



GTX05 manuál

Chytré sportovní hodinky GTX05

Úvod

Oblast zobrazení obrazovky	Mikrofon
Funkční tlačítko	mluvčí
Otvor pro tlak vzduchu	Přední strana
Otvor pro uvolnění tlaku	Zadní strana
Senzor srdečního tepu	/



Začínáme

1. Otevřete balíček a zkontrolujte jeho obsah.
2. Obsah dodávky:
 - 1) chytré hodinky GTX05 (s vestavěnou lithiovou baterií);
 - 2) uživatelská příručka;
 - 3) originální nabíjecí kabel.
3. Před prvním použitím hodinky aktivujte a zapněte. Pro nabíjení stačí připojit magnetický nabíjecí kabel k nabíjecím kontaktům umístěným na zadní straně hodinek.
4. Vyhledejte „veryfit“ v App Store, Google Play nebo naskenujte QR kód a stáhněte si a nainstalujte aplikaci.
5. Přihlaste se do aplikace a nastavte si své osobní údaje, stejně jako cílový krok a váhu.



6. V rozhraní „Zařízení“ klepněte na ikonu „+“ v pravém horním rohu a telefon začne vyhledávat. Z nalezeného seznamu zařízení vyberte název chytrých hodinek, se kterými chcete spárovat. Zařízení můžete také propojit přímo naskenováním QR kódu zařízení pomocí funkce skenování.

Zdraví

Hodinky

1. Hodinky automaticky zaznamenají vaše data.
2. Na hodinkách si můžete změřit tepovou frekvenci, krevní kyslík, hladinu stresu a tělesnou energii nebo zapnout automatické měření tepové frekvence, krevního kyslíku, hladiny stresu a spánku v aplikaci a sledovat tato data po celý den. Můžete ručně nebo nechat hodinky automaticky nepřetržitě sledovat váš zdravotní stav.
3. Zahájení cvičení:
 - 1) Když se zobrazí rozhraní ciferníku, stiskněte tlačítko nahoru pro přístup k seznamu aplikací. Klepnutím na ikonu Cvičení získáte přístup k ikonám různých typů cvičení a poté klepnutím na ikonu cvičení (např. Venkovní běh) spustíte cvičení.
 - 2) Hodinky mohou standardně zobrazovat až 20 typů cvičení. Můžete přidat nebo odstranit typy cvičení zobrazené na hodinkách nebo změnit jejich pořadí.

APLIKACE

1. Spustíte „veryfit“, aktivujete funkci Bluetooth a povolíte GPS povolení k umístění;
2. Rozsvítíte obrazovku náramku a přiblížíte ji k telefonu;
3. Klikněte na ikonu „+“ v aplikaci a ve výsledcích vyhledávání vyberte model chytrých hodinek, které chcete svázat;
4. Potvrďte požadavek na vazbu na chytrých hodinkách;
5. Vyplňte své údaje a nastavte si cílový krok v aplikaci na dokončit vazbu.

Základní operace

1. Noste hodinky správně: ujistěte se, že jsou vaše hodinky alespoň jedním prstem nad zápěstní kostí a že se senzor na zadní straně dotýká vaší pokožky.
2. Ovládání obrazovky: GTX05 má plně dotykovou obrazovku, která podporuje operace včetně krátkého klepnutí, přejetí doleva/doprava a přejetí nahoru/dolů.
3. Ovládání pomocí tlačítek: Tento výrobek má dvě tlačítka; který podporuje operace „ krátký stisk “ a „ dlouhý stisk “. Krátce stiskněte tlačítko nahoru: vrátíte se na domovskou obrazovku a rozsvítí se, když je obrazovka vypnutá. Krátce stiskněte tlačítko dolů: rozsvítí se obrazovka, když je vypnutá, a přejděte na seznam sportů, když je zapnutá. Dlouze stiskněte tlačítko nahoru :zapněte hodinky a 8 sekund do tvrdého restartu. Dlouhým stisknutím tlačítka dolů: 5 sekund pro vstup na obrazovku off-restart.



