

H O U

Thank you.

HOU Smart Ring HOU 智能戒指



User Manual
用户手册



✉ Email: support@houhou.team 邮箱: support@houhou.team

⚠ If your issue is not resolved through the user manual, please contact customer service for assistance.
如果您的问题通过用户手册没有得到解决，请联系售后客服寻求帮助。

Catalogs

English - - - - - 01-06

中文 - - - - - 07-12

한국어 - - - - - 13-18

日本語 - - - - - 19-24

Deutsch - - - - - 25-30

Dear HOU Experience Ambassador

Although we haven't had the chance to meet in person, we are truly grateful for the connection we've made through your choice of our product. Your trust means a great deal to us, and we'd like to take this opportunity to share the story behind HOU and the creation of this smart ring.

The name HOU draws inspiration from the powerful call of the howler monkey—the loudest land animal. We strive to create products that "make a remarkable impact," standing out in a market where many products feel the same. Our goal is to lead through innovation while staying true to our core values: "Good-Looking, Practical, and Durable."

This smart ring embodies our vision of "Invisible Technology, Wellness Within." After 28 months of intensive R&D, we overcame significant industry challenges to integrate health features typically found in smartwatches—such as heart rate monitoring, AI health analysis, and insight tracking—into a single ring using multiple ultra-miniature, high-precision sensors. It represents a leap forward in wearable technology.

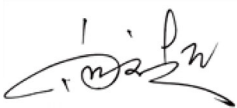
To deliver an almost unnoticeable wearing experience, we redefined the ring's form: its narrow edge measures just 6.7mm, and it's only 2.8mm thick. This achievement marks not only a technical breakthrough but also a triumph of design and craftsmanship. For the first time, we used microcrystalline ceramic—a material known for its challenging production process—offering a smooth feel, high hardness, and resistance to scratches. After 37 precise manufacturing steps, the ring boasts a refined luster and skin-friendly texture, designed to blend seamlessly into your daily life. Its beauty is for all to see; its insights are for you alone.

We hope this smart ring becomes a trusted companion in your life. Thank you once again for believing in our vision and supporting our innovation. Your recognition reinforces our commitment to pushing boundaries. Every innovation, big or small, comes from overcoming complex challenges—a process that is often demanding and time-intensive. Though this path is less traveled, we believe the world needs those who strive to move industries forward. We are honored to have you on this journey with us.

If you enjoy using the ring, we'd be delighted if you shared it with others. We also welcome your feedback and ideas. Thank you for your understanding as we continue to refine and improve.

All members of the HOU team would like to express our most sincere gratitude to you!

Founder/CEO of HOU



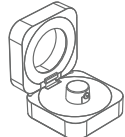
Product Information

Product Name:	Smart Ring
Model:	HSR-01
Bluetooth Version:	5.0
Ring Battery Capacity:	15-18mAh
Capacity:	200mAh
Ring Thickness:	2.8mm
Ring Battery Life:	≥ 5 days
Ring Charging Method:	Magnetic charging
Material:	Microcrystalline ceramic
Water Resistance:	5ATM

Package Contents



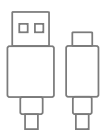
Smart Ring ×1



Charging Case ×1

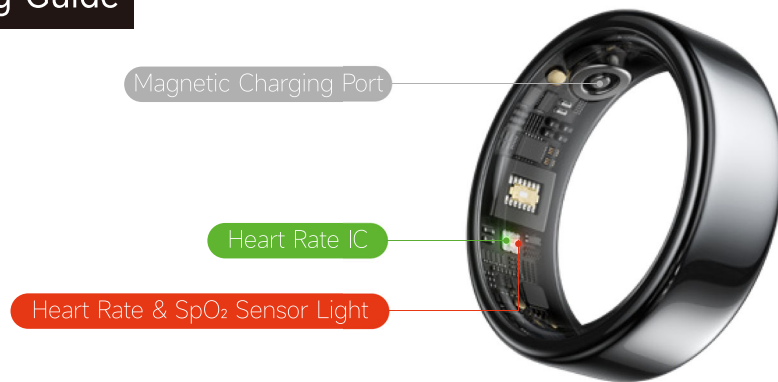


User Manual ×1



Charging Cable ×1

Ring Guide



Operating Instructions

1.Wearing the Ring

Wear the smart ring on a finger that fits comfortably. It is recommended to wear it on the index, middle, or ring finger.

Ensure the sensor area of the ring is in close contact with the inner side of your finger for accurate data collection.

2.App Download

- ① Search & Download: On Android/iOS, search "Da Rings" in the app store.
- ② Scan QR Code: Use your phone to scan the QR code on the right to download the app.
- ③ Note: The app requires Android 6.0 or later and iOS 9.0 or later for download and use.



3.Ring & App Pairing

- ① Login: Turn on your phone's Bluetooth and internet. Authorize the app when prompted, and add it to the system whitelist for optimal performance.
- ② Pairing: Open the app → go to Device → Add Device → Link, select whether you wear the ring on the left or right hand, then confirm to complete synchronization.
- ③ Unpairing: Open the app → go to Device → Remove Device.

4.Ring Charging & Power On/Off

① Charging the Ring:

- Place the ring into the charging case, align the magnetic points, and close the lid to start charging.
- While charging: the red light blinks. When fully charged: the green light blinks.

② Power On/Off:

- The ring powers on automatically when it has battery, and powers off automatically when the battery is depleted.
- You can also turn it off manually via App → Device → Other Settings → Ring Power Off.

5.Charging Case

① While charging: the red light blinks; when fully charged, the indicator light turns off.

② To check remaining battery: open the case, the white light will turn on; its position indicates the remaining power level.

③ The bottom has an anti-slip pad. Remove the transparent protective film before use for better stability.

Core Functions

1.Health Monitoring

- Automatic: Measures heart rate and blood oxygen every 30 minutes; tracks deep sleep, light sleep, and awake periods during sleep. View scores and details on the "Sleep" page in the app.
- Manual: On the app's corresponding card (e.g., "Heart Rate"), tap "Measure" and wait for the ring to display the result.

2.Activity Tracking

- Automatically records steps and calories. View daily/weekly data and goal completion on the "Activity" page in the app.

