

Smart Watch

KR96 PRO



Instrucciones de uso

Cómo usar las puntas de vibración

● Presione largamente el botón de encendido o el cargador para activar, vibre 250 ms, vibre una vez.

Emparejar con el teléfono móvil

● Descargue e instale la aplicación "G band" (para sistemas iOS y Android).



● Encienda el Bluetooth del teléfono móvil y busque el dispositivo de reloj en la aplicación.

● Complete el emparejamiento de acuerdo con las indicaciones en la pantalla del teléfono móvil

Instrucciones de carga

Por favor, utilice el cable de carga magnético original para cargar el reloj.

● Por favor, evite usar cargadores no originales para evitar daños en el dispositivo.

Método de uso

Por favor, use el reloj 2-3 cm por encima del hueso de la muñeca y asegúrese de que el sensor esté en contacto cercano con la piel para obtener datos de monitoreo más precisos.

Instrucciones de recordatorio de vibración:

1. Configuración de recordatorio de llamadas

● Necesitas activar la función "Recordatorio de llamada" en la aplicación, de lo contrario la pulsera no hará vibrar el recordatorio.

La aplicación activa la función de recordatorio de llamadas de forma predeterminada.

2. Reglas de recordatorio de llamadas

● Cuando hay una llamada, la pulsera continúa vibrando en un ciclo de 250 ms y un intervalo de 750 ms.

● Hasta que se conteste el teléfono móvil, se cuelgue o el usuario presione el botón de la pulsera, la vibración se detiene.

3. Reglas de salud y recordatorio de mensajes

La pulsera vibra 4 veces seguidas para recibir alertas o mensajes de salud.

Descripción general de las funciones

1. Actividades diarias

Estadísticas de recuento de pasos

● Registre el número de pasos a lo largo del día en tiempo real (incluyendo caminar, correr, caminar, etc.).

2. Monitoreo de la salud

Monitoreo del sueño

El dispositivo puede detectar y analizar automáticamente la calidad y la duración de su sueño, incluyendo el largo sueño y las siestas esporádicas.

Monitoreo de la frecuencia cardíaca

Proporcionar un seguimiento continuo de la frecuencia cardíaca las 24 horas y apoyar los recordatorios anormales de la frecuencia cardíaca

● La función se puede activar o apagar en la APP.

● Intervalo de medición: una vez cada 1 minuto durante el sueño / una vez cada 10 minutos en modo diario, y los datos se cargan cada 30 minutos.

Monitoreo de oxígeno en sangre (SpO2)

Monitoreo en tiempo real de la saturación de oxígeno en sangre para referencia a la salud.

● La frecuencia de medición es la misma que la del monitoreo de la frecuencia cardíaca.

Los datos se cargan cada 30 minutos.

Variabilidad de la frecuencia cardíaca de la VFC

Evaluar la recuperación del cuerpo y la resistencia al estrés analizando la variabilidad de la frecuencia cardíaca.

Monitoreo de presión

Supervise el nivel de estrés del usuario en tiempo real.

Monitoreo de electrocardiograma ECG

Se puede realizar la detección de electrocardiograma en tiempo real y el análisis del ritmo cardíaco.

Seguimiento del ciclo fisiológico

Puedes establecer tu ciclo menstrual personal en la APP, y el reloj se basará en

Preguntas frecuentes (FAQ)

1. El reloj no se puede encender.

Por favor, asegúrese de que la batería sea suficiente y presione el botón lateral durante 5 segundos para intentar encenderlo.

2. El reloj no se puede emparejar con el teléfono móvil.

Por favor, confirme que el Bluetooth del teléfono móvil está activado y que la aplicación "Banda G" es la última versión.

3. Anomalía de medición del electrocardiograma del ECG

Por favor, asegúrese de que el reloj esté en contacto cercano con la piel de la muñeca y mantenga el brazo estacionario; si la lectura es anormal, puede medirla de nuevo.

Οδηγίες Χρήσης

Τρόπος χρήσης

● Ένδειξη δόνησης: Πατήστε παρατεταμένα το κουμπί ενεργοποίησης ή συνδέστε τον φορτιστή για να ενεργοποιηθεί η συσκευή. Θα δονηθεί για 250ms, 1 φορά.

Σύζευξη με το κινητό

● Κατεβάστε και εγκαταστήστε την εφαρμογή "G band" (διαθέσιμη για συστήματα iOS και Android).



● Ενεργοποιήστε το Bluetooth στο κινητό σας και αναζητήστε το ρολόι μέσα στην εφαρμογή.

● Ολοκληρώστε τη σύζευξη ακολουθώντας τις οδηγίες στην οθόνη του κινητού.

Φόρτιση

● Παρακαλούμε χρησιμοποιήστε το αυθεντικό μαγνητικό καλώδιο φόρτισης για να φορτίσετε το ρολόι.

● Αποφύγετε τη χρήση μη αυθεντικών φορτιστών, ώστε να αποφύγετε τυχόν ζημιά στη συσκευή.

Τρόπος χρήσης (Φοράτε το ρολόι)

● Φοράτε το ρολόι 2-3 εκατοστά πάνω από το οστό του καρπού. Βεβαιωθείτε ότι ο αισθητήρας εφάπτεται καλά στο δέρμα για να έχετε τα πιο ακριβή δεδομένα παρακολούθησης. Περιγραφή ειδοποιήσεων δόνησης

1. Ρυθμίσεις ειδοποίησης κλήσεων

● Η λειτουργία "Ειδοποίηση κλήσεων" πρέπει να είναι

ενεργοποιημένη στην εφαρμογή, διαφορετικά το βραχιόλι δεν θα δονηθεί.

● Η λειτουργία είναι ενεργοποιημένη από προεπιλογή στην εφαρμογή.

2. Κανόνες ειδοποίησης κλήσεων

● Όταν υπάρχει εισερχόμενη κλήση, το βραχιόλι δονείται συνεχώς σε κύκλους 250ms δόνηση, 750ms διάστημα.

● Η δόνηση σταματάει όταν η κλήση απαντηθεί, κλείσει, ή όταν ο χρήστης πατήσει το κουμπί του βραχιολιού.

3. Κανόνες ειδοποίησης υγείας και μηνυμάτων

● Το βραχιόλι δονείται 4 φορές συνεχόμενα για να υποδείξει συναγερμούς υγείας ή ειδοποιήσεις μηνυμάτων.

Επισκόπηση λειτουργιών

1. Καθημερινές δραστηριότητες

● Καταμέτρηση βημάτων: Καταγράφει τα βήματα όλης της ημέρας σε πραγματικό χρόνο (περιλαμβάνει περπάτημα, τρέξιμο, βάδην κλπ.).

2. Παρακολούθηση υγείας

● Παρακολούθηση ύπνου: Η συσκευή εντοπίζει και αναλύει αυτόματα την ποιότητα και τη διάρκεια του ύπνου σας, συμπεριλαμβανομένου του κύριου ύπνου και των σύντομων διαλειμμάτων.

● Παρακολούθηση καρδιακού ρυθμού: Παρέχει συνεχή παρακολούθηση καρδιακού ρυθμού 24 ώρες το 24ωρο και υποστηρίζει ειδοποιήσεις για ανώμαλο καρδιακό ρυθμό.

● Μπορείτε να ενεργοποιήσετε ή να απενεργοποιήσετε αυτή τη λειτουργία στην εφαρμογή.

● Διάστημα μέτρησης: Κάθε 1 λεπτό κατά τη διάρκεια του ύπνου /

κάθε 10 λεπτά στην καθημερινή λειτουργία. Τα δεδομένα ανεβάζονται κάθε 30 λεπτά.

● Παρακολούθηση οξυγόνου αίματος (SpO₂): Παρακολουθεί τον κορεσμό οξυγόνου σε πραγματικό χρόνο για αναφορά υγείας.

● Ίδια συχνότητα μέτρησης με την παρακολούθηση καρδιακού ρυθμού.

● Τα δεδομένα ανεβάζονται κάθε 30 λεπτά.

● HRV (Μεταβλητότητα καρδιακού ρυθμού): Αξιολογεί την κατάσταση αποκατάστασης του σώματος και την αντοχή στο στρες αναλύοντας τη μεταβλητότητα του καρδιακού ρυθμού.

Παρακολούθηση στρες: Παρακολουθεί σε πραγματικό χρόνο τα επίπεδα στρες του χρήστη.

● Παρακολούθηση ΗΚΓ (ECG): Δυνατότητα ανίχνευσης ηλεκτροκαρδιογραφήματος και ανάλυσης του καρδιακού ρυθμού σε πραγματικό χρόνο.

● Παρακολούθηση εμμηνορροϊκού κύκλου: Μπορείτε να ρυθμίσετε τον προσωπικό σας κύκλο στην εφαρμογή και το ρολόι θα στέλνει υπενθυμίσεις. Συχνές ερωτήσεις (FAQ)

1. Το ρολόι δεν ανοίγει

● Βεβαιωθείτε ότι η μπαταρία είναι φορτισμένη και προσπαθήστε να το ανοίξετε πατώντας παρατεταμένα το πλευρικό κουμπί για 5 δευτερόλεπτα.

2. Το ρολόι δεν συνδέεται με το κινητό

● Επιβεβαιώστε ότι το Bluetooth είναι ενεργοποιημένο στο κινητό και ότι η εφαρμογή "G band" είναι η τελευταία έκδοση.

3. Ανώμαλη μέτρηση ΗΚΓ

● Βεβαιωθείτε ότι το ρολόι εφάπτεται καλά στο δέρμα του καρπού και κρατήστε το χέρι ακίνητο. Αν η ένδειξη είναι ανώμαλη, μπορείτε να κάνετε ξανά τη μέτρηση.

Ръководство за употреба

Начин на работа

● Вибрационна индикация: Натиснете и задръжте бутона за включване или свържете зарядното устройство, за да активирате устройството. То ще вибрира за 250 ms, 1 път. Сдвояване с телефон

● Изтеглете и инсталирайте приложението "G band" (налично за iOS и Android системи).



● Включете Bluetooth на телефона си и потърсете часовника в приложението.

● Завършете сдвояването, като следвате инструкциите на екрана на телефона.

Зареждане

● Моля, използвайте оригиналния магнитен заряден кабел за зареждане на часовника.

● Избягвайте използването на неоригинални зарядни устройства, за да предотвратите повреда на устройството. Начин на носене

● Носете часовника на 2-3 см над костта на китката.

Уверете се, че сензорът е в плътен контакт с кожата, за да получите най-точните данни за наблюдение.

Описание на вибрационните известия

1. Настройки за известяване за обаждания

● Функцията "Известяване за обаждания" трябва да бъде

включена в приложението, в противен случай гривната няма да вибрира.

● Приложението включва тази функция по подразбиране.

2. Правила за известяване за обаждания

● При входящо обаждане гривната вибрира непрекъснато в цикли: 250 ms вибрация, 750 ms интервал.

● Вибрацията спира, когато обаждането бъде отговорено, затворено или когато потребителят натисне бутона на гривната.

3. Правила за известяване за здраве и съобщения

● Гривната вибрира 4 пъти последователно, за да покаже здравни предупреждения или известия за съобщения.

Преглед на функциите

1. Ежедневна активност

● Броене на стъпки: Записва стъпките в реално време през целия ден (включително ходене, бягане, бързо ходене и др.).

2. Здравен мониторинг

● Мониторинг на съня: Устройството автоматично открива и анализира качеството и продължителността на съня ви, включително дълъг сън и кратки дрямки.

● Мониторинг на сърдечната честота: Осигурява 24-часово непрекъснато проследяване на пулса и поддържа предупреждения за аномален сърдечен ритъм.

● Тази функция може да се включва или изключва в приложението.

● Интервал на измерване: На всяка 1 минута по време на сън / на всеки 10 минути в ежедневен режим. Данните се качват на всеки 30 минути.

● Мониторинг на кръвния кислород (SpO₂): Наблюдава насищането на кръвта с кислород в реално време за здравна справка.

● Същата честота на измерване като при мониторинга на сърдечната честота.

● Данните се качват на всеки 30 минути.

● HRV (Сърдечна вариабилност): Оценява състоянието на възстановяване на тялото и устойчивостта на стрес чрез анализ на сърдечната вариабилност.

● Мониторинг на стреса: Наблюдава нивото на стрес на потребителя в реално време.

● ЕКГ мониторинг: Възможност за откриване на електрокардиограма и анализ на сърдечния ритъм в реално време.

● Проследяване на менструалния цикъл: Настройте личния си цикъл в приложението и часовникът ще изпраща напомняния.

Често задавани въпроси (FAQ)

1. Часовникът не се включва

● Уверете се, че батерията е заредена, и опитайте да включите часовника, като натиснете и задържите страничния бутон за 5 секунди.

2. Часовникът не може да се сдвои с телефона

● Потвърдете, че Bluetooth на телефона е включен и че приложението "G band" е последната версия.

3. Аномално измерване на ЕКГ

● Уверете се, че часовникът е в плътен контакт с кожата на китката, и дръжте ръката неподвижна. Ако показанието е аномално, можете да измерите отново.

Manual de utilizare

Utilizare

●Indicație de vibrație: Țineți apăsat butonul de pornire sau conectați încărcătorul pentru a activa dispozitivul. Acesta va vibra timp de 250 ms, o singură dată.

Împerecherea cu telefonul

●Descărcați și instalați aplicația "G band" (disponibilă pentru sistemele iOS și Android).



●Activați Bluetooth-ul pe telefon și căutați ceasul în aplicație.

●Finalizați împerecherea urmând instrucțiunile de pe ecranul telefonului.

Încărcare

●Vă rugăm să utilizați cablul de încărcare magnetic original pentru a încărca ceasul.

●Evitați utilizarea încărcătoarelor neoriginale pentru a preveni deteriorarea dispozitivului.

Mod de purtare

●Purtați ceasul la 2-3 cm deasupra osului încheieturii.

Asigurați-vă că senzorul este în contact strâns cu pielea pentru a obține cele mai precise date de monitorizare.

Descrierea alertelor prin vibrație

1. Setări notificare apeluri

●Funcția „Notificare apeluri” trebuie să fie activată în aplicație, altfel brățara nu va vibra.

●Aplicația activează această funcție în mod implicit.

2. Reguli notificare apeluri

●Când există un apel primit, brățara vibrează continuu în cicluri: 250 ms vibrație, 750 ms pauză.

●Vibrația se oprește când apelul este preluat, închis sau când utilizatorul apasă butonul brățării.

3. Reguli notificări sănătate și mesaje

●Brățara vibrează de 4 ori consecutiv pentru a indica alerte de sănătate sau notificări de mesaje.

Prezentare generală a funcțiilor

1. Activitate zilnică

●Numărător de pași: Înregistrează pașii în timp real pe parcursul întregii zile (inclusiv mers, alergare, mers alert etc.).

2. Monitorizare sănătate

●Monitorizare somn: Dispozitivul detectează și analizează automat calitatea și durata somnului dumneavoastră, inclusiv somnul lung și siestele scurte.

●Monitorizare frecvență cardiacă: Oferă monitorizare continuă a pulsului 24 de ore din 24 și suportă alerte pentru ritm cardiac anormal.

●Puteți activa sau dezactiva această funcție în aplicație.

●Interval de măsurare: La fiecare 1 minut în timpul somnului / la fiecare 10 minute în modul zilnic. Datele sunt încărcate la fiecare 30 de minute.

●Monitorizare oxigen din sânge (SpO₂): Monitorizează saturația de oxigen din sânge în timp real pentru referință medicală.

●Aceași frecvență de măsurare ca și monitorizarea frecvenței

cardiace.

●Datele sunt încărcate la fiecare 30 de minute.

●HRV (Variabilitatea frecvenței cardiace): Evaluează starea de recuperare a corpului și rezistența la stres prin analiza variabilității frecvenței cardiace.

●Monitorizare stres: Monitorizează nivelul de stres al utilizatorului în timp real.

●Monitorizare ECG: Permite detectarea electrocardiogramei și analiza ritmului cardiac în timp real.

●Urmărire ciclu menstrual: Setati-vă ciclul personal în aplicație, iar ceasul va trimite mementouri.

Întrebări frecvente (FAQ)

1. Ceasul nu pornește

●Asigurați-vă că bateria este încărcată și încercați să porniți ceasul ținând apăsat butonul lateral timp de 5 secunde.

2. Ceasul nu se poate împerechea cu telefonul

●Confirmați că Bluetooth-ul telefonului este activat și că aplicația "G band" este la cea mai recentă versiune.

3. Măsurătoare ECG anormală

●Asigurați-vă că ceasul este în contact strâns cu pielea încheieturii și țineți brațul nemișcat. Dacă citirea este anormală, puteți reîncerca măsurătoarea.

取扱説明書

使用方法とバイブレーション通知

●起動方法:電源ボタンを長押しするか、充電器に接続するとデバイスが起動します。起動時、デバイスは 250 ミリ秒間、1 回振動します。

スマートフォンとのペアリング

●アプリ「G band」をダウンロードしてインストールしてください (iOS および Android に対応)。



●スマートフォンの Bluetooth をオンにし、アプリ内で時計を検索してください。

●スマートフォンの画面に表示される指示に従って、ペアリングを完了させてください。

充電に関する注意事項

●時計の充電には、純正の磁気充電ケーブルのみを使用してください。

●デバイスの破損を防ぐため、純正以外の充電器の使用は避けてください。

装着方法

●手首の骨から 2~3cm 上に時計を装着してください。センサーが肌に密着していることを確認し、最も正確な測定データを取得できるようにしてください。

バイブレーション通知の詳細

1. 着信通知の設定

●アプリ内で「着信通知」機能がオンになっている必要があります。

オフの場合、リストバンドは振動しません。

●この機能は、アプリではデフォルト (初期設定) でオンになっています。

2. 着信通知のルール

●着信時、リストバンドは「250 ミリ秒の振動」と「750 ミリ秒の休止」を繰り返すサイクルで連続して振動します。

●通話に应答する、通話を終了する、またはリストバンドのボタンを押すと、振動は停止します。

3. ヘルスケアおよびメッセージ通知のルール

●ヘルスケアのアラートまたは新しいメッセージの通知がある場合、リストバンドは連続して 4 回振動します。

機能概要

1. 日常活動

●歩数計: 歩行、ランニング、早歩きなどを含め、1 日の総歩数をリアルタイムで記録します。

2. ヘルスケアモニタリング

●睡眠モニタリング: 長時間の夜間睡眠や短い仮眠を含め、睡眠の質と時間を自動的に検出・分析します。

●心拍数モニタリング: 24 時間体制での連続心拍数監視を提供し、不整脈などの異常時のアラートをサポートします。

●この機能はアプリでオン / オフ切り替え可能です。

●測定間隔: 睡眠中は 1 分ごと / デイリーモードでは 10 分ごと。データは 30 分ごとにアップロードされます。

●血中酸素濃度 (SpO₂) モニタリング: 健康管理のため、血中酸素飽和度をリアルタイムで監視します。

●測定頻度は心拍数モニタリングと同じです。

●データは 30 分ごとにアップロードされます。

●HRV (心拍変動): 心拍の変動を分析することで、体の回復状態やストレス耐性を評価します。

●ストレスモニタリング: ユーザーのストレスレベルをリアルタイムで監視します。

●EKG (心電図) モニタリング: リアルタイムでの心電図測定と心拍リズムの分析を実行できます。

●生理周期トラッキング: アプリで個人の生理周期を設定すると、時計からリマインダーが届きます。

よくある質問 (FAQ)

1. 時計の電源が入らない

●バッテリーが十分に充電されているか確認し、サイドボタンを 5 秒間長押しして電源を入れてみてください。

2. スマートフォンとペアリングできない

●スマートフォンの Bluetooth がオンになっているか、また「G band」アプリが最新バージョンに更新されているかを確認してください。

3. EKG 測定値が異常である

●時計が手首の肌に密着していることを確認し、測定中は手を動かさずに静止させてください。数値が異常な場合は、再度測定を試みてください。

Instructions for use

How to use vibration tips

● Long press the power button or charger to activate, vibrate 250ms, vibrate once.

Pair with the mobile phone

● Download and install the "G band" application (for iOS and Android systems).



● Turn on the Bluetooth of the mobile phone and search for the watch device in the application.

● Complete the pairing according to the prompts on the mobile phone screen

Charging instructions

Please use the original magnetic charging cable to charge the watch.

● Please avoid using non-original chargers to avoid damage to the device.

Wearing method

Please wear the watch 2-3 cm above the wrist bone and ensure that the sensor is in close contact with the skin to obtain more accurate monitoring data.

Vibration reminder instructions:

1. Call reminder settings

● You need to turn on the "Call Reminder" function in the

App, otherwise the bracelet will not vibrate the reminder.

The app turns on the call reminder function by default.

2. Call reminder rules

● When there is a call, the bracelet continues to vibrate in a cycle of 250ms and an interval of 750ms.

● Until the mobile phone is answered, hung up, or the user presses the bracelet button, the vibration stops.

3. Health and message reminder rules

The bracelet vibrates 4 times in a row to prompt health alerts or messages.

Overview of functions

1. Daily activities

Step count statistics

● Record the number of steps throughout the day in real time (including walking, running, walking, etc.).

2. Health monitoring

Sleep monitoring

The device can automatically detect and analyze the quality and duration of your sleep, including long sleep and sporadic naps.

Heart rate monitoring

Provide 24-hour continuous heart rate tracking and support abnormal heart rate reminders

● The function can be turned on or off in the APP.

● Measurement interval: once every 1 minute during sleep / once every 10 minutes in daily mode, and data is uploaded every 30 minutes.

Blood oxygen (SpO2) monitoring

Real-time monitoring of blood oxygen saturation for health reference.

● The measurement frequency is the same as the heart rate monitoring. The data is uploaded every 30 minutes.

HRV heart rate variability

Evaluate the body's recovery and stress resistance by analyzing the variability of the heart rate.

Pressure monitoring

Monitor the user's stress level in real time.

ECG electrocardiogram monitoring

Real-time electrocardiogram detection and heart rhythm analysis can be carried out.

Physiological cycle tracking

You can set your personal menstrual cycle in the APP, and the watch will be based on

Frequently Asked Questions (FAQ)

1. The watch can't be turned on.

Please make sure that the battery is sufficient and long press the side button for 5 seconds to try to turn it on.

2. The watch cannot be paired with the mobile phone.

Please confirm that the Bluetooth of the mobile phone is turned on and the "G band" application is the latest version.

3. ECG electrocardiogram measurement abnormality

Please make sure that the watch is in close contact with the wrist skin and keep the arm stationary; if the reading is abnormal, you can measure it again.

Bruksanvisning

Användning

●Vibrationsindikering: Håll påslagningsknappen intryckt eller anslut laddaren för att aktivera. Enheten vibrerar i 250 ms, 1 gång.

Parkoppling med mobil

●Ladda ner och installera appen "G band" (tillgänglig för iOS och Android).



●Slå på Bluetooth på mobilen och sök efter klockan i appen.
●Följ instruktionerna på skärmen för att slutföra parkopplingen.

Laddning

●Använd den medföljande magnetiska laddningskabeln för att ladda klockan.

●Undvik att använda icke-original laddare för att undvika skador på enheten.

Hur enheten bärs

●Bär klockan 2–3 cm ovanför handledsbenet. Se till att sensorn sitter tätt mot huden för att få så exakta mätvärden som möjligt.

Information om vibrationslarm

1. Inställningar för samtal

●Funktionen "Samtalslarm" måste vara aktiverad i appen, annars kommer armbandet inte att vibrera.

●Funktionen är som standard aktiverad i appen.

2. Regler för samtalslarm

●Vid inkommande samtal vibrerar armbandet i cykler: 250 ms vibration, 750 ms paus.

●Vibrationen fortsätter tills samtalet besvaras, läggs på, eller tills användaren trycker på armbandets knapp.

3. Regler för hälso- och meddelandelarm

●Armbandet vibrerar 4 gånger i följd för att indikera hälsolarm eller meddelanden.

Funktionsöversikt

1. Daglig aktivitet

●Stegräkning: Registrerar steg i realtid under hela dagen (inklusive promenader, löpning, raska promenader etc.).

2. Hälsoövervakning

●Sömnövervakning: Enheten upptäcker och analyserar automatiskt sömnkvalitet och sömntid, uppdelat i huvudsömn och tupplurar.

●Pulsmätning: Ger kontinuerlig pulsspårning dygnet runt och stödjer larm vid onormal hjärtrytm.

●Kan slås på eller av i appen.

●Mätintervall: Varje minut under sömn / var 10:e minut i dagligt läge. Data laddas upp var 30:e minut.

●Blodsyremätning (SpO₂): Övervakar blodsyremättnad i realtid för hälsoreferens.

●Samma mätfrekvens som pulsmätning.

●Data laddas upp var 30:e minut.

●HRV (Hjärtfrekvensvariabilitet): Bedömer kroppens återhämtning och stresshantering genom analys av HRV.

●Stressövervakning: Övervakar användarens stressnivå i realtid.

●EKG (Elektrokardiogram): Möjlighet till realtids-EKG och analys av hjärtrytm.

●Menstruationscykel: Ställ in din personliga cykel i appen, så kommer klockan att ge påminnelser.

Vanliga frågor (FAQ)

1. Klockan startar inte

●Se till att batteriet är laddat och håll in sidoknappen i 5 sekunder för att försöka starta den.

2. Klockan kan inte parkopplas med mobilen

●Kontrollera att Bluetooth är påslaget på mobilen och att appen "G band" är uppdaterad till senaste versionen.

3. Onormala EKG-värden

●Se till att klockan sitter tätt mot huden på handleden och håll armen stilla. Om värdena är onormala kan du försöka mäta igen.

Instrukcja obsługi

Użytkowanie

● Wskazanie wibracyjne: Naciśnij i przytrzymaj przycisk zasilania lub podłącz ładowarkę, aby aktywować urządzenie. Urządzenie zawibruje przez 250 ms, 1 raz.

Parowanie z telefonem

● Pobierz i zainstaluj aplikację "G band" (dostępną dla systemów iOS i Android).



● Włącz Bluetooth w telefonie i wyszukaj zegarek w aplikacji.

● Dokończ parowanie, postępując zgodnie z instrukcjami na ekranie telefonu.

Ładowanie

● Do ładowania zegarka należy używać wyłącznie oryginalnego magnetycznego kabla ładującego.

● Należy unikać używania nieoryginalnych ładowarek, aby uniknąć uszkodzenia urządzenia.

Sposób noszenia

● Należy nosić zegarek 2–3 cm nad kością nadgarstka. Upewnij się, że czujnik ściśle przylega do skóry, aby uzyskać jak najbardziej dokładne pomiary.

Informacje o powiadomieniach wibracyjnych

1. Ustawienia powiadomień o połączeniach

● Funkcja "Powiadomienie o połączeniu" musi być włączona w aplikacji, w przeciwnym razie opaska nie będzie wibrować.

● Domyślnie funkcja ta jest włączona w aplikacji.

2. Zasady powiadamiania o połączeniach

● W przypadku połączenia przychodzącego opaska wibruje w cyklach: 250 ms wibracji, 750 ms przerwy.

● Wibracja ustaje po odebraniu lub odrzuceniu połączenia albo po naciśnięciu przycisku na opasce.

3. Zasady powiadamiania o zdrowiu i wiadomościach

● Opaska wibruje 4 razy z rzędu, aby wskazać alarmy zdrowotne lub powiadomienia o wiadomościach.

Przegląd funkcji

1. Codzienne aktywności

● Licznik kroków: Rejestruje liczbę kroków w czasie rzeczywistym przez cały dzień (w tym chodzenie, bieganie, marsz itp.).

2. Monitorowanie zdrowia

● Monitorowanie snu: Urządzenie automatycznie wykrywa i analizuje jakość i czas snu, w tym sen długi i krótkie drzemki.

● Monitorowanie tętna: Zapewnia 24-godzinne, ciągłe monitorowanie tętna i obsługuje powiadomienia o nieprawidłowym tętnie.

● Funkcję tę można włączyć lub wyłączyć w aplikacji.

● Interwał pomiaru: co 1 minutę podczas snu / co 10 minut w trybie codziennym. Dane są przesyłane co 30 minut.

● Monitorowanie tlenu we krwi (SpO2): Monitoruje nasycenie krwi tlenem w czasie rzeczywistym w celach informacyjnych.

● Taka sama częstotliwość pomiaru jak w przypadku monitorowania tętna.

● Dane są przesyłane co 30 minut.

● HRV (Zmienność tętna): Ocenia stan regeneracji organizmu i

odporność na stres poprzez analizę zmienności tętna.

● Monitorowanie stresu: Monitoruje poziom stresu użytkownika w czasie rzeczywistym.

● EKG (Elektrokardiogram): Umożliwia wykrywanie EKG i analizę rytmu serca w czasie rzeczywistym.

● Śledzenie cyklu menstruacyjnego: Ustaw osobisty cykl w aplikacji, a zegarek będzie wysyłać przypomnienia.

Często zadawane pytania (FAQ)

1. Zegarek się nie włącza

● Upewnij się, że bateria jest naładowana i spróbuj włączyć zegarek, przytrzymując boczny przycisk przez 5 sekund.

2. Nie można sparować zegarka z telefonem

● Upewnij się, że Bluetooth w telefonie jest włączone, a aplikacja "G band" jest w najnowszej wersji.

3. Nieprawidłowy pomiar EKG

● Upewnij się, że zegarek ściśle przylega do skóry nadgarstka i trzymaj rękę w bezruchu. Jeśli odczyt jest nieprawidłowy, możesz wykonać pomiar ponownie.

Upute za korištenje

Korištenje

● Vibracijska indikacija: Pritisnite i držite tipku za uključivanje ili priključite punjač za aktivaciju. Uređaj će vibrirati 250 ms, 1 put. Uparivanje s mobitelom

● Preuzmite i instalirajte aplikaciju "G band" (dostupno za iOS i Android sustave).



● Uključite Bluetooth na mobitelu i potražite sat u aplikaciji.

● Završite uparivanje slijedeći upute na zaslonu mobitela.

Punjenje

● Za punjenje sata koristite isključivo originalni magnetski kabel za punjenje.

● Izbjegavajte korištenje neoriginalnih punjača kako biste izbjegli oštećenje uređaja.

Način nošenja

● Nosite sat 2-3 cm iznad kosti zapešća. Provjerite da senzor čvrsto pranja uz kožu kako biste dobili najpreciznije podatke praćenja.

Opis vibracijskih obavijesti

1. Postavke obavijesti o pozivima

● Funkcija "Obavijest o pozivu" mora biti uključena u aplikaciji, inače narukvica neće vibrirati.

● Aplikacija ovu funkciju uključuje prema zadanim postavkama.

2. Pravila obavijesti o pozivima

● Kod dolaznog poziva narukvica neprestano vibrira u ciklusima: 250 ms vibracije, 750 ms pauze.

● Vibracija prestaje kada se poziv primi, odbije ili kada korisnik pritisne tipku na narukvici.

3. Pravila obavijesti o zdravlju i porukama

● Narukvica vibrira 4 puta zaredom kako bi ukazala na zdravstvene alarme ili obavijesti o porukama.

Pregled funkcija

1. Dnevne aktivnosti

● Brojač koraka: Bilježi korake u stvarnom vremenu tijekom cijelog dana (uključujući hodanje, trčanje, brzo hodanje itd.).

2. Zdravstveni monitoring

● Praćenje sna: Uređaj automatski otkriva i analizira kvalitetu i trajanje vašeg sna, uključujući dugi san i kratke drijemeže.

● Praćenje otkucaja srca: Omogućuje 24-satno kontinuirano praćenje pulsa i podržava upozorenja na abnormalan srčani ritam.

● Ovu funkciju možete uključiti ili isključiti u aplikaciji.

● Interval mjerenja: Svake 1 minute tijekom sna / svakih 10 minuta u dnevnom načinu rada. Podaci se učitavaju svakih 30 minuta.

● Praćenje kisika u krvi (SpO₂): Prati zasićenost krvi kisikom u stvarnom vremenu za zdravstvenu referencu.

● Ista učestalost mjerenja kao i kod praćenja otkucaja srca.

● Podaci se učitavaju svakih 30 minuta.

● HRV (Varijabilnost otkucaja srca): Procjenjuje stanje oporavka tijela i otpornost na stres analizom varijabilnosti otkucaja srca.

● Praćenje stresa: Prati razinu stresa korisnika u stvarnom vremenu.

● EKG monitoring: Omogućuje otkrivanje elektrokardiograma i

analizu srčanog ritma u stvarnom vremenu.

● Praćenje menstrualnog ciklusa: Postavite svoj osobni ciklus u aplikaciji i sat će slati podsjetnike.

Često postavljana pitanja (FAQ)

1. Sat se ne uključuje

● Provjerite je li baterija napunjena i pokušajte uključiti sat pritiskom i držanjem bočne tipke 5 sekundi.

2. Sat se ne može upariti s mobitelom

● Potvrdite da je Bluetooth na mobitelu uključen i da je aplikacija "G band" najnovija verzija.

3. Abnormalno mjerenje EKG-a

● Provjerite da sat čvrsto pranja uz kožu zapešća i držite ruku mirno. Ako je očitavanje abnormalno, možete ponoviti mjerenje.

Návod na použitie

Spôsob použitia a vibračná indikácia

●Aktivácia: Stlačením a podržaním tlačidla zapnutia alebo pripojením nabíjačky aktivujete zariadenie. Zariadenie raz zavibruje po dobu 250 ms.

Párovanie s telefónom

●Stiahnite si a nainštalujte aplikáciu „G band“ (dostupná pre systémy iOS aj Android).



●Zapnite Bluetooth v telefóne a vyhľadajte hodinky v aplikácii.

●Dokončíte párovanie podľa pokynov zobrazených na obrazovke telefónu.

Pokyny na nabíjanie

●Na nabíjanie hodínok používajte výlučne originálny magnetický nabíjací kábel.

●Nepoužívajte neoriginálne nabíjačky, aby ste predišli poškodeniu zariadenia.

Spôsob nosenia

●Hodinky nosite 2 – 3 cm nad kostou zápästia. Uistite sa, že senzor tesne prilieha k pokožke, aby ste získali čo najpresnejšie monitorovacie údaje.

Popis vibračných upozornení

1. Nastavenia upozornení na prichádzajúce hovory

●Funkcia „Upozornenie na hovor“ musí byť v aplikácii zapnutá, inak náramok nebude vibrovať.

●Aplikácia túto funkciu štandardne (predvolene) aktivuje.

2. Pravidlá upozornení na prichádzajúce hovory

●Pri prichádzajúcom hovore náramok nepretržite vibruje v cykloch: 250 ms vibrácia, 750 ms pauza.

●Vibrácia sa zastaví, keď je hovor prijatý, ukončený alebo keď používateľ stlačí tlačidlo na náramku.

3. Pravidlá upozornení na zdravie a správy

●Náramok štyrikrát za sebou zavibruje, aby signalizoval zdravotný alarm alebo upozornenie na novú správu.

Prehľad funkcií

1. Denná aktivita

●Počítadlo krokov: V reálnom čase zaznamenáva celodenný počet krokov (vrátane chôdze, behu, svižnej chôdze atď.).

2. Monitorovanie zdravia

●Monitorovanie spánku: Zariadenie automaticky detekuje a analyzuje kvalitu a dĺžku vášho spánku, vrátane dlhého nočného spánku a krátkych zdiemnutí.

●Monitorovanie tepovej frekvencie: Poskytuje 24-hodinové nepretržité sledovanie tepu a podporuje upozornenia na abnormálny srdcový rytmus.

●Túto funkciu môžete v aplikácii zapnúť alebo vypnúť.

●Interval merania: Každú 1 minútu počas spánku / každých 10 minút v dennom režime. Údaje sa nahrávajú každých 30 minút.

●Monitorovanie okysličenia krvi (SpO₂): V reálnom čase monitoruje saturáciu krvi kyslíkom pre zdravotné účely.

●Frekvencia merania je rovnaká ako pri monitorovaní tepovej frekvencie.

●Údaje sa nahrávajú každých 30 minút.

●HRV (Variabilita srdcovej frekvencie): Posudzuje stav regenerácie tela a odolnosť voči stresu analýzou variability srdcového tepu.

●Monitorovanie stresu: V reálnom čase monitoruje úroveň stresu používateľa.

●Monitorovanie EKG (Elektrokardiogram): Umožňuje vykonávať detekciu EKG a analýzu srdcového rytmu v reálnom čase.

●Sledovanie menštruačného cyklu: V aplikácii si nastavte svoj osobný cyklus a hodinky vám budú posielať pripomienky.

Často kladené otázky (FAQ)

1. Hodinky sa nezapínajú

●Uistite sa, že batéria je dostatočne nabitá, a skúste hodinky zapnúť stlačením a podržaním bočného tlačidla po dobu 5 sekúnd.

2. Hodinky sa nedajú spárovať s telefónom

Overte, či je v telefóne zapnuté Bluetooth a či je aplikácia „G band“ aktualizovaná na najnovšiu verziu.

3. Abnormálne meranie EKG

Uistite sa, že hodinky tesne priliehajú k pokožke zápästia, a počas merania držte ruku nehybne. Ak je údaj abnormálny, meranie môžete zopakovať.

사용 설명서

사용 방법 및 진동 알림

●전원 켜기: 전원 버튼을 길게 누르거나 충전기에 연결하면 기기가 활성화됩니다. 이때 기기가 250ms 동안 한 번 진동합니다.

●스마트폰과 페어링하기

앱「G band」를 다운로드하여 설치하세요 (iOS 및 안드로이드 지원).



●스마트폰의 블루투스를 켜고 앱에서 시계를 검색하세요.

●스마트폰 화면의 지침에 따라 페어링을 완료하세요.

충전 안내

●시계를 충전할 때는 반드시 정품 자석형 충전 케이블만 사용하세요.

●기기 손상을 방지하기 위해 비정품 충전기의 사용은 피하세요.

착용 방법

●손목 뼈에서 2~3cm 위쪽에 시계를 착용하세요. 가장 정확한

측정을 위해 센서가 피부에 밀착되도록 하세요.

진동 알림 상세 설명

1. 전화 알림 설정

●앱에서 '전화 알림' 기능이 켜져 있어야 합니다. 꺼져 있으면 밴드가 진동하지 않습니다.

●이 기능은 앱에서 기본적으로 켜져 있습니다.

2. 전화 알림 규칙

●전화가 걸려오면 밴드는 250ms 진동 후 750ms 대기하는

주기로 연속적으로 진동합니다.

●전화를 받거나 끊거나, 밴드의 버튼을 누르면 진동이 멈춥니다.

3. 건강 및 메시지 알림 규칙

●건강 경고 또는 세 메시지가 있을 경우, 밴드는 연속으로 4 회 진동합니다.

기능 개요

1. 일상 활동

●걸음 수 측정: 걷기, 달리기, 빠른 걷기 등을 포함하여 하루 종일 걸음 수를 실시간으로 기록합니다.

2. 건강 모니터링

●수면 모니터링: 긴 야간 수면과 짧은 낮잠을 포함하여 수면의 질과 시간을 자동으로 감지하고 분석합니다.

●심박수 모니터링: 24 시간 연속 심박수 측정을 제공하며 부정맥 등 이상 시 경고를 지원합니다.

●앱에서 이 기능을 켜거나 끌 수 있습니다.

●측정 간격: 수면 중 1 분마다 / 일상 모드에서 10 분마다. 데이터는 30 분마다 업로드됩니다.

●혈중 산소 포화도 (SpO₂) 모니터링: 건강 관리를 위해 혈중 산소 포화도를 실시간으로 측정합니다.

●측정 빈도는 심박수 모니터링과 동일합니다.

●데이터는 30 분마다 업로드됩니다.

●HRV (심박 변이도): 심박수의 변화를 분석하여 신체의 회복 상태와 스트레스 저항력을 평가합니다.

●스트레스 모니터링: 사용자의 스트레스 수준을 실시간으로 모니터링합니다.

●심전도 (EKG) 모니터링: 실시간 심전도 측정 및 심장 리듬 분석을 수행할 수 있습니다.

●생리 주기 추적: 앱에서 개인의 생리 주기를 설정하면 시계가

알림을 보냅니다.

자주 묻는 질문 (FAQ)

1. 시계 전원이 켜지지 않습니다

●배터리가 충분히 충전되었는지 확인한 후, 측면 버튼을 5 초간 길게 눌러 전원을 켜보세요.

2. 스마트폰과 페어링이 되지 않습니다

●스마트폰의 블루투스가 켜져 있는지, 그리고 「G band」앱이 최신 버전으로 업데이트되었는지 확인하세요.

3. 심전도 (EKG) 측정값이 비정상입니다

●시계가 손목 피부에 단단히 밀착되어 있는지 확인하고, 측정 중에는 손을 움직이지 말고 가만히 있으세요. 수치가 비정상이라면 다시 측정해 보세요.

Gebrauchsanweisung

Wie man Vibrationsspitzen verwendet

- Drücken Sie lange den Netzschalter oder das Ladegerät, um zu aktivieren, vibrieren Sie 250 ms, vibrieren Sie einmal.

Mit dem Mobiltelefon koppeln

- Laden Sie die Anwendung "G-Band" herunter und installieren Sie sie (für iOS- und Android-Systeme).



- Schalten Sie das Bluetooth des Mobiltelefons ein und suchen Sie in der Anwendung nach dem Uhrengerät.
 - Schließen Sie die Kopplung gemäß den Anweisungen auf dem Bildschirm des Mobiltelefons ab
- Ladeanweisungen
- Bitte verwenden Sie das originale magnetische Ladekabel, um die Uhr aufzuladen.
- Bitte vermeiden Sie die Verwendung von Ladegeräten, die nicht original sind, um Schäden am Gerät zu vermeiden.
- Tragemethode
- Bitte tragen Sie die Uhr 2-3 cm über dem Handgelenkknochen und stellen Sie sicher, dass der Sensor in engem Kontakt mit der Haut steht, um genauere Überwachungsdaten zu erhalten.
- Vibrationserinnerungsanweisungen:
1. Einstellungen für Anruferinnerungen
- Sie müssen die Funktion "Anruferinnerung" in der App

aktivieren, sonst vibriert das Armband die Erinnerung nicht. Die App schaltet standardmäßig die Anruferinnerungsfunktion ein.

2. Regeln für Anruferinnerungen

- Wenn es einen Anruf gibt, vibriert das Armband weiterhin in einem Zyklus von 250 ms und einem Intervall von 750 ms.

- Bis das Mobiltelefon beantwortet, aufgelegt wird oder der Benutzer die Armbandtaste drückt, hört die Vibration auf.

3. Regeln für Gesundheits- und Nachrichtenerinnerungen

Das Armband vibriert 4 Mal hintereinander, um Gesundheitswarnungen oder Nachrichten zu erhalten.

Übersicht der Funktionen

1. Tägliche Aktivitäten

Statistiken zur Schrittzahl

- Zeichnen Sie die Anzahl der Schritte im Laufe des Tages in Echtzeit auf (einschließlich Gehen, Laufen, Gehen usw.).

2. Gesundheitsüberwachung

Schlafüberwachung

Das Gerät kann automatisch die Qualität und Dauer Ihres Schlafes erkennen und analysieren, einschließlich langer Schlaf und sporadischer Nickerchen.

Herzfrequenzüberwachung

Bereitstellung von kontinuierlichem 24-Stunden-Herzfrequenz-Tracking und Unterstützung abnormaler

Herzfrequenz-Erinnerungen

- Die Funktion kann in der APP ein- oder ausgeschaltet werden.

- Messintervall: einmal alle 1 Minute während des Schlafes / einmal alle 10 Minuten im Tagesmodus, und die Daten werden alle

30 Minuten hochgeladen.

Überwachung von Blutsauerstoff (SpO2)

Echtzeitüberwachung der Blutsauerstoffsättigung als Gesundheitsreferenz.

- Die Messfrequenz ist die gleiche wie die Herzfrequenzüberwachung. Die Daten werden alle 30 Minuten hochgeladen.

HRV-Herzfrequenzvariabilität

Bewerten Sie die Erholung und Stressresistenz des Körpers, indem Sie die Variabilität der Herzfrequenz analysieren.

Drucküberwachung

Überwachen Sie den Stresslevel des Benutzers in Echtzeit.

EKG-Elektrokardiogramm-Überwachung

Echtzeit-Elektrokardiogrammerkennung und Herzrhythmusanalyse können durchgeführt werden.

Physiologische Zyklusverfolgung

Sie können Ihren persönlichen Menstruationszyklus in der APP einstellen, und die Uhr basiert auf Häufig gestellte Fragen (FAQ)

1. Die Uhr kann nicht eingeschaltet werden.

Bitte stellen Sie sicher, dass die Batterie ausreichend ist, und drücken Sie die Seitentaste 5 Sekunden lang, um zu versuchen, sie einzuschalten.

2. Die Uhr kann nicht mit dem Mobiltelefon gekoppelt werden.

Bitte bestätigen Sie, dass das Bluetooth des Mobiltelefons aktiviert ist und die Anwendung "G-Band" die neueste Version ist.

3. Anomalie der EKG-Elektrokardiogrammmessung

Bitte stellen Sie sicher, dass die Uhr in engem Kontakt mit der Handgelenkshaut steht, und halten Sie den Arm stationär; wenn der Messwert abnormal ist, können Sie ihn erneut messen.

Brugsanvisning

Betjening

●Vibrationsindikering: Hold tænd/sluk-knappen inde, eller tilslut opladeren for at aktivere enheden. Den vibrerer i 250 ms, 1 gang.

Parring med mobil

●Download og installer "G band"-appen (tilgængelig til iOS og Android).



●Tænd for Bluetooth på din mobil, og søg efter uret i appen.
●Følg instruktionerne på skærmen for at fuldføre parringen.

Opladning

●Brug venligst den originale magnetiske opladerkabel til at oplade uret.
●Undgå at bruge uoriginale opladere for at undgå skader på enheden.

Sådan bæres uret

●Bær uret 2-3 cm over håndleddets knogle. Sørg for, at sensoren sidder tæt ind mod huden for at opnå de mest præcise målinger.

Oplysninger om vibrationsadvarsler

1. Indstillinger for opkaldsadvarsler

●Funktionen "Opkaldsadvarsel" skal være aktiveret i appen, ellers vil armbåndet ikke vibrere.

●Funktionen er som standard aktiveret i appen.

2. Regler for opkaldsadvarsler

●Ved indgående opkald vibrerer armbåndet i cyklusser: 250 ms vibration, 750 ms pause.

●Vibrationen fortsætter, indtil opkaldet besvares, afvises, eller brugeren trykker på armbåndets knap.

3. Regler for sundheds- og meddelelsesadvarsler

●Armbåndet vibrerer 4 gange i træk for at indikere sundhedsalarmer eller meddelelser.

Funktionsoversigt

1. Daglig aktivitet

●Skridttælling: Registrerer skridt i realtid hele dagen (inklusive gang, løb, rask gang osv.).

2. Sundhedsovervågning

●Søvnovervågning: Enheden registrerer og analyserer automatisk din søvnkvalitet og -varighed, herunder både dyb søvn og lur.

●Pulsmåling: Giver kontinuerlig pulsmåling døgnet rundt og understøtter advarsler ved unormal hjerterytme.

●Kan slås til eller fra i appen.

●Måleinterval: Hvert minut under søvn / hvert 10. minut i daglig tilstand. Data uploades hvert 30. minut.

●Blodiltmåling (SpO₂): Overvåger blodiltmætning i realtid som reference for sundheden.

●Samme målefrekvens som pulsmåling.

●Data uploades hvert 30. minut.

●HRV (Hjertefrekvensvariabilitet): Vurderer kroppens restitution og stresstærskel ved at analysere HRV.

●Stressovervågning: Overvåger brugerens stressniveau i realtid.

●EKG (Elektrokardiogram): Mulighed for realtids-EKG og analyse af hjerterytme.

●Menstruationscyklus: Indstil din personlige cyklus i appen, så vil uret give påmindelser.

Ofte stillede spørgsmål (FAQ)

1. Uret starter ikke

●Sørg for, at batteriet er opladet, og hold sideknappen inde i 5 sekunder for at forsøge at starte det.

2. Uret kan ikke parres med mobilen

●Bekræft, at Bluetooth er tændt på mobilen, og at "G band"-appen er opdateret til den nyeste version.

3. Unormale EKG-værdier

●Sørg for, at uret sidder tæt ind mod huden på håndleddet, og hold armen i ro. Hvis værdierne er unormale, kan du forsøge at måle igen.

Használati útmutató

Használat

● **Rezgéses jelzés:** A bekapcsológomb hosszan nyomásával vagy a töltő csatlakoztatásával aktiválhatja a készüléket. Ilyenkor a készülék 250 ms időtartamig, 1 alkalommal rezeg. Párosítás a telefonnal

● Töltse le és telepítse a "G band" alkalmazást (elérhető iOS és Android rendszerekre).



● Kapcsolja be a Bluetooth-t a telefonján, és keresse meg az órát az alkalmazásban.

● A párosítás befejezéséhez kövesse a telefon képernyőjén megjelenő utasításokat.

Töltés

● Az óra töltéséhez kérjük, kizárólag az eredeti mágneses töltőkábelt használja.

● A készülék sérülésének elkerülése érdekében ne használjon nem eredeti töltőket.

Viselési mód

● Az órát a csuklócsont felett 2–3 cm-rel viselje. A lehető legpontosabb mérési adatok érdekében győződjön meg arról, hogy az érzékelő szorosan érintkezik a bőrrel.

A rezgéses figyelmeztetések leírása

1. Hívásértesítés beállításai

● A "Hívásértesítés" funkciót engedélyezni kell az

alkalmazásban, ellenkező esetben a karkötő nem fog rezegni.

● Az alkalmazás alapértelmezetten engedélyezi ezt a funkciót.

2. Hívásértesítés szabályai

● Bejövő hívás esetén a karkötő folyamatosan rezeg ciklusokban: 250 ms rezgés, 750 ms szünet.

● A rezgés akkor áll le, ha a hívást fogadják, bontják, vagy a felhasználó megnyomja a karkötő gombját.

3. Egészségügyi és üzenetértesítés szabályai

● A karkötő 4-szer egymás után rezeg, hogy jelezze az egészségügyi riasztásokat vagy az üzeneteket.

Funkciók áttekintése

1. Napi tevékenység

● Lépésszámlálás: Valós időben rögzíti a napi lépéseket (beleértve a sétát, futást, tempós gyaloglást stb.).

2. Egészségmonitorozás

● Alvásfigyelés: A készülék automatikusan érzékeli és elemzi az alvás minőségét és időtartamát, beleértve a hosszú alvást és a rövid szundikálásokat is.

● Pulzusmonitorozás: 24 órás folyamatos pulzuskövetést biztosít, és támogatja a rendellenes pulzusra figyelmeztető értesítéseket.

● Ez a funkció az alkalmazásban be- és kikapcsolható.

● Mérési intervallum: alvás közben percenként egyszer / napi üzemmódban 10 percenként egyszer. Az adatok 30 percenként töltődnek fel.

● Vér oxigéntelítettség (SpO₂) monitorozása: Valós időben figyeli a vér oxigéntelítettségét egészségügyi tájékoztatás céljából.

Ugyanolyan mérési gyakoriság, mint a pulzusmonitorozásnál.

● Az adatok 30 percenként töltődnek fel.

● **HRV (Szívfrekvencia-variabilitás):** A szívfrekvencia-variabilitás elemzésével értékeli a szervezet regenerálódását és a stresszel szembeni ellenállóképességet.

● **Stresszmonitorozás:** Valós időben figyeli a felhasználó stresszszintjét.

● **EKG (Elektrokardiogram) monitorozás:** Lehetővé teszi az EKG valós idejű észlelését és a szívritmus elemzését.

● **Menstruációs ciklus követése:** Állítsa be a személyes ciklust az alkalmazásban, és az óra emlékeztetőket küld.

Gyakran ismételt kérdések (FAQ)

1. Az óra nem kapcsol be

● Győződjön meg arról, hogy az akkumulátor fel van töltve, és próbálja meg bekapcsolni az órát az oldalsó gomb 5 másodpercig történő hosszan nyomásával.

2. Az óra nem párosítható a telefonnal

● Győződjön meg arról, hogy a telefonon be van kapcsolva a Bluetooth, és a "G band" alkalmazás a legújabb verzió.

3. Rendellenes EKG-mérés

● Győződjön meg arról, hogy az óra szorosan illeszkedik a csukló bőréhez, és tartsa mozdulatlanul a karját. Ha az olvasmány rendellenes, megismételheti a mérést.

Kasutusjuhend

Kasutamine

● Vibratsiooni näidustus: Seadme aktiveerimiseks vajutage ja hoidke all toitenuppu või ühendage laadija. Seade vibreerib 250 ms, 1 kord.

Sidumine telefoniga

● Laadige alla ja installige rakendus "G band" (saadaval iOS-i ja Androidi süsteemidele).



● Lülitage telefonis sisse Bluetooth ja otsige kella rakenduses.
● Viige sidumine lõpule, järgides telefoni ekraanil kuvatavaid juhiseid.

Laadimine

● Kella laadimiseks kasutage palun ainult originaalset magnetlaadimiskaablit.

● Seadme kahjustamise vältimiseks ärge kasutage mitteoriginaalseid laadijaid.

Kandmisviis

● Kandke kella 2–3 cm randmeluu kohal. Veenduge, et andur puutub tihedalt kokku nahaga, et saada kõige täpsemaid jälgimisandmeid.

Vibratsiooniteavituste kirjeldus

1. Kõneteavituse seaded

● Rakenduses peab olema sisse lülitatud funktsioon "Kõneteavitus", vastasel juhul käevõru ei vibreeri.

● Rakendus lülitab selle funktsiooni vaikimisi sisse.

2. Kõneteavituse reeglid

● Sissetuleva kõne korral vibreerib käevõru pidevalt tsüklitena: 250 ms vibratsiooni, 750 ms vahet.

● Vibratsioon lakkab, kui kõnele vastatakse, see lõpetatakse või kui kasutaja vajutab käevõru nuppu.

3. Tervise- ja sõnumiteavituse reeglid

● Käevõru vibreerib 4 korda järjest, et näidata tervisealarmeid või sõnumiteavitusi.

Funktsioonide ülevaade

1. Igapäevane tegevus

● Sammulugeja: Salvestab reaalselt kogu päeva sammud (sh kõndimine, jooksmine, kiire kõndimine jne).

2. Tervise jälgimine

● Unejälgimine: Seade tuvastab ja analüüsib automaatselt teie une kvaliteeti ja kestust, sealhulgas pikka und ja lühikesi uinakuid.

● Pulsijälgimine: Pakub 24-tunnist pidevat pulsi jälgimist ja toetab ebanormaalse pulsi hoiatusi.

● Seda funktsiooni saab rakenduses sisse ja välja lülitada.

● Mõõtmise intervall: Iga 1 minuti järel une ajal / iga 10 minuti järel igapäevases režiimis. Andmed laaditakse üles iga 30 minuti järel.

● Vere hapnikusalduse (SpO_2) jälgimine: Jälgib reaalselt vere hapnikuküllastust tervisealaseks teabeks.

● Sama mõõtmise sagedus kui pulsi jälgimisel.

● Andmed laaditakse üles iga 30 minuti järel.

● HRV (Pulsi varieeruvus): Hindab keha taastumisolekut ja stressitaluvust pulsi varieeruvuse analüüsi kaudu.

● Stressijälgimine: Jälgib reaalselt kasutaja stressitaset.

● EKG jälgimine: Võimaldab elektrokardiogrammi tuvastamist ja südamerütmi analüüsi reaalselt.

● Menstruaaltsükli jälgimine: Seadistage rakenduses oma isiklik tsükkel ja kell saadab meeldetuletusi.

Korduma kippuvad küsimused (KKK)

1. Kell ei lülitu sisse

● Veenduge, et aku on laetud, ja proovige kella sisse lülitada, vajutades külgmisele nupule ja hoides seda 5 sekundit all.

2. Kella ei saa telefoniga siduda

● Kinnitage, et telefonis on Bluetooth sisse lülitatud ja rakendus "G band" on uusimas versioonis.

3. Ebanormaalne EKG mõõtmine

● Veenduge, et kell puutub tihedalt kokku randme nahaga, ja hoidke kätt liikumatuna. Kui näit on ebanormaalne, võite mõõtmist korrata.

Navodila za uporabo

Način uporabe in vibracijsko opozorilo

● **Aktivacija:** Napravo aktivirate tako, da dolgo pritisnete gumb za vklop ali priklopite polnilec. Naprava bo enkrat zavibrirala 250 ms.

Paring s telefonom

● Prenesite in namestite aplikacijo „G band“ (na voljo za sistema iOS in Android).



● Vključite Bluetooth na telefonu in v aplikaciji poiščite napravo ure.

● Dokončajte postopek paringa po navodilih na zaslonu telefona.

Navodila za polnjenje

● Za polnjenje ure uporabljajte izključno originalni magnetni polnilni kabel.

● Izogibajte se uporabi neoriginalnih polnilcev, da preprečite morebitno poškodbo naprave.

Način nošenja

● Uro nosite 2–3 cm nad kostjo zapestja. Zagotovite, da je senzor v tesnem stiku s kožo, kar omogoča najbolj natančne meritve.

Opis vibracijskih opozoril

1. Nastavitve opozoril za klice

● Funkcija „Opozorilo za klic“ mora biti v aplikaciji vklopljena; v

nasprotnem primeru zapestnica ne bo vibrirala.

● Aplikacija to funkcijo privzeto (tovarniško) vklopi.

2. Pravila za opozorila o klicih

● Ob dohodnem klicu zapestnica neprekinjeno vibrija v ciklih: 250 ms vibracije, ki ji sledi 750 ms premora.

● Vibracija se ustavi, ko je klic sprejet, končan ali ko uporabnik pritisne gumb na zapestnici.

3. Pravila za opozorila o zdravju in sporočilih

● Zapestnica štirikrat zaporedoma zavibrira, da opozori na zdravstveni alarm ali novo sporočilo.

Pregled funkcij

1. Dnevna aktivnost

● Števec korakov: V realnem času beleži število opravljenih korakov skozi ves dan (vključno s hojo, tekom, hitro hojo itd.).

2. Spremljanje zdravja

● Spremljanje spanca: Naprava samodejno zazna in analizira kakovost ter trajanje vašega spanca, vključno z dolgim nočnim spancem in kratkimi dremeži.

● Spremljanje srčnega utripa: Omogoča 24-urno neprekinjeno spremljanje pulza in podpira opozorila pri nepravilnem srčnem ritmu.

● To funkcijo lahko v aplikaciji vklopite ali izklopite.

● Interval merjenja: Vsako 1 minuto med spanjem / vsakih 10 minut v dnevnem načinu. Podatki se nalagajo vsakih 30 minut.

● Spremljanje kisika v krvi (SpO_2): V realnem času meri nasičenost krvi s kisikom za zdravstvene namene.

● Frekvenca merjenja je enaka kot pri spremljanju srčnega utripa.

● Podatki se nalagajo vsakih 30 minut.

● HRV (Variabilnost srčnega utripa): Ocení stanje regeneracije telesa in odpornost proti stresu z analizo variabilnosti srčnega utripa.

● Spremljanje stresa: V realnem času spremlja raven stresa uporabnika. Spremljanje EKG (Elektrokardiogram): Omogoča izvajanje EKG meritev in analizo srčnega ritma v realnem času.

● Sledenje menstrualnemu ciklusu: V aplikaciji nastavite svoj osebni cikel, ura pa vam bo pošiljala opomnike.

Pogosta vprašanja (FAQ)

1. Ura se ne vklopi

● Prepričajte se, da je baterija dovolj napolnjena, in poskusite uro vklopiti tako, da 5 sekund držite pritisnjen stranski gumb.

2. Ure ni mogoče seznaniti s telefonom

● Preverite, ali je Bluetooth na telefonu vklopljen in ali je aplikacija „G band“ posodobljena na najnovejšo različico.

3. Nepravilna meritev EKG

● Zagotovite, da ura tesno prilaga koži zapestja, in med meritvijo mirno držite roko. Če je odčitek nepravilen, lahko meritev ponovite.

Руководство пользователя

Использование и виброиндикация

● Включение: Удерживайте кнопку питания или подключите устройство к зарядному устройству для включения. При включении устройство вибрирует один раз в течение 250 мс.

Сопряжение с телефоном

● Скачайте и установите приложение «G band» (доступно для iOS и Android).



● Включите Bluetooth на телефоне и найдите часы в приложении.

● Завершите сопряжение, следуя инструкциям на экране телефона.

Инструкции по зарядке

● Для зарядки часов используйте только оригинальный магнитный зарядный кабель.

● Во избежание повреждения устройства не используйте сторонние зарядные устройства.

Как носить часы

● Носите часы на 2–3 см выше кости запястья. Убедитесь, что датчик плотно прилегает к коже для получения максимально точных измерений.

Описание виброуведомлений

1. Настройки уведомлений о звонках

● Функция «Уведомление о звонке» должна быть включена в приложении; в противном случае браслет не будет вибрировать при входящих вызовах.

● В приложении эта функция включена по умолчанию.

2. Правила уведомлений о звонках

● При входящем звонке браслет вибрирует циклически: 250 мс вибрации, за которыми следует пауза 750 мс.

● Вибрация прекращается, когда на звонок отвечают, завершают его или когда пользователь нажимает кнопку на браслете.

3. Правила уведомлений о здоровье и сообщениях

● Браслет вибрирует 4 раза подряд для оповещения о предупреждении по здоровью или новом сообщении.

Обзор функций

1. Ежедневная активность

● Подсчет шагов: В реальном времени регистрирует количество шагов в течение всего дня (включая ходьбу, бег, быструю ходьбу и т. д.).

2. Мониторинг здоровья

● Мониторинг сна: Устройство автоматически обнаруживает и анализирует качество и продолжительность вашего сна, включая длительный ночной сон и короткий дневной отдых.

● Мониторинг пульса: Обеспечивает круглосуточный мониторинг пульса (24/7) и поддерживает уведомления о нарушениях сердечного ритма.

● Эту функцию можно включать или выключать в приложении.

● Интервал измерения: каждые 1 минуту во время сна / каждые 10 минут в обычном режиме. Данные загружаются каждые 30 минут.

● Насыщение крови кислородом (SpO₂): В реальном времени отслеживает уровень насыщения крови кислородом в качестве справочного показателя здоровья.

● Частота измерений такая же, как и при мониторинге пульса. Данные загружаются каждые 30 минут.

● ВСР (Вариабельность сердечного ритма): Оценивает восстановление организма и устойчивость к стрессу путем анализа вариаций сердечных сокращений.

● Мониторинг стресса: В реальном времени отслеживает уровень стресса пользователя.

● ЭКГ-мониторинг (Электрокардиограмма): Позволяет выполнять измерения ЭКГ в реальном времени и анализировать сердечный ритм.

● Отслеживание менструального цикла: Вы можете настроить свой личный менструальный цикл в приложении, и часы будут отправлять вам напоминания.

Часто задаваемые вопросы (FAQ)

1. Часы не включаются

● Убедитесь, что аккумулятор достаточно заряжен, и попробуйте включить часы, удерживая боковую кнопку в течение 5 секунд.

2. Часы не сопрягаются с телефоном

● Убедитесь, что на телефоне включен Bluetooth, а приложение «G band» обновлено до последней версии.

3. Аномальные показания ЭКГ

● Убедитесь, что часы плотно прилегают к коже запястья, и держите руку неподвижно во время измерения. Если показания ненормальные, попробуйте повторить измерение.

Instructions d'utilisation

Comment utiliser les conseils de vibration

● Appuyez longuement sur le bouton d'alimentation ou le chargeur pour activer, vibrer 250 ms, vibrer une fois.

Coupler avec le téléphone portable

● Téléchargez et installez l'application "G band" (pour les systèmes iOS et Android).



● Activez le Bluetooth du téléphone portable et recherchez l'appareil de montre dans l'application.

● Terminez l'appariement selon les invites sur l'écran du téléphone portable

Instructions de charge

Veillez utiliser le câble de charge magnétique d'origine pour charger la montre.

● Veillez éviter d'utiliser des chargeurs non originaux pour éviter d'endommager l'appareil.

Méthode de port

Veillez porter la montre à 2-3 cm au-dessus de l'os du poignet et assurez-vous que le capteur est en contact étroit avec la peau pour obtenir des données de surveillance plus précises.

Instructions de rappel de vibration :

1. Paramètres de rappel d'appel

● Vous devez activer la fonction "Rappel d'appel" dans l'application, sinon le bracelet ne fera pas vibrer le rappel.

L'application active la fonction de rappel d'appel par défaut.

2. Règles de rappel d'appel

● Lorsqu'il y a un appel, le bracelet continue de vibrer dans un cycle de 250ms et un intervalle de 750ms.

● Jusqu'à ce que le téléphone portable soit répondu, raccroché ou que l'utilisateur appuie sur le bouton du bracelet, la vibration s'arrête.

3. Règles de santé et de rappel de message

Le bracelet vibre 4 fois de suite pour inviter des alertes ou des messages de santé.

Aperçu des fonctions

1. Activités quotidiennes

Statistiques du nombre de pas

● Enregistrez le nombre de pas tout au long de la journée en temps réel (y compris la marche, la course, la marche, etc.).

2. Surveillance de la santé

Surveillance du sommeil

L'appareil peut automatiquement détecter et analyser la qualité et la durée de votre sommeil, y compris le long sommeil et les siestes sporadiques.

Surveillance de la fréquence cardiaque

Fournir un suivi continu de la fréquence cardiaque 24 heures sur 24 et prendre en charge les rappels de la fréquence cardiaque anormale

● La fonction peut être activée ou désactivée dans l'APP.

● Intervalle de mesure : une fois toutes les 1 minute pendant le sommeil / une fois toutes les 10 minutes en mode quotidien, et les données sont téléchargées toutes les 30 minutes.

Surveillance de l'oxygène sanguin (SpO2)

Surveillance en temps réel de la saturation en oxygène dans le sang pour référence à la santé.

● La fréquence de mesure est la même que la surveillance de la fréquence cardiaque.

Les données sont téléchargées toutes les 30 minutes.

Variabilité de la fréquence cardiaque de la VFC

Évaluez la récupération et la résistance au stress du corps en analysant la variabilité de la fréquence cardiaque.

Surveillance de la pression

Surveillez le niveau de stress de l'utilisateur en temps réel.

Surveillance de l'électrocardiogramme ECG

La détection en temps réel de l'électrocardiogramme et l'analyse du rythme cardiaque peuvent être effectuées.

Suivi du cycle physiologique

Vous pouvez définir votre cycle menstruel personnel dans l'application, et la montre sera basée sur

Foire aux questions (FAQ)

1. La montre ne peut pas être allumée.

Veillez vous assurer que la batterie est suffisante et appuyez longuement sur le bouton latéral pendant 5 secondes pour essayer de l'allumer.

2. La montre ne peut pas être jumelée avec le téléphone portable.

Veillez confirmer que le Bluetooth du téléphone portable est activé et que l'application "G band" est la dernière version.

3. Anomalie de la mesure de l'électrocardiogramme ECG

Veillez vous assurer que la montre est en contact étroit avec la peau du poignet et gardez le bras immobile ; si la lecture est anormale, vous pouvez la mesurer à nouveau.

Návod k použití

Používání

● Vibrační upozornění: Dlouhým stiskem zapínacího tlačítka nebo připojením nabíječky se zařízení aktivuje a jednou zavibruje (250 ms).

Spárování s telefonem

● Stáhněte si a nainstalujte aplikaci "G band" (dostupná pro systémy iOS a Android).



● Zapněte na telefonu Bluetooth a vyhledejte v aplikaci hodinky.

● Dokončete spárování podle pokynů na obrazovce telefonu. Nabíjení

● K nabíjení hodinek používejte výhradně originální magnetický nabíjecí kabel.

● Vyhněte se používání neoriginálních nabíječek, abyste předešli poškození zařízení.

Jak hodinky nosit

● Hodinky noste 2–3 cm nad kosti zápěstí. Ujistěte se, že senzor pevně přiléhá k pokožce, abyste dosáhli co nejpresnějších naměřených hodnot.

Popis vibračních upozornění

1. Nastavení upozornění na hovor

● Funkci "Upozornění na hovor" je nutné zapnout v aplikaci,

jinak náramek nebude vibrovat.

● Ve výchozím nastavení je tato funkce v aplikaci zapnuta.

2. Pravidla pro upozornění na hovor

● Při příchozím hovoru náramek nepřetržitě vibruje v cyklech: 250 ms vibrace, 750 ms pauza.

● Vibrace se zastaví, jakmile je hovor přijat, ukončen, nebo když uživatel stiskne tlačítko na náramku.

3. Pravidla pro upozornění na zdraví a zprávy

● Náramek 4× za sebou zavibruje, aby upozornil na zdravotní alarmy nebo notifikace.

Přehled funkcí

1. Denní aktivity

● Počítání kroků: V reálném čase zaznamenává počet kroků za celý den (včetně chůze, běhu, svižné chůze atd.).

2. Monitorování zdraví

● Sledování spánku: Zařízení automaticky detekuje a analyzuje kvalitu a délku vašeho spánku, včetně hlubokého spánku a zdírmnutí.

● Měření tepové frekvence: Poskytuje 24hodinové nepřetržité sledování tepu a podporuje upozornění na abnormální tepovou frekvenci.

● Tuto funkci lze v aplikaci zapnout nebo vypnout.

● Interval měření: každou 1 minutu během spánku / každých 10 minut v denním režimu. Data se odesílají každých 30 minut.

● Měření kyslíku v krvi (SpO₂): Měření saturace krve kyslíkem v reálném čase pro zdravotní reference.

● Stejná frekvence měření jako u tepové frekvence.

● Data se odesílají každých 30 minut.

● HRV (Variabilita srdeční frekvence): Posuzuje stav regenerace těla a odolnost vůči stresu analýzou variability srdeční frekvence.

● Monitorování stresu: Měření úrovně stresu uživatele v reálném čase.

● EKG (Elektrokardiogram): Umožňuje detekci EKG a analýzu srdečního rytmu v reálném čase.

● Sledování menstruačního cyklu: V aplikaci si můžete nastavit osobní menstruační cyklus a hodinky vás na něj budou upozorňovat.

Často kladené dotazy (FAQ)

1. Hodinky se nezapínají

● Ujistěte se, že máte dostatek energie, a zkuste je zapnout dlouhým stiskem bočního tlačítka (5 sekund).

2. Hodinky se nedaří spárovat s telefonem

● Ujistěte se, že je v telefonu zapnuté Bluetooth a že aplikace "G band" je v nejnovější verzi.

3. Abnormální měření EKG

● Ujistěte se, že hodinky pevně přiléhají k pokožce na zápěstí, a držte paži v klidu. Pokud jsou údaje abnormální, můžete měření zopakovat.

Manual de Instruções

Utilização

● Indicação de vibração: Pressione e segure o botão de ligar ou conecte o carregador para ativar. O dispositivo vibrará por 250ms, 1 vez.

Emparelhamento com o telemóvel

● Descarregue e instale a aplicação "G band" (disponível para sistemas iOS e Android).



● Ligue o Bluetooth no seu telemóvel e procure o relógio na aplicação.

● Conclua o emparelhamento seguindo as instruções no ecrã do telemóvel.

Carregamento

● Utilize apenas o cabo de carregamento magnético original para carregar o relógio.

● Evite utilizar carregadores não originais para evitar danos no dispositivo.

Como usar o relógio

● Use o relógio 2 a 3 cm acima do osso do pulso. Certifique-se de que o sensor está bem ajustado à pele para obter medições mais precisas.

Descrição das notificações por vibração

1. Configurações de notificação de chamadas

● A função "Notificação de chamadas" deve estar ativada na

aplicação, caso contrário, a pulseira não vibrará.

● Esta função está ativada por predefinição na aplicação.

2. Regras de notificação de chamadas

● Quando há uma chamada recebida, a pulseira vibra continuamente em ciclos: 250ms de vibração, 750ms de intervalo.

● A vibração para quando a chamada é atendida, encerrada ou quando o utilizador pressiona o botão da pulseira.

3. Regras de notificação de saúde e mensagens

● A pulseira vibra 4 vezes consecutivas para indicar alertas de saúde ou notificações de mensagens.

Visão geral das funções

1. Atividade diária

● Contagem de passos: Regista os passos em tempo real durante todo o dia (incluindo caminhada, corrida, marcha, etc.).

2. Monitorização da saúde

● Monitorização do sono: O dispositivo deteta e analisa automaticamente a qualidade e a duração do seu sono, incluindo o sono longo e as sestas curtas.

● Monitorização da frequência cardíaca: Fornece rastreio contínuo da frequência cardíaca 24 horas por dia e suporta alertas de frequência cardíaca anómala.

● Esta função pode ser ligada ou desligada na aplicação.

● Intervalo de medição: A cada 1 minuto durante o sono / a cada 10 minutos no modo diário. Os dados são carregados a cada 30 minutos.

● Monitorização de oxigénio no sangue (SpO₂): Monitoriza a saturação de oxigénio em tempo real para referência de saúde.

● Mesma frequência de medição que a monitorização da

frequência cardíaca.

● Os dados são carregados a cada 30 minutos.

● VFC (Variabilidade da Frequência Cardíaca): Avalia o estado de recuperação do corpo e a resistência ao stress através da análise da variabilidade da frequência cardíaca.

● Monitorização do stress: Monitoriza o nível de stress do utilizador em tempo real.

● Monitorização de ECG: Permite a deteção de eletrocardiograma e análise do ritmo cardíaco em tempo real.

● Rastreio do ciclo menstrual: Defina o seu ciclo pessoal na aplicação e o relógio enviará lembretes.

Perguntas frequentes (FAQ)

1. O relógio não liga

● Certifique-se de que a bateria está carregada e tente ligar o relógio pressionando e segurando o botão lateral durante 5 segundos.

2. O relógio não emparelha com o telemóvel

● Confirme se o Bluetooth está ligado no telemóvel e se a aplicação "G band" está na versão mais recente.

3. Medição de ECG anómala

● Certifique-se de que o relógio está bem ajustado à pele do pulso e mantenha o braço imóvel. Se a leitura for anómala, pode tentar medir novamente.

Käyttöohjeet

Käyttö

●Värinäilmaisin: Paina ja pidä painettuna virtapainiketta tai liitä laturi aktivoitaksesi laitteen. Laite värisee 250 ms, 1 kerran.

Pariliitos puhelimeen

●Lataa ja asenna "G band" -sovellus (saatavilla iOS- ja Android-järjestelmille).



●Kytke puhelimesi Bluetooth päälle ja etsi kello sovelluksesta.

●Viimeistele pariliitos noudattamalla puhelimen näytön ohjeita.

Lataaminen

●Käytä kellon lataamiseen vain alkuperäistä magneettista latauskaapelia.

●Vältä muiden kuin alkuperäisten latureiden käyttöä laitevaurioiden välttämiseksi.

Käyttötapa

●Käytä kelloa 2–3 cm ranneluun yläpuolella. Varmista, että anturi on tiiviisti iholla, jotta saat mahdollisimman tarkat seurantatiedot.

Värinähälytysten kuvaus

1. Puheluhälytyksen asetukset

●Toiminnon "Puheluhälytys" on oltava kytkettynä sovelluksessa, muuten ranneke ei värise.

●Sovellus ottaa tämän toiminnon käyttöön oletusarvoisesti.

2. Puheluhälytyksen säännöt

●Saapuvan puhelun yhteydessä ranneke värisee jatkuvasti jaksoissa: 250 ms värinää, 750 ms tauko.

●Värinä loppuu, kun puheluun vastataan, se lopetetaan tai kun käyttäjä painaa rannekkeen painiketta.

3. Terveys- ja viestihälytyksen säännöt

●Ranneke värisee 4 kertaa peräkkäin ilmoittaakseen terveyshälytyksistä tai viesti-ilmoituksista.

Toimintojen yleiskatsaus

1. Päivittäinen toiminta

●Askellaskuri: Tallentaa askeleet reaaliajassa koko päivän ajan (mukaan lukien kävely, juoksu, reipas kävely jne.).

2. Terveystarkkailu

●Unen seuranta: Laite havaitsee ja analysoi automaattisesti unen laatua ja kestoja, mukaan lukien pitkä uni ja lyhyet torkut.

●Sydämensykkeen seuranta: Tarjoaa 24 tunnin jatkuvan sykkeen seurannan ja tukee epänormaalin sykkeen hälytyksiä.

●Tämän toiminnon voi kytkeä päälle tai pois sovelluksessa.

●Mittausväli: Joka 1. minuutti unen aikana / joka 10. minuutti päivittäisessä tilassa. Tiedot ladataan joka 30. minuutti.

●Veren hapen seuranta (SpO₂): Valvoo veren happikylläisyyttä reaaliajassa terveyden viitearvoksi.

●Sama mittausväli kuin sykkeen seurannassa.

●Tiedot ladataan joka 30. minuutti.

●HRV (Sydämensykkeen vaihtelu): Arvioi kehon palautumistilaa ja stressinsietokykyä analysoimalla sydämensykkeen vaihtelua.

●Stressin seuranta: Valvoo käyttäjän stressitasoa reaaliajassa.

●EKG-seuranta: Mahdollistaa elektrokardiogrammin

havaitsemisen ja sydämen rytmin analysoinnin reaaliajassa.

●Kuukautiskierron seuranta: Aseta henkilökohtainen sykli sovelluksessa, niin kello lähettää muistutuksia.

Usein kysytyt kysymykset (FAQ)

1. Kello ei käynnisty

●Varmista, että akku on ladattu, ja yritä käynnistää kello painamalla ja pitämällä sivupainiketta painettuna 5 sekunnin ajan.

2. Kelloa ei voi muodostaa pariliitosta puhelimen kanssa

●Varmista, että puhelimen Bluetooth on päällä ja että "G band" -sovellus on uusin versio.

3. Epänormaali EKG-mittaus

●Varmista, että kello on tiiviisti ranteen iholla, ja pidä kättä liikkumattomana. Jos lukema on epänormaali, voit mitata uudelleen.

Bruksanvisning

Bruksmåte og vibrasjonsindikasjon

●Aktivering: Hold inne på-/av-knappen eller koble til laderen for å aktivere enheten. Den vil vibrere én gang i 250 ms.

Paring med telefon

●Last ned og installer «G band»-appen (tilgjengelig for iOS og Android).



●Slå på Bluetooth på telefonen og søk etter klokken i appen.

●Fullfør paringen ved å følge instruksjonene på telefonskjermen.

Ladeinstruksjoner

●Bruk kun den originale magnetiske ladekabelen for å lade klokken.

●Unngå å bruke uoriginale ladere for å forhindre skade på enheten.

Hvordan du bruker klokken

●Bær klokken 2–3 cm over håndleddsbenet. Sørg for at sensoren sitter tett inntil huden for å oppnå så nøyaktige målinger som mulig.

Beskrivelse av vibrasjonsvarsler

1. Innstillinger for anropsvarsler

●Funksjonen «Anropsvarsler» må være slått på i appen; ellers vil armbåndet ikke vibrere ved innkommende anrop.

●Appen har denne funksjonen aktivert som standard.

●2. Regler for anropsvarsler

●Ved innkommende anrop vibrerer armbåndet kontinuerlig i sykluser: 250 ms vibrasjon fulgt av en pause på 750 ms.

●Vibrasjonen stopper når anropet besvares, legges på, eller når brukeren trykker på en knapp på armbåndet.

3. Regler for helse- og meldingsvarsler

●Armbåndet vibrerer 4 ganger på rad for å varsle om en helsealarm eller en ny melding.

Funksjonsoversikt

1. Daglig aktivitet

●Steg telling: Registrerer antall steg i sanntid gjennom hele dagen (inkludert gange, løping, rask gange osv.).

2. Helseovervåking

●Søvnovervåking: Enheten oppdager og analyserer automatisk søvnkvaliteten og -varigheten din, inkludert lang nattesøvn og korte blunder.

●Pulsmåling: Gir døgkontinuerlig pulsovervåking (24/7) og støtter varsler ved unormal hjerterytme.

●Denne funksjonen kan slås på eller av i appen.

●Måleintervall: Hvert 1. minutt under søvn / hvert 10. minutt i daglig modus. Data lastes opp hvert 30. minutt.

●Oksygenmetning i blodet (SpO₂): Overvåker oksygenmetningen i blodet i sanntid som helsereferanse.

●Målefrekvensen er den samme som for pulsmåling.

●Data lastes opp hvert 30. minutt.

●HRV (Hjerterytme-frekvensvariabilitet): Vurderer kroppens restitusjon og stressmotstandsevne ved å analysere variasjonen i hjerteslagene.

●Stressovervåking: Overvåker brukerens stressnivå i sanntid.

●EKG-overvåking (Elektrokardiogram): Muliggjør sanntids EKG-måling og analyse av hjerterytmen.

●Syklussporing: Du kan sette opp din personlige menstruasjonssyklus i appen, og klokken vil sende deg påminnelser.

Ofte stilte spørsmål (FAQ)

1. Klokken starter ikke

●Sørg for at batteriet er tilstrekkelig ladet, og prøv å starte klokken ved å holde inne sideknappen i 5 sekunder.

2. Klokken kan ikke pares med telefonen

●Bekreft at Bluetooth er slått på på telefonen, og at «G band»-appen er oppdatert til siste versjon.

3. Unormal EKG-måling

●Sørg for at klokken sitter tett inntil huden på håndleddet, og hold armen i ro under målingen. Hvis avlesningen er unormal, kan du prøve å måle på nytt.

Посібник користувача

Використання та віброіндикація

● Увімкнення: Утримуйте кнопку живлення або підключіть пристрій до зарядного пристрою для вмикання. Під час увімкнення пристрій вібрає один раз протягом 250 мс. Спряження з телефоном

● Завантажте та встановіть додаток «G band» (доступний для iOS та Android).



● Увімкніть Bluetooth на телефоні та знайдіть годинник у додатку.

● Завершіть спряження, дотримуючись інструкцій на екрані телефону.

Інструкції щодо заряджання

● Для заряджання годинника використовуйте лише оригінальний магнітний зарядний кабель.

● Щоб уникнути пошкодження пристрою, не використовуйте сторонні зарядні пристрої.

Як носити годинник

● Носіть годинник на 2–3 см вище кістки зап'ястя.

Переконайтеся, що датчик щільно прилягає до шкіри для отримання максимально точних вимірювань.

Опис вібросповіщень

1. Налаштування сповіщень про дзвінки

● Функція «Сповіщення про дзвінок» має бути увімкнена в додатку; інакше браслет не вібруватиме під час вхідних викликів.

● У додатку ця функція увімкнена за замовчуванням.

2. Правила сповіщень про дзвінки

● Під час вхідного дзвінка браслет вібрає циклічно: 250 мс вібрації, за якими слідує пауза 750 мс.

● Вібрація припиняється, коли на дзвінок відповідають, завершують його або коли користувач натискає кнопку на браслеті.

3. Правила сповіщень про здоров'я та повідомлення

● Браслет вібрає 4 рази поспіль для сповіщення про попередження щодо здоров'я або нове повідомлення.

Огляд функцій

1. Щоденна активність

● Підрахунок кроків: У режимі реального часу реєструє кількість кроків протягом усього дня (включно з ходьбою, бігом, швидкою ходьбою тощо).

2. Моніторинг здоров'я

● Моніторинг сну: Пристрій автоматично виявляє та аналізує якість і тривалість вашого сну, включаючи тривалий нічний сон і короткий денний відпочинок.

● Моніторинг пульсу: Забезпечує цілодобовий моніторинг пульсу (24/7) та підтримує сповіщення про порушення серцевого ритму.

● Цю функцію можна вмикати або вимикати в додатку.

● Інтервал вимірювання: кожну 1 хвилину під час сну / кожні

10 хвилин у звичайному режимі. Дані завантажуються кожні 30 хвилин.

● Насичення крові киснем (SpO₂): У режимі реального часу відстежує рівень насичення крові киснем як довідковий показник здоров'я.

● Частота вимірювань така ж, як і при моніторингу пульсу.

● Дані завантажуються кожні 30 хвилин.

● BCP (Варіабельність серцевого ритму): Оцінює відновлення організму та стійкість до стресу шляхом аналізу варіацій серцевих скорочень.

● Моніторинг стресу: У режимі реального часу відстежує рівень стресу користувача.

● ЕКГ-моніторинг (Електрокардіограма): Дозволяє виконувати вимірювання ЕКГ у режимі реального часу та аналізувати серцевий ритм.

● Відстеження менструального циклу: Ви можете налаштувати свій особистий менструальний цикл у додатку, і годинник надсилатиме вам нагадування.

Поширені запитання (FAQ)

1. Годинник не вмикається

● Переконайтеся, що акумулятор достатньо заряджений, і спробуйте увімкнути годинник, утримуючи бічну кнопку протягом 5 секунд.

2. Годинник не спрямовується з телефоном

● Переконайтеся, що на телефоні увімкнено Bluetooth, а додаток «G band» оновлено до останньої версії.

3. Аномальні показники ЕКГ

● Переконайтеся, що годинник щільно прилягає до шкіри зап'ястя, і тримайте руку нерухомо під час вимірювання. Якщо показники ненормальні, спробуйте повторити вимірювання.

Istruzioni per l'uso

Come usare i suggerimenti di vibrazione

● Premere a lungo il pulsante di accensione o il caricabatterie per attivare, vibrare 250 ms, vibrare una volta.

Accoppia con il telefono cellulare

● Scarica e installa l'applicazione "G band" (per sistemi iOS e Android).



● Attiva il Bluetooth del telefono cellulare e cerca il dispositivo dell'orologio nell'applicazione.

● Completa l'accoppiamento secondo le istruzioni sullo schermo del telefono cellulare

Istruzioni di ricarica

Si prega di utilizzare il cavo di ricarica magnetico originale per caricare l'orologio.

● Si prega di evitare di utilizzare caricabatterie non originali per evitare danni al dispositivo.

Metodo di uso

Si prega di indossare l'orologio 2-3 cm sopra l'osso del polso e assicurarsi che il sensore sia a stretto contatto con la pelle per ottenere dati di monitoraggio più accurati.

Istruzioni per il promemoria della vibrazione:

1. Impostazioni di promemoria di chiamata

● Devi attivare la funzione "Promemoria di chiamata" nell'app, altrimenti il braccialetto non farà vibrare il promemoria.

L'app attiva la funzione di promemoria di chiamata per impostazione predefinita.

2. Regole di promemoria di chiamata

● Quando c'è una chiamata, il braccialetto continua a vibrare in un ciclo di 250 ms e un intervallo di 750 ms.

● Fino a quando il telefono cellulare non risponde, non viene riattaccato o l'utente preme il pulsante del braccialetto, la vibrazione si ferma.

3. Regole di salute e promemoria dei messaggi

Il braccialetto vibra 4 volte di seguito per richiedere avvisi o messaggi di salute.

Panoramica delle funzioni

1. Attività quotidiane

Statistiche del conteggio dei passi

● Registra il numero di passi durante il giorno in tempo reale (tra cui camminare, correre, camminare, ecc.).

2. Monitoraggio della salute

Monitoraggio del sonno

Il dispositivo può rilevare e analizzare automaticamente la qualità e la durata del sonno, inclusi lunghi sonni e sonnellini sporadici.

Monitoraggio della frequenza cardiaca

Fornire monitoraggio continuo della frequenza cardiaca 24 ore su 24 e supporto per i promemoria della frequenza cardiaca anormale

● La funzione può essere attivata o disattivata nell'APP.

● Intervallo di misurazione: una volta ogni 1 minuto durante il sonno / una volta ogni 10 minuti in modalità giornaliera e i dati vengono caricati ogni 30 minuti.

Monitoraggio dell'ossigeno nel sangue (SpO2)

Monitoraggio in tempo reale della saturazione di ossigeno nel sangue per riferimento alla salute.

● La frequenza di misurazione è la stessa del monitoraggio della frequenza cardiaca.

I dati vengono caricati ogni 30 minuti.

Variabilità della frequenza cardiaca HRV

Valutare il recupero del corpo e la resistenza allo stress analizzando la variabilità della frequenza cardiaca.

Monitoraggio della pressione

Monitora il livello di stress dell'utente in tempo reale.

Monitoraggio elettrocardiogramma ECG

È possibile eseguire il rilevamento dell'elettrocardiogramma in tempo reale e l'analisi del ritmo cardiaco.

Tracciamento del ciclo fisiologico

Puoi impostare il tuo ciclo mestruale personale nell'APP e l'orologio sarà basato su

Domande frequenti (FAQ)

1. L'orologio non può essere acceso.

Assicurati che la batteria sia sufficiente e premi a lungo il pulsante laterale per 5 secondi per provare ad accenderla.

2. L'orologio non può essere accoppiato con il telefono cellulare.

Si prega di confermare che il Bluetooth del telefono cellulare sia attivato e che l'applicazione "G band" sia l'ultima versione.

3. Anomalie di misurazione dell'elettrocardiogramma ECG

Assicurarsi che l'orologio sia a stretto contatto con la pelle del polso e mantenere il braccio fermo; se la lettura è anormale, è possibile misurarla di nuovo.

Lietošanas instrukcija

Lietošana

●Vibrācijas indikācija: Turiet nospiešu ieslēgšanas pogu vai pievienojiet lādētāju, lai aktivizētu ierīci. Tā vibrēs 250 ms, 1 reizi.

Savienošana pāri ar tālruni

●Lejupielādējiet un instalējiet lietotni "G band" (pieejama iOS un Android sistēmām).



●Ieslēdziet Bluetooth tālrunī un meklējiet pulksteni lietotnē.

●Izpildiet ekrānā redzamos norādījumus, lai pabeigtu savienošana pāri.

Uzlāde

●Pulksteņa uzlādei lūdzu izmantojiet tikai oriģinālo magnētisko uzlādes kabeli.

●Izvairieties no neoriģinālu lādētāju lietošanas, lai neradītu ierīces bojājumus.

Nēsāšana

●Valkājiet pulksteni 2–3 cm virs plauksts locītavas kaula.

Pārliecinieties, ka sensors cieši pieguļ ādai, lai iegūtu visprecīzākos mērījumus.

Informācija par vibrācijas brīdinājumiem

1. Zvanu brīdinājuma iestatījumi

●Funkcija "Zvanu brīdinājums" ir jāiespējo lietotnē, pretējā gadījumā aprobežs neievēros.

●Pēc noklusējuma šī funkcija lietotnē ir ieslēgta.

2. Zvanu brīdinājuma noteikumi

●Saņemot ienākošu zvanu, aprobežs nepārtraukti vibrē ciklos: 250 ms vibrācija, 750 ms pauze.

●Vibrācija apstājas, kad zvans tiek atbildēts, noraidīts vai lietotājs nospiež aprobežs pogu.

3. Veselības un ziņojumu brīdinājuma noteikumi

●Aprobežs nepārtraukti vibrē 4 reizes, lai norādītu uz veselības brīdinājumiem vai ziņojumiem.

Funkciju pārskats

1. Ikdiens aktivitātes

●Soļu skaits: Reāllaikā reģistrē dienas soļus (ieskaitot iešanu, skriešanu, ātru iešanu u.c.).

2. Veselības uzraudzība

●Miega uzraudzība: Ierīce automātiski nosaka un analizē miega kvalitāti un ilgumu, ietverot gan pamata miegu, gan īsus brīžus.

●Pulsa mērīšana: Nodrošina nepārtrauktu pulsa izsekošanu visu diennakti un atbalsta brīdinājumus par patoloģisku sirdsdarbību.

●Šo funkciju var ieslēgt vai izslēgt lietotnē.

●Mērīšanas intervāls: ik pēc 1 minūtes miega laikā / ik pēc 10 minūtēm ikdienas režīmā. Dati tiek augšupielādēti ik pēc 30 minūtēm.

●Asins skābekļa (SpO₂) monitorings: Reāllaikā uzrauga asins skābekļa piesātinājumu veselības informācijai.

●Tāda pati mērīšanas frekvence kā pulsa mērīšanai.

●Dati tiek augšupielādēti ik pēc 30 minūtēm.

●HRV (Sirdsdarbības variabilitāte): Novērtē ķermeņa atjaunošanās

stāvokli un izturību pret stresu, analizējot sirdsdarbības variabilitāti.

●Stresa monitorings: Reāllaikā uzrauga lietotāja stresa līmeni.

●EKG (Elektrokardiogramma): Iespējama reāllaika EKG un sirds ritma analīze.

●Menstruālā cikla izsekošana: Iestatiet savu personīgo ciklu lietotnē, un pulkstenis sniegs atgādinājumus.

Bieži uzdotie jautājumi (FAQ)

1. Pulkstenis neieslēdzas

●Pārliecinieties, ka akumulators ir uzlādēts, un mēģiniet to ieslēgt, 5 sekundes turot nospiešu sānu pogu.

2. Pulksteni nevar savienot pāri ar tālruni

●Pārliecinieties, ka tālrunī ir ieslēgts Bluetooth un ka lietotne "G band" ir atjaunināta uz jaunāko versiju.

3. Nenormāli EKG mērījumi

●Pārliecinieties, ka pulkstenis cieši pieguļ plauksts locītavas ādai, un turiet roku nekustīgi. Ja rādījumi ir nenormāli, varat veikt mērījumu vēlreiz.

Gebruiksaanwijzing

Gebruik

● **Trilindicatie:** Houd de aan/uit-knop ingedrukt of sluit de oplader aan om te activeren. Het apparaat trilt 250 ms, 1 keer. Koppelen met telefoon

● **Download en installeer de "G band" app** (beschikbaar voor iOS en Android).



● **Schakel Bluetooth in** op uw telefoon en zoek naar het horloge in de app.

● **Voltooi de koppeling** door de instructies op het scherm van uw telefoon te volgen.

Opladen

● **Gebruik uitsluitend de originele magnetische oplaadkabel** om het horloge op te laden.

● **Vermijd het gebruik van niet-originele opladers** om schade aan het apparaat te voorkomen.

Draagwijze

● **Draag het horloge 2-3 cm boven de polsbeenderen.** Zorg ervoor dat de sensor goed contact maakt met de huid voor de meest nauwkeurige meetgegevens.

Omschrijving trilalarmen

1. Instellingen voor oproepmeldingen

● **De functie "Oproepmelding"** moet in de app zijn ingeschakeld, anders zal de armband niet trillen.

● **Deze functie is standaard ingeschakeld in de app.**

2. Regels voor oproepmeldingen

● **Bij een inkomende oproep** trilt de armband continu in cycli: 250 ms trillen, 750 ms pauze.

● **De trilling stopt** wanneer de oproep wordt beantwoord, opgehangen of wanneer de gebruiker op de knop van de armband drukt.

3. Regels voor gezondheids- en berichtmeldingen

● **De armband trilt 4 keer** achter elkaar om gezondheidsalarmen of berichtmeldingen aan te geven.

Overzicht van functies

1. Dagelijkse activiteiten

● **Stappenteller:** Registreert realtime het aantal stappen gedurende de dag (inclusief wandelen, hardlopen, stevig wandelen, enz.).

2. Gezondheidsmonitoring

● **Slaapmonitoring:** Het apparaat detecteert en analyseert automatisch uw slaapkwaliteit en -duur, inclusief lange slaap en korte dutjes.

● **Hartslagmonitoring:** Biedt 24-uurs continue hartslagmeting en ondersteunt waarschuwingen bij abnormale hartslag.

● **Deze functie kan in de app worden in- of uitgeschakeld.**

● **Meetinterval:** Elke 1 minuut tijdens slaap / elke 10 minuten in dagelijkse modus. Gegevens worden elke 30 minuten geüpload.

● **Bloedzuurstofmonitoring (SpO₂):** Meet realtime de zuurstofverzadiging in het bloed voor gezondheidsreferentie.

● **Dezelfde meetfrequentie als hartslagmonitoring.**

● **Gegevens worden elke 30 minuten geüpload.**

● **HRV (Hartslagvariabiliteit):** Beoordeelt de herstelsstatus van het lichaam en stressbestendigheid door analyse van hartslagvariabiliteit.

● **Stressmonitoring:** Meet realtime het stressniveau van de gebruiker.

● **ECG-monitoring:** Maakt realtime ECG-detectie en hartritmenanalyse mogelijk.

● **Menstruatiecyclus volgen:** Stel uw persoonlijke cyclus in de app in en het horloge zal herinneringen sturen.

Veelgestelde vragen (FAQ)

1. Het horloge start niet op

● **Zorg ervoor dat de batterij is opgeladen** en probeer het horloge op te starten door de zijknop 5 seconden ingedrukt te houden.

2. Het horloge kan niet met de telefoon worden gekoppeld

● **Controleer of Bluetooth op de telefoon is ingeschakeld** en of de "G band" app de nieuwste versie is.

3. Abnormale ECG-meting

● **Zorg ervoor dat het horloge goed contact maakt met de huid van de pols** en houd de arm stil. Als de meting abnormaal is, kunt u de meting opnieuw uitvoeren.

Naudojimo instrukcija

Naudojimas

●Vibracijos indikacija: Paspauskite ir laikykite įjungimo mygtuką arba prijunkite pakrovėją, kad įjungtumėte įrenginį. Jis vibruos 250 ms, 1 kartą.

Susiejimas su telefonu

●Atsisiųskite ir įdiekite programėlę "G band" (prieinama iOS ir Android sistemoms).



●Įjunkite „Bluetooth“ telefone ir ieškokite laikrodžio programėlėje.

●Užbaikite susiejimą vadovaudamiesi telefono ekrane rodomais nurodymais.

Įkrovimas

●Laikrodžiui įkrauti naudokite tik originalų magnetinį įkrovimo laidą.

●Venkite naudoti neoriginalius pakrovėjus, kad išvengtumėte įrenginio pažeidimo.

Dėvėjimo būdas

●Dėvėkite laikrodį 2–3 cm virš riešo kaulo. Įsitikinkite, kad jutiklis glaudžiai liečiasi su oda, kad gautumėte tiksliausius stebėjimo duomenis.

Vibracijos pranešimų aprašymas

1. Skambučio priminimo nustatymai

●Programėlėje turi būti įjungta funkcija „Skambučio

priminimas“, kitaip apyrankė nevibruos.

●Programėlė šią funkciją įjungia pagal numatytuosius nustatymus.

2. Skambučio priminimo taisyklės

●Gavus skambutį, apyrankė nuolat vibruoja ciklais: 250 ms vibracija, 750 ms intervalas.

●Vibracija sustoja, kai atsakoma į skambutį, jis nutraukiamas arba naudotojas paspaudžia apyrankės mygtuką.

3. Sveikatos ir žinučių priminimo taisyklės

●Apyrankė vibruoja 4 kartus iš eilės, kad parodytų sveikatos įspėjimus arba pranešimus.

Funkcijų apžvalga

1. Kasdienė veikla

●Žingsnių skaičiavimas: Realioju laiku registruoja dienos žingsnius (įskaitant ėjimą, bėgimą, greitą ėjimą ir kt.).

2. Sveikatos stebėseną

●Miego stebėseną: Įrenginys automatiškai aptinka ir analizuoja miego kokybę bei trukmę, įskaitant ilgą miegą ir trumpus snaudulius.

●Širdies ritmo stebėseną: Teikia 24 valandų nenutrūkstamą širdies ritmo stebėseną ir palaiko nenormalaus širdies ritmo įspėjimus.

●Šią funkciją galite įjungti arba išjungti programėlėje.

●Matavimo intervalas: Kas 1 minutę miego metu / kas 10 minučių kasdieniu režimu. Duomenys įkeliami kas 30 minučių.

●Širdies ritmo kintamumas (HRV): Įvertina organizmo atsistatymo būklę ir atsparumą stresui analizuojant širdies ritmo kintamumą.

Streso stebėseną: Realioju laiku stebi naudotojo streso lygį.

●EKG stebėseną: Galima atlikti elektrokardiogramos aptikimą ir širdies ritmo analizę realioju laiku.

●Menstruacinio ciklo sekimas: Programėlėje nustatykite asmeninį ciklą, ir laikrodis siųs priminimus.

Dažnai užduodami klausimai (DUK)

1. Laikrodis neįsijungia

●Įsitikinkite, kad akumulatorius įkrautas, ir pabandykite įjungti laikrodį 5 sekundes paspausdami ir laikydami šoninį mygtuką.

2. Laikrodžio negalima susieti su telefonu

●Patvirtinkite, kad telefone įjungtas „Bluetooth“ ir kad „G band“ programėlė yra naujausios versijos.

3. Nenormalus EKG matavimas

●Įsitikinkite, kad laikrodis glaudžiai liečiasi su riešo oda, ir laikykite ranką nejudriai. Jei rodmenys nenormalūs, matavimą galite pakartoti.en.

Notandaleiðbeiningar

Notkun og titringsvísbending

●Virkjun: Haltu inni kveikjuhnappnum eða tengtu hleðslutækið til að virkja tækið. Tækið mun titra einu sinni í 250 ms.

Pörun við síma

●Sæktu og settu upp „G band“ forritið (fæst fyrir iOS og Android kerfi).



●Kveiktu á Bluetooth í símanum og leitaðu að úrinu í forritinu.

●Ljúktu pöruninni með því að fylgja leiðbeiningunum á skjá símans.

Hleðsluleiðbeiningar

●Vinsamlegast notaðu upprunalega segulómunhleðslukabelinn til að hlaða úrið.

●Forðastu notkun óupprunalegra hleðslutækja til að koma í veg fyrir skemmdir á tækinu.

Notkunarmáti

●Berðu úrið 2–3 cm ofan við úlnliðsbeinið. Gakktu úr skugga um að skynjarinn snerti húðina vel til að fá sem nákvæmastar mælingar.

Lýsing á titringsviðvörðunum

1. Stillingar fyrir símtalaviðvaranir

●Virkja þarf „Símtalaviðvörðun“ í forritinu; annars mun ambandið ekki titra við innhringingum.

●Forritið hefur þessa virkni sjálfkrafa virkjaða (sjálfgilt).

2. Reglur fyrir símtalaviðvaranir

●Þegar símtal berst, titrar ambandið stöðugt í lotum: 250 ms titringur, fylgt eftir með 750 ms hléi.

●Titringsurinn hættir þegar símtalinu er svarað, því lokað, eða þegar notandinn ýtir á hnapp á ambandinu.

3. Reglur fyrir heilsu- og skilaboðaviðvaranir

●Ambandið titrar 4 sinnum í röð til að tilkynna heilsuviðvörðun eða ný skilaboð.

Yfirlit yfir virkni

1. Dagleg virkni

●Skrefateljari: Skráir skref fjöldann í rauntíma alla daga (þar á meðal göngu, hlaup, skyndigöngu o.s.frv.).

2. Heilsufarsfylgd

●Svefnfylgd: Tækið greinir og greinir sjálfkrafa gæði og lengd svefns þíns, þar á meðal langan nætursvefn og stutt blundur.

●Púlsfylgd: Þýður upp á samfellda 24 klukkustunda púlsmælingu og styður viðvaranir við óeðlilegum hjartslætti.

●Hægt er að kveikja á eða slökva á þessari virkni í forritinu.

●Mælitíðni: Einu sinni á mínútu í svefni / einu sinni á 10 mínútum í daglegum ham. Gögn eru send upp hverja 30. mínútu.

●Súrefnismettun blóðs (SpO₂): Fylgist með súrefnismettun blóðs í rauntíma til heilsufars.

●Mælitíðnin er sú sama og við púlsmælingu.

●Gögn eru send upp hverja 30. mínútu.

●HRV (Breytileiki hjartsláttar): Metur endurheimt líkamans og þol gegn streitu með því að greina breytileika hjartsláttar.

●Streitufylgd: Fylgist með streitustigi notandans í rauntíma.

●EKG-hjartalínurit (Rafnhjartalína): Gerir kleift að taka

EKG-mælingar og greina hjartslátt í rauntíma.

●Tímabilafylgd: Þú getur sett upp þitt persónulega tíðahringrás í forritinu og úrið mun senda þér minningar.

Algengar spurningar (FAQ)

1. Úrið kveikir ekki

●Gakktu úr skugga um að rafhladan sé nægjanlega hlaðin og reyndu að kveikja á úrinu með því að halda inni hliðarhnappnum í 5 sekúndur.

2. Ekki tekst að para úrið við símann

●Staðfestu að Bluetooth sé kveikt á símanum og að „G band“ forritið sé uppfært í nýjustu útgáfu.

3. Óeðlileg EKG-mæling

●Gakktu úr skugga um að úrið sitji þétt upp að húð úlnliðarins og haltu handleggnum kyrrum á meðan mælt er. Ef niðurstaðan er óeðlileg má endurtaka mælinguna.

Information to User 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. Important Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment. 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. The uses of equipment generates and radiates radio frequency energy, 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. The device has been evaluated to meet general RF exposure requirement. The device can be used in portable exposure condition without restriction



Made in china