

MONTRE INTELLIGENTE AD0196 ID116
MANUEL DE L'UTILISATEUR

Portez-le correctement

La montre est mieux portée après la styloïde ulnaire.

Ajustez la taille du poignet en fonction du trou d'ajustement ; Boucle de la sangle.

Le capteur doit être proche de la peau pour éviter qu'il ne bouge.

Chargement de la montre

La première fois, veuillez vous assurer que la batterie est en fonctionnement normal. Si elle ne s'allume pas, veuillez connecter le chargeur pour charger l'appareil, et la montre s'allumera automatiquement.

Installez l'application montre sur votre téléphone

Scannez le code QR ci-dessous ou rendez-vous sur l'App Store pour télécharger et installer l'application.

Configuration requise : Android 5.0 ou supérieur : iOS9.0 ou supérieur Support Bluetooth 4.0.



Connexion de l'appareil

Pour la première fois, il est nécessaire de se connecter à l'APP pour l'étalonnage. Une fois la connexion réussie, la montre synchronise automatiquement l'heure. Sinon, le nombre de pas et les données de sommeil ne seront pas synchronisés.

- Ouvrez l'application et cliquez sur l'icône des paramètres -- mon appareil -- téléchargez l'appareil de numérisation -- cliquez sur la connexion de l'appareil.
- Une fois l'appairage réussi, l'APP enregistre automatiquement l'adresse Bluetooth de la montre. Lorsque l'APP est ouvert ou fonctionne en arrière-plan, il recherche et connecte automatiquement la montre.
- Téléphone mobile Android : assurez-vous que l'APP fonctionne en arrière-plan et que les paramètres système du téléphone mobile disposent de toutes les autorisations nécessaires, telles que l'exécution de l'arrière-plan et la lecture des informations de contact.

Description de la fonction d'horloge

- Lorsque l'appareil est éteint, appuyez sur le bouton de fonction pendant plus de 4 secondes pour l'allumer.
- Dans l'interface d'adresse Bluetooth de la montre, appuyez sur la touche pendant 2 secondes pour accéder à l'interface de mise hors tension. Sélectionnez ON pendant 3 secondes pour quitter la page de mise hors tension, et sélectionnez OFF pendant 3 secondes pour éteindre la montre.
- À l'état de mise sous tension, touchez la touche de fonction à pression courte pour allumer l'écran ;
- Si la page d'horloge par défaut de la montre, appuyez sur la touche de fonction à pression courte pour passer à l'affichage de différentes pages, il n'y a pas de fonctionnement par défaut de l'affichage de cinq secondes.
- Passez à l'interface de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle pour entrer dans le test de démarrage, la fréquence cardiaque et la pression artérielle de 500s éteignent automatiquement l'affichage (la fréquence cardiaque et la pression artérielle nécessitent un support d'horloge matériel).

Interface d'horloge

Après la synchronisation avec le téléphone, l'horloge calibrera automatiquement l'heure.

Appuyez sur l'interface de veille et maintenez-la enfoncée pendant 2 secondes pour basculer entre les différentes interfaces de la montre.

- Nombre d'étapes

Portez la montre et enregistrez le nombre de pas de vos mouvements quotidiens pour voir les pas actuels en temps réel.

- Distance

La distance de déplacement est estimée sur la base du nombre de pas de marche.

- Calories

Estimez les calories brûlées en fonction du nombre de pas de marche.

- Fréquence cardiaque, pression sanguine

Après avoir entré dans l'interface de test de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle pendant quelques secondes, les résultats actuels du test de la fréquence cardiaque et de la pression artérielle s'affichent. Cette fonction nécessite un bracelet pour supporter les capteurs de fréquence cardiaque et de pression artérielle.

Mode multisport

Pas de temps partagé

Calculer le nombre de pas à partir de cette interface à partir de 0, vous pouvez visualiser l'heure du système, enregistrer la valeur et la durée du pas de temps partagé : après avoir quitté cette interface, le pas de temps partagé sera ajouté au nombre total de pas de la montre.

Sauter à la corde à sauter

Dans cette interface, vous pouvez visualiser l'heure du système, enregistrer le nombre de sauts et leur durée.

Mode squat

Dans cette interface, vous pouvez afficher l'heure du système, enregistrer le nombre de squats et leur durée.

Mode veille

Lorsque vous vous endormez, la montre passe automatiquement en mode de surveillance du sommeil : elle détecte automatiquement votre sommeil profond/peu profond/tout au long de la nuit et calcule la qualité de votre sommeil ; les données relatives au sommeil ne sont prises en charge que pour l'affichage APP.

Remarque : les données relatives au sommeil ne seront disponibles que si vous utilisez une montre de sommeil, et elles seront synchronisées avec l'application entre 21 heures et 9 heures le lendemain.

Fonction et configuration de l'APP

Informations personnelles

Veillez définir vos informations personnelles après avoir saisi l'application.

Paramètres personnels, vous pouvez définir le sexe - l'âge - la taille - le poids,

Vous pouvez également définir vos objectifs quotidiens en matière d'exercice et de sommeil afin de contrôler les résultats obtenus chaque jour.

Notification des messages

- Appel entrant :

À l'état connecté, si la fonction d'alerte d'appel est activée, lorsque l'appel arrive, la montre vibre et affiche le nom ou le numéro de l'appelant. (Il est nécessaire de donner la permission de lire le carnet d'adresses APP).

- Notification par SMS :

À l'état connecté, si la fonction de rappel des SMS est activée, la montre vibre lorsqu'elle reçoit un message texte.

- Autres rappels :

À l'état connecté, si cette fonction est activée, lorsqu'il y a un message tel que WeChat, QQ, Facebook, etc., la montre vibre pour le rappeler et afficher le contenu reçu par l'application. (Elle

s'efface automatiquement après la visualisation du message) (Vous devez donner l'autorisation à l'APP pour recevoir les notifications du système, et la montre peut afficher 20-40 mots) . Rappel vibrant :

Lorsque cette fonction est activée, la montre vibre en cas d'appels entrants, de messages ou d'autres rappels. S'il est désactivé, la montre n'aura qu'un rappel à l'écran, sans tremblement, pour éviter les interruptions.

Conseils pour les utilisateurs d'Android :

Lors de l'utilisation de la fonction de rappel, il est nécessaire de la configurer pour permettre au "Excellent Clock" de fonctionner en arrière-plan : Il est recommandé d'ajouter "Utility Bracelet" à la gestion des droits pour faire confiance et ouvrir toutes les permissions.

- Réveil intelligent

Dans l'état connecté, trois alarmes peuvent être réglées, et après le réglage, elles seront synchronisées avec l'horloge ; supporte l'alarme hors ligne. Une fois la synchronisation réussie, même si l'APP n'est pas connecté, l'horloge se déclenchera à l'heure programmée.

- Chercheur d'horloge

Dans l'état connecté, cliquez sur l'option "Rechercher l'horloge", et l'horloge vibrera.

- Secouez pour prendre une photo

À l'état connecté, entrez dans l'interface photo secouée, secouez la montre, prenez une photo automatiquement après un compte à rebours de 3 secondes. Laissez l'APP accéder à l'album pour enregistrer les photos d'autoportraits. (Caractéristiques)

- Rappel sédentaire : permet d'activer ou non la fonction de rappel sédentaire, vous pouvez définir l'intervalle de rappel. Si vous restez assis pendant une longue période dans le temps imparti, la montre vous alerte.

Relever l'affichage lumineux au poignet : activer cette fonction. Lorsque votre main est dans l'état d'affichage, levez votre main pour voir l'affichage. L'angle est légèrement incliné et l'écran s'allume automatiquement.

(Accès par un tiers)

Campagne WeChat : enregistrez le code QR de la campagne WeChat, entrez le scan et suivez dans WeChat, synchronisez et mettez à jour le nombre d'étapes qui synchroniseront la montre (Remarque : s'il y a d'autres programmes sportifs sur le téléphone, celui qui a le plus d'étapes sera affiché en premier).

Précautions :

- 1) Ne pas utiliser sous la douche ou dans la piscine.
2. Veuillez connecter la montre lors de la synchronisation des données.
3. n'exposez pas la montre à une forte humidité, à des températures élevées ou à des températures très basses pendant de longues périodes.
4. La montre semble s'arrêter et redémarrer. Veuillez vérifier que les données dans la mémoire du téléphone sont effacées et réessayer, ou quittez l'APP et rouvrez-le.