3.Practical Features

- Menstrual Cycle: On the "Cycle" page, enter cycle length, interval, and last start date to receive predictions and reminders. (For reference only due to individual differences.)
- Meditation & Sleep Aid: On the "Meditation" page, select "Stress Relief" or "Sleep Aid." Follow the guide and switch background sound (e.g., campfire, stream).

Da Rings Settings

(when the ring and app are properly connected)

1. Battery Status: On the “Device” page in the app, view the battery percentage.
2. Goal Settings: On the “Device” page, tap “Goal Settings” to set target steps, calories, exercise time, and daily goals.
3. Profile Settings: On the “Device” page, tap “Profile Settings” to set gender, height, weight, birthday, and stride length. (The app estimates and recommends stride length based on height.)
4. Other Settings: On the “Device” page, tap “Other Settings” to configure unit format, temperature unit, and measurement intervals for daytime heart rate/HRV. You can enable or disable low-battery alerts, all-day stress, exercise heart-rate warnings, sleep-time blood oxygen, ring power-off, and menstrual cycle display.
5. Gesture-Controlled Camera: On the Device page in the Da Rings app, tap “Gesture Control Camera” and follow the instructions to take photos using gestures.
6. Firmware Update: On the “Device” page, tap “Firmware Update” to check firmware information, restore factory settings, or update firmware.
7. Apple Health: On the Device page in the Da Rings app, tap “Apple Health” to access and sync your health data with the Health app on iPhone.
8. Strava: On the Device details page in the Da Rings app, tap “Strava” to connect to Strava.
9. About Us: On the “Device” page, tap “About Us” to view basic app information, including the user agreement and privacy policy.
10. Customer Service Center: When the ring and the app are properly connected, tap “Customer Service Center” on the “Device” page to view FAQs and answers.

Precautions

I. Wearing and Measurement

1. When the ring has power, the green light flashes every 5 minutes to confirm wearing status.
2. Excessive finger hair or low temperature may affect measurement accuracy.
3. Choose the proper ring size for daily use to avoid being too loose or too tight.
4. Keep the wearing area dry, and keep the sensor and heart rate/SpO₂ light area clean to prevent abnormal data caused by dirt.
5. If redness, swelling, or discomfort occurs while wearing, stop using immediately and consult a doctor.

II. Use and Charging

1. When charging the ring and charging case with the cable, charging stops automatically when full. Please remove the ring and disconnect the adapter.
2. Charge in a dry environment. Do not touch the charging cable or port with wet hands.
3. Keep the charging port clean and avoid contact with water or other liquids.
4. Since the charger contains magnets, it may inevitably attract metal objects or other debris. Please clean it regularly before use. Do not expose the charger to high temperatures for long periods, as this may cause demagnetization or other malfunctions.

III. Battery and Safety

1. Do not disassemble, modify, or insert objects into the battery.
2. Do not immerse the battery in water or other liquids for a long time to avoid leakage, overheating, fire, or explosion.
3. Avoid dropping, squeezing, or puncturing the battery to prevent short circuit or fire.

Please read and follow the precautions before using the device to avoid dangers and illegal use.

亲爱的 吼猴HOU 体验官：

虽未能与您谋面，有幸通过您的选择，用产品与您产生共鸣、建立链接，这对我们来说意义非凡！感谢您对我们的信任，如有幸，我想向您介绍一下 吼猴HOU 的初衷与这款**智能戒指**的由来：

HOU 灵感来源于陆地叫声巨大的动物“吼猴”的“吼”(HOU)叫声。我们期望HOU能创造“**一鸣惊人**”的好产品，在产品同质化严重的当下，能成为行业的创新引领者，同时我们始终秉持“**好看·好用·耐用**”核心价值观为用户带来更好的产品体验。

这枚智能戒指，是我们对“**科技无形，健康随行**”的思考与实践，历时**28个月**深度研发，我们攻克了诸多行业难题！我们成功将原来智能手表才能拥有的健康模块(包括心率、AI健康、洞察监测等功能)，通过多种**超微型高精度传感器**，完整融入**一枚戒指**之中，它是整个科技不断进步的结晶！

为了近乎无物的佩戴感，我们重塑形态：戒指窄边仅**6.7mm！薄至2.8mm！**这不仅是参数的突破，更是工艺与设计的双重挑战。我们首次采用高制作工艺难度的**微晶陶瓷材质**，它手感**温润舒适、硬度高、耐磨抗刮**，经过**37道**精密工序打磨，呈现出圆润光泽与亲肤质感，这一切，只为让它完美融入你的生活日常——**它的美，众人可见；它的洞察，独为您所有！**

愿这枚智能戒指，成为您生活中的好搭档，再次衷心感谢您对我们创新设计的信任与支持，正是因为这样的认可，让我们更加坚信这份坚持的价值与意义。每一次不论大小的创新，背后都是对行业难题的突破，过程艰难、耗时耗力。或许这条路少有人走，但在未知的未来里，世界需要有这样一类人为每个行业的进步付出努力！非常荣幸，在我们前行的路上能被您看见、参与体验。

如果您觉得好用且喜欢欢迎分享给更多朋友；或者您有好的想法与建议可联系我们。同时感谢您对产品创新过程中存在的不足给予理解与包容！期望未来能与您一起优化、共创用户喜爱的好产品！

HOU全体伙伴向您表示最诚挚的感谢！

吼猴创始人/CEO



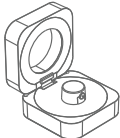
产品参数

产品名称	智能戒指
产品型号	HSR-01
蓝牙版本	5.0
戒指电池容量	15-18mAh
充电仓电池容量	200mAh
戒指厚度	2.8mm
戒指续航时间	≥5天
戒指充电方式	磁吸充电
戒指主要材质	微晶陶瓷
防水等级	5ATM

配件清单



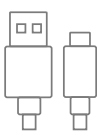
智能戒指 x1



充电仓 x1



说明书 x1



充电线 x1

戒指指南



操作步骤

1.佩戴方式:

将智能戒指佩戴在适合自己的手指上，建议佩戴在食指、中指、无名指上，戒指的传感器部分与手指内侧紧密贴合，以保证数据的准确性。

2.APP下载:

- ①搜索下载：安卓/iOS在应用商店搜“Da Rings”；
- ②扫码下载：使用手机扫描右边二维码下载。



3.戒指&APP绑定:

- ①登录APP：打开手机蓝牙+网络，首次同意授权，建议将APP加入系统白名单。
- ②配对：打开APP 进入“设备”→“添加设备”→“点击链接”，选择习惯佩戴的左/右手点击确定同步完成。
- ③解绑：打开APP 进入“设备”→ 点击“移除设备”。
- ④请先下载最新版本APP，APP使用平台安卓手机系统6.0以上，苹果手机系统9.0以上

4.戒指充电&开关机:

- ①戒指充电：
 - 把戒指放进充电仓，使充电磁吸点对齐，合上盖子即可充电。
 - 充电时戒指红灯闪烁，充满后戒指绿灯闪烁。
- ②开机/关机：
 - 戒指有电时自动开机，没电时自动关机。
 - 也可打开APP 进入“设备”→“其他设置”里，选择“戒指关机”。

5.充电仓:

- ①充电时：红灯闪烁，充满后指示灯熄灭。
- ②电量查看：打开充电仓，白灯亮起，白灯停留的位置表示剩余电量。
- ③底部有防滑垫，可撕掉透明保护膜，使用更稳固。

核心功能

1.健康监测:

自动：每30分钟测心率、血氧；睡眠时记深睡/浅睡/清醒，APP「睡眠」页看评分和详情。
手动：APP对应卡片如“心率”点“测量”，等戒指测出结果。

2.活动记录:

自动记步数、卡路里，APP“活动”页看日/周数据和目标达成。

3.实用功能:

生理周期：APP“生理周期”页填天数/间隔/上次开始日，可预测提醒（由个体差异，数据仅供参考）。冥想助眠：APP“冥想”页选“减压/助眠”，跟随指引可换背景音（篝火/溪流等）。

设置——在戒指和APP正常连接时操作

1. 电量查看：在APP的“设备”页面中可以查看电量百分比。
2. 目标设置：在APP的“设备”页面中点击进入“目标设置”，可设置目标步数，卡路里锻炼时间以及日目标等。
3. 信息设置：在APP的“设备”页面中点击进入“信息设置”，可设置性别，身高，体重，生日和步长等（APP会根据身高估算推荐步长）。
4. 其他设置：在APP的“设备”页面中点击“其他设置”，可设置单位格式，温度单位，白天心率/HRV测量间隔；可以选择打开和关闭电池电量过低提示，全天压力，运动心率预警，睡眠时血氧，戒指关机以及生理期显示等。
5. 手势控制拍照：在戒指APP的“设备”页面中点击“手势控制拍照”，根据手势说明可在戒指APP端使用手势控制拍照。
6. 固件升级：在APP的“设备”页面中点击“固件升级”，可查看固件信息，恢复出厂以及固件升级。
7. 苹果健康：在戒指APP的“设备”页面中点击“苹果健康”（苹果手机中的“健康”APP），可访问并更新您的健康数据。
8. Strava：在戒指APP设备详情页，点击Strava可连接Strava。
9. 关于我们：关于APP的一些基本信息，在APP设备页面中点击→关于我们→可查看用户协议，隐私政策。
10. 客服中心：戒指和APP正常连接时，在APP的设备页面中点击客服中心，可查看常见的使用问题及解答。

注意事项

一、佩戴与测量

- 1.戒指有电时，每5分钟会亮一次绿灯，确认戒指的佩戴状态。
- 2.手指毛发过多、温度过低，可能影响测量准确性。
- 3.日常使用中请选用合适尺寸的戒指，避免过松或过紧。
- 4.佩戴位置保持干爽，传感器和心率血氧灯部位请保持清洁；避免因污渍导致数据异常。
- 5.如佩戴过程中出现红肿等症状时，请立即停止使用并咨询医生。

二、使用与充电

- 1.用数据线为戒指和充电仓充电时，充满后自动停止充电，请取下戒指并拔掉适配器。
- 2.请在干燥环境中充电，请勿用湿手触摸充电线或充电口。
- 3.保持充电口清洁，避免接触水或其他液体。
- 4.由于充电器内部含有磁铁，不可避免的造成吸附金属异物及其他异物，在使用时请注意清理干净，禁止充电器长时间接触高温，导致充电器退磁及其他异常。

三、电池与安全

- 1.禁止拆卸、改装电池或插入异物。
- 2.请勿将电池长时间浸入水或其他液体中，以防漏液，过热起火或爆炸。
- 3.避免跌落、挤压或刺穿电池，以防短路或起火。在使用和操作设备前，请阅读并遵守注意事项，避免出现危险及非法情况。

친애하는 HOU 고객님께:

안녕하세요. 비록 서로 만나지는 못했지만, 제품을 연결다리로 삼아 오늘의 소중한 만남의 기회를 갖게 되었습니다. 이 순간은 고객님의 인생 수많은 선택 중 하나일 수 있지만, 저희에게는 매우 뜻깊은 의미를 지닙니다. 저희를 믿어 주셔서 감사드립니다.

만약 기회가 된다면 HOU의 초심과 스마트링의 개발 스토리에 대해 소개드리고자 합니다. HOU 브랜드는 육지에서 가장 큰 울음소리를 내는 동물 중 하나인 'howler monkey'의 '호우'(HOU) 울음소리에서 유래하였습니다. 우리는 HOU 브랜드가 만든 제품이 '세상 사람들에게 놀라움을 선사해주는 울림'으로 될 수 있기를 바랍니다. 동시에 항상 제품의 동질화가 나날이 심각해지는 현 시점에서 HOU는 업계의 혁신적인 리더가 되어 지속적으로 유저분들에게 더욱 놀라운 제품을 선사할 수 있도록 노력할 것입니다. 동시에 항상 3가지 핵심 포인트(좋은 디자인, 좋은 실용성, 좋은 내구성)을 바탕으로 유저분들에게 더 환상적인 경험을 제공합니다.

이 스마트 링은 '기술은 보이지 않게, 건강은 항상 함께'에 대한 생각과 실천의 결과물입니다. 28개월간의 집중 연구 개발을 거쳐 수많은 기술적 난관을 돌파해 왔습니다. 기존에는 스마트워치에서만 가능했던 건강 모니터링 기능(심박수, AI 건강 분석, 인사이트 모니터링 등)을 다양한 초소형 고정밀 센서를 통해 한 링 속에 완벽하게 옮겨 놓는 데 성공했습니다. 이는 끊임없이 발전하는 기술의 결실이자 자랑스러운 성과입니다.

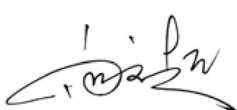
저희는 거의 느껴지지 않을 정도의 착용감을 위해 형태를 다시 짰습니다. 껍질 두께 6.7mm, 전체 두께 2.8mm라는 초경량·초슬림 디자인을 완성했습니다. 이는 단순한 수치의 극복이 아닌, 공정과 디자인 양측에 걸친 도전을 극복한 결과물입니다. 처음으로 높은 제작 난이도의 마이크로 세라믹 소재를 적용했습니다. 부드럽고 따뜻한 촉감과 높은 경도, 내마모성과 내스크래치성을 갖춘 이 소재는 37개의 정밀한 공정을 거쳐 완성되어 은은한 광택과 피부 친화적인 질감을 보여줍니다. 그 아름다움은 누구나 눈치챌 수 있지만, 그 속의 건강 인사이트는 오직 당신만을 위한 것입니다.

이 스마트 링이 고객님의 일상의 좋은 파트너가 되기를 바랍니다. 혁신적인 디자인에 대한 고객님의 믿음과 지원에 진심으로 감사드리며, 이러한 믿음과 지원이 저희가 혁신의 길을 걷는 데 있어서의 그 가치와 의미를 부여해주었습니다. 매번 크든 작든 혁신 뒤에는 업계 내의 새로운 난제 돌파, 그 과정은 어려운 일이자 시간과 노력을 요구하는 도전입니다. 아마 대부분의 사람들이 이런 길을 선택하지 않을 수도 있지만, 미래는 바로 모든 업종의 발전을 위해 노력하는 사람들이 필요합니다.

만약 제품이 마음에 들고 유용하다면 다른 유저들에게도 피드백을 부탁드립니다. 또는 좋은 아이디어나 제안이 있으시면 언제든지 연락 주시기 바랍니다. 앞으로도 고객님에 의한, 고객님을 위한 좋은 제품을 최적화하고 함께 만들어갈 수 있기를 바랍니다!

HOU 팀은 진심으로 감사드립니다.

HOU 창립자/CEO



제품 사양

제품명	스마트 링
모델	HSR-01
블루투스 버전	5.0
링 배터리 용량	15-18mAh
충전 케이스 배터리 용량	200mAh
링 두께	2.8mm
링 사용 시간	≥ 5일
링 충전 방식	자석 충전
링 주요 소재	미세 결정 세라믹
방수 등급	5ATM

구성품



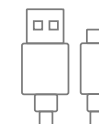
스마트 링 ×1



충전 케이스 ×1



사용자 매뉴얼 ×1



충전 케이블 ×1

링 가이드



사용 단계

1.착용 방법

스마트 반지를 알맞은 손가락에 착용하세요. 검지, 중지, 약지 착용을 권장합니다. 반지의 센서 부분이 손가락 안쪽에 밀착하여 데이터가 정확하게 측정되도록 하십시오.

2.APP 다운로드

- ① 검색 다운로드: 안드로이드/iOS 앱스토어에서 “Da Rings” 검색 후 다운로드.
- ② QR 스캔: 휴대폰으로 우측 QR 코드를 스캔해 다운로드.
- ③ 참고: 앱의 다운로드 및 사용을 위해서는 안드로이드 6.0 이상, iOS 9.0 이상이 필요합니다.



3.반지 & APP 연동

- ① APP 로그인: 휴대폰 블루투스 및 네트워크를 켜고, 첫 실행 시 권한 승인. 앱을 시스템 화이트리스트에 추가하는 것을 권장합니다.
- ② 페어링: 앱 실행 → “디바이스” → “디바이스 추가” → “링크 클릭” → 오른손/왼손 선택 후 확인하면 동기화 완료.
- ③ 연동 해제: 앱 실행 → “디바이스” → “디바이스 제거” 클릭.

4.반지 충전 & 전원 켜기/끄기

① 충전 방법:

- 충전 케이스에 반지를 넣고, 자석 충전 단자가 맞닿도록 정렬 후 뚜껑을 닫으세요.
- 충전 중에는 빨간 불이 깜박이고, 충전 완료 시 초록 불이 깜박입니다.

② 전원 켜기/끄기:

- 배터리가 있으면 자동으로 켜지고, 배터리가 다하면 자동으로 꺼집니다.
- 또한 앱 실행 → “디바이스” → “기타 설정”에서 “반지 전원 끄기” 선택 가능.

5.충전 케이스

- ① 충전 중: 빨간 불 깜박임 → 충전 완료 시 표시등 꺼짐.
- ② 배터리 확인: 충전 케이스 열면 하얀 불이 켜짐. 불의 위치로 남은 배터리 확인 가능.
- ③ 바닥에 미끄럼 방지 패드가 있으며, 투명 보호 필름을 제거하면 더 안정적으로 사용 가능합니다.

핵심 기능

1.건강 모니터링

- 자동: 30분마다 심박수와 혈중 산소 측정. 수면 중 깊은 수면/얕은 수면/깨어 있음 기록. 앱 「수면」 페이지에서 점수와 세부 정보 확인 가능.
- 수동: 앱의 해당 카드(예: 「심박수」)에서 **「측정」**을 누르면 반지가 결과를 표시합니다.

2.활동 기록

- 걸음 수와 칼로리를 자동 기록. 앱 「활동」 페이지에서 일별/주별 데이터와 목표 달성 여부 확인 가능.

3.실용 기능

- 생리 주기: 앱 「생리주기」 페이지에서 주기 일수, 간격, 마지막 시작일을 입력하면 예측 및 알림 제공. (개인 차이 있으므로 참고용)
- 명상 & 숙면: 앱 「명상」 페이지에서 「스트레스 완화」 또는 「숙면」 선택. 가이드를 따라가며 배경음을 전환(모닥불, 시냇물 등).

Da Rings 설정

(반지와 Da Rings 앱이 정상적으로 연결된 상태에서 조작 가능)

1. 배터리 확인: 앱 「디바이스」 페이지에서 배터리 잔량(%) 확인.
2. 목표 설정: 앱 「디바이스」 페이지에서 **「목표 설정」**을 눌러 걸음 수, 칼로리, 운동 시간 및 일일 목표 설정 가능.
3. 정보 설정: 앱 「디바이스」 페이지에서 **「정보 설정」**을 눌러 성별, 키, 몸무게, 생일 및 보폭 설정 가능. (앱은 키를 기준으로 보폭을 추천).
4. 기타 설정: 앱 「디바이스」 페이지에서 **「기타 설정」**을 눌러 단위 형식, 온도 단위, 주간 심박수/HRV 측정 간격을 설정. 배터리 부족 알림, 종일 스트레스, 운동 심박 알림, 수면 중 혈중 산소, 반지 전원 끄기, 생리 주기 표시 등을 켜거나 끌 수 있음.
5. 제스처 촬영: Da Rings 앱의 「디바이스」 페이지에서 **「제스처 촬영」**을 눌러 지침에 따라 앱에서 제스처로 사진 촬영 가능.
6. 펌웨어 업데이트: 앱 「디바이스」 페이지에서 **「펌웨어 업데이트」**를 눌러 펌웨어 정보 확인, 공장 초기화, 펌웨어 업데이트 가능.
7. Apple Health: Da Rings 앱의 「디바이스」 페이지에서 **「Apple Health」**를 눌러 아이폰의 헬스 앱과 건강 데이터 접근/업데이트 가능.
8. Strava: Da Rings 앱의 디바이스 상세 페이지에서 Strava를 눌러 연결 가능.
9. 회사 소개: 앱 「디바이스」 페이지에서 **「회사 소개」**를 눌러 앱 기본 정보, 사용자 약관, 개인정보 처리방침 확인 가능.
10. 고객센터: 반지와 앱이 정상적으로 연결된 경우, 앱 「디바이스」 페이지에서 **「고객센터」**를 눌러 FAQ 및 답변 확인 가능.

주의사항

I. 착용 및 측정

1. 반지에 전원이 있을 경우, 5분마다 녹색 불이 켜져 착용 상태를 확인할 수 있습니다.
2. 손가락에 털이 많거나 온도가 낮으면 측정 정확도에 영향을 줄 수 있습니다.
3. 일상 사용 시 알맞은 크기의 반지를 착용하여 너무 헐겁거나 조이지 않도록 하십시오. 착용 부위를 건조하게 유지하고, 센서 및 심박/혈중 산소 센서 부분을 청결히 하여 이물질로 인한 데이터 이상을 방지하십시오.
4. 착용 중 발적, 부기 등의 증상이 나타나면 즉시 사용을 중지하고 의사와 상담하십시오.

II. 사용 및 충전

1. 데이터 케이블로 반지와 충전 케이스를 충전할 때, 충전이 완료되면 자동으로 정지됩니다. 이때 반지를 분리하고 어댑터를 뺍으십시오.
2. 건조한 환경에서 충전하십시오. 젖은 손으로 충전선이나 충전 포트를 만지지 마십시오.
3. 충전 포트를 청결히 유지하고 물이나 기타 액체와 접촉하지 않도록 하십시오.
4. 충전기 내부에 자석이 포함되어 있어 금속 물체나 이물질이 붙을 수 있습니다. 사용 시 반드시 깨끗이 청소해 주십시오. 충전기를 고온에 장시간 노출하지 마십시오. 탈자 또는 기타 이상이 발생할 수 있습니다.

III. 배터리 및 안전

1. 배터리를 분해, 개조하거나 이물질을 삽입하지 마십시오.
2. 배터리를 장시간 물이나 다른 액체에 담그지 마십시오. 누액, 과열, 화재 또는 폭발의 위험이 있습니다.
3. 배터리를 떨어뜨리거나, 눌러거나, 찌르지 마십시오. 단락 또는 화재가 발생할 수 있습니다.

제품을 사용·조작하기 전에 반드시 본 주의사항을 읽고 준수하여 위험 및 불법 사용을 방지하십시오.

親愛なる HOU 体験官 様

この度はHOU製品をお選びいただき、誠にありがとうございます。直接お会いすることは叶いませんでしたが、製品を通じてご縁をいただきましたことを大変嬉しく思い、心より感謝申し上げます。ここで、HOUの想いとスマートリング誕生までの背景をご紹介させていただきます。

「HOU」という名前は、陸上で最も大きな鳴き声を持つホエザルに由来します。私たちはHOUが「一鳴驚人」——多くの人を驚かせる存在となり、同質化が進む市場において革新を生み出すブランドであり続けたいと願っています。そのために「美しいデザイン・優れた実用性・高い耐久性」という価値を大切に、より良い体験をお届けすることを目指しています。

このスマートリングは「目に見えないテクノロジーが、いつも健康を支える」という理念を形にしたものです。28か月の研究開発を経て、心拍測定・AI健康分析・インサイトモニタリングなど、従来はスマートウォッチでしか実現できなかった機能を多数の超小型高精度センサーに集約し、一つのリングに収めることに成功しました。

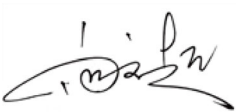
着けていることを忘れるほどの装着感を追求し、リングの形状を再設計しました。側面はわずか6.7mm、厚さは2.8mmという極薄仕様です。これは単なる数値上の成果ではなく、製造技術とデザイン双方の挑戦の結晶です。さらに、高度な加工が必要なマイクロクリスタルセラミックを採用し、滑らかで温かみのある質感と高い耐久性を実現しました。37もの精密工程を経て生まれたやわらかな光沢と肌に馴染む質感は、日常生活に自然に調和します。その美しさは誰もが目にできますが、その洞察はあなただけのものです。

このリングがあなたの生活に寄り添う良きパートナーとなりますように。革新への信頼とご支援に、改めて深く感謝申し上げます。挑戦の一步一步が業界の課題克服に繋がり、その道は決して平坦ではありません。しかし未来には、産業の発展に力を尽くす人々が必要です。私たちは、こうした歩みに共に立ち会っていただけることを誇りに思います。

ぜひお気に召しましたら周囲の方々にもご紹介ください。またご意見やご提案がございましたら、ぜひお聞かせください。今後も皆様と共により良い製品をつくり、愛される存在に育てていけることを楽しみにしています。

HOU チーム一同、心からの感謝を込めて

HOU創業者/CEO



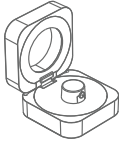
製品仕様

製品名	スマートリングt
型番	HSR-01
Bluetooth バージョン	5.0
リング電池容量	15-18mAh
充電ケース電池容量	200mAh
リングの厚さ	2.8mm
リングの使用可能時間	≧5日
リングの充電方式	磁気充電
リング主要素材	微結晶セラミック
防水等級	5ATM

同梱物



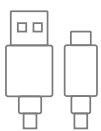
スマートリング ×1



充電ケース ×1



ユーザーマニュアル ×1



充電ケーブル ×1

リングガイド



操作手順

1.装着方法

スマートリングを自分の指に合う位置に装着してください。人差し指・中指・薬指での装着を推奨します。

リングのセンサー部分を指の内側に密着させることで、正確なデータが得られます。

2.アプリのダウンロード

- ① 検索ダウンロード: Android/iOS アプリストアで「Da Rings」を検索。
- ② QRコードダウンロード: スマートフォンで右側のQRコードをスキャンしダウンロード。
- ③ 注: アプリのダウンロードおよび使用には、Android 6.0以上またはiOS 9.0以上が必要です。



3.リング & アプリのペアリング

- ① アプリログイン: スマホのBluetoothとネットワークをオンにし、初回は権限を許可。アプリをシステムホワイトリストに追加することを推奨。
- ② ペアリング: アプリ起動 → 「デバイス」 → 「デバイス追加」 → 「リンクをクリック」 → 装着する手(左/右)を選択 → 確認すると同期完了。
- ③ ペアリング解除: アプリ起動 → 「デバイス」 → 「デバイス削除」をクリック。

4.リングの充電 & 電源オン/オフ

- ① 充電方法:
 - ・リングを充電ケースに入れ、磁気充電ポイントを合わせてフタを閉めます。
 - ・充電中は赤ランプが点滅し、満充電になると緑ランプが点滅。
- ② 電源オン/オフ:
 - ・バッテリーがあると自動的に起動し、バッテリーがなくなると自動で電源オフ。
 - ・また、アプリ → 「デバイス」 → 「その他の設定」 → 「リング電源オフ」で手動操作も可能。

5.充電ケース

- ① 充電中: 赤ランプ点滅 → 満充電で消灯。
- ② 電池残量確認: 充電ケースを開くと白ランプ点灯 → 点灯位置で残量を表示。
- ③ 底部にすべり止めパッドあり。透明保護フィルムを剥がせばさらに安定して使用可能。

主な機能

1.健康モニタリング

- ・自動: 30分ごとに心拍数と血中酸素を測定。睡眠中は深い眠り/浅い眠り/覚醒を記録。アプリの「睡眠」ページでスコアや詳細を確認可能。
- ・手動: アプリの対応カード(例: 「心拍数」)で「測定」をタップし、リングの結果を待ちます。

2.アクティビティ記録

- ・歩数と消費カロリーを自動記録。アプリの「アクティビティ」ページで日/週のデータや目標達成状況を確認可能。

3.便利機能

- ・生理周期: アプリの「生理周期」ページで周期日数、間隔、前回開始日を入力すると、予測と通知を受けられます。(個人差があるため参考値)
- ・瞑想 & 睡眠サポート: アプリの「瞑想」ページで「ストレス軽減」または「睡眠サポート」を選択。ガイドに従い、背景音(焚火、川のせせらぎなど)を切り替え可能。

Da Rings 設定

(リングと Da Rings アプリが正常に接続されている場合の操作)

1. バッテリー確認: アプリの「デバイス」ページでバッテリー残量(%)を確認。
2. 目標設定: アプリの「デバイス」ページで「目標設定」をタップし、歩数、消費カロリー、運動時間、日目標を設定。
3. 情報設定: アプリの「デバイス」ページで「情報設定」をタップし、性別、身長、体重、生年月日、歩幅を入力。(アプリは身長をもとに歩幅を推奨)。
4. その他の設定: アプリの「デバイス」ページで「その他の設定」をタップし、単位形式、温度単位、日中の心拍数/HRVの測定間隔を設定可能。低電量通知、終日ストレス、運動心拍数警告、睡眠時の血中酸素測定、リング電源オフ、生理周期表示などをオン/オフ切替可。
5. ジェスチャー撮影: Da Rings アプリの「デバイス」ページで「ジェスチャー撮影」をタップし、案内に従ってジェスチャーで写真撮影可能。
6. ファームウェア更新: アプリの「デバイス」ページで「ファームウェア更新」をタップし、ファームウェア情報の確認、初期化、更新が可能。
7. Apple Health: Da Rings アプリの「デバイス」ページで「Apple Health」をタップし、iPhoneのヘルスケアアプリと健康データを同期。
8. Strava: Da Rings アプリのデバイス詳細ページで「Strava」をタップし、接続可能。
9. 会社情報: アプリの「デバイス」ページで「会社情報」をタップし、アプリの基本情報、利用規約、プライバシーポリシーを確認可能。
10. カスタマーサービスセンター: リングとアプリが正常に接続されている場合、アプリの「デバイス」ページで「カスタマーサービスセンター」をタップし、よくある質問と回答を確認可能。

注意事項

I. 装着と測定 一、安装和測量

1. リングに電源がある場合、5分ごとに緑色のランプが点灯し、装着状態を確認できます。
2. 指の毛が多い場合や温度が低い場合、測定精度に影響する可能性があります。
3. 日常使用では適切なサイズのリングを選び、ゆるすぎたりきつすぎたりしないようにしてください。
4. 装着部分を乾燥状態に保ち、センサーおよび心拍/血中酸素ランプ部を清潔にして、汚れによるデータ異常を防止してください。
5. 装着中に赤みや腫れなどの症状が現れた場合は、直ちに使用を中止し、医師に相談してください。

II. 使用と充電

1. データケーブルでリングと充電ケースを充電する際、満充電になると自動的に停止します。その後、リングを外し、アダプターを抜いてください。
2. 乾燥した環境で充電してください。濡れた手でケーブルや充電ポートに触れないでください。
3. 充電ポートを清潔に保ち、水やその他の液体との接触を避けてください。
4. 充電器には磁石が内蔵されているため、金属片や異物が付着することがあります。使用前に必ずきれいに清掃してください。充電器を長時間高温にさらさないでください。磁力低下やその他の異常の原因となります。

III. バッテリーと安全

1. バッテリーを分解・改造したり、異物を挿入しないでください。
2. バッテリーを長時間水やその他の液体に浸さないでください。漏液、過熱、火災、爆発の危険があります。
3. バッテリーを落下、圧迫、または穿刺しないでください。ショートや火災の原因となります。

使用・操作前に必ず本注意事項をお読みいただき、危険や不正使用を防止してください。

Lieber HOU-Erfahrungsbotschafter,

obwohl wir uns bisher nicht persönlich begegnet sind, sind wir Ihnen sehr dankbar für das Vertrauen, das Sie uns mit der Wahl unseres Produkts schenken. Es bedeutet uns viel! Gern möchten wir Ihnen die Idee hinter HOU und die Entstehung dieses Smart Rings näherbringen.

Der Name HOU ist vom Ruf des Brüllaffen inspiriert – dem lautesten Landtier. Wir möchten Produkte schaffen, die „einen bleibenden Eindruck hinterlassen“ und in einem stark vereinheitlichten Markt durch Innovation hervorstechen. Dabei bleiben wir stets unseren Kernwerten „Schön, Praktisch, Langlebig“ treu, um Ihnen ein herausragendes Nutzungserlebnis zu ermöglichen.

Dieser Smart Ring verkörpert unsere Philosophie „Unsichtbare Technik, Gesundheit stets zur Hand“. Nach 28 Monaten intensiver Forschung ist es uns gelungen, Funktionen wie Herzfrequenzmessung, KI-gestützte Gesundheitsanalyse und Insight-Monitoring, die bisher nur Smartwatches vorbehalten waren, mithilfe hochpräziser Miniatursensoren vollständig in einem Ring zu vereinen. Ein Meilenstein technologischen Fortschritts!

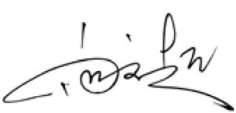
Für ein beinahe nicht spürbares Tragegefühl haben wir seine Form neu gestaltet: Der schmale Rand misst nur 6,7 mm, die Dicke beträgt lediglich 2,8 mm. Dies ist nicht nur eine technische, sondern auch eine handwerkliche und gestalterische Meisterleistung. Zum ersten Mal setzen wir Mikrokristall-Keramik ein – ein Material mit hoher Härte, angenehmer Haptik sowie ausgezeichneter Kratz- und Abriebfestigkeit. Nach 37 präzisen Bearbeitungsschritten präsentiert sich der Ring mit feinem Glanz und hautfreundlicher Oberfläche. Seine Schönheit ist für alle sichtbar, seine Erkenntnisse gehören nur Ihnen allein.

Wir wünschen uns, dass dieser Smart Ring Ihr treuer Begleiter im Alltag wird. Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung bestärken uns darin, weiterhin herausfordernde Wege zu gehen und die Grenzen der Branche zu überschreiten. Auch wenn dieser Weg beschwerlich und nicht der einfachste ist – die Welt braucht Menschen und Unternehmen, die Fortschritt wagen.

Wenn Ihnen der Ring gefällt, teilen Sie Ihre Erfahrung gerne mit Freunden. Ebenso freuen wir uns über Ihre Anregungen und Ideen. Vielen Dank auch für Ihr Verständnis, sollte während des Innovationsprozesses noch nicht alles perfekt sein. Gemeinsam mit Ihnen möchten wir Produkte weiterentwickeln, die die Nutzer lieben.

Mit herzlichem Dank, Ihr HOU-Team

Gründer/CEO von HOU



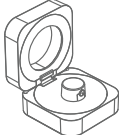
Produktparameter

Produktname	Smart Ring
Modell	HSR-01
Bluetooth-Version	5.0
Ring-Batteriekapazität	15-18mAh
Batteriekapazität des Ladeetuis	200mAh
Ringdicke	2.8mm
Akkulaufzeit des Rings	≥ 5 Tage
Lademethode des Rings	Magnetisches Laden
Hauptmaterial des Rings	Mikrokristallkeramik
Wasserdichtigkeitsklasse	5ATM

Lieferumfang



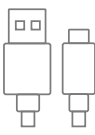
Smart Ring ×1



Ladeetui ×1



Benutzerhandbuch ×1



Ladekabel ×1

Ring-Anleitung

Magnetischer Ladeanschluss

Herzfrequenz-IC

Herzfrequenz- und Blutsauerstoffsensor



Bedienungsschritte

1. Trageweise

Tragen Sie den Smart-Ring am passenden Finger. Empfohlen wird das Tragen am Zeige-, Mittel- oder Ringfinger. Achten Sie darauf, dass der Sensorbereich eng an der Innenseite des Fingers anliegt, um genaue Daten zu gewährleisten.

2. App-Download

- ① Suche und Download: Im Android/iOS App Store nach „Da Rings“ suchen.
- ② QR-Code: Mit dem Smartphone den rechten QR-Code scannen und herunterladen.
- ③ Hinweis: Zum Herunterladen und Verwenden der App ist Android 6.0 oder höher bzw. iOS 9.0 oder höher erforderlich.



3. Ring & App-Kopplung

- ① App-Anmeldung: Schalten Sie Bluetooth und Netzwerk am Handy ein, erteilen Sie bei der ersten Nutzung die Genehmigungen und fügen Sie die App zur System-Whitelist hinzu.
- ② Koppeln: App öffnen → „Gerät“ → „Gerät hinzufügen“ → „Link anklicken,“ linke oder rechte Hand auswählen → mit Bestätigung Synchronisierung abschließen.
- ③ Entkoppeln: App öffnen → „Gerät“ → „Gerät entfernen.“

4. Ring Aufladen & Ein-/Ausschalten

① Aufladen des Rings:

- Ring in die Ladebox legen, Magnetkontakte ausrichten und Deckel schließen.
- Rotes Licht blinkt während des Ladevorgangs, grünes Licht blinkt, wenn vollständig geladen.

② Ein-/Ausschalten:

- Der Ring schaltet sich automatisch ein, wenn er geladen ist, und aus, wenn der Akku leer ist.
- Alternativ: App öffnen → „Gerät“ → „Weitere Einstellungen“ → „Ring ausschalten.“

5. Ladebox

- ① Während des Ladevorgangs: Rote LED blinkt → Bei voller Ladung erlischt das Licht.
- ② Akkustand: Ladebox öffnen → Weißes Licht leuchtet, die Position zeigt die Restladung an.
- ③ Unterseite mit Anti-Rutsch-Pad: entfernen Sie die Schutzfolie für stabileren Halt.

Hauptfunktionen

1. Gesundheitsüberwachung

- Automatisch: Misst alle 30 Minuten Herzfrequenz und Blutsauerstoff; zeichnet während des Schlafs Tiefschlaf/Leichtschlaf/Wachphasen auf, Bewertung und Details auf der „Schlaf“-Seite der App einsehen.
- Manuell: In der App auf der entsprechenden Karte (z. B. „Herzfrequenz“) „Messen“ auswählen und auf das Ergebnis des Rings warten.

2. Aktivitätsaufzeichnung

- Schritte und Kalorien werden automatisch erfasst. Tages- und Wochendaten sowie Zielerreichung auf der „Aktivität“-Seite der App einsehen.

3. Praktische Funktionen

- Zyklus: Auf der „Zyklus“-Seite der App Zyklustage, Intervall und letztes Startdatum eingeben, um Vorhersagen und Erinnerungen zu erhalten. (Nur als Referenz, aufgrund individueller Unterschiede.)
- Meditation & Schlafhilfe: Auf der „Meditation“-Seite „Stressabbau“ oder „Schlafhilfe“ wählen. Anleitung folgen und Hintergrundgeräusche wechseln (z. B. Lagerfeuer, Bachlauf).

Da Rings Einstellungen

(Bedienung, wenn Ring und Da Rings App ordnungsgemäß verbunden sind)

1. Akkustand: Auf der „Gerät“-Seite der App den Akkuprozentsatz einsehen.
2. Zieleinstellungen: Auf der „Gerät“-Seite „Zieleinstellungen“ auswählen, um Schrittziel, Kalorien, Trainingszeit und Tagesziele festzulegen.
3. Informationseinstellungen: Auf der „Gerät“-Seite „Informationseinstellungen“ auswählen, um Geschlecht, Größe, Gewicht, Geburtstag und Schrittlänge festzulegen. (Die App empfiehlt eine Schrittlänge basierend auf der Körpergröße.)
4. Weitere Einstellungen: Auf der „Gerät“-Seite „Weitere Einstellungen“ auswählen, um Einheitensystem, Temperatureinheit und Messintervall für Tages-Herzfrequenz/HRV einzustellen. Optionen: Warnung bei niedrigem Batteriestand, ganztägiger Stress, Trainingsherzfrequenz-Warnung, Blutsauerstoff während des Schlafs, Ring ausschalten sowie Zyklusanzeige aktivieren/deaktivieren.
5. Gestensteuerung Kamera: Auf der „Gerät“-Seite in der Da Rings App „Gestensteuerung Kamera“ auswählen und gemäß Anleitung Fotos per Gesten aufnehmen.
6. Firmware-Update: Auf der „Gerät“-Seite „Firmware-Update“ auswählen, um Firmware-Infos anzuzeigen, Werkseinstellungen wiederherzustellen oder die Firmware zu aktualisieren.
7. Apple Health: Auf der „Gerät“-Seite in der Da Rings App „Apple Health“ auswählen, um Gesundheitsdaten mit der Health-App auf dem iPhone zu synchronisieren.
8. Strava: Auf der Geräte-Detailseite in der Da Rings App „Strava“ auswählen, um eine Verbindung herzustellen.
9. Über uns: Auf der „Gerät“-Seite „Über uns“ auswählen, um Basisinformationen zur App, Nutzungsbedingungen und Datenschutzrichtlinie einzusehen.
10. Kundencenter: Wenn Ring und App korrekt verbunden sind, auf der „Gerät“-Seite „Kundencenter“ auswählen, um häufig gestellte Fragen und Antworten einzusehen.

Vorsichtsmaßnahmen

I. Tragen und Messung

1. Wenn der Ring eingeschaltet ist, blinkt alle 5 Minuten ein grünes Licht, um den Tragezustand zu bestätigen.
2. Starker Haarwuchs am Finger oder niedrige Temperatur kann die Messgenauigkeit beeinträchtigen.
3. Wählen Sie im Alltag eine passende Ringgröße, damit er weder zu locker noch zu eng sitzt. Halten Sie die Tragefläche trocken, und reinigen Sie den Sensor sowie das Herzfrequenz-/SpO₂-Licht regelmäßig, um Datenfehler durch Verschmutzung zu vermeiden.
4. Falls Rötungen, Schwellungen oder Beschwerden auftreten, stellen Sie die Nutzung sofort ein und konsultieren Sie einen Arzt.

II. Verwendung und Aufladen

1. Beim Laden des Rings und der Ladestation mit dem Kabel stoppt der Ladevorgang automatisch, sobald der Akku voll ist. Entfernen Sie den Ring und ziehen Sie den Adapter ab.
2. Laden Sie nur in trockener Umgebung. Berühren Sie Kabel oder Ladeanschluss nicht mit nassen Händen.
3. Halten Sie den Ladeanschluss sauber und vermeiden Sie den Kontakt mit Wasser oder anderen Flüssigkeiten.
4. Da das Ladegerät Magnete enthält, kann es Metallgegenstände oder andere Fremdkörper anziehen. Bitte reinigen Sie das Ladegerät vor der Verwendung regelmäßig. Setzen Sie das Ladegerät nicht über längere Zeit hohen Temperaturen aus, da dies zu Entmagnetisierung oder anderen Fehlfunktionen führen kann.

III. Batterie und Sicherheit

1. Nehmen Sie die Batterie nicht auseinander, verändern Sie sie nicht und führen Sie keine Fremdkörper ein.
2. Setzen Sie die Batterie nicht über längere Zeit Wasser oder anderen Flüssigkeiten aus, um Auslaufen, Überhitzung, Brand oder Explosion zu vermeiden.
3. Vermeiden Sie Herunterfallen, Quetschen oder Durchstechen der Batterie, da Kurzschluss oder Brandgefahr besteht.

Bitte lesen und befolgen Sie diese Vorsichtsmaßnahmen vor der Verwendung des Geräts, um Gefahren und unsachgemäße Nutzung zu vermeiden.

FCC Statement

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.

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.
- Caution: Any changes or modifications to this device not explicitly approved by manufacturer could void your authority to operate this equipment.

RF Exposure Information

The device has been evaluated to meet general RF exposure requirement. The device can be used in portable exposure condition without restriction.