, az egészségünkre veszélyes lehet. Az órán a telítettség mérésére szolgáló funkció a menüben található "Véroxigén" néven.

- **Impulzus***

Pulzusszám vagy pulzus: a szívizom hányszor ver 1 perc alatt. Az elfogadott norma a 60-100 ütés percenkénti határértéke. Ha a pulzus emelkedett, akkor tachycardiáról beszélünk, ha alacsony, akkor bradycardiáról. Mindkét állapot veszélyes lehet az egészségünkre. Az órában a pulzus mérési funkció a menüben "Pulse" néven található.

*Ne hozzon egészségügyi döntéseket kizárólag az okosóra teszteredményei alapján. A pontos mérés érdekében a felhasználóknak a hagyományos orvosi eszközökhöz hasonlóan mérniük kell az egészségügyi funkciókat nyugalomban, és tartózkodniuk kell a méréstől edzés, dohányzás vagy alkoholfogyasztás közben. Az okosóra nem orvosi eszköz, a mérési eredmények tájékoztató jellegűek.

Az okosóra jellemzői

- **Hőmérséklet mérés***

A funkció lehetővé teszi az aktuális testhőmérséklet mérését. Egy felnőtt ember normál testhőmérséklete 36,6 Celsius-fok. Amikor a hőmérséklet 38 fokra emelkedik, lázról beszélünk. Az órában a pulzusmérési funkció a menüben található "Testhőmérséklet" néven.

- **Lézerterápia****

A lézerterápia abból áll, hogy meghatározott ideig fénynyalábot bocsátunk ki (fix intenzitással: hosszúsággal és teljesítménnyel) a test egy részére. A lézersugárzásnak fájdalomcsillapító, gyulladáscsökkentő, duzzanatcsökkentő hatása van, fokozza a mikrokeringést, befolyásolja az immunológiai és hormonális folyamatokat, elősegíti az idegek regenerálódását, gyorsítja a csontnövekedést, serkenti az izomrostok szintézisét. A terápia időtartama 60-240 másodperc. A funkció aktiválásához nyomja meg a boríték oldalán található alsó gombot.

**A lézerterápia ellenjavallatai a következők: rák, pajzsmirigy túlműködés, epilepszia, bőrbetegségek (bakteriális, vírusos vagy gombás fertőzések). Terhes nők sem használhatják.

Az okosóra jellemzői

- **Stopperóra**

Rövid időtartamok vezérlésére és mérésére szolgáló funkció. Az órán ezt a funkciót a menüben találja meg.

- **Riasztás**

Ha riasztást szeretne beállítani az óráján, válassza ki az időt és az ébresztés idejét az alkalmazásban. Bővebben a 18. oldalon.

- **Alváskövető**

Egy funkció, amely segít az emberi alvás elemzésében. Az óra mutatja, hány órát aludt. Óráján a menüben találja alvási statisztikáit.

- **Időjárás**

A telefonhoz való csatlakozás után az aktuális időjárási információk megjelennek az órán. Az időjárás funkció a menüben található. Bővebben a 18. oldalon.

- **Zene**

Az órájáról vezérelheti a telefon zenéjét. Kapcsolja be a zenelejátszást a telefonján, majd válassza ki a „Zene” funkciót az óra menüjében. A zenét szüneteltetheti, lejátszhatja, vissza- és visszatekerheti.

Az okosóra jellemzői

- **Sport módok**

Az óráján lévő sportmódok lehetővé teszik az edzési célok szabályozását a lépések, a pulzusszám, a kalóriák és a távolság követésével.

Az edzésadatokat szinkronizálás után az alkalmazásban, edzés után pedig az órán találhatók.

Elérhető sportmódok: séta, futás, mászás, kerékpározás, jóga, elliptikus tréner. Sport módban az olyan paraméterek mérése, mint az idő, az elégetett kalória, a távolság és a pulzusszám a kiválasztott tevékenységi formától függően. Az órán a sportfunkciók az "Edzés" nevű menüben találhatók.

- **Pajzs téma változás**

Az órán több számlap közül lehet választani. A tárcsák megváltoztatásához nyomja meg hosszan a főképernyőn (kb. 3 másodpercig). További választható lemezek találhatók az alkalmazásban. További információ a 16. oldalon.

- **A menü megjelenésének megváltoztatása**

A menüt saját igényei szerint alakíthatja. Három különböző menükialakítás létezik. A megjelenés megváltoztatásához lépjen a beállításokhoz, majd válassza a "Főmenü stílusa" lehetőséget

Az okosóra jellemzői

- **Értesítések/Üzenetek**

Miután az órát az alkalmazáson keresztül csatlakoztatta a telefonhoz, és megadta a megfelelő hozzájárulásokat, az óra megjeleníti a közösségi oldalakról érkező értesítéseket és az üzenet elejét. Az értesítések megjelenítéséhez ezt a funkciót engedélyezni kell az alkalmazás beállításában. Bővebben a 17. oldalon.

- **Ne zavarjanak mód**

Olyan mód, amely miatt nem jelenik meg az összes értesítés. Az üzemmód engedélyezéséhez lépjen a beállításokhoz, és válassza a "Ne zavarjanak módot".

- **„Telefon keresése” funkció**

Miután megfelelően párosította az eszközt a telefonon lévő alkalmazással, gyorsan megtalálhatja telefonját. Miután kiválasztotta a „Telefon keresése” lehetőséget, telefonja rezegni fog és csengeni fog. Az órán ezt a funkciót a menüben találja meg.

Az okosóra jellemzői

- **Gyári beállítások visszaállítása**

A gyári beállítások visszaállítása lehetővé teszi az óra visszaállítását, valamint az összes adat és beállítás törlését. Az órán a reset funkció a beállításokban található.

- **Beállítások**

A beállításokban a következőket teheti:

- Állítsa be a háttérvilágítás idejét és a képernyő fényerejét
- Engedélyezze az energiatakarékos funkciót
- állítsa be a rezgés intenzitását
- állítsa be a lézerterápia erejét és idejét
- Válassza ki az eszköz nyelvét
- kapcsolja ki a készüléket

Egy dedikált alkalmazásban elérhető funkciók

- **Mérési előzmények**

Az alkalmazásban megtalálja az óra által végzett mérések történetét. Az előzményeket az alkalmazás főoldalán tekintheti meg.

- **Értesítések**

Az értesítési funkció lehetővé teszi, hogy elolvassa az üzenet elejét az okosóra képernyőjén. Az értesítések érkezhettek olyan alkalmazásokból, mint a Facebook, Instagram, Gmail. A funkció engedélyezéséhez lépjen az "Eszköz" elemre, majd válassza az "Értesítési beállítások" lehetőséget.

- **Pajzs téma változás**

Más pajzstémák állnak rendelkezésre a dedikált alkalmazásban. Az óralapok kiválasztásához lépjen az alkalmazásban az „Eszköz”, majd a „Watch Face Selection” menüpontra. Az óralapok letöltéséhez engedélyezni kell az adatátvitelt/wifit a telefonon.

- **Telefonos kameravezérlés**

A funkció segítségével távolról is készíthet képeket a telefon kamerájával úgy, hogy az óra megrázásával aktiválja a fényképezőgép zárját. Fénykép készítéséhez válassza az „Eszköz”, majd a „Távoli kamera” lehetőséget. Hasznos csoportképek készítéséhez távolról.

Egy dedikált alkalmazásban elérhető funkciók

- **Keresse meg a készüléket**

Az alkalmazásban az „Órakeresés” funkció kiválasztásával egy rezgő riasztás aktiválódik az órában, ami segít megtalálni a készüléket.

- **Riasztások**

Ha riasztást szeretne beállítani az óráján, válassza ki az időt és az ébresztés idejét az alkalmazásban. Ehhez az alkalmazásban válassza ki az "Eszköz", majd a "Riasztások" elemet.

- **Mozgási emlékeztető**

Az alkalmazásban emlékeztetőket állíthatunk be, amelyeknek köszönhetően az óra, miután észleli, hogy egy személy hosszabb ideig mozdulatlan marad, tájékoztat egy tevékenység elvégzésének szükségességéről. A funkció engedélyezéséhez válassza az „Eszköz”, majd az „Inaktivitási emlékeztető” lehetőséget.

- **Hidratálási emlékeztető**

Az alkalmazásban emlékeztetőket állíthat be, amelyeknek köszönhetően az óra emlékezteti Önt, hogy vízért nyúljon. A funkció engedélyezéséhez az alkalmazásban válassza az „Eszköz”, majd a „Hidratálási emlékeztető” lehetőséget.

Egy dedikált alkalmazásban elérhető funkciók

- **Időjárás**

Ahhoz, hogy az óra megjelenítse az aktuális időjárást, engedélyeznie kell az alkalmazásnak, hogy hozzáférjen a telefon helyzetéhez, és engedélyeznie kell az időjárési funkciót az alkalmazásban. Lépjen az "Eszköz", majd az "Időjárési információk" elemre.

- **Ébressze fel a képernyőt egy csuklómozdulattal (G-Sensor)**

Ha engedélyezni szeretné, hogy az óra képernyője hullámzó mozdulattal ébredjen, válassza az alkalmazásban az „Eszközök”, majd az „Ébredés csuklómozdulattal” lehetőséget.

- **Automatikus pulzusmérés**

Beállíthatja, hogy az alkalmazás óránként mérje meg a pulzusát. Az automatikus mérés a mi beavatkozásunk nélkül történik óránként. A funkció engedélyezéséhez az alkalmazásban válassza az „Eszköz” lehetőséget, majd a „Folyamatos pulzusfigyelés” lehetőséget. Az automatikus mérések beállítása csökkenti az akkumulátor élettartamát.

- **Gyári beállítások visszaállítása**

A gyári beállítások visszaállítása lehetővé teszi az óra visszaállítását, valamint az összes adat és beállítás törlését. A visszaállításhoz lépjen az alkalmazásban az „Eszközök”, majd a „Gyári beállítások visszaállítása” menüpontra.

Általános

Műszaki adatok

IP67 vízálló**

Lehetővé teszi az óra használatát kézmosás közben vagy esős napon.

280 mAh akkumulátor

Modern lítium-polimer akkumulátor.

Realtek 8762c processzor

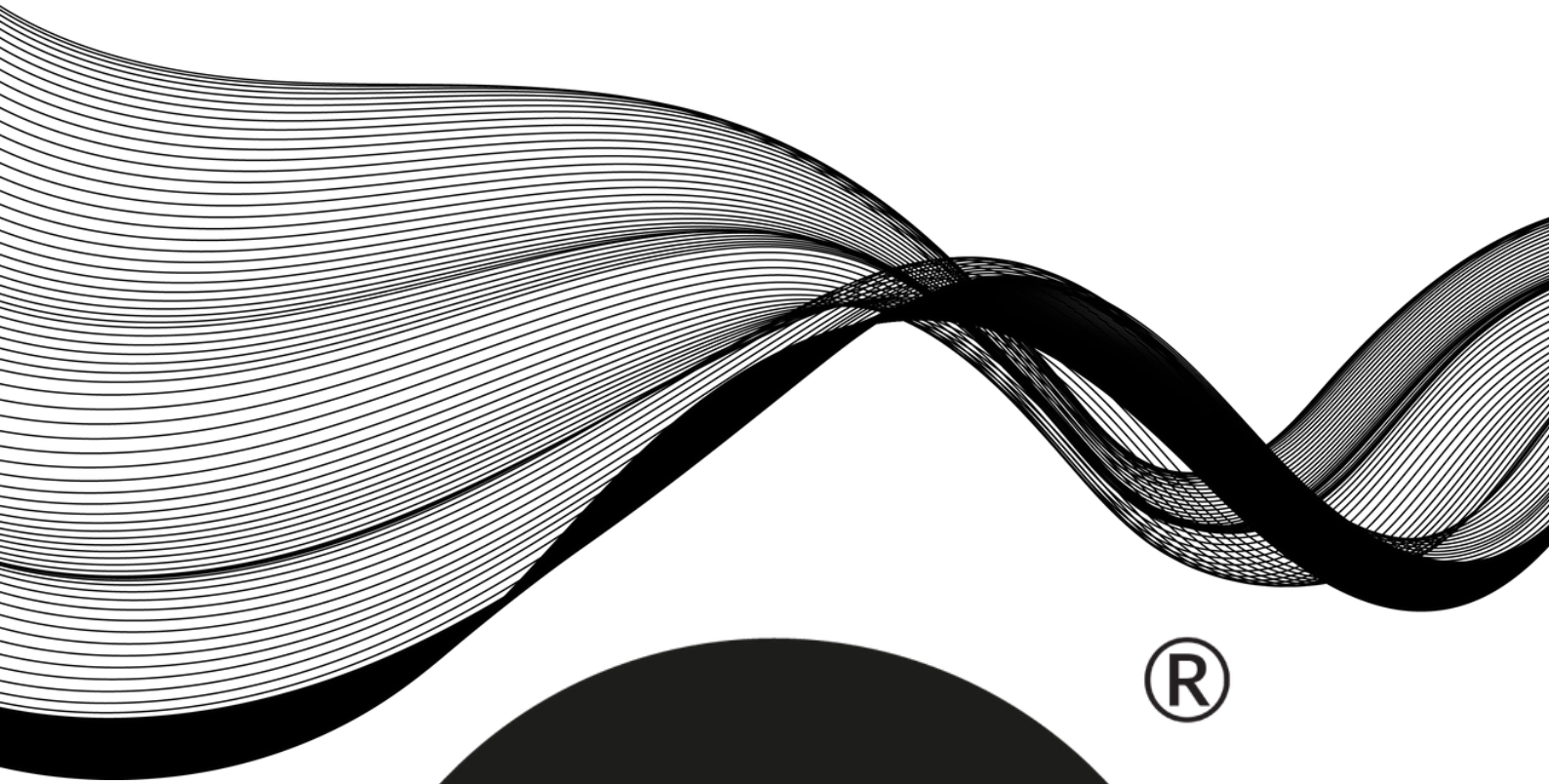
Innovatív processzor, amelyet nagy hatékonyság jellemez.

Klasszikus dizájn

A klasszikus dizájnnek köszönhetően az óra bármilyen ruhához passzol.



**Az IP67 szabvány +10 és +35 Celsius fok közötti vízhőmérsékletet tesz lehetővé, és 30 percig 1 m mélységig merítheti. Az óra nem használható forró fürdőben vagy szaunában, mivel nem gőzálló. Nem úszásra készült, hanem az egészség megőrzését szolgálja.



®

WATCHMARK