Popis funkce

1. Ciferník

Hodinky jsou standardně dodávány se 4 ciferníky. Můžete mezi nimi přepínat ručně na hodinkách nebo v nastavení ciferníku aplikace veryfit. V aplikaci si také můžete přizpůsobit ciferník. Další ciferníky jsou k dispozici ke stažení z „ Watch Face Market “.

2. Trénink

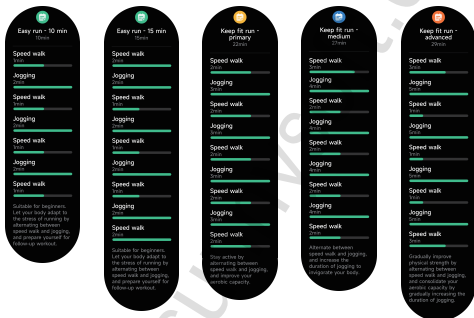
a) Ve výchozím nastavení lze zobrazit až 20 typů cvičení: Venku běh , Vnitřní běh , Venkovní procházka , Vnitřní procházka , Pěší turistika, Venkovní kolo , Vnitřní cyklus, Kriket, Plavání v bazénu , Plavání ve volné vodě , Jóga , Taneční, Veslař , Eliptical, Workout, HIIT, Functional Core silový trénink , přidat training, Pilates Cooldown,. Můžeš nebo odstranit typy cvičení nebo změnit jejich pořadí zobrazené na hodinkách. V aplikaci je na výběr celkem 110 typů cvičení.



- b) GTX05 podporuje inteligentní rozpoznávání cvičení. Dokáže rozpoznat, zda uživatel běží/chůze/vesluje/eliptický. Podporuje automatické pozastavení cvičení nebo připomenutí, kdy cvičení skončí. Tuto funkci lze na hodinkách zapnout/vypnout.
- c) Přehled cvičení GTX05 obsahuje různá data cvičení, které lze zkontrolovat v aplikaci veryfit.
- d) Na hodinkách si můžete prohlédnout své nedávné záznamy cvičení, včetně podrobných údajů o vašem cvičení; můžete také zobrazit záznamy cvičení v APP.
- e) Připojte se k GPS outdoorových sportů, můžete přejít do aplikace a zobrazit GPS stopy po dokončení cvičení.

2.1 Běžecské kurzy

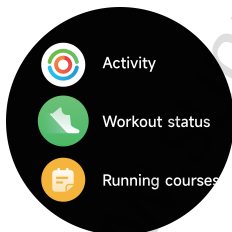
Nastavte zóny tepové frekvence při cvičení pro různé věkové kategorie. Postupně ji vylepšujte střídáním běhu a chůze.



3. Seznam aplikací

Když se zobrazí rozhraní ciferníku, krátkým stisknutím fyzického tlačítka výše přejděte do seznamu aplikací: Aktivita, Stav cvičení, Běžecké kurzy, Trénink, Tréninkový protokol, Změřte klepnutím, Tepová frekvence, SpO2, Stres, Tělesná energie, Spánek, Dechový trénink, Protokol cyklu, Okolní zvuk, Telefon, Alexa, Barometr, Kompas, Časovač Pomodoro, Připomínka stavu baterie, Počasí, Hudba, Fotoaparát, Budík, Záznam času, Stopky, Světový čas, Hleda telefon, Svítilna, Nastavení.

V nastavení si můžete vybrat zobrazení seznamu aplikací, které podporuje způsob zobrazení seznamu i číselníku.

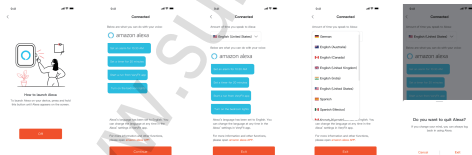


3.1 Alexa

3.1.1 Aplikace VeryFit-Alexa

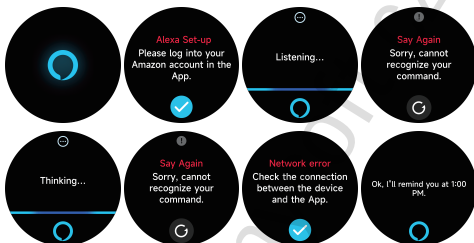


1. Aplikace může kliknout na oblast Amazon Alexa a vstoupit do návodu k přihlášení rozhraní.
2. Přejděte do přihlašovacího rozhraní účtu Alexa vyhrazeného pro Amazon pro autorizaci vázání účtu.



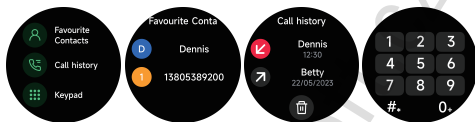
3. Po navázání autorizace si můžete prohlédnout část operace zavedení a nastavení různých národních jazyků;
4. Klikněte na tlačítko odhlásit pro odhlášení z Alexa, můžete se znovu přihlásit kdykoliv.

3.1.2 Watch-Alexa



1. Hodinky jsou vestavěné Alexa. Pokud v rozhraní poslechu položíte otázku nebo vyslovíte hlasový příkaz, přepne se na rozhraní myšlení a vrátí odpověď nebo příkaz provede. Aktuálně přes Alexa můžete na hodinkách zapnout stopky, budík, odpočítávání, služby připomenutí událostí.
2. V případě, že vypršel časový limit požadavku, hlas není rozpoznán, účet není přihlášen, síťové připojení je nestabilní nebo není připojeno Bluetooth, zobrazí se odpovídající výzva.

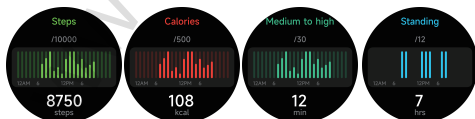
3.2 Telefon



1. Do hodinek můžete přidat až 10 častých kontaktů aplikaci a poté zavolejte těmto kontaktům na hodinkách.
2. Na hodinkách si můžete zobrazit historii posledních hovorů a volat na čísla zobrazená v historii hovorů.
3. Prostřednictvím číselníku hodinek můžete volat.

3.3 Aktivita

Hodinky dokážou shromažďovat a zobrazovat: Kroky/Kalorie/Střední až vysoká intenzita/Údaje o postavení a cíle dne, histogram kroků/kalorií/Střední až vysoká intenzita/ Údaje o postavení za hodinu po celý den, Kroky a vzdálenost za den, Doba zotavení a maximální spotřeba kyslíku pro nejnovější cvičení atd.



3.4 Stav cvičení

Ve Stavu cvičení můžete vidět efekt Vo2max, kardio tréninku vašeho posledního tréninku a dobu, kterou vaše tělo potřebuje, aby se zotavilo do nejlepšího stavu.



3.5 Tepová frekvence

1. Na hodinkách můžete ručně měřit srdeční frekvenci. V Nastavení APP, můžete zapnout/vypnout inteligentní nepřetržité sledování srdeční frekvence nebo zobrazit srdeční údaje.
2. Pokaždé, když se měří srdeční frekvence, držte paži a zápěstí v klidu a trpělivě počkejte, dokud měření neskončí.



3.6 SpO2

1. Na hodinkách můžete ručně měřit SPO2. Hodinky navíc podporují automatické nepřetržité sledování SPO2. V nastavení APP můžete tuto funkci zapnout/vypnout nebo zobrazit data SPO2.
2. Při každém měření kyslíku v krvi držte paži a zápěstí v klidu a trpělivě počkejte, dokud měření neskončí.



3.7 Stres

1. Namáhání hodinek můžete měřit ručně. Hodinky navíc podporují automatické nepřetržité sledování stresu. V nastavení APP můžete tuto funkci zapnout/vypnout nebo zobrazit údaje o stresu.
2. Při každém měření stresu držte paži a zápěstí v klidu a trpělivě počkejte, dokud měření neskončí.



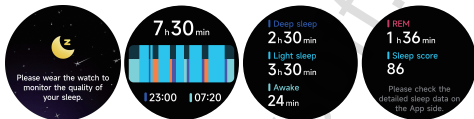
3.8 Dechový trénink

1. Pro přístup k této funkci klikněte na ikonu Dechový trénink. můžete si vybrat trvání, pomáhá upravit vaše dýchání;
2. Klepnutím na tlačítko Start přímo vstoupíte do animace dechového tréninku. Podle frekvence vibrací a animace upravte své dýchání. Rozumný dechový trénink může pomoci uklidnit vaše emoce.



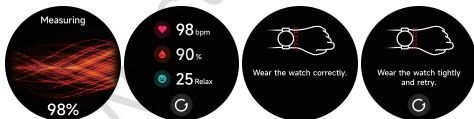
3.9 Spánek

V každé fázi si můžete prohlédnout nejnovější záznam spánku a stav spánku.



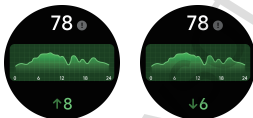
3.10 Změřte klepnutím

1. Lze měřit srdeční frekvenci, tlak a kyslík v krvi současně do 35 sekund.
2. Při každém měření držte paži a zápěstí v klidu a trpělivě počkejte, dokud měření neskončí.



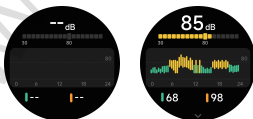
3.11 Tělesná energie

Pokud nosíte hodinky a aktivujete v aplikaci tělesnou energii, hodinky automaticky změří vaši tělesnou energii. Pokud je vaše tělesná energie příliš nízká nebo klesá příliš rychle, připomenou vám, abyste si odpočinuli.



3.12 Okolní zvuk

1. Ručně můžete měřit hluk na hodinkách. Hodinky navíc podporují automatický nepřetržitý monitoring hluku. V nastavení APP můžete tuto funkci zapnout/vypnout nebo zobrazit odpovídající údaje.
2. Při každém měření hluku držte paži a zápěstí v klidu a trpělivě počkejte, dokud měření neskončí.



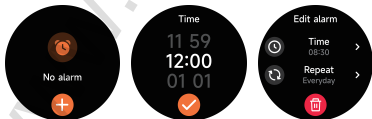
3.13 Stopky

Použijte hodinky jako stopky. Stopky mají „kolo“ funkce.



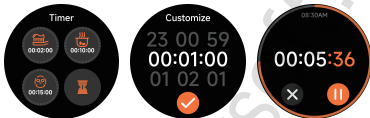
3.14 Budík

1. Přes aplikaci můžete přidat, odstranit budík nebo budík zapnout/ vypnout na hodinkách a také nastavit budík pro hodinky.
2. Můžete nastavit čas a časy zpoždění budíku v APP a rozhodnout, jak dlouho chcete odložit a kolikrát odložit.



3.15 Záznam času

Na hodinkách můžete nastavit časovač s přednastavenou dobou trvání a časovač vám připomene, kdy časovač vyprší; můžete přizpůsobit čas časovače.



3.16 Světový čas

Na hodinkách můžete zkontrolovat čas ve vašem městě a v APP nastavit, aby se na hodinkách zobrazoval čas ve městech jiných zemí.



3.17 Počasí

Podporuje aktuální město Sedmidenní prohlížení počasí, můžete si prohlédnout dnešní „aktuální počasí, nejvyšší a nejnižší hodnoty počasí“ a „nejvyšší a nejnižší hodnoty počasí“ pro příštích šest dní.



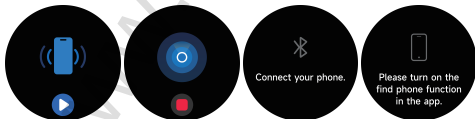
3.18 Hudba

1. Když jsou hodinky připojeny k APP, můžete ovládat mobilní hudební přehrávač k provádění funkcí „další, předchozí“, „přehrát/ pozastavit“ a „zvýšit a snížit hlasitost“.
2. Tuto funkci lze otevřít/zavřít v nastavení APP.



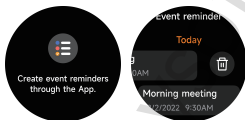
3.19 Hleda telefon

1. Když jsou hodinky připojeny k APP, můžete vytvořit svůj vyzvánění telefonu.
2. Klepnutím na ikonu ukončíte vyzvánění.
3. Tuto funkci lze otevřít/zavřít v nastavení APP.



3.20 Připomínka stavu baterie

V APP můžete nastavit připomenutí, čas připomenutí. Po dokončení nastavení se připomenutí synchronizuje s hodinkami. Když je připomenutí splatné, na hodinkách vyskočí upozornění. Můžete zobrazit všechna připomenutí událostí nastavená na hodinkách.



3.21 Protokol cyklu

Po otevření sledování cyklu v aplikaci hodinky zobrazí možnosti funkce sledování cyklu a nastaví délku cyklu, čas připomenutí a další možnosti a čas se bude pravidelně připomínat.



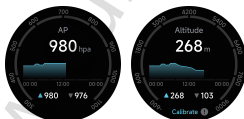
3.22 Fotoaparát

Když jsou hodinky připojeny k aplikaci, můžete ručně zapnout kameru systému telefonu a ovládat pořizování fotografií.



3.23 Barometr

Můžete zobrazit hodnoty barometrického tlaku a nadmořské výšky vaší aktuální polohy.



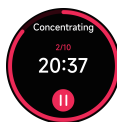
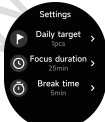
3.24 Kompas

Tento modul vám může pomoci přesně najít cestu ve venkovním prostředí. Když poprvé vstoupíte na stránku Kompas nebo je senzor narušen nebo vykazuje velkou odchylku, zobrazí se okno kalibrace kompasu a navede vás ke kalibraci kompasu.



3.25 Časovač Pomodoro

Můžete si nastavit délku jednotlivých hodin Pomodoro, dobu odpočinku po dokončení hodin Pomodoro a denní cílové Pomodoro číslo na vašich hodinkách, a když dokončíte cílové Pomodoro pro daný den, budete připomenuti, že jste dosáhli svého fotbalová branka.



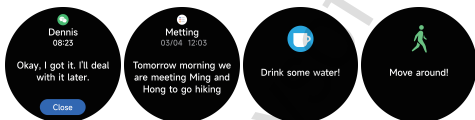
3.26 Nastavení

1. V nastavení hodinek můžete nastavit čas zapnutí obrazovky, hlasitost vyzvánění a vibrace atd.
2. V nastavení hodinek můžete také hodinky vypnout, restartovat nebo resetovat (po resetování budou všechna data uložená v hodinkách vymazána a spárování hodinek s vaším telefonem bude zrušeno).



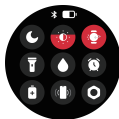
4. Modul upomínky

Hodinky podporují několik režimů připomenutí, včetně připomenutí zprávy, připomenutí příchozího hovoru, připomenutí chůze, připomenutí pití, připomenutí cíle cvičení, připomenutí frekvence cvičení atd.



5. Řídicí centrum

Ovládací centrum vám poskytuje snadný způsob, jak zapnout funkce, jako je Nerušit, zvýšit na Wake, nastavit jas obrazovky, najít můj telefon, změnit hodinky na baterku atd.



Distributor

Sunnysoft s.r.o.
Kovanecká 2390/1a
190 00 Praha 9
Česká republika
www.sunnysoft.cz