

# Montre intelligente

## Manuel de l'utilisateur



### MENER UN MODE DE VIE SAIN

Merci d'avoir choisi notre produit !

Pour bien comprendre et utiliser cet appareil, pour connaître toutes les caractéristiques et la méthode d'utilisation simple, veuillez d'abord lire ce manuel.

Les fonctions indiquées dans le manuel d'utilisation peuvent être légèrement différentes de celles du produit physique, veuillez vous référer au produit final. Les erreurs de frappe dans ce manuel et les divergences seront mises à jour en temps utile avec les produits les plus récents. En cas de mise à jour, ce manuel pourra être modifié sans préavis. Notre société se réserve le droit d'interprétation finale.

**Remarque : Le produit est étanche selon la norme IP68. Il peut être porté en se lavant les mains, en nageant, sous la pluie, etc.**

## Instructions:

Bouton de commutation : appui long pour changer de montre, appui court pour allumer/éteindre l'écran.

Gestes de l'écran tactile : Touchez l'icône pour accéder à chaque fonction, glissez vers la droite pour revenir ; glissez vers le bas pour accéder à la barre d'état ; glissez vers le haut pour accéder au centre de notification ; glissez vers la gauche pour accéder au menu principal ; glissez vers la droite pour accéder au mode Entraînement.



Changement de cadran : Maintenez le cadran de la montre d'accueil pendant 2 secondes pour changer de cadran.

Changement de bracelet : Le bracelet de la montre est facilement interchangeable. Il s'agit d'un bracelet standard de 22 mm de large.



### **Instructions de chargement:**

Ce produit adopte la charge magnétique. Placez les points de charge à l'arrière des broches de charge de l'appareil, il se chargera automatiquement. Il est compatible avec un PC USB ou un chargeur standard de 5V. 150 minutes pour charger complètement l'appareil, utilisation normale pendant 5 à 7 jours.

- Attention : Ne pas connecter les deux broches du câble de charge magnétique à un matériau conducteur en même temps, car cela pourrait provoquer un court-circuit.

### **La montre se connecte au téléphone, téléchargez d'abord l'application « TFit » sur le téléphone, en vous référant aux deux méthodes suivantes:**

1)Téléphone Android/iOS : Scannez l'image du code QR suivant à l'aide d'un navigateur ou de n'importe quel scanner pour télécharger « TFit ».

2)Téléphone Android : rechercher et télécharger l'application « TFit » sur Google Play;Téléphone iOS : rechercher et télécharger l'application « TFit » sur Apps Store.



Après avoir téléchargé et installé l'application TFit, activez le Bluetooth et démarrez TFit, activez les autorisations et les notifications de l'application et ajoutez vos informations personnelles. Entrez dans l'interface de recherche des appareils Bluetooth, recherchez l'appareil « L18 » (activez le GPS du téléphone intelligent avant de lier l'appareil) et appuyez sur connecter.

### **Détacher l'appareil:**

Dans TFit, appuyez sur Appareil - Ajouter un appareil - Connecté, appuyez sur Confirmer la déconnexion de l'appareil. Ensuite, dans les paramètres du téléphone, désassemblez l'appareil et le téléphone. Vous êtes alors prêt à déconnecter le L18 de votre téléphone.

### **Mise à jour du firmware:**

Lorsque le Bluetooth est connecté, dans la même interface de « TFit », cliquez sur « Plus » - « Mises à jour », s'il y a un nouveau firmware disponible, cliquez pour mettre à jour la dernière version du firmware de la montre.

Remarque : Si la mise à jour échoue, reconnectez le Bluetooth et réessayez la mise à jour.

Le protocole Bluetooth est différent d'une marque de téléphone portable à l'autre. Il arrive que la connexion Bluetooth soit instable entre le téléphone portable et la smartwatch, veuillez redémarrer le Bluetooth, puis essayez de vous reconnecter. Certains réglages sur

le téléphone doivent être effectués pour que la transmission des données se fasse sans problème. Veuillez ignorer si votre téléphone ne dispose pas de ces fonctions..

### **Introduction de la fonction principale:**

- Langue/Heure/Date : Il synchronise la date et l'heure du téléphone lorsque la connexion Bluetooth est établie.

- Interface de veille : Il y a plusieurs cadrans pour les options, appuyez longuement sur le bouton d'accueil pendant 2 secondes pour changer lorsque vous êtes sur la page d'accueil.

- Moniteur de sommeil : La surveillance du sommeil est automatiquement active de 22h00 à 8h00 le lendemain matin. Vous pouvez vérifier les détails de la qualité du sommeil avec l'application TFit sur le téléphone.

- Barre d'état : Elle se déroule à partir de l'écran d'état de veille. Elle affiche l'état de la connexion Bluetooth, des informations sur le pourcentage d'énergie et le réglage de la luminosité. Glissez vers la gauche dans la barre d'état pour accéder aux informations météorologiques, à la synchronisation des données de l'application, à la nécessité de maintenir le GPS et le réseau du téléphone activés.

- Informations sur l'activité : Affiche les données relatives à l'entraînement et à la santé, notamment les pas, la distance et la consommation de calories. Ces données sont sauvegardées jusqu'à minuit (00h00) chaque jour, puis remises à zéro pour le jour suivant. Vous pouvez consulter les données précédentes dans l'historique.

- Notifications : Synchronisation et affichage des notifications d'applications telles que Facebook, WhatsApp, SMS, Email etc. entre le téléphone mobile et la Smart Watch. Jusqu'à 5 notifications peuvent être affichées sur la montre. Veuillez ajuster les paramètres dans l'application TFit et autoriser l'affichage des notifications (autorisations de l'application).

- Télécommande (musique) : permet d'activer et de contrôler la lecture de musique sur le téléphone via la Smart Watch (une application de lecture de musique doit être installée sur le téléphone).

- Prévisions météorologiques:Les données météorologiques actuelles sont synchronisées via l'application TFit sur l'écran de la montre. Le GPS et les informations météorologiques locales doivent être activés pour obtenir les données météorologiques locales.

- ECG:L'appareil combine un capteur optique de fréquence cardiaque et un capteur ECG pour afficher des informations sur la fonction cardiaque de l'utilisateur à titre de référence. Lorsque cette fonction est activée, il faut environ 30 secondes de mesure et de lecture pour obtenir un résultat.

**Remarque : l'appareil n'est pas un dispositif médical. Toutes les valeurs indiquées le sont à titre de référence uniquement.**

- Pression artérielle:Veuillez poser vos mains à plat sur une surface et ne pas bouger. Lorsque cette fonction est activée, il faut environ 45 à 50 secondes de mesure et de lecture pour obtenir un résultat.

Remarque : l'appareil n'est pas un dispositif médical. Toutes les valeurs indiquées le sont à titre de référence uniquement.

- Oxygène sanguin : Le taux d'oxygène dans le sang (SPO2H) est la quantité d'oxygène circulant dans le sang. Veuillez consulter en ligne les informations relatives au pourcentage d'oxygène dans le sang sain ou anormal pour votre groupe d'âge et votre sexe et/ou demander conseil à votre médecin.

Remarque : l'appareil n'est pas un dispositif médical. Toutes les valeurs indiquées le sont à titre de référence uniquement.

- Fréquence cardiaque : Lorsque cette fonction est activée, la fréquence cardiaque est mesurée par l'appareil qui scanne les capillaires de surface de la peau à l'aide de diodes optiques vertes. Il faut compter environ 2 secondes pour que la mesure et l'enregistrement commencent. Glissez vers d'autres menus pour arrêter la mesure. Veuillez consulter en ligne les informations relatives à la fréquence cardiaque moyenne et à la fréquence cardiaque pendant l'exercice pour votre groupe d'âge et votre sexe et/ou demandez conseil à votre médecin.

Remarque : l'appareil n'est pas un dispositif médical. Toutes les valeurs indiquées le sont à titre de référence uniquement.

- Exercice : Sélectionnez un mode sportif pour enregistrer votre séance d'entraînement. L'enregistrement est interrompu lorsque vous appuyez sur le bouton d'alimentation. Vous pouvez choisir d'enregistrer, de supprimer ou de poursuivre la mesure. Enregistrement et sauvegarde des données de la séance d'entraînement. Alarme : Vous pouvez régler plusieurs heures d'alarme via l'application TFit sur le téléphone.

- Chronomètre : Appuyez sur la touche pour démarrer et faire une pause, puis appuyez à nouveau sur la touche pour arrêter. Minuterie : Définissez une durée pour le comptage du temps.

- Réglage des unités : Système métrique ou britannique.

- Trouver votre téléphone : Appuyez dessus et le téléphone émet une sonnerie d'alerte.

- Fonction d'appareil photo à distance : Déverrouillez l'écran de votre téléphone, allez à « Appareil photo Bluetooth » (Appareil photo à distance) sur la Smart Watch, réglez votre téléphone sur l'interface de l'appareil photo, appuyez sur la montre pour prendre des photos. Les photos prises sont enregistrées dans l'album photo (galerie) de votre téléphone.

## Paramètres

- Éteindre : Tapez sur pour mettre hors tension.

- À propos : Vérifiez le numéro de modèle, l'adresse Bluetooth, le numéro de version.

- Réinitialiser : Appuyez sur cette touche pour rétablir le mode usine.

- Sédentarité, rappel de boire : Via l'application TFit, définissez une heure d'exercice et/ou un rappel de boire.

- Mode rappel : Via l'application TFit, choisissez un mode de rappel, lumière de l'écran, vibration, lumière de l'écran + vibration.

- Réveil au poignet : Vous pouvez « réveiller » la montre par un mouvement du poignet. Réglez cette fonction à l'aide de l'application TFit. Veuillez noter que cette fonction peut augmenter la consommation d'énergie.
- Configuration des unités : Système métrique ou impérial (britannique).

### **Étendue de la garantie**

Cette garantie ne couvre que les défauts de fabrication ou de pièces. Tous les produits ou pièces défectueux seront réparés ou remplacés.

### **Usure normale**

L'usure normale du produit ou de certaines de ses parties n'est pas couverte par la présente garantie.

### **Non inclus dans les conditions de garantie**

Cette garantie ne couvre pas

- Tout défaut causé par un accident, une mauvaise utilisation, un abus, une installation ou un fonctionnement incorrect, un manque de soin raisonnable, une modification non autorisée, une perte de pièces, une altération ou une tentative de réparation par une personne non autorisée par le distributeur.
- Tout produit qui n'a pas été installé, utilisé ou entretenu conformément au manuel d'instructions du fabricant fourni avec le produit.
- Tout produit qui a été utilisé à des fins autres que celles prévues.
- Tout dommage causé par une alimentation électrique incorrecte ou une mauvaise connexion des câbles.