

Technaxx® * Instrukcja obsługi Fitness Bransoletka Heart Rate TX-81 (Pulsu)

Niniejszym producenta Technaxx Deutschland GmbH & Co.KG oświadcza, że to urządzenie, do którego odnoszą się instrukcja obsługi, jest zgodny z zasadniczymi wymaganiami norm określonych dyrektywą Rady **RED 2014/53/UE**. Deklarację zgodności odnajdziesz na stronie: **www.technaxx.de/** (w pasku na dole

"Konformitätserklärung"). Przed pierwszym użyciem urządzenia należy dokładnie przeczytać instrukcję obsługi. **Jeśli urządzenie posiada akumulator. To musi zostać w pełni naładowany przed pierwszym użyciem. UWAGA: Jeśli urządzenie nie jest użytkowane, to jego akumulator należy ładować co 2 do 3 miesiące!**

Numer telefonu do wsparcia technicznego: 01805 012643 (14 c/min. z niemieckiego telefonu stacjonarnego i 42 c/min. z sieci komórkowych). @: **support@technaxx.de**
Zachować instrukcję obsługi do wykorzystania w przyszłości lub udostępniania produktu ostrożnie. Zrób to samo z oryginalnych akcesoriów dla tego produktu. W przypadku gwarancji, należy skontaktować się ze sprzedawcą lub ze sklepem, w którym zakupiono ten produkt. **Gwarancja 2 lata**

Zawartość

1	Funkcje	2
2	Specyfikacje techniczne	3
3	Zawartość opakowania	3
4	Wodoodporność	4
5	Widok opaski	4
6	Ładowanie	4
7	Sposób użytkowania opaski nadgarstkowej	6
8	Pobór i instalacja aplikacji My Fitness Plus	7
9	Status ogólny	7
9.1	Łączenie ze smartfonem	8
10	Główny interfejs	9
10.1	Godzina/Data	9
10.2	Kroki, odległość, spalone kalorie, aktywny	9
10.3	Tętno	10
10.4	Timer	10
11	Komunikaty	11
12	Menu aplikacji	12
12.1	Tryb uśpienia	12
12.1.1	Uśpienie automatyczne	12
12.1.2	Programowanie czasu uśpienia	12
12.2	Tryb aktywny	13

12.3	Muzyka	13
12.4	Zdjęcie	13
12.5	Wyszukiwanie pobliskiego smartfonu	13
12.6	Menu ustawień	14
12.6.1	Poziom naładowania baterii.....	14
12.6.2	Info urządzenia.....	14
12.6.3	Obróć ekran.....	14
12.6.4	Uruchom ponownie.....	15
12.6.5	Przywrócenie ustawień fabrycznych (Factory reset)	15
12.7	Synchronizacja danych	15
13	Przypomnienie	16
14	Cel	16
15	Synchronizowanie	16
16	Uaktualnianie	17
17	Użytkowanie APP (instrukcja funkcji)	17
17.1	Logowanie, rejestracja, instalacja i ogólna informacja	17
17.2	Menu główne.....	22
17.2.1	Parowanie urządzenia	22
17.2.2	Przypomnienia.....	23
17.2.3	Znajdź znajomych.....	24
17.2.4	Cele.....	24
17.2.5	Ustawienia.....	24
17.2.6	Konto Użytkownika.....	28
18	Ostrzeżenia.....	28
19	Rozwiązywanie problemów	29
19.1	Nieudana synchronizacja danych poprzez APP	29
19.2	Nie udało się połączyć APP z opaską/bransoletką	29

1 Funkcje

- Bransoletka do monitorowania pulsu, twojej sprawności fizycznej, snu i faz aktywności
- Wyświetla puls, kroki, przebytą odległość i spalone kalorie
- Łatwa obsługa za pomocą kolorowego ekranu dotykowego
- Wyświetla godzinę & datę, identyfikator rozmówcy lub numer telefonu
- Komunikaty: przypomnienia, rozmowy, SMSy, Emaile, media społecznościowe, osiągnięte cele
- Wyświetlacz tekstowy usług kurierskie
- Funkcja zabezpieczająca przed zgubieniem
- Funkcja wibracji
- Monitorowanie snu & budzenie alarmem wibracyjnym
- Wyświetla statystyki za pośrednictwem diagramu w APP
- Połączenie Bluetooth 4.0 BLE (Bluetooth Low Energy)
- Klasa ochrony IP65 (pyłoszczelna & ochrona wody wąż)
- Bezpłatna APP na iOS i Androida (My Fitness Plus)
- Nadaje się szczególnie do aktywności na wolnym powietrzu

2 Specyfikacje techniczne

Bluetooth / Odległość		Bluetooth wersja 4.0 BLE / maks. 10m	
Ekran / Rozdzielczość		1,06" kolorowy TFT /2,7cm) / 160 x 64 pikseli	
Czujnik przyspieszenia		obsługa 3 osie	
Czujnik tętna		AMS AS7000	
Rodzaj zasilania	Wbudowany akumulator 100mAh polimerowa litowo-jonowa 3,7V / Czas ładowania ~2 godzin (poprzez zasilacz 5V/1A*) (*poza zestawem); Czas pracy ~5 dni (w zależności od intensywności używania).		
Materiał	PC + szkło (obudowa), TPU (opaska)		
Obsługuje RTC (Real Time Clock) & synchronizację czasu przez APP			
Ładowarka	Magnetyczna podstawa ładowania poprzez portu USB		
Gniazdko ładowania w urządzeniu		punkty kontaktowe	
Temperatura robocza		-25°C aż do +55°C	
Waga / Wymiary		25g / (D) 4,48 x (S) 2,03 x (W) 1,08cm	
Bransoletka pasek		(D) 14,5–21,5 x (S) 1,5cm	
Zawartość opakowania	Fitness Bransoletka Heart Rate TX-81, Magnetyczna podstawa ładowania, Kabel Micro USB, Instrukcja obsługi		
Urządzenia Apple iOS: Obsługuje urządzenie iOS z 4.0 BLE, iOS 7.0 i powyżej.			
Urządzenia Android: Obsługuje prawie wszystkie urządzenia Android z 4.0 BLE, z systemem Android 4.3 i nowszym			
(Sprawdź wersję iOS lub Android zainstalowaną na Twoim smartfonie)			

3 Zawartość opakowania

			
Fitness Bransoletka Heart Rate TX-81	Magnetyczna podstawa ładowania poprzez gniazdko USB	Przewód Micro USB	Instrukcja obsługi

4 Wodoodporność

- Odporność na zachlapania (IP65).
- Opaska mogą być używana podczas codziennej toalety lub w czasie opadów, o ile jej powierzchnia jest wystawiona na działanie wody lecz nie jest wywierane ciśnienie wody na urządzenie.
- Nie brać prysznica z urządzeniem, ani nie zanurzyć go w wodzie.
- Codzienna funkcjonalność wodoodporna
- Nie skakać do wody ani nie pływać z urządzeniem.

5 Widok opaski



1	Ekran dotykowy TFT kolorowy	4	Sprzączka
2	Szlufki	5	Gniazdko ładowania
3	Opaska	6	Czujnik tętna

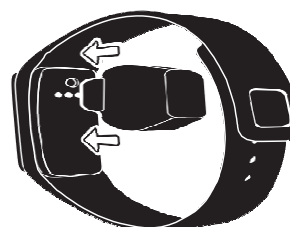
6 Ładowanie

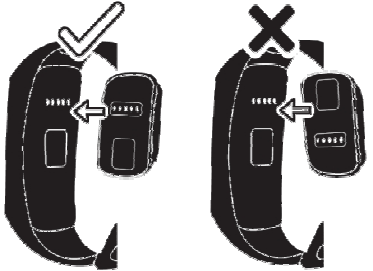
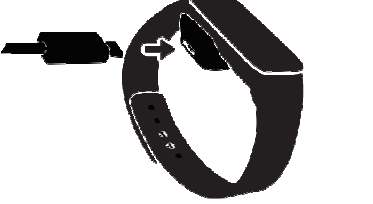
Przed pierwszym użyciem należy naładować urządzenie. Wykonaj kolejno poniższe czynności.

1 Podłącz zasilacz ładowarki

Ustawić magnetyczną podstawę ładowania tak, aby podłączyć ją od spodu opaski TX-81.

Wskazówka: Przed pierwszym użyciem należy opaskę TX-81 naładować przez 2 godziny.



2 Upewnij się, że są we właściwych miejscach Dopasuj bolce zasilacza ładowarki z punktami kontaktowymi na opasce TX-81 i zatrzaśnij je ze sobą. Magnes przytrzyma podstawę na swoim miejscu.	
3 Podłączenie Podłącz mniejszą końcówkę przewodu micro USB do magnetycznej podstawy ładowania i podłącz duży wtyk USB do źródła zasilania. Stan akumulatora pokaże się na ekranie.	

			
Na wyczerpaniu	Proces ładowania	Proces ładowania	Ładowanie zakończone

Opaska nadgarstkowa TX-81 pokazuje poziom naładowania baterii w trakcie ładowania. Upewnij się, że interfejs USB jest podłączony w sposób prawidłowy do magnetycznej podstawy ładowania.

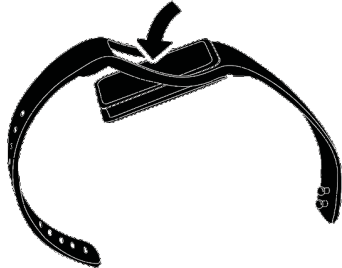
Opaska TX-81 może być ładowana bezpośrednio przez USB (DC 5V). Podczas ładowania ekran zawsze się świeci. Kiedy opaska jest w pełni naładowana, ikona zasilania jest pokazana jako pełna. Kontrolka ekranu zgaśnie dopiero po kolejnej minucie, a następnie wyłączy się. Wyjąć ładowarkę, urządzenie wyświetli pełne naładowanie do 3s i przejdzie do trybu gotowości.

Czas gotowości wynosi ~5 dni (w zależności od rzeczywistej intensywności używania urządzenia).

Nie należy wyjmować wbudowanego akumulatora. Do ładowania użyj podstawy ładowania TX-81 z dołączonym kablem Micro USB. Należy je stosować do ładowania opaski.

Uwaga: Podczas ładowania Bluetooth opaski TX-81 zostanie wyłączony i nie ma możliwości synchronizacji danych.

7 Sposób użytkowania opaski nadgarstkowej

Założ swoją opaskę TX-81 1. Owinąć urządzenie wokół nadgarstka i przeciągnąć opaskę przez otwór w sprzączce. 2. Ściągnij opaskę, aż urządzenie ściśle i bezpiecznie spocznie na Twoim nadgarstku. 3. Wsuń bolec sprzączki w jeden z otworów opaski w celu zapięcia opaski. 4. Ponadto należy wykorzystać dwie szlufki do dalszego zabezpieczenia zapięcia opaski.	
Wymiana opaski nadgarstkowej TX-81 1. Zdjąć opaskę TX-81 z nadgarstka. Pociągnąć z jednej strony opaskę naciągając ramkę ekranu, aby usunąć cały moduł TX-81 z opaski nadgarstkowej 2. Założenie modułu TX-81 z powrotem do opaski nadgarstkowej wykonuje się w sposób odwrotny.	
Operacje ekranowe opaski nadgarstkowej TX-81 1. Dwukrotnie dotknij ekranu opaski nadgarstkowej TX-81 w celu włączenia ekranu. Czynność tę nazywa się dwukrotnym dotknięciem (Double-Tap). Po kilku sekundach ekran wyłączy się automatycznie. Wskazówka: W celu bardziej bezpiecznego i efektywniejszego użytkowania opaski nadgarstkowej TX-81, zalecamy używanie opuszki palca zamiast paznokcia. 2. Wszystkie operacje ekranowe można wykonać przez dotykanie ekranu opuszką palca. W celu zmiany ekranu i opcji menu należy przesunąć palcem w lewo. Wskazówka: Jeśli nie jesteś pewien, co zrobić na danym ekranie, spróbuj przesunąć palcem w lewo lub w prawo, aby przejść do kolejnego ekranu.	

Czas gotowości opaski nadgarstkowej

1. Czas gotowości opaski nadgarstkowej może wynosić do 5 dni. poprzez rzadkie synchronizowanie opaski. Wyłączenie Bluetooth w swoim telefonie.

Uwaga. Jeśli nie chcesz, to żadna wiadomość z Twojego telefonu nie zostanie przeniesiona do Twojej opaski.

2. Synchronizacja, stałe połączenie Bluetooth i ciągle włączanie ekranu znacznie zmniejszają czas gotowości opaski nadgarstkowej.

Uwaga: Na początku czas gotowości będzie mniejszy z powodu ustawiania i testowania i bawienia się z opaską nadgarstkową przez użytkownika. Jeżeli opaska stanie się dla Ciebie przeciętnym gadżetem, wtedy dowiesz się, jak z niej najlepiej korzystać oraz w jaki sposób będzie działała najdłużej.

8 Pobór i instalacja aplikacji My Fitness Plus

Ustawianie opaski nadgarstkowej, przeglądanie i zapisywanie danych wysiłkowych w aplikacji „My Fitness Plus”.

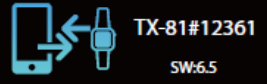
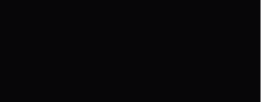
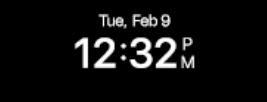
Aplikacja na Android: Szukaj „My Fitness Plus” w Google™ Play Store, aby pobrać i zainstalować odpowiednią aplikację.

Aplikacja dla systemu iOS: Szukaj „My Fitness Plus” w Apple™ Store, aby pobrać i zainstalować odpowiednią aplikację.

Kompatybilność urządzenia: Urządzenie z systemem Android oraz urządzenia firmy Apple z Bluetooth4.0

Zgodność systemowa: Android 4.3 i wyżej, iOS 7.0 i powyżej.

9 Status ogólny

Twoja opaska nadgarstkowa pokaże ikonę z numerem urządzenia.	
Jeśli nie ma działania na urządzeniu, ekran jest wyłączony.	
Jeśli sparowanie zostało wykonane pomyślnie, opaska pokaże ikonę czasu.	

9.1 Łączenie ze smartfonem

1. Włącz Bluetooth smartfonu (o ile nie jest już włączony).
2. Otwórz aplikację „My Fitness Plus” w smartfonie.
 - a. Jeśli jesteś nowym uczestnikiem, będziesz musiał zarejestrować nowe konto (Sign up (Rejestracja)). Należy pamiętać, aby dokładnie wprowadzić swoje informacje w podanych podpowiedziach.
 - b. Jeżeli jesteś już zarejestrowanym członkiem, wystarczy, abyś wpisał swój login w postaci adresu e-mailowego i hasła.
3. Po zalogowaniu wybierz opcję TX-81, uruchamiając w ten sposób proces parowania.
4. Wybierz wykryty kod TX-81. Powinien to być ten sam kod, który pokazuje się na ekranie Twojego urządzenia TX-81.

Uwaga: Bransoletka musi znajdować się w pobliżu Twojego smartfonu celem jego wykrycia.

5. Żądanie połączenia wyświetli się na bransoletce.  Dotknij zielony znaczek  w celu potwierdzenia parowania Bluetooth.

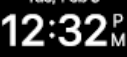
6. Po udanym podłączeniu bransoletka, zarówno twój bransoletka jak i urządzenie mobilne odbierze odpowiednie powiadomienie.  Jeśli połączenie nie powiedzie się, należy powtórzyć te same czynności w celu ponowienia próby.

Zobacz również rozdział 17.1, gdzie także znajduje się kilka zdjęć pokazujących proces parowania.

Uwaga: Parowanie Bluetooth jest procesem jednorazowym. Jeśli chcesz podłączyć opaskę do innego konta, musisz najpierw rozłączyć istniejące połączenie poprzez ustawienia aplikacji.

10 Główny interfejs

Włącz ekran, następnie przesunij palcem w lewo lub w prawo, aby zmienić interfejs.

 Tue, Feb 9 12:32 P M	 12,361	 1.8 KM
Godzina/Data	Kroki	Odległość
 567 KCAL	 5.2 MIN	
Kalorie	Aktywność	Tętno
  	 Notifications	 APPS
Timer	Komunikaty	Menu aplikacji

10.1 Godzina/Data



Czas oraz data na Twojej opasce nadgarstkowej zostaną automatycznie zsynchronizowane z podłączonym urządzeniem przenośnym. Istnieje także możliwość ręcznego ustawienia preferowanego formatu czasu i daty poprzez ustawienia My Fitness Plus. Aby uniknąć resetowania czasu, należy upewnić się, czy jest dostatecznie naładowany akumulator opaski.

10.2 Kroki, odległość, spalone kalorie, aktywnj

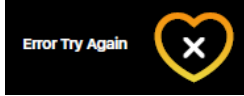
 12,361	 1.8 KM	 567 KCAL	 5.2 MIN
Kroki	Odległość	Kalorie	Aktywność

Codienne kroki, pokonany dystans, spalone kalorie oraz aktywnj można monitorować z opaski. Możesz przesuwać ekrany, aby sprawdzać dane bieżącej dziennej aktywności lub możesz użyć aplikacji My Fitness Plus, aby sprawdzić swoje dane dotyczące bieżącej aktywności oraz dane historyczne. Możesz również sprawdzać swoje codzienne ukończone cele poprzez stronę główną aplikacji i obserwować szczegółowe dane liczbowe swojej dziennej, tygodniowej i miesięcznej wydajności, dotykając aktywnj.

Uwaga: ● Opaska będzie przechowywać dane dotyczące aktywności przez okres do 5 dni, dlatego należy pamiętać, aby regularnie synchronizować opaskę i aplikację w celu prowadzenia dokładnych codziennych zapisów. Opaska jest ustawiona tak, aby rozpocząć zliczanie Twojej codziennej aktywności o północy.

● Obliczanie spalonych kalorii odzwierciedla jedynie przybliżone wartości (nie zaś dokładne).

10.3 Tętno

			Wiek	Tętno spoczynkowe
			Dziecko	100-110 / min
Tętno (wył.)	Tętno (wł.)	Obserwacja wył.	Nastolatek	90-100 / min
			Dorosły	60-80 / min
			Starsi	80-90 / min

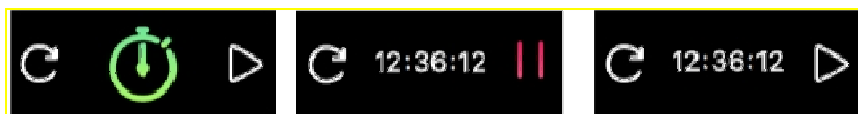
Aby włączyć monitorowanie tętna, przełącz do interfejsu tętna i dotknij serce na ekranie. To bransoletka automatycznie aktywację i rejestrację tętna. To powinien być używany tylko do pomiaru ręcznego w celu wyświetlania codziennych zdarzeń, patrz rozdział 17.2.5 Ustawienia – Tętna. Aby wyłączyć monitorowanie tętna, po prostu należy dotknąć ikonki serca na ekranie tętno.

Uwaga: Przy pierwszym użyciu nie pokażą się żadne liczby.

W jaki sposób opaska nadgarstkowa zmierzy Twoje tętno?

Mierzy ona tętno dzięki świecącemu światłu na naczynia krwionośne, które rozszerzają się i kurczą w miarę, jak krew pulsuje w nich. Odbicia są rejestrowane i analizowane – co nazywane jest fotopletyzmografią (PPG).

10.4 Timer



Funkcję timera w opasce można używać do zatrzymywania czasu

→ Na interfejsie timera dotknij przycisku „odtworzenia (play)” w celu uruchomienia timera.

→ Aby wstrzymać timer, dotknij przycisk „pauzy”.

→ Aby skasować wskazanie timera, dotknij przycisk „reset”.

Uwaga: W przypadku pracy stopera użytkownik może przełączyć opaskę do innego interfejsu, takiego jak czas, kroki, kalorie, dystans, tętno itp.. Czas liczenia zatrzyma się, gdy dojdzie do 99 minut, 59 sekund i 99 setnych.

11 Komunikaty

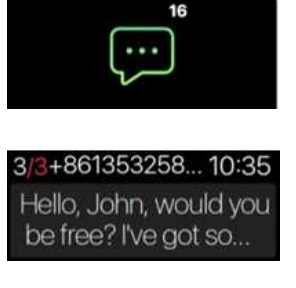
Opaska nadgarstkowa może wibrować, gdy wyświetla komunikaty o przychodzących połączeniach, nieodebranych połączeniach, SMS-ach, e-mailów, mediach społecznościowych, wydarzeniach kalendarzowych i informacjach o rozłączeniach. Otwórz aplikację My Fitness Plus, wybierz „Ustawienia (Setting)”, a następnie „Komunikaty (Notifications)”, aby wybrać komunikaty, które chcesz odebrać na swojej opasce nadgarstkowej. W razie potrzeby usunięcia pewnych komunikatów należy przesunąć przycisk wyboru w lewo w celu wyłączenia ustawienia.

Kliknij „Zapisz (Save)”, aby zsynchronizować ustawienia komunikatów z opaską nadgarstkową.

Upewnij się, że funkcja Bluetooth jest włączona w urządzeniu przenośnym, a opaska nadgarstkowa znajduje w zasięgu roboczym tej funkcji. Gdy Twoje urządzenie mobilne oraz opaska znajdują się w zasięgu roboczym, możesz odbierać komunikację, którą wybrałeś.

Po przełączeniu na tryb uśpienia wszystkie komunikaty zostaną wyłączone.

Aby usunąć komunikat, po prostu przeciągnij palcem w lewo lub w prawo po ekranie opaski. Jeżeli komunikat nie zostanie usunięty, pojawi się ponownie przy następnym włączeniu ekranu.

Komunikaty SMS: Kliknij ikonę , aby sprawdzić swoje wiadomości. Można sprawdzać maksymalnie 3 wiadomości jednocześnie, a każda wiadomość spowoduje wyświetlenie do 3 stron treści. Zawartość powyżej 3 stron zostanie zastąpiona przez znak "..." na końcu tekstu. Uwaga: Gy występuje wiele wiadomości SMS, przesuwaj ekran w celu sprawdzenia każdej z nich osobno.	
Komunikacja email:	
Powiadomienia o przychodzących połączeniach: Do obsługi wiadomości przychodzących połączeń dostępne są tylko litery alfabetu łacińskiego. Powiadomienia o nieodebranych połączeniach: Kliknij ikonę, aby sprawdzić nieodebrane połączenia.	
Powiadamianie poprzez media społecznościowe: Urządzenie może pokazywać różne powiadomienia np. wiadomości z WhatsApp, Facebooka czy Twittera.	

Powiadomienia o zdarzeniach wg kalendarza: Pojawia się w celu przypomnienia ustawienia wpisu do kalendarza w smartfonie.	
Powiadomienia o rozłączeniach Bluetooth: Przypomina, aby nie stracić lub nie zapomnieć o smartfonie. Sygnalizuje również, gdy przebywasz poza zasięgiem Bluetooth Twojego smartfonu.	

12 Menu aplikacji

Dotknij ikony „Aplikacji (APPS)”, aby wejść do menu aplikacji. Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby zmienić interfejs.

				
Menu aplikacji	Aktywny / Uśpiony	Muzyka/Zdjęcie	Ustawienia/W pobliżu	Wstecz

12.1 Tryb uśpiania

Dotknij ikonę "Uśpij (Sleep)", aby ręcznie wprowadzić opaskę nadgarstkową ręcznie w tryb uśpiania. Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby zmienić interfejs.

			
„Uśpij”	Przejdź do trybu uśpiania	Czas uśpiania	Opuść tryb uśpiania

12.1.1 Uśpienie automatyczne

Opaska rozpoznaje stan Twojego bezruchu. Automatycznie wchodzi w tryb uśpiania i pozostanie w nim tak długo, jak długo się nie ruszasz. Dotknij dwukrotnie ekranu dotykowego, a zobaczysz z dowolnego interfejsu wyświetlenie „Czas snu (Sleep duration)”. Aby ręcznie wyłączyć automatyczny tryb snu, przesuń palec w lewo lub w prawo i dotknij wyświetloną ikonę "Opuść sen (Exit sleep)" (lub porusz się nieco. To spowoduje automatyczne przebudzenie).

12.1.2 Programowanie czasu uśpiania

Ustawić czas uśpiania w aplikacji My Fitness Plus, powiadomienie poprzez ikonę aktywacji automatycznego uśpiania (auto sleep). W chwil Twojego czasu obudzenia tryb uśpiania automatycznie kończy się.

12.2 Tryb aktywny

Aktywuj tryb treningowy w celu zapisania Twoich kroków, kalorii, dystansu i czas uprawiania sportu, gdy wykonujesz ćwiczenia	
--	---

12.3 Muzyka

Funkcja muzyki ma odtwarzać/wstrzymywać odtwarzanie muzyki z Twojego smartfonu. Strzałka służy do zmiany ścieżki z przejściem do przodu lub wstecz. Uwaga: Pozostawaj w zasięgu Bluetooth, sprawdź, czy jest czynne połączenie Bluetooth z Twoim smartfonem i uruchom w tle aplikację My Fitness Plus	
--	---

12.4 Zdjęcie

Funkcja zdjęcia (Snapshot) może być użyta jako zdalne sterowanie. Otwórz aplikację My Fitness Plus. Przejdź do menu ustawień/kamery (settings/camera). Dotknij zegar, aby uruchomić odliczanie do zdjęcia „Selfie”. Uwaga: Pozostań w zasięgu Bluetooth i upewnij się, że masz połączenie Bluetooth z Twoim smartfonem.	
--	---

12.5 Wyszukiwanie pobliskiego smartfonu

Jeśli nie wiesz, gdzie położyłeś swój smartfon, uruchom tę funkcję, a smartfon zacznie dzwonić. Uwaga: Pozostawaj w zasięgu Bluetooth, sprawdź, czy jest czynne połączenie Bluetooth z Twoim smartfonem i uruchom w tle aplikację My Fitness Plus.	
---	---

12.6 Menu ustawień

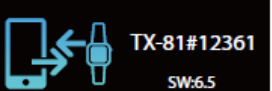
Dotknij ikony „ustawień (settings)”, aby wejść do tego menu. Przesuń palcem w lewo lub w prawo, aby zmienić interfejs.

			
Ustawienia	Poziom naładowania baterii	Urządzenia	Obróć ekran
			
Uruchom ponownie	Przywrócenie ustawień fabrycznych	Wstecz	

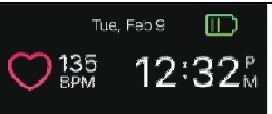
12.6.1 Poziom naładowania baterii

Dzięki tej opcji w menu ustawień można sprawdzić poziom naładowania baterii. W celu zapewnienia optymalnej funkcjonalności należy upewnić się, że poziom naładowania baterii nie spadł poniżej 20%.	
	

12.6.2 Info urządzenia

Dzięki opcji „info” w menu ustawień można sprawdzić informacje o urządzeniu. Numer identyfikacyjny ID Twojego urządzenia jest dostępny w części „info”.	
--	---

12.6.3 Obróć ekran

Ta funkcja umożliwia wybranie orientacji ekranu, najbardziej odpowiedniej dla Ciebie. Aby obrócić obraz na ekranie, należy wejść w opcję „Obróć ekran (Flip screen)” w menu ustawień (setting). Przesuń palcem po ekranie w lewo, aż ujrzysz opcję obróć ekran (flip screen).	
Dotknij znak zaznaczenia, aby potwierdzić wybór.	

12.6.4 Uruchom ponownie

Ponowne uruchamianie umożliwia restart urządzenia bez konieczności usuwania bieżących danych. Aby ponownie uruchomić urządzenie, należy wprowadzić opcję „restart” z menu ustawień. Dotknij znak zaznaczenia, aby potwierdzić wybór. Uwaga: Przy zmianie smartfonu należy połączyć się z opaską nadgarstkową w celu jej zrestartowania.	
--	---

12.6.5 Przywrócenie ustawień fabrycznych (Factory reset)

Reset fabryczny przywraca urządzeniu jego pierwotny stan w chwili wysyłki. Ta funkcja skasuje aktywność, uśpienie itp. dane w Twoim urządzeniu. Aby uruchomić reset fabryczny, należy wprowadzić opcję przywracania ustawień fabrycznych z menu ustawień (settings). Dotknij znak zaznaczenia, aby potwierdzić wybór.	
Wykonanie tej opcji spowoduje przywrócenie ekranu pierwotnego parowania.	

12.7 Synchronizacja danych

Opaska nadgarstkowa może monitorować kroki i dystans, który pokonałeś przez cały dzień, jak również spalone kalorie. Możesz sprawdzić dane wyświetlane na ekranie opaski; możesz także monitorować dane aktywności i zapis historyczny w części „aktywność (activity)” aplikacji My Fitness Plus, możesz sprawdzać swoje postępy dzienne w głównym interfejsie, możesz pobierać dane dzienne, tygodniowe i miesięczne w postaci szczegółowej tabeli przez jednokrotne dotknięcie kolumny aktywności.

Opaska wyświetli dane dzienne; aplikacja zresetuje dzienne dane o północy (niezsynchronizowane dane będą przechowywane w opasce nadgarstkowej aż do synchronizacji z użyciem aplikacji). Czy chcesz przesłać najnowsze dane dotyczące aktywności, dotknij w prawym górnym rogu ikonę "Synchronizuj" znajdującą się w aplikacji My Fitness Plus.

13 Przypomnienie

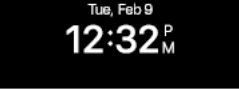
 Break Time	 Wake Up	 Medicine	 Meal Time
Czas przerwy	Przebudzenie	Lek	Czas posiłku
 Sleep	 Reminders	 Inactivity	
Uśpienie	Niestandardowy	Bierność	

Nowe przypomnienia dodawaj z opcji „przypomnień (Reminders)” aplikacji My Fitness Plus. Można skonfigurować maksymalnie 6 typów dziennych przypomnień i dostosować je ustawiając godzinę i datę. Opaska nadgarstkowa będzie wibrować i wyświetli odpowiednie przypomnienie. Pojedyncze dotknięcie ekranu zakresu usunie przypomnienie. Jeśli jeszcze nie usunąłeś przypomnienia, pojawi się ono ponownie po 2 minutach.

14 Cel

Wybierz ustawienie „Cel (Goal)” w aplikacji My Fitness Plus, aby skonfigurować swoje codzienne cele dla kroków, dystansu, spalonych kalorii i godzin snu. Dotknij przycisk zapisu za każdym razem, gdy zmieniłeś cele. Gdy Twój cel (goal) został osiągnięty, Twoja opaska zacznie wibrować i wyświetli ikonę „Cel osiągnięty (Goal achieved)”. Dotknij raz prawego górnego przycisku synchronizacji w celu zapisania ustawień (settings).	 Goal Achieved
--	--

15 Synchronizowanie

 Syncing	 Syncing Failed	
Synchronizuj (1.)	Nieudana synchronizacja (2.)	Udana synchronizacja (3.)

1. W trakcie synchronizacji z aplikacji opaska pokaże interfejs „synchronizacji (syncing)”.
2. W przypadku nieudanej synchronizacji opaska pokaże ikonę „synchronizacja nieudana (syncing failed)”.
3. W przypadku udanej synchronizacji ponownie powróci interfejs czasu.

16 Uaktualnianie

 Upgrade	 Failed	Tue, Feb 9 12:32 ^P _M
Aktualizuj opaskę (1.)	Nieudana aktualizacja (2.)	Udana aktualizacja (3.)

1. Zsynchronizuj opaskę z aplikacją My Fitness Plus. Opaska przejdzie do interfejsu aktualizacji (upgrade), jeśli dostępna jest nowa wersja oprogramowania fabrycznego dla opaski nadgarstkowej. Jeśli uzyskasz informację o nowej opasce nadgarstkowej zaktualizowanej, upewnij się, że Twój smartfon i opaska nadgarstkowa są połączone poprzez Bluetooth i pozostają w łączności w celu wykonania procedury aktualizacji (upgrade).

2. W przypadku nieudanej aktualizacji opaska pokaże ikonę „aktualizacja nieudana (failed)”.

3. W przypadku udanej aktualizacji ponownie powróci interfejs czasu.

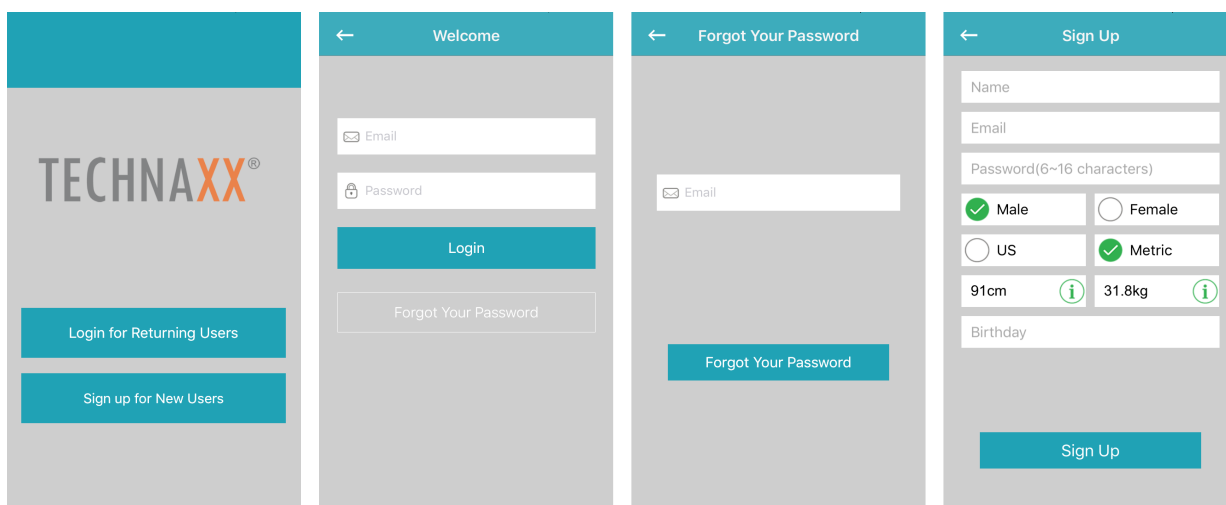
17 Użytkowanie APP (instrukcja funkcji)

17.1 Logowanie, rejestracja, instalacja i ogólna informacja

Przy uruchamianiu APP „My Fitness Plus” pojawią się ekrany, jak poniżej. Wpisz się lub zaloguj!

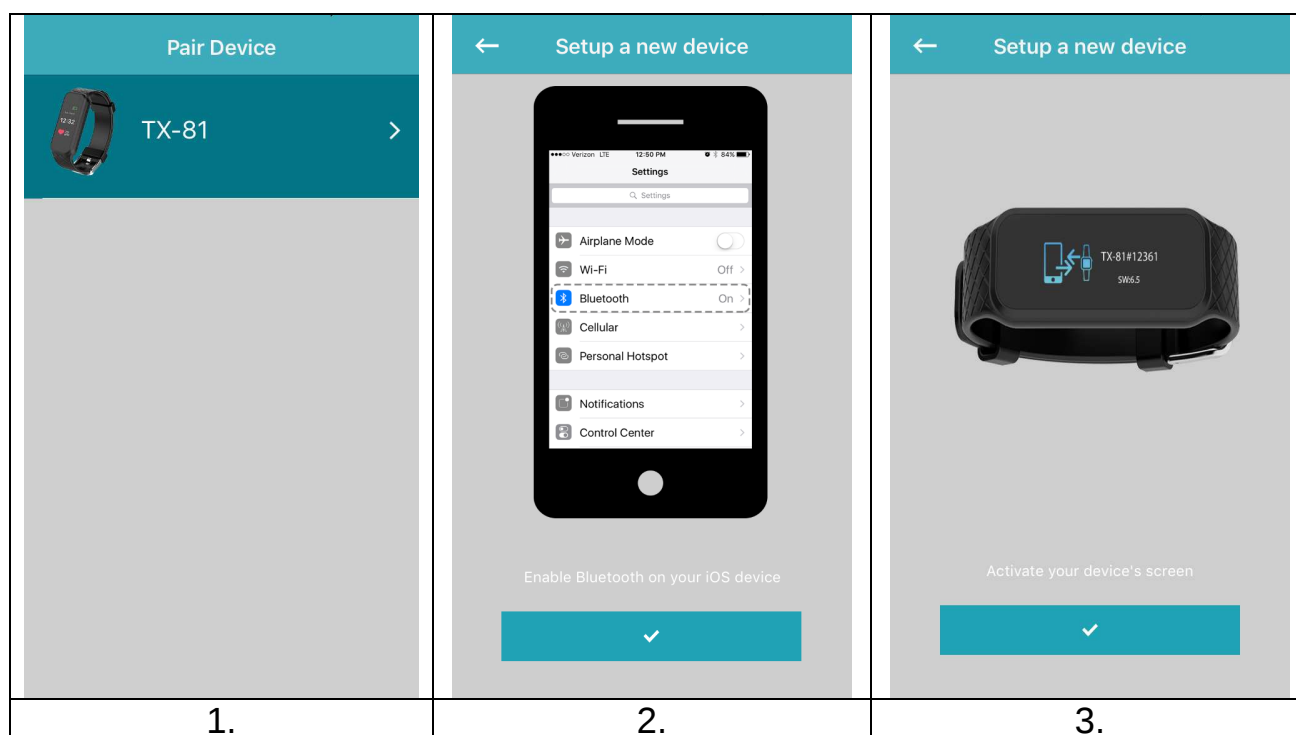
Wpisz się, jeśli jest to pierwszy raz z użyciem aplikacji My Fitness Plus. Podczas logowania należy wpisać swój email oraz hasło.

Aby się zarejestrować wypełnij wszystkie wymagane pola. Patrz zdjęcie poniżej.



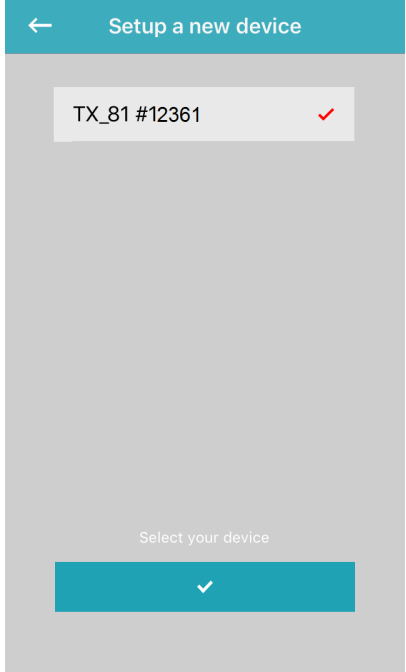
Zapomniałeś hasła? W takim przypadku zresetuj swoje hasło, naciskając „Zapomniałem hasło” (Forgot Your Password). Podaj swój adres e-mailowy, który podałeś, zakładając konto i naciśnij opcję na „Zapomniałem hasło” (Forgot Your Password). Otrzymasz nowe hasło. Nie zapomnij zmienić hasła ponownie później!

1. Po udanej rejestracji widoczny jest ekran, jak na zdjęciu poniżej z lewej strony. Wybierz „TX-81”.
2. Aktywuj Bluetooth, jak podpowiada zdjęcie pośrodku (lub może to połączenie jest już dostępne). Naciśnij przycisk z symbolem sprawdzania.
3. Teraz uaktywnić ekran swojej opaski. Twoja opaska powinna pokazać taką samą ikonę jak na prawym zdjęciu (pierwsza instalacja automatycznie). Jeśli ta ikona nie pojawia się automatycznie na Twojej opasce, wykonaj, co następuje: Aktywuj opaskę nadgarstkową dwukrotnym dotknięciem; przesuwaj, aż ujrzysz aplikację (APPS), dotknij jeszcze raz, aby przejść do menu. Przesuń do ikony ustawień  i dotknij jej. Przesuwaj ikony, aż ujrzysz ekran z obrazkiem po prawej stronie. Naciśnij przycisk z symbolem sprawdzania w aplikacji.



4. Wybierz swoją opaskę jak pokazuje Ci wykaz lewego zdjęcia poniżej. Numer pokazany w aplikacji powinien być ten sam, jak na ekranie opaski.
5. Zdjęcie pośrodku poniżej informuje, co należy czynić. Spójrz na swoją opaskę i potwierdź sparowanie z Twoim smartfonem, dotykając znak sprawdzenia  pokazany w smartfonie. W ramach systemu iOS trzeba również sprawdzić sparowanie. Ukaże się rozwijane okienko.
6. Opaska nadgarstkowa teraz powinna pokazać datę i godzinę. Aplikacja pokazuje ekran jak na zdjęciu poniżej. Następnie sparowanie było udane.

7.

		
4.	5.	6.

Jeśli parowanie nie powiodło się, ukaże się obraz jak na zdjęciu poniżej z lewej strony. Spróbuj wykonać powyższe czynności ponownie.

→ LUB →

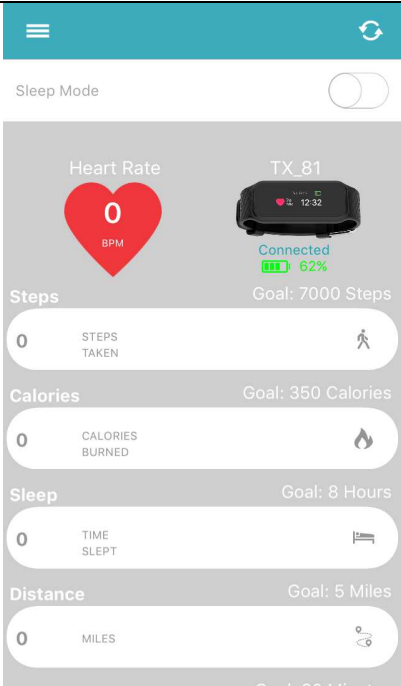
Jeśli żadne urządzenie Bluetooth nie zostało znalezione, przejdź do ustawień Bluetooth smartfona i wyłącz/włącz połączenie Bluetooth. Jeśli nadal nie ma urządzenia Bluetooth, powtórz powyższe kroki.

→ LUB →

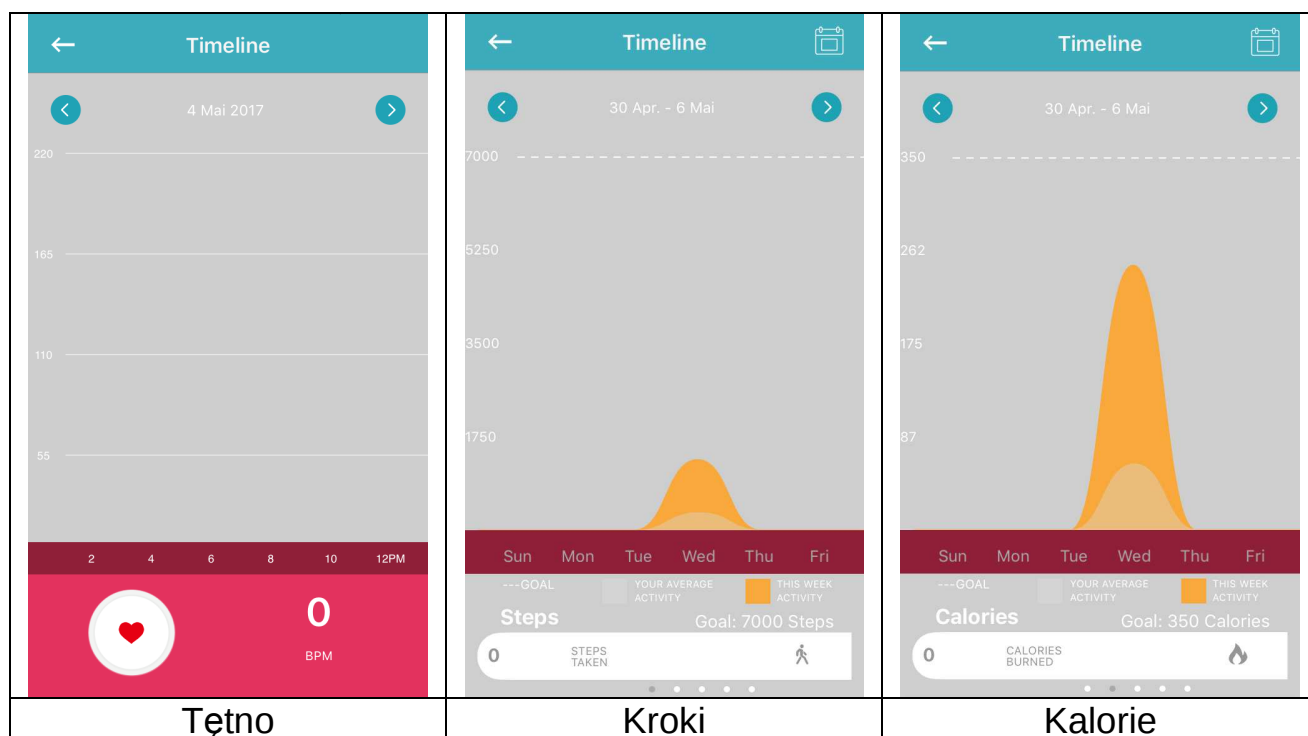
Jeśli nie można znaleźć urządzenia Bluetooth, przejdź do ustawień Bluetooth swojego smartfona i rozłącz połączenie Bluetooth z opaską, usuń je ze swojej listy Bluetooth. Teraz spróbuj ponownie wykonać czynności powyższego połączenia.

→ LUB →

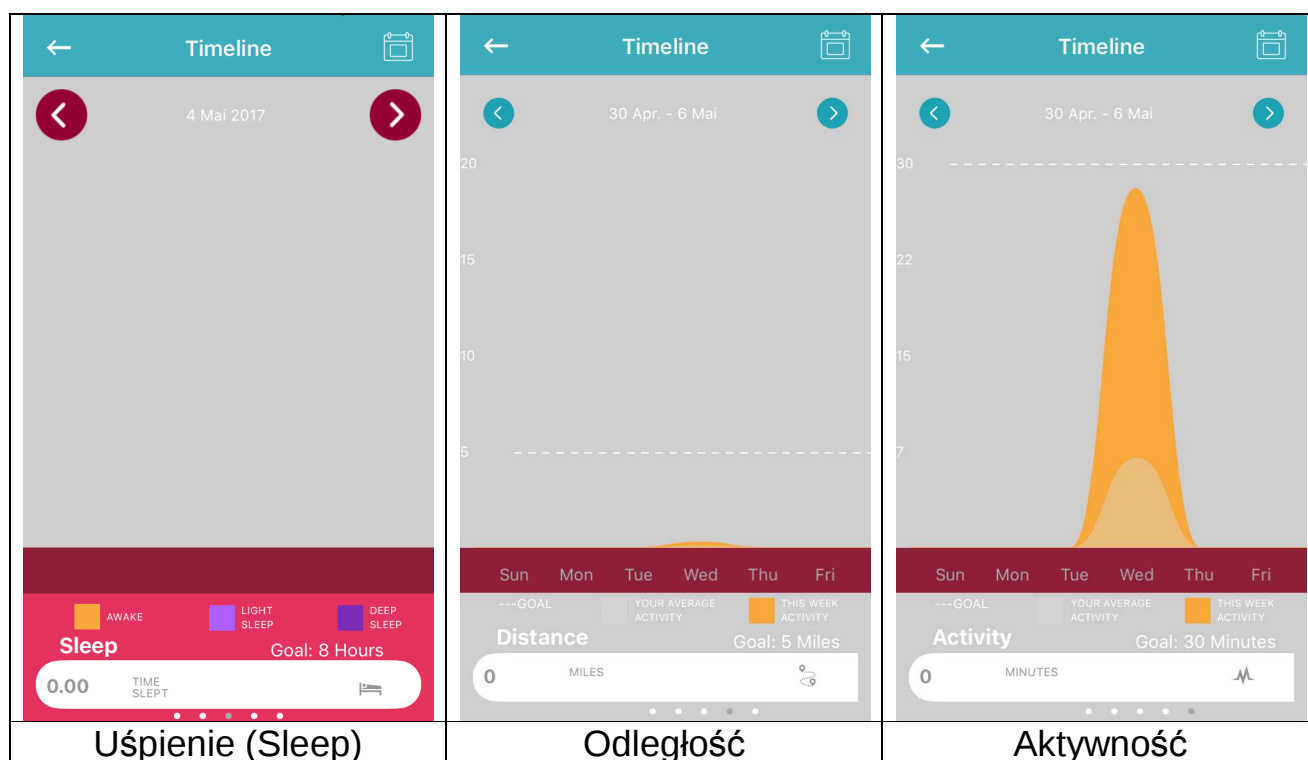
Zamknij i zakończ proces działania aplikacji My Fitness Plus i otwórz go.

	
Parowanie nie powiodło się	Codzienny przegląd

Dotknij , jak na prawym zdjęciu powyżej, aby zsynchronizować swoją opaskę ze smartfonem. Teraz możesz śledzić swoje postępy w swoim smartfonie. Grafika powyżej z prawej strony pokazuje osiągnięte dzienne aktywności.



Tętno w funkcji czasu pokazują pracę serca w ciągu dnia w postaci wykresu. Kroki, kalorie, sen, dystans pokonana i aktywność można przełączać pomiędzy tygodniowym i miesięcznym odcinkiem czasowym. Dzielne osiągnięcia zostaną pokazane w postaci dziennego przeglądu.

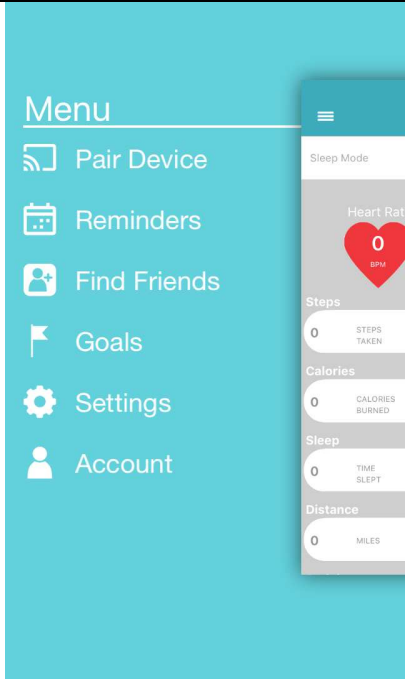
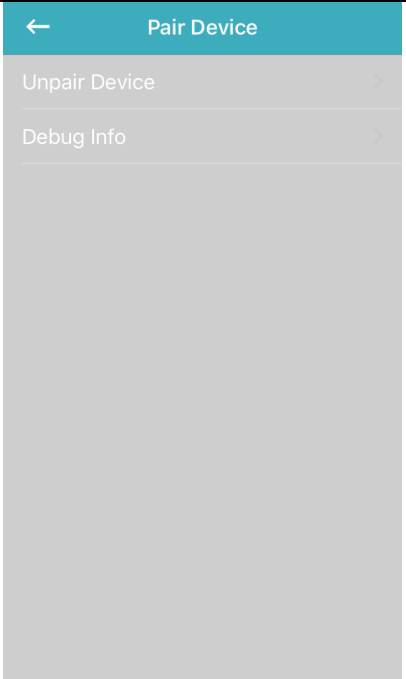
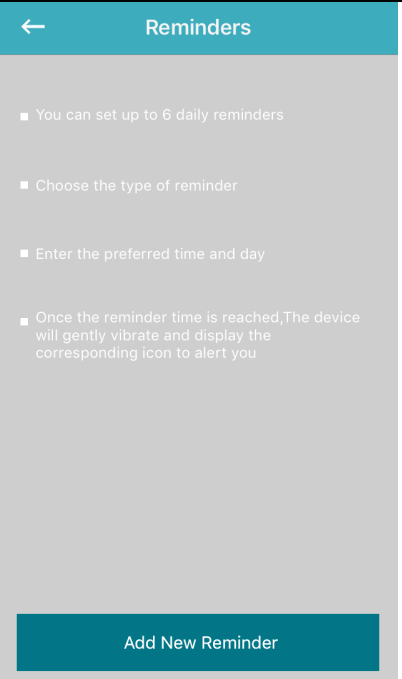


17.2 Menu główne

Naciskając  w lewym górnym rogu na dzienny przegląd, otworzy się menu główne. Tutaj można wybrać jedno z następujących ustawień: Parowanie urządzenia (Pair device), Przypomnienia (Reminders), Znajdź znajomych (Find Friends), Cele (Goals), Ustawienia i konto (Settings and Account).

17.2.1 Parowanie urządzenia

Pod „parowaniem urządzenia” znajdziesz opcję rozparowania połączonego urządzenia. Pod informacją o usuwaniu błędów (Debug Info) zobaczysz IMEI opaski i wersji oprogramowania opaski. **Uwaga:** Aktualizacje opaski są także widoczne tutaj:

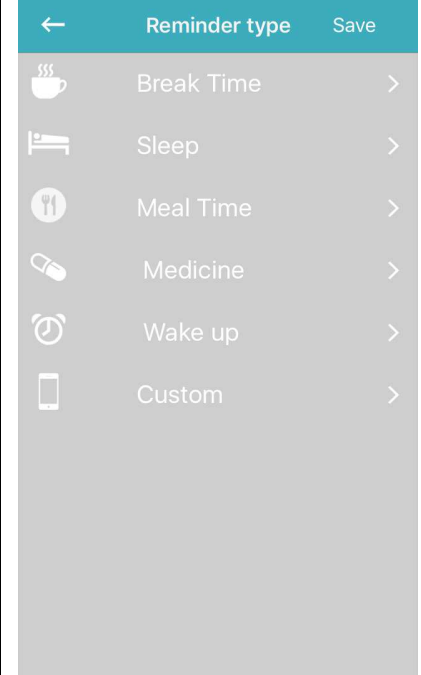
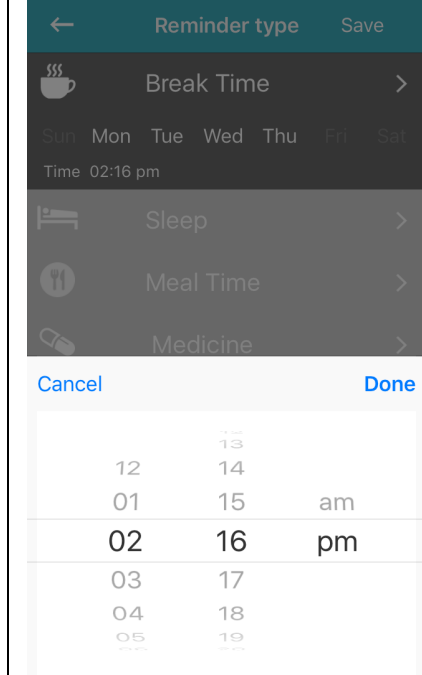
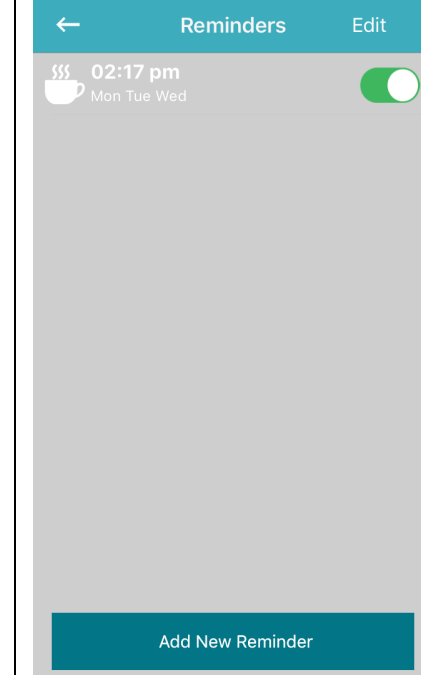
		
Menu główne	Parowanie urządzenia (Pair device)	Przypomnienia (Reminders)

17.2.2 Przypomnienia

W celu dodania nowego przypomnienia naciśnij „Dodaj nowe przypomnienie (Add new Reminder)”, prawe zdjęcie powyżej. Teraz możesz wybrać z listy przypomnień zaprogramowanych fabrycznie: Czas przerwy (Break Time), Uśpienie (Sleep), Czas posiłku (Meal Time), Lek (Medicine), Pobudka (Wake up) czy nazwa własna (Custom). Wybierz jedno i zacznij je dostosowywać, ustawiając dzień tygodnia i czas przypomnienia.

Uwaga: Dla własnych przypomnień możesz wpisać własną nazwę przypomnienia. Wystarczy kliknąć hasło nazwa własna (custom), aby otworzyć klawiaturę i wpisać swoją nazwę.

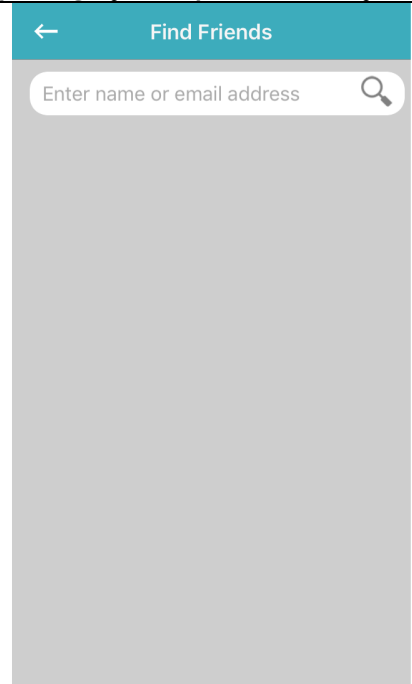
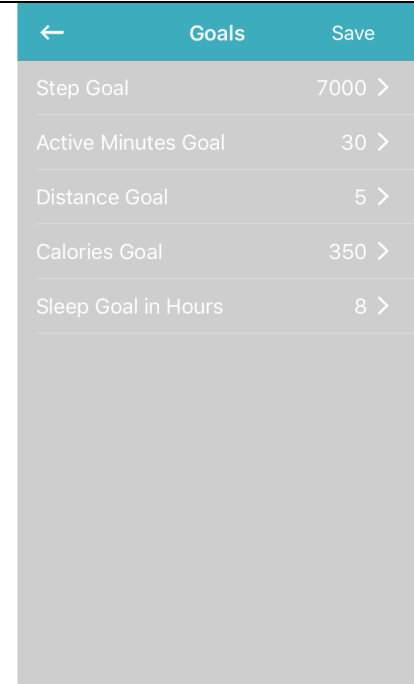
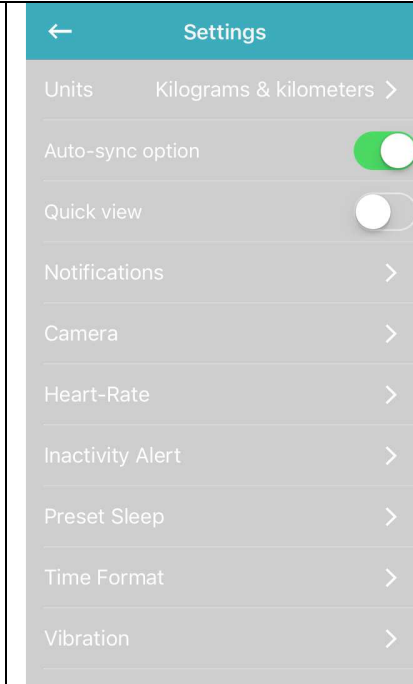
Nazwa może zawierać maks. 20 liter łacińskich lub znaków dodatkowych; istnieje także możliwość ich mieszania.

		
Rodzaj przypomnienia	Ustawienie dnia tygodnia i godziny	Dodane przypomnienie

17.2.3 Znajdź znajomych

Dodaj znajomych poprzez wyszukiwanie ich adresów e-mailowych. Możesz porównywać swoje codzienne cele (kroki, kalorie i dystans) i stawać się lepszy porównując je ze sobą.

Uwaga: Zaproszenia od znajomych, są wyszczególnione codziennym przeglądzie pod tablicą liderów.

		
Znajdź znajomych	Cele	Ustawienia

17.2.4 Cele

Ustaw swoje dzienne cele. Naciśnij Zapisz, aby synchronizować urządzenie z opaską nadgarstkową.

17.2.5 Ustawienia

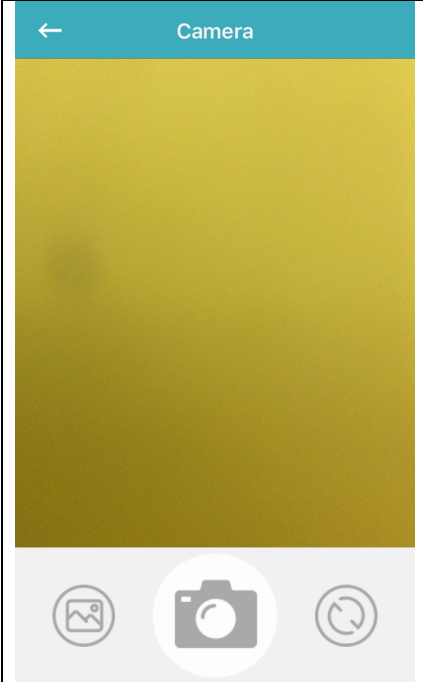
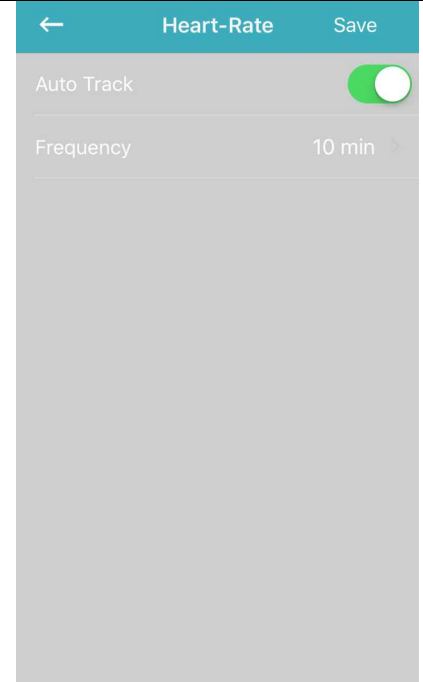
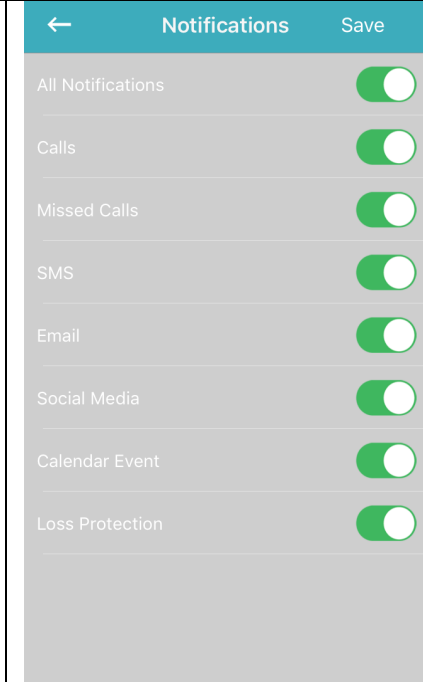
Zmień ustawienia fabryczne i dostosuj je do własnego użytku. Możesz ustawić jednostki, autosynchronizację, szybki przegląd, kamerę, tętno, Komunikację, Alarm nieaktywności, programowanie snu, format czasu, wibracje i reset. Znajdź tutaj aktualną wersję aplikacji. Pod O nas możesz znaleźć dwie opcje Impressum i Deklarację.

Pod ustawieniami możesz bezpośrednio ustawiać następujące dwie opcje: Włącz **Auto-Sync**; aplikacja i smartfon zsynchronizują się automatycznie zakładając, że połączenie Bluetooth jest włączone i znajdujesz się w zasięgu Bluetooth oraz aplikacja w Twoim smartfonie jest otwarta.

Aktywuj **Quick View**; opaska włączy się automatycznie, gdy ruszysz nadgarstkiem, aby spojrzeć na opaskę. Pokaże ostatnio uruchomioną opcję na opasce.

Kamera

Tą opcją otwierasz kamerę swojego smartfonu i wykonujesz zdjęcia typu selfie w zasięgu Bluetooth, uruchamiając migawkę poprzez opaskę. Patrz rozdział 12.4.

		
Kamera	Ustaw tętno	Komunikaty

Tętno

Możesz mierzyć tętno w trybie ręcznym, naciskając na ikonę serca na swojej opasce. Zaleca się tylko włączanie tej opcji podczas treningów, ponieważ zużywa ona dużo energii akumulatora.

Aktywuj funkcję **Auto Track** (śledzenie automatyczne) i ustaw częstotliwość. Opaska nadgarstkowa zmierzy Twoje tętno co minutę i zapisze je w pamięci do momentu synchronizacji ze smartfonem.

Komunikaty

Włącza **Wszystkie komunikaty** lub wyreguluje ustawienie według życzenia.

Połączenia pokazują przychodzące połączenie (numer lub nazwę) na opasce.

Nieodebrane połączenia pokazują połączenia (numer i nazwa) nieodebrane. Informacja przychodzącego smsa może być widoczna na głównym ekranie opaski lub może być odczytana. Patrz rozdział 11.

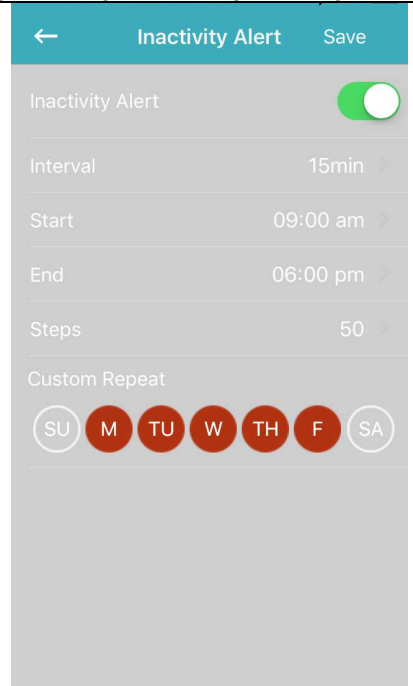
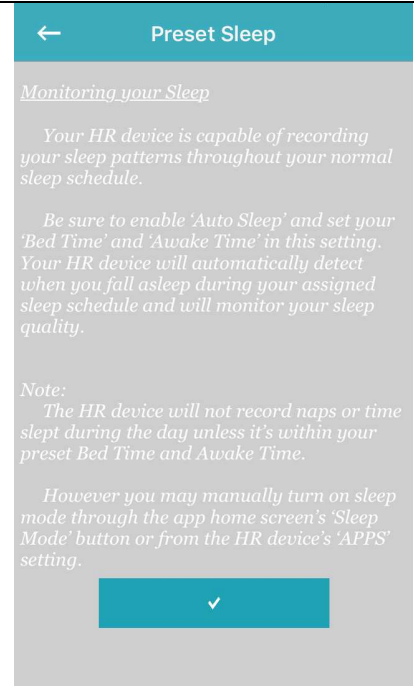
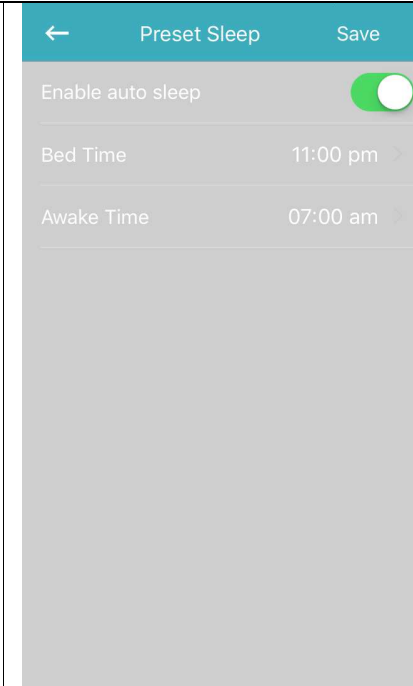
W przypadku **Emaila** można jedynie zobaczyć ikonę poczty oraz liczbę przychodzących emaili na głównym ekranie opaski.

Media społecznościowe mogą wyświetlać komunikaty z np. Twittera, Facebooka czy WhatsAppa, które można odczytywać z opaski w opcji Komunikatów.

Zdarzenia kalendarzowe pokazują się jedynie na ekranie głównym opaski nadgarstkowej dla przypomnienia Tobie o umówionych spotkaniach lub datach, nie wyświetlają się żadne nazwy, tylko ikona Zdarzenia Kalendarzowego.

Alarm bierności

Uruchamia i dostosowuje ustawienia dla alarmu bierności. Funkcja ta przypomni Ci, że trzeba się poruszać. Np.: Co 15 minut zrób 50 kroków. Patrz zdjęcie poniżej, z lewej strony.

		
Alarm bierności	Jak używać zaprogramowany sen	Ustaw zaprogramowany sen

Programowanie czasu uśpienia

Włącz automatyczne uśpienie i wprowadź czas pójścia do łóżka jak również czas wstawania. Teraz opaska może wykryć, kiedy kładziesz się spać w trakcie działania opcji automatycznego usypiania. Wykres lekkiego snu i głębokiego snu pojawi się w Twoim codziennym przeglądzie.

Format czasu

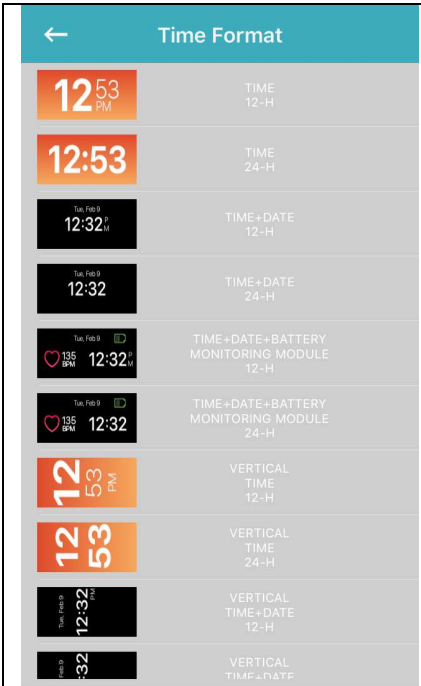
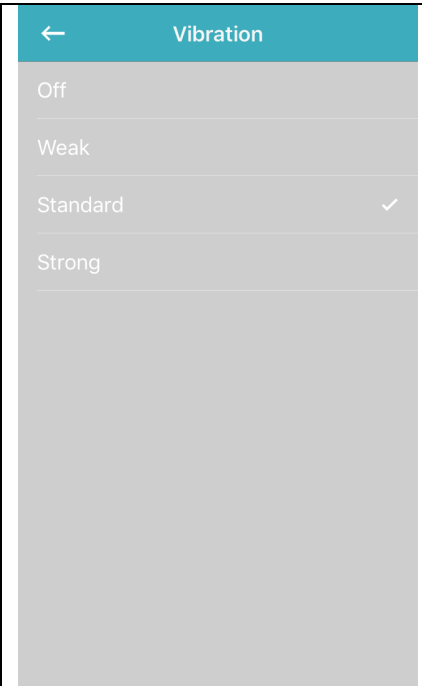
Ustawia najbardziej odpowiedni format czasu wyświetlanego na Twojej opasce. Naciśnij odpowiedni format czasu. Następnie zostaniesz poproszony o zsynchronizowanie z opaską. Potwierdź zsynchronizować.

Wibracje

Reguluje odpowiadającą Tobie siłę wibracji. Aplikacja My Fitness Plus musi zsynchronizować się z opaską nadgarstkową po tym wyporze.

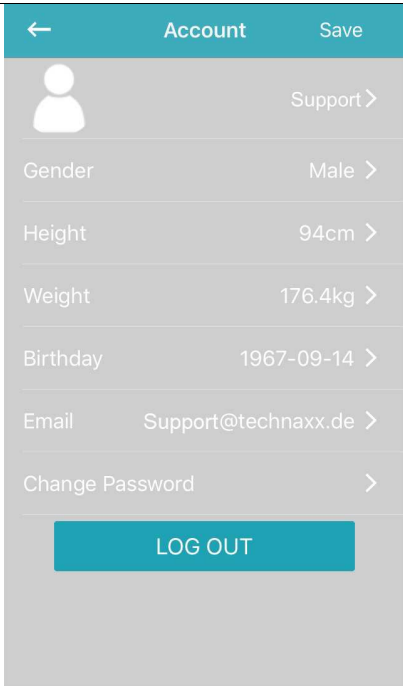
Reset

Resetuje opaskę nadgarstkową. Wszystkie uzyskane dane, które nie zostały zsynchronizowane z smartfonem ulegną utracie. Przed zresetowaniem opaski sprawdź, czy wszystkie dane zostały zsynchronizowane z aplikacją My Fitness Plus.

 ← Time Format 12:53 PM TIME 12-H 12:53 TIME 24-H 12:32 TIME+DATE 12-H 12:32 TIME+DATE 24-H 12:32 PM TIME+DATE+BATTERY MONITORING MODULE 12-H 12:32 PM TIME+DATE+BATTERY MONITORING MODULE 24-H 12:53 PM VERTICAL TIME 12-H 12:53 VERTICAL TIME 24-H 12:32 VERTICAL TIME+DATE 12-H 12:32 VERTICAL TIME+DATE 24-H	 ← Vibration Off Weak Standard ✓ Strong	 ← Reset TX-81#12361 SW6.5 You will lose all your current progress and the device will be reset to its factory settings. Are you sure you want to reset? ✓
Format czasu	Wibracje	Reset

O nas

Znajdź link do naszej strony głównej. W Impressum można znaleźć nasz numer telefonu serwisowego jak również nasz adres. Deklaracja pokazuje, które dane są używane do uruchamiania My Fitness Plus.

	
O nas	Konto Użytkownika

17.2.6 Konto Użytkownika

Pod Kontem znajdują się dane wprowadzone w trakcie rejestracji. Jeśli coś zmieniło ciężar lub wysokość, tu możesz dokonać ustawień. Możesz się także wylogować ze swojego konta, wpisując lub rejestrując nowe konto.

18 Ostrzeżenia

- Naładuj urządzenie zaraz, gdy wykazuje ono wyczerpanie baterii i użyj do tego celu standardowego złącza ładowania.
- Nie zostawiaj urządzenia w miejscach wilgotnych, ani nie narażaj go na działanie cieczy podczas ładowania.
- Nie wystawiaj urządzenia na skrajne temperatury.
- Nie zostawiaj urządzenia na miejscu bezpośredniego padania promieni słonecznych na dłuższy czas.
- Nie umieszczaj urządzenia w pobliżu ognia.
- Unikaj kontaktu urządzenia z ostrymi przedmiotami.
- Nie użytkuj urządzenia w sposób niewłaściwy, demontażem, naciskiem, przebiciem, działaniem ciepła i ognia, itp.
- nie wolno czyścić urządzenia ścierniwem.
- Trzymaj urządzenie z dala od niemowląt i dzieci, gdyż małe części mogą być przyczyną zadławienia.

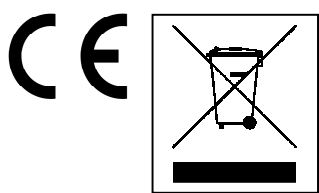
19 Rozwiązywanie problemów

19.1 Nieudana synchronizacja danych poprzez APP

1. Sprawdź, czy sieć telefonu i ustawienia Bluetooth są włączone, czy nie. Do synchronizacji danych zarówno sieć telefonu jak i Bluetooth muszą być włączone jednocześnie.
2. Sprawdź, czy opaska nadgarstkowa jest w pobliżu Twojego telefonu. Zasięg połączenia wynosi do 10m.
3. Upewnij się, że twoja opaska połączyła się z urządzeniami.

19.2 Nie udało się połączyć APP z opaską/bransoletką

1. Sprawdź, czy sieć telefonu i ustawienia Bluetooth są włączone, czy nie. Zarówno sieć telefonu jak i Bluetooth muszą być włączone jednocześnie.
2. Sprawdź, czy opaska jest w pobliżu Twojego telefonu. Zasięg połączenia wynosi do 10m.
3. Sprawdź, czy opaska nie jest podłączona do innego konta.



Wskazówki dotyczące ochrony środowiska: Materiały opakowania utworzono z surowców wtórnych i można poddać je recyklingowi. Nie usuwać starych urządzeń ani baterii z odpadami gospodarstwa domowego.

Czyszczenie: Chronić urządzenie przed skażeniem i zanieczyszczeniami. Czyścić urządzenie wyłącznie miękką szmatką lub ścierką, nie używać materiałów szorstkich ani ścierających. NIE używać rozpuszczalników ani żrących środków czyszczących. Dokładnie wytrzeć urządzenie po czyszczeniu.

Dystrybutor: Technaxx Deutschland GmbH & Co.KG, Kruppstr. 105, 60388 Frankfurt a.M., Niemcy