VIRMEE SUPPORT

North America	:	support@virmee.com
United Kingdom	:	support.uk@virmee.com
日本	:	support.jp@virmee.com

@Virmee

www.virmee.com

@virmee_global

VIRMEE

VT3 Lite
Smart Watch

USER MANUAL

Please read the user manual carefully and keep it for future reference.

Tempo

V1. 01

ENGLISH 01-25
日本語 26-46

ENGLISH

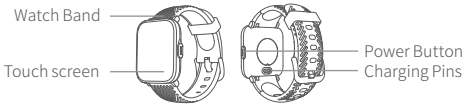
WHAT'S INCLUDED

VT3 Lite

Charging Cable

User Manual

PRODUCT OVERVIEW

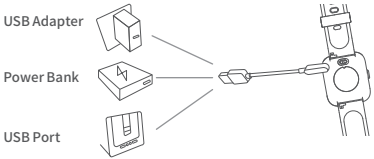


GETTING STARTED

1. Charge Your Watch

Step 1: Insert the USB end of the **Charging Cable** into a USB adapter, power bank, or a USB port.

Step 2: Approach the other end of the **Charging Cable** to the **Charging Pins** on the back of the watch until they attach magnetically.

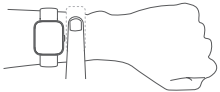


Notes:

* Please fully charge your smart watch before the first use.
* If the **Charging Cable** can not be magnetically attached on the **Charging Pins** of the watch, please change the direction of it.

2. Wear Your Watch

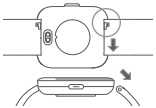
- To make the data tracking more accurate, we recommend that you wear the watch with one finger's width below your wrist bone.
- Please make sure the watch fits snugly against your skin and will not move upward or downward during exercise.



3. Change the Watch Bands (Optional)

Step 1:

Turn over your watch, then press the quick-release lever inward and gently pull the original watch band away.



Step 2:

Get another band, slide the pin into the notch on the watch, then press the quick-release lever inward and slide the other end of the watch band into place.

Step 3:

Release the quick-release lever when the pins on both ends are securely inserted into the notch.

4. Power On/Off

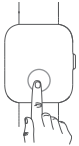
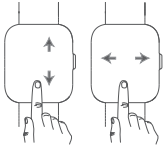
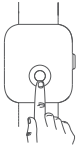
Long press the **Power Button** for 3-4 seconds to power on the watch, then select your language. To power it off, long press the **Power Button** for 2-3 seconds and tap **Shutdown** on the screen.

• Functions of the Power Button

Power Button

Long Press	Short Press
Power On/Off	Screen On/Off
Pause the current exercise	Return to the previous interface
End the exercise (In Pool Swim and Open Water mode)	Resume the exercise (except Pool Swim and Open Water)
	Switch the display interface

5. Touch Navigation

Tap	Swipe/Slide	Tap and Hold
		
Tap to select or confirm the option.	Swipe vertically or slide horizontally to view all the panels.	Tap and hold on the home screen to start changing the **Watch Face.**

OPERATION BASICS

1. Function Overview on the Watch

- Swipe up from the bottom of the home screen to check **Music**, **Calories**, **Stand**, **Steps** and **Reading**.
- Swipe left/right on the home screen to check the applications and 18 available exercises on your watch.

HR

Perform a heart rate test to monitor your heart rate.

Note:
Battery drains faster while running the HR application.

Message

Display messages your phone received after Bluetooth is connected.

Alarm

Screen on and vibrate to notify you at the preset time of the alarm set via the app.

Stopwatch

Measure the amount of time, and tap **Lap** to track the number of laps when needed.

Timer

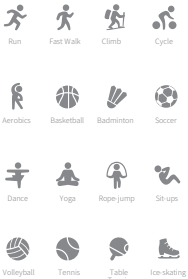
Select a time interval or customize new time interval(s), then count down from that time interval.

Compass

Hold the watch horizontally to identify the direction.

Settings

Tap to change the watch face, adjust the brightness, check the Bluetooth name, the version of your watch and reset the watch.

Available Sports	Operation
	**Step 1:** Select the sport you prefer and tap **Start**. **Step 2:** Long press the **Power Button** to pause; tap ▶ to resume. **Step 3:** Slide left to bring up the menu of **End this exercise?** and select **End.** **Step 4:** Swipe up the screen to check the data monitored. **Step 5:** Slide right to return to the home screen.

	Step 1: Select the sport and tap **Start**(for **Pool Swim**, input the **Pool Length** first). **Step 2:** Long press the **Power Button** to pause; short press to resume; long press to quit and check the data monitored. **Step 3:** Slide right to return to the home screen.

2. Operate via VIRMEE App

We'll update the user manual according to the latest app version of **VIRMEE,** please visit **www.virmee.com** to get the latest instructions.

❶ Download and Install the App

Search and download VIRMEE App from **APP Store/Google Play** or scan the QR code directly.

Download on the App Store

iOS 10.0 or later

Download on the Google Play

Android 5.0 or later

Explore More

❷ Pair the Watch with Your Mobile Phone

Step 1: Turn on your watch, slide left/right to select **Settings**, then tap **About** to check the Bluetooth name of the watch.

Step 2: Enable Bluetooth on your mobile phone.

Step 3: Launch **VIRMEE** on your mobile phone and register an account.

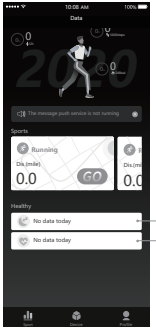
Step 4: Follow the in-app instructions to create your profile.

Step 5: Tap **Device**>+> **SEARCH AGAIN** on your mobile phone, then tap **VIRMEE_ XXXX** to connect.

Notes:

- If you have an Android phone, please permit the watch to access your location, otherwise the watch may not be searched.
- Please give full permissions to the watch to sync the information, otherwise the app may fail to display all the available options.
- The watch can only pair with one mobile phone at a time.

❸ Function Overview on the App



❶ Sleep data monitored
❷ Heart rate data monitored

Tap **Device** on your mobile device to know more functions of your watch.

Change Dial
Tap to customize and change your watch face.

Alarm
Tap to add/manage alarm clock(s).

Sedentary reminder
Tap to set a sedentary reminder when you sit for too long.

Smart reminder
Tap to enable/diable the access to the notifications of Call ID/SMS/other applicaitons.

Easy camera
Enable it, then tap the watch to take a photo and save it to your device.

Time format
Switch time format between 12h and 24h.

Date format
Switch date format between **Month/Day** and **Day/Month**.

Unit of measurement
Set measurement unit when exercising(Run, Fast Walk, and Pool Swim).

Language switch
Change the language of your watch. Please tap **Save** on the top right corner if the language is selected.

Vibration remind
Set vibration reminder and cycles for call, alarm, sedentary, and more.

Palming gesture
After enabling this function, the watch will screen on when you raise your wrist at the set time period.

Bright screen time
Set a time period after which the watch will screen off.

Do not disturb
Select a time period during which the watch will mute sound and stop vibration.

Auto-Heart rate
After enabling this function, the watch will test your heart rate every 10 minutes.

Heart rate guidance
Set a remind zone for different categories, the watch will vibrate when your heart rate data is below or above the value you set.

Wearing manner

If you wear your watch on your right/left wrist, please select **Right/Left**; wrong selection will lead to wrong data.

Auto-recognition motion

After setting it to **ON**, the watch will automatically recognize the exercise you are doing and enter into the sport interface accordingly.

Firmware upgrade

Check the firmware version of your watch and update it when available

- Before you update the firmware version, please make sure the battery level is more than 50%.
- Please do not exit the update interface to avoid update failure.

IMPORTANT:
To get a better experience, we recommend that you update the firmware as soon as you notice there is a newer version available.

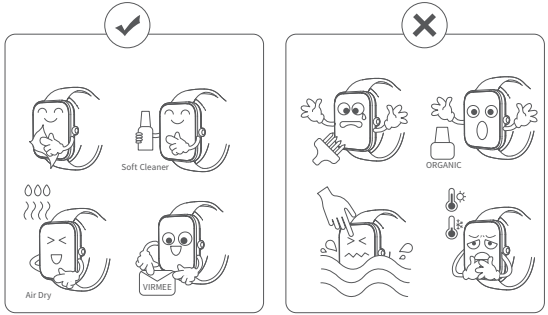
Unbind

Tap to unbind the watch and stop sync data with your mobile device.

SPECIFICATIONS

Model	VT3 Lite	Screen Size	1.3 inch
Resolution	240 x 240	Input Voltage	DC 5V
Input Current	< 0.3A	BT Version	BT5.0
Working Temperature		0-40°C/32-104°F	

MAINTENANCE AND CARE



FCC Caution

Any Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

—Reorient or relocate the receiving antenna.
—Increase the separation between the equipment and receiver.
—Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
—Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This equipment complies with FCC radiation exposure limits set forth for an uncontrolled environment .
This transmitter must not be co-located or operating in conjunction with any other antenna or transmitter.

ISEDC Warning

This device complies with Industry Canada licence-exempt RSS standard(s). Operation is subject to the following two conditions:
(1) this device may not cause interference, and
(2) this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Le présent appareil est conforme aux CNR d'Industrie Canada applicables aux appareils radio exempts de licence. L'exploitation est autorisée aux deux conditions suivantes :
(1) l'appareil ne doit pas produire de brouillage, et
(2) l'utilisateur de l'appareil doit accepter tout brouillage radioélectrique subi, même si le brouillage est susceptible d'en compromettre le fonctionnement.

The device is compliance with RF exposure guidelines, users can obtain Canadian information on RF exposure and compliance.
Le présent appareil est conforme
Après examen de ce matériel aux conformité ou aux limites d' intensité de champ RF, les utilisateurs peuvent sur l' exposition aux radiofréquences et la conformité and compliance d' acquérir les informations correspondantes.

CAUTION:
RISK OF EXPLOSION IF BATTERY IS REPLACED BY AN INCORRECT TYPE.
DISPOSE OF USED BATTERIES ACCORDING TO THE INSTRUCTIONS.
Do not use other unauthorized chargers power supply for charging.
Do not use the product in environment below 0°C or above 50°C for charging.

CE

The symbol indicates DC voltage

RECYCLING

This product bears the selective sorting symbol for Waste electrical and electronic equipment (WEEE). This means that this product must be handled pursuant to European directive 2012/19/EU in order to be recycled or dismantled to minimize its impact on the environment. User has the choice to give his product to a competent recycling organization or to the retailer when he buys a new electrical or electronic equipment. This product can be used across EU member states.

Use the product in the environment with the temperature between 0°C and 50°C; Otherwise, it may damage your Smart Watch. It can be operated under 2000m.

For the following equipment:

Product Name: Smart Watch

Brand Name: VIRMEE

Model: VT3 Lite

Shenzhen VanTop Technology & Innovation Co., Ltd. hereby declares that this [Name: Smart Watch, Model: VT3 Lite] is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 2014/53/EU.

A copy of the EU Declaration of Conformity is available online at https://doc.vantop.com/.

Lithium ion Battery:

Model: 481525

Voltage: 3.8V

DongGuan Golden CEL Battery Co., Ltd.

Add: No.11, Yinhu Industrial Park, JiaoYiTang Management Zone, TangXia, DongGuan, GuangDong, China

Bluetooth	
Support Standard	802.15.1
Frequency Range	2402-2480MHz
Max. RF Output Power	2mW
Type of Modulation	GFSK
Data Rate	1Mbps
Quantity of Channels	40

日本語

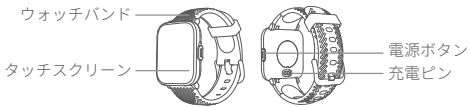
パッキングリスト

VT3 Lite

充電ケーブル

説明書

製品概要

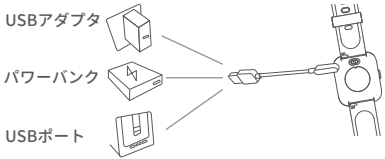


使用開始

1. スマートウォッチの充電

ステップ1：「充電ケーブル」のUSB端子をUSBアダプタ、充電器、またはUSBポートに差し込みます。

ステップ2：「充電ケーブル」のもう一方の端を持って、充電ケーブルが時計の磁気に引き寄せられるまで、時計の背面にある**「充電ピン」**に近づけて保持します。

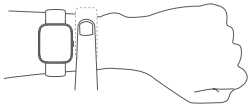


注意:

*初めて使用する前に、スマートウォッチを完全に充電してください。
*「充電ケーブル」が時計背面の**「充電ピン」**に引きつけられない場合は、ケーブルの向きを変えてください。

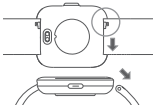
2. スマートウォッチの装着

•データをより正確に計測するために、手首の骨の下から指一本の幅でウォッチを装着することをお勧めします。
•ウォッチが肌に密着し、移動中に上下に動かないように注意してください。



3. スマートウォッチバンドの交換（選択可）

ステップ１：
時計を裏返して、**「クイックリリースレバ」**ーを内側に回し、元のストラップを引き離します。



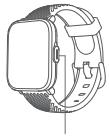
ステップ２：
別のウォッチバンドをウォッチのノッチ（切れ込み）に**「クイックリリースピン」**をスライドさせてから、クイックリリースレバーを内側に押し込み、ウォッチのバンドのもう一方の端を所定の位置にスライドさせます。

ステップ3：
クイックリリースピンの両端とも時計の穴にしっかりと差し込まれたら、クイックリリースレバーを離します。

4. 電源オン/オフ

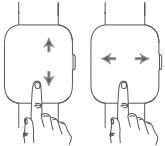
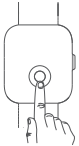
「電源キー」を3〜4秒長押しして電源を入れ、言語を選択します。
「電源キー」を2〜3秒長押しして、画面上の**「シャットダウン」**をタップするとウォッチの電源が切れます。

•電源キー機能



長押し	短く押す
オン/オフ	画面が点灯される
現在のエクササイズを一時停止する	前の画面に戻る
動きを終了させる（プールモードとオープン水域モードの場合）	エクササイズを続ける（プールモードとオープン水域モードを除く）
	表示画面の切り替え

5. タッチナビゲーション

タップ	スライド	長押し
		
画面をタップしてオプションを選択することまたは確認することができます。	縦または横にスライドさせて、すべてのパネルを表示します。	ホーム画面を長押しすると、ウォッチフェイスの変更が始まります。

基本操作

1. スマートウォッチの機能概要

- ホーム画面の下から上にスワイプすると、**「音楽」**、**「消費カロリー」**、**「立つ」**、**「歩数」**、**「測定中」**、の間の画面が切り替わります。
- ホーム画面で左右にスワイプすると、ウォッチのすべてのアプリと18のエクササイズモードが表示されます。

心拍数

心拍数をチェックするための心拍数テストを行います。

注意:
HRアプリケーションの実行中は、バッテリーの消耗が早くなります。

メッセージ

Bluetoothでウォッチとアプリを接続すると、新しいメッセージを受信時、ウォッチにメッセージの内容が表示されます。

時計アラーム

アプリ上でアラームを設定すると、ウォッチが光って振動してお知らせしてくれます。

ストップウォッチ

「周」をタップして移動中に持続時間を計測し、周回数（ラップ）を記録します。

タイマー

時間間隔（インターバル）を選択するか、新しい時間間隔をカスタマイズすると、ウォッチはあらかじめ設定された時間間隔でカウントダウンを開始します。

コンパス

ウォッチを水平に置いて方向を決めます。

設定

クリックして文字盤の変更、明るさの調整、Bluetoothの名称とバージョンの確認、ウォッチを工場出荷時の設定に戻すことができます。

エクササイズ	操作
ランニング　ハイキング　山登り　サイクリング エアロビクス　バスケットボール　バドミントン　サッカー ダンス　ヨーガ　ロープジャンプ　シットアップ バレーボール　テニス　卓球　スケート	**ステップ1：**好きなエクササイズを選択し、**「スタート」**をタップします。 **ステップ2：「電源キー」**を長押しして一時停止し、▶をタップして続けします。 **ステップ３：**左にスワイプして **「運動を終了しますか?」** メニューを表示し、**「終了」**を選択します。 **ステップ４：**画面を上にスライドさせるとモニターデータが表示されます。 **ステップ５：**右にスワイプしてホーム画面に戻ります。

プールスウィミング オープン水域	**ステップ1：**エクササイズを選択して、**「スタート」**をタップします（**「プールモード」**の場合は**「プールの長さ」**を最初に入力します）。 **ステップ2：「電源キー」**を長押しして一時停止、短く押しして再開、長押しして終了して監視データを表示します。 **ステップ3：**右にスワイプしてホーム画面に戻ります。

2.VIRMEEアプリでの操作

「VIRMEE」アプリの最新版で説明書を更新していきますので、最新の説明書は「www.virmee.com」にアクセスしてください。

❶ アプリのダウンロードとインストールVIRMEE

「App Store / Google Play」から検索してダウンロードするか、または直接 QR コードをスキャンしてください。

Download on the App Store

iOS 10.0 or later

Download on the Google Play

Android 5.0 or later

もっと探る

❷ ウォッチとモバイルデバイスのペアリング

ステップ1：ウォッチの電源を入れ、左/右にスワイプして**「設定」**を選択し、**「デバイス情報」**をクリックすると、ウォッチのBluetooth名が表示されます。

ステップ2：モバイルデバイスでBluetoothを有効にします。

ステップ3：モバイル端末でVIRMEEアプリを開き、アカウントを登録します。

ステップ4：アプリの指示に従ってプロフィールを作成します。

ステップ5：モバイル端末で、**「デバイス」**＞+＞**「再検索」**をタップして、**「VIRMEE_ XXXX」**をタップして接続しましょう 。

🔊 ご注意：

- Android端末をお使いの方は、位置情報アクセスを有効にしてください。
- ウォッチの情報を同期させるためには、すべての権限を有効にしてください。
- モバイル端末とのペアリングは一度に1台のみとなります。

❸ アプリの機能概要

❶ モニタリングされた睡眠データ
❷ モニタリングされた心拍数データ

モバイル端末の**「デバイス」**をクリックすると、ウォッチ機能の詳細が表示されます。

ダイヤルを変更
タップしてカスタマイズし、ダイヤルを変更します。

アラーム
タップしてアラームを追加/管理します。

座りすぎりマインダー
長時間座っているときにタップして、座りっぱなしのリマインダーを設定します。

スマートリマインダー
着信やメッセージのアラートを受信するためにオンに設定します。

カメラ撮影
この機能を有効にしてから、ウォッチをタップして写真を撮り、デバイスに保存します。

時間形式
12時間モードと24時間モードを切り替えます。

日付形式
日付の書式を**月/日**と**日/月**の間で切り替えます。

測定単位
エクササイズときの測定単位を設定します（ランニング、ハイキング、プールモード）。

言語切替
ウォッチの言語を変更します。 言語を選択したら、右上の保存をタップします。

振動りマインド
着信、アラーム、座りっぱなしなどのバイブレーションアラートとサイクルを設定します。

手首点灯ヅェスチャー
この機能を有効にすると、設定された時間内に 手首を上げるとウォッチが点灯します。

明るい画面時間
ウォッチがオフになる時間帯を設定します。

邪魔しないでください
ウォッチを無音にして振動を停止させる時間帯を選択します。

自動的に心拍数測定
この機能を有効にすると、10分ごとに心拍数をチェックしてくれます。

心拍数ガイダンス
さまざまなカテゴリのアラートの範囲を設定し、心拍数データが設定値以下または設定値以上になるとウォッチが振動します。

装着方法
右/左手首にウォッチを装着して右/左を選択します。選択を間違えるとデータにエラーが発生します。

運動項目の自動認識
オンに設定すると、ウォッチは自動的にあなたが行っている動きを認識し、エクササイズのインターフェイスに入ります。

ファームウェアアップグレード
お使いのウォッチのファームウェアのバージョンを確認し、新しいバージョンが出たらアップデートします。

ファームウェアアップグレード
お使いのウォッチのファームウェアのバージョンを確認し、新しいバージョンが出たらアップデートします。

- ファームウェアのバージョンをアップデートする前に、バッテリーのレベルが50%以上になっていることを確認してください。
- アップデートに失敗する可能性がありますので、アップデート画面を終了しないでください。

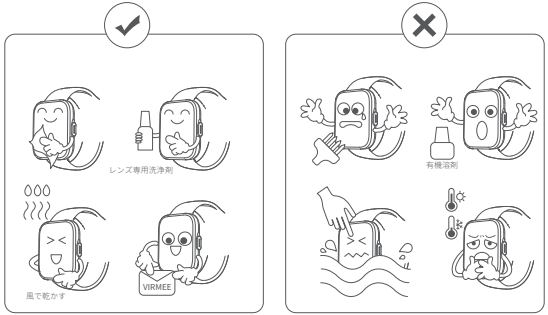
重要：
より良いエクスペリエンスを得るために、新しいバージョンが利用可能になったことに気づいたらすぐにファームウェアを更新することをお勧めします。

接続解除
タップしてモバイル端末からウォッチのリンクを解除し、同期メッセージを停止します。

仕様

モデル	VT3 Lite
スクリーンサイズ	1.3 inch
解像度	240 x 240
入力電圧	DC 5V
入力電流	< 0.3A
Bluetoothバージョン	BT5.0
動作温度	0-40°C/32-104°F

メンテナンスとケア



FCC Warning Statement

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment. This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device complies with part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: (1) This device may not cause harmful interference, and (2) this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

The device has been evaluated to meet general RF exposure requirement.