

# Montre connectée

## Mode d'emploi

Merci d'avoir choisi notre produit, veuillez lire attentivement le mode d'emploi et le conserver pour toute référence ultérieure.



## 1. Téléchargement de l'application

Scannez le QR code pour télécharger et installer l'application sur le téléphone. Vous pouvez aussi effectuer le téléchargement depuis l'Apple Store ou Google Play (application YFIT).

La prise en charge de cette application concerne les téléphones avec une version supérieure à Android 5.0 et iOS 9.0. La version Bluetooth est la 4.0.



APP Download:YFIT

## 2. Chargement et activation de la montre connectée

La première fois que vous utilisez la montre, assurez-vous que la batterie est complètement chargée. Comptez environ 2h pour une charge complète.

Placez le chargeur à l'arrière de la montre pour permettre le contact métallique, et connectez l'autre extrémité du chargeur à la tête de charge USB ou à l'interface USB de votre ordinateur.



## 3. Connecter la montre connectée

- 1/ Appuyez pendant 3-5 secondes sur la zone tactile de l'écran.
- 2/ Activez le Bluetooth et la localisation du téléphone et assurez-vous que la montre n'est connectée à aucun autre appareil.
- 3/ Ouvrez l'application YFIT sur votre téléphone.
- 4/ Cliquez sur le nom de l'appareil. L'appareil est alors correctement.

*Remarque :*

1/ Lorsque vous utilisez le GPS en mode sport, veuillez activer la localisation à partir du téléphone. La montre n'a pas de fonction GPS mais vous pouvez utiliser cette fonction dans l'application.

2/ Les données du podomètre, du moniteur de sommeil, de la fréquence cardiaque, de la pression artérielle et de la saturation en oxygène du sang de la montre seront synchronisées avec l'application. Vous trouverez l'historique de vos données sur l'application.

## 4. Fonctionnalités

### 1/ *Interface principale / Cadran*

Le cadran de la montre peut être modifié depuis les paramètres de l'application.

### 2/ *Podomètre*

La montre peut enregistrer le nombre de pas effectués chaque jour. Les données sont synchronisées avec l'application. Sont aussi mesurés la distance de marche, les calories et d'autres détails.

Les données seront effacées chaque jour à 00h00, mais vous garderez l'historique dans l'application.

### 3/ *Moniteur de sommeil*

L'utilisateur portant la montre pour dormir peut mesurer sa durée de sommeil, son sommeil profond et son état de sommeil léger. Vous pouvez aussi ajuster votre temps de sommeil et ainsi améliorer l'indice de santé de votre corps. Le temps de surveillance du sommeil est par défaut programmé de 22h à 8h. Le résultat de sommeil de la nuit sera affiché le matin à 8h. Les données seront synchronisées avec l'application.

### 4/ *Rythme cardiaque*

Une fois sur la fonction fréquence cardiaque, la mesure démarrera automatiquement après 2 seconds. Les données du test seront affichées lorsque la mesure sera terminée. Les données seront synchronisées avec l'application.

Les résultats de la mesure sont à titre de référence uniquement. Ne pas les utiliser comme données médicales.

## *5/ Mode sport*

Cliquez sur l'icône du mode sport pour accéder au mode multisports : marche, course, vélo, escalade, yoga, badminton, basket-ball, football, natation et fitness.

Cliquez sur le bouton droit pour mettre en pause ou arrêter la mesure des données. Les données seront synchronisées avec l'application.

## *6/ Pression artérielle*

Dirigez-vous sur l'interface de la pression artérielle, la mesure commencera automatiquement après 2 secondes. Les données seront synchronisées avec l'application.

Les résultats de la mesure sont à titre de référence uniquement. Ne pas les utiliser comme données médicales.

## *7/ Pression artérielle*

Une fois sur l'interface de la fonction oxygène sanguin, la mesure sera automatiquement prise après 2 seconds.

Les données du test seront affichées lorsque la mesure sera terminée. Les données seront synchronisées avec l'application.

Les résultats de la mesure sont à titre de référence uniquement. Ne pas les utiliser comme données médicales.

## *8/ Prévisions météorologiques*

Affichez les informations météo actuelles et aussi les prévisions pour les jours à venir.

Remarque : la montre doit être connectée à l'application pour obtenir les informations.

## *9/ Notifications de rappel*

Lorsque vous recevez un nouveau message, la montre vibre pour vous notifier du message et afficher son contenu. La montre stocke les 5 derniers messages reçus et écrase automatiquement le premier message lorsque vous recevez le cinquième message.

Remarque : Veillez à ce que vos notifications sont activées sur votre téléphone. Sinon, la montre ne pourra recevoir les notifications. Pensez aussi à activer les applications pour lesquelles vous souhaitez recevoir les notifications.

## 10/ *Obturateur*

Cliquez sur le bouton de l'appareil photo de votre téléphone, puis secouez votre main ou bras pour prendre la photo de manière automatique.

## 11/ *Contrôle de la musique*

Une fois connecté à l'application, ouvrez manuellement le lecteur de musique à partir de votre téléphone. Vous pourrez alors contrôler la lecture de vos musiques depuis la montre.

## 12/ *Entraînement respiratoire*

Entrez dans l'interface d'entraînement respiratoire. Vous pourrez alors choisir le temps et le rythme souhaité sur lesquels vous souhaitez vous entraîner. Vous n'aurez alors qu'à suivre les instructions d'inspiration et d'expiration. Aide à réduire le stress et également bon pour la fonction pulmonaire.

## 13/ *Chronomètre*

Cliquez sur le chronomètre pour accéder à l'interface. Cliquez ensuite sur le bouton rouge pour mettre en pause ou pour démarrer le chronomