

®

WATCHMARK



BRUKSANVISNINGAR

WWW.WATCHMARK.COM

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Introduktion

Om klockan	4
Enhetskonfiguration	
Förpackningsinnehåll	
Maskinvarukrav	5
Laddning av klockan	
Ytterligare information	6
Hur bär man en smartwatch?	7
Byte av klockarmband	8

App och funktioner

Installera program	9
Tillgängliga funktioner i smartklockan	10
Tid, datum	
Stegräknare	
Kaloriräknare	
Avstånd	
Justering av skärmens ljusstyrka	
Blodtryck	11
Mättnad	
EKG	
Puls	12
Funktion för att hitta telefon	
Stoppur	
Timer	13
Larm	
Sömnmonitor	
Musikstyrning	
Sportlägen	14
Byte av tema på urtavlan	
Väder	
Aviseringar/meddelanden	15
Samtal	
Återställ enhet	16
Inställningar	

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

App och funktioner

Tillgängliga funktioner i ansökan 17

Historik över mätningar

Meddelanden

Ändra tema för urtavlan

EKG

Vanliga kontakter

Kontroll av telefonens kamera 18

Funktionen "Hitta enhet"

Larm

Påminnelse om rörelse

Påminnelse om vätskebalans 19

G-sensor

Väder

Automatisk övervakning av

hjärtfrekvens

Allmän information

Tekniska data 20

Introduktion

Om Watchmark Ultra

En multifunktionell smartklocka skapad för människor som gillar en aktiv livsstil. Tack vare de inbyggda högtalarna och mikrofonen kan du svara på samtal direkt från handleden. Du hittar också 19 sportlägen och hälsfunktioner.

Enhetskonfiguration

Innehållet i förpackningen



Smartwatch (färg och material kan variera beroende på vald färg)



Laddare (färg och material kan variera beroende på vald modell)

Rem (färg och material kan variera beroende på vald färg)

Hårdvarukrav

iOS 10.0 och senare
Android 5.0 och senare
Bluetooth som stöds: 5.1

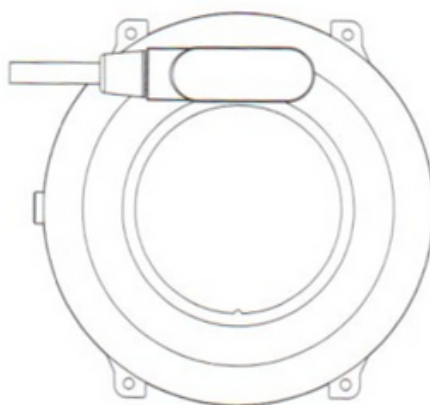
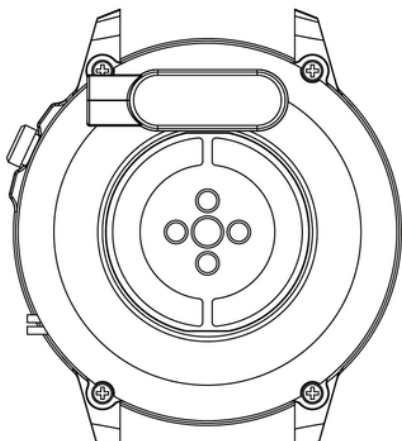


Android 5.0+



iOS 10.0+

Laddningsinstruktioner



Denna smartklocka använder magnetisk laddning.

Anslut laddningskabeln till USB-ingången och till enhetens bakre laddningsstift. När den är ansluten startar laddningen automatiskt och laddningsikonen visas på skärmen.

Det tar cirka 2 timmar att ladda batteriet helt. Använd inte klockan under laddning.

Varning: Anslut inte den magnetiska laddningskabeln till två stift samtidigt med ledande material, eftersom detta kan orsaka kortslutning.

Ytterligare information

Läs hela bruksanvisningen noggrant innan du använder utrustningen. Det rekommenderas att endast använda originalbatteri, laddare och tillbehör som medföljer enheten. Tillverkaren eller distributören ansvarar inte för användningen av tillbehör från tredje part.

Funktionerna som presenteras i den här handboken kan variera mellan olika modeller, eftersom manualen är en allmän beskrivning av smartklockor. Vissa modeller kan skilja sig från standarden.

Innan du använder enheten för första gången, ladda den i minst 2 timmar. Innan du börjar använda enheten måste du ladda ner och installera applikationen och acceptera alla samtycken som begärs av smarttelefonen. Om detta inte är helt klart kommer inte alla enhetsfunktioner att vara tillgängliga. Smarttelefonen kommer endast att be om åtkomst till funktioner som är nödvändiga för att smartklockan ska fungera korrekt.

Företaget förbehåller sig rätten att ändra innehållet i denna manual.

Hur bär man en smartklocka?

Remmen för denna klockmodell är 22 mm bred. Den är utbytbar och du kan köpa ytterligare remmar i en annan färg eller material.

Bär klocka

När du inte tränar, bär din smartklocka som en vanlig klocka, det vill säga ett finger ovanför handledsbenet.

För att dra full nytta av pulsövervakningsfunktionen när du tränar, prova att bära enheten över handleden (2 fingrar ovanför handledsbenet) för förbättrad komfort och stabilitet. Många övningar, som att cykla eller lyfta vikter, kan ändra placeringen av smartklockan genom att till exempel böja handleden. Om klockan är placerad lägre på handledsbenet kan mätningarna avbrytas, så korrekt placering är så viktigt.

Byte av bälte

Innan du använder klockan, vänligen fäst originalremmen på den. När du utför denna aktivitet, var mycket försiktig och se upp för dina naglar när du fäster teleskopen på klockan.

Att ta på sig bältet

1. Sätt in ena änden av remmen med teleskopet i urtaget på klockfodralet.
2. På andra sidan, skjut in teleskopet i urtaget och fäst det på klockan.

Ta bort bältet

1. På ena sidan trycker du på cirkeln på teleskopet och flyttar den försiktigt inåt.
2. Dra sedan uppåt tills teleskopet lossnar från klockan.

Appar och funktioner

Installerar applikationen

Applikationen för Ultra smartwatch-modellen är "FitCloudPro". Applikationen måste laddas ner från Google Play / App Store eller med hjälp av QR-koden nedan.



Google Play



App Store

När du har installerat applikationen, slå på Bluetooth på din telefon och gå till applikationen. Skapa ett konto eller fortsätt utan registrering. Fyll i uppgifterna och auktorisera åtkomst. För att applikationen ska fungera korrekt måste alla samtycken som applikationen begär lämnas. För att ansluta klockan, välj "Device" och sedan "Scanning", välj klockmodell (NX3).

För att använda smartklockans uppringnings- och mottagningsfunktioner ansluter du även din klocka via Bluetooth. På telefonen, gå till Bluetooth-inställningarna och anslut till enheten som heter "BT-85E", medan du är på klockan, expandera toppmenyn, välj hörlursikonen och slå på "Ljudläge". Utan en sådan anslutning kommer vissa funktioner inte att vara aktiva.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Tid, datum, veckodag**

Displayen visar tid, datum och veckodag. Data visas på klockans huvudskärm.

- **Stegräknare**

Räknar steg som tagits en viss dag (data återställs varje dag från 00:00). Antalet steg som tagits kan ses i applikationen eller på den första fliken till höger på huvudskärmen.

- **Kaloribrända räknare**

Beräknar mängden förbrända kalorier en viss dag.

Kaloriförbränningsdata finns på den första fliken till höger på startskärmen eller i applikationen.

- **Distans rest**

Information om tillryggalagd sträcka under dagen. Tillryggalagd sträcka finns på den första fliken till höger på huvudskärmen eller i applikationen.

- **Justera ljusstyrkan på skärmens bakgrundsbelysning**

Justering av ljusstyrkan hjälper till att skydda dina ögon från att skärmen blir för ljus på natten och sparar klockans batteri. Du hittar den här funktionen i rullgardinsmenyn från huvudskärmen.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Blodtryck (BP)***

Artärtryck är den kraft med vilken blod trycker mot artärernas väggar under sammandragning och avslappning av hjärtmuskeln. Den accepterade normen för systoliskt blodtryck är 120 mm Hg, och för diastoliskt blodtryck är det 80 mm Hg. På klockan finns blodtrycksmättningsfunktionen placerad i menyn under namnet BP.

- **Mättnad (SPO2)***

Funktionen informerar om nivån av blodsyresättning. Som standard bör resultatet vara mellan 95 och 100 %. När syresättningsnivåerna sjunker kan det vara farligt för vår hälsa. I klockan finns mättnadsmättningsfunktionen i menyn under namnet "Blodsyre".

- **Puls***

Puls, det vill säga puls: det är antalet hjärtmuskelslag per minut. Den accepterade normen är gränsen på 60 till 100 slag per minut. När pulsen är förhöjd kallas det takykardi och när den sänks kallas det bradykardi. Båda tillstånden kan vara farliga för vår hälsa. På klockan finns pulsmättningsfunktionen placerad i menyn under namnet "Puls".

*Du bör inte fatta hälsobeslut enbart baserat på testresultaten från din smartwatch. För noggranna mätningar bör användare mäta hälsfunktioner i vila som med traditionell medicinsk utrustning och avstå från att mäta medan de tränar, röker eller dricker alkohol. Smartklockan är inte en medicinsk anordning och mätresultaten är endast i illustrationssyfte.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Funktionen "Hitta telefon".**

Efter att ha parat ihop enheten korrekt med applikationen på din telefon kommer du snabbt att kunna hitta din telefon. Efter att ha valt alternativet "Hitta telefon" kommer telefonen att vibrera och ringa. På klockan hittar du denna funktion i menyn.

- **Propp**

En funktion som används för att kontrollera och mäta korta tidsperioder. På klockan hittar du denna funktion i menyn.

- **Minuttimer**

Timern låter dig räkna ner tiden. På klockan hittar du denna funktion i menyn.

- **Larm**

För att se de larm du har ställt in, gå till menyn och välj "Alarm". För att slå på larmet, gå till applikationen. Mer på sidan 18.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Sömnmonitor**

En funktion som hjälper till att analysera mänsklig sömn. Klockan visar antalet sömntimmar och sömnfaser, där vi skiljer på lätt och djup sömn. På klockan finns sömnövervakningsfunktionen i menyn och i den tredje fliken på höger sida av huvudskärmen.

- **Musikkontroll**

Efter att ha anslutit klockan till din telefon via appen och slagit på musik på din telefon kan du pausa och återuppta musik, spola tillbaka och spola tillbaka låtar och kontrollera volymen. För att styra musik slår du på den på din telefon och går sedan till musikfunktionen. På klockan finns denna funktion i menyn.

- **Övervakning av en kvinnas cykel**

Du kan övervaka din menstruationscykel på din smartwatch. För att använda den här funktionen, aktivera den i applikationen och anpassa inställningarna efter dina preferenser. Mer på sidan 20.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Sportlägen**

19 sportlägen på klockan låter dig kontrollera dina träningsmål genom att övervaka steg, puls, kalorier och distans.

Träningsdata finns i applikationen efter synkronisering eller i klockan i menyn till vänster på huvudskärmen under namnet "Fysisk aktivitetslogg".

I sportläget, beroende på vald funktion, mäts parametrar som tid, förbrända kalorier och hjärtfrekvens. På klockan finns sportfunktioner i menyn. Dessutom kan du lägga till andra sportlägen i applikationen. Mer på sidan 20.

- **Ändra sköldtema**

Klockan har flera urtavlor att välja mellan. För att ändra ratten, tryck länge på huvudskärmen (cirka 3 sekunder). Du kan ladda ner fler urtavlor i appen. Mer på sidan 17.

- **Väder**

Efter att ha anslutit till applikationen kommer klockan att visa temperaturen för en viss dag. På klockan finns väderfunktionen i menyn eller på den fjärde fliken till höger på huvudskärmen. Mer på sidan 19.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Aviseringar/meddelanden**

Efter att ha anslutit klockan till telefonen via applikationen och Bluetooth och tillåtit lämpliga samtycken, kommer inkommande meddelanden och aviseringar i sociala medier att visas på klockan. För att aviseringar ska visas måste den här funktionen vara aktiverad i applikationsinställningarna. Mer på sidan 17.

- **Anslutningar**

Genom att ansluta klockan till din telefon via Bluetooth kan du ringa samtal från smartklockan med bibehållen hög ljudkvalitet. Efter att du anslutit klockan till din telefon kommer telefonens kontakter att visas på klockan. För att ringa ett samtal kan du ange numret manuellt eller välja från listan över de vanligaste kontakterna.

- **Täta kontakter**

Du kan komma åt dina vanligast uppringda kontakter på klockan för att snabbt ringa ett samtal. För att lägga till kontakter, gå till applikationen. Mer på sidan 17.

- **Stör ej-läge**

Ett läge som förhindrar att alla aviseringar visas. För att aktivera det här läget, välj månikonen från rullgardinsmenyn på huvudskärmen.

Funktioner tillgängliga i Smartwatch

- **Återställning till fabriksinställningar**

Fabriksåterställning låter dig återställa din klocka och radera alla data och inställningar. På klockan finns återställningsfunktionen i inställningarna i menyn.

- **Inställningar**

I inställningarna kan du:

- Ställ in bakgrundsbelysningstiden och skärmens ljusstyrka
- ställ in responstiden för G-sensorfunktionen
- ställ in vibrationsintensiteten
- välj stil på huvudmenyn
- aktivera batterisparläge
- ställ in klockans språk
- Välj lösenord
- fabriksåterställ
- stäng av enheten

Funktioner tillgängliga i en dedikerad applikation

- **Mäthistorik**

I applikationen hittar du historien om mätningar gjorda av klockan. För att kontrollera din historik, välj "Hem" i appen.

- **Aviseringar**

Meddelandefunktionen låter dig läsa början av meddelandet på smartwatchskärmen. Aviseringar kan komma från applikationer som Facebook, Instagram, Skype och Messenger. För att aktivera den här funktionen, gå till "Enhet" och välj sedan "Meddelandeinställningar".

- **Ändra sköldtema**

Andra urtavlor finns tillgängliga i den dedikerade appen. För att välja urtavlor, gå till "Enhet" och sedan "Val av urtavlor" i appen. För att ladda ner sköldar måste data/Wifi vara påslaget på din telefon.

- **Täta kontakter**

För att lägga till kontakter, välj "Enhet" och sedan "Kontakter" i applikationen.

Funktioner tillgängliga i en dedikerad applikation

- **Telefonkamerakontroll**

Funktionen låter dig ta foton på distans med telefonens kamera genom att aktivera kamerans avtryckarknapp genom att skaka klockan. För att ta ett foto, välj "Enhet" och sedan "Fjärrkamera". Denna funktion är användbar för att ta gruppfoto på avstånd.

- **Hitta din enhet**

Om du väljer funktionen "Sök efter klocka" i applikationen utlöses ett vibrationslarm i klockan, vilket hjälper till att hitta enheten.

- **Larm**

För att ställa in ett alarm på din klocka, välj tid och alarmtid i appen. För att göra detta, välj "Enhet" och sedan "Larm" i applikationen.

- **Rörelsepåminnelse**

I applikationen kan du ställa in påminnelser per timme, tack vare vilka klockan, när den upptäcker att en person förblir orörlig under lång tid, påminner dem om att göra någon aktivitet. För att aktivera funktionen, välj "Enhet" och sedan "Inaktivitetspåminnelse".

Funktioner tillgängliga i en dedikerad applikation

- **Vätskepåminnelse**

I applikationen kan du ställa in cykliska påminnelser var 30-180:e minut, tack vare vilka klockan påminner dig om att sträcka dig efter vatten. För att aktivera den här funktionen, välj "Device" och sedan "Hydration reminder" i applikationen.

- **Att väcka skärmen med en rörelse av handleden (G-Sensor)**

För att aktivera eller inaktivera funktionen att slå på klockskärmen med en handledsrörelse, välj "Enhet" i applikationen och sedan "Vakna med en handledsrörelse".

- **Väder**

För att visa aktuellt väder på din klocka måste du aktivera applikationen för att komma åt telefonens plats och aktivera väderinformationsfunktionen i applikationen. Gå till "Enhet" och sedan "Väderinformation."

- **Automatisk pulsmätning**

I applikationen kan du ställa in att pulsmätningen ska utföras cykliskt. Frekvensen kan ställas in inom en given tidsperiod. Automatisk mätning utförs utan vår inblandning. För att aktivera funktionen väljer du "Enhet" och sedan "Kontinuerlig pulsmätning" i appen.

Att ställa in automatiska mätningar minskar batteritiden.

Funktioner tillgängliga i en dedikerad applikation

- **Ytterligare sportlägen**

Utöver de grundläggande sportlägen som finns på smartklockan kan du lägga till ytterligare lägen. För att lägga till dem, välj "Device" i applikationen och sedan "Sports push".

- **Övervakning av en kvinnas cykel**

För att aktivera denna funktion, gå till "Profil" och välj sedan "Menstruationskalender". Du måste ge tillgång till kalendern. I applikationen kan du välja mellan 3 alternativ: menstruationscykel, graviditetsförberedelsecykel och graviditetscykel. Efter att ha angett data i applikationen, registrerar smartklockan menstruationscykler och påminner dig om när nästa väntar. För att ställa in parametrarna, gå till "Profil" och sedan "Menstruationskalender" i applikationen.

- **Målsättningar**

I appen kan du sätta dagliga mål för antal steg som tagits, tillryggalagd sträcka och förbrända kalorier. Klockan kommer systematiskt att övervaka dina framsteg mot dessa mål. Beroende på vilken urtavla du väljer kan du spåra dina dagliga prestationer. För att sätta mål, gå till "Profil" och sedan "Mål".

- **Enhetsinställningar**

För att justera enheterna för längd, massa och temperatur, gå till "Profil" och sedan "Enheter" i applikationen.

Allmän information

Teknisk data

IP67 vattentät**

Gör att du kan använda klockan medan du tvättar händerna eller en regnig dag.

Processor RTL8762DK

Innovativ processor med hög prestanda.

Batteri 400mAh

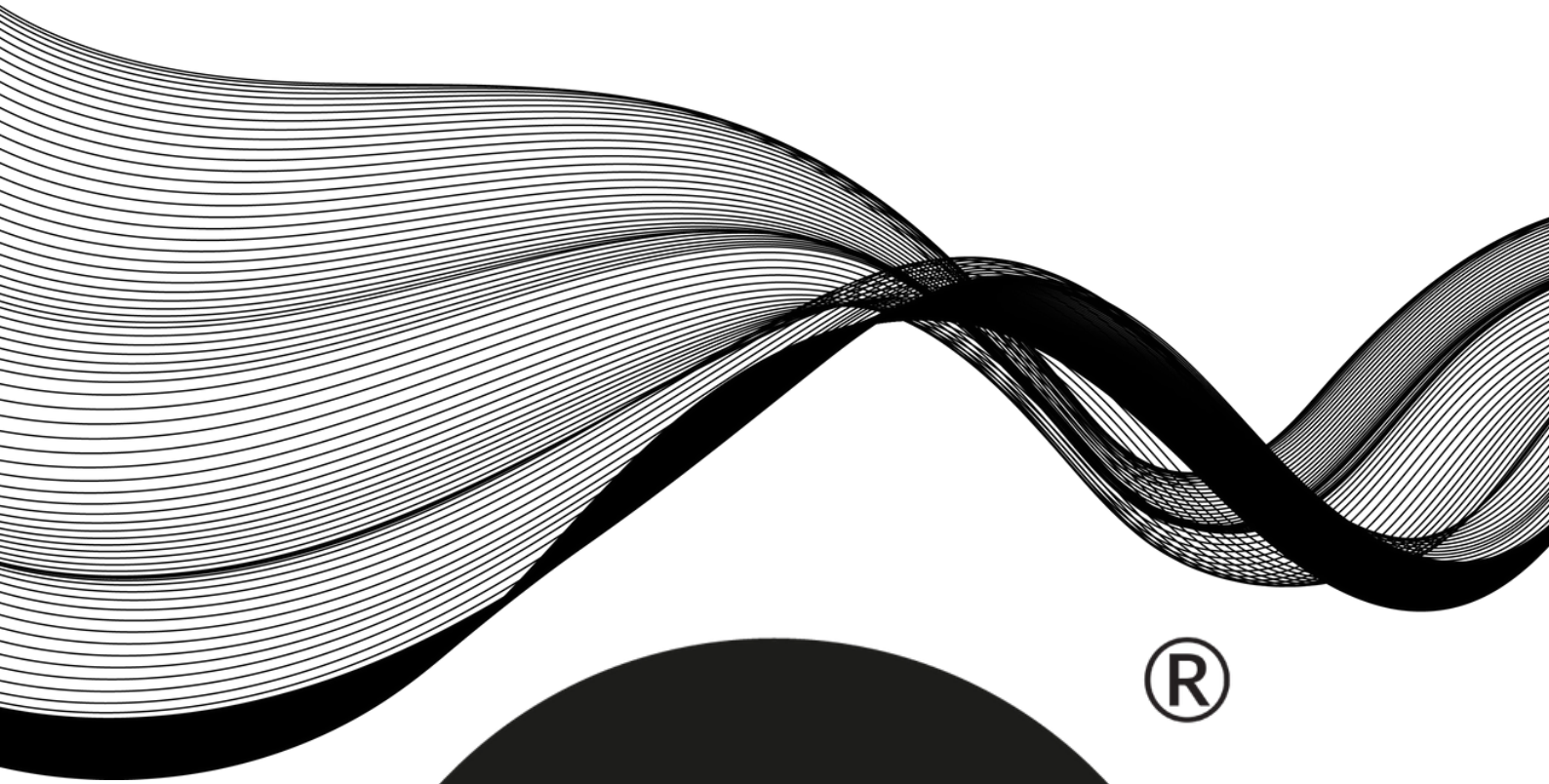
Modernt litium-polymerbatteri med hög kapacitet.

Outdoor

Slitstarka material och en silikonrem som är lätt att rengöra.



**IP67-standarden tillåter vattentemperaturer från +10 till +35 grader Celsius och nedsänkning till ett djup av 1 m i upp till 30 minuter. Klockan kan inte användas i varma bad eller i bastun då den inte är ångtålig. Den är inte avsedd för simning, den är designad för att hjälpa dig att hålla dig frisk.



®

WATCHMARK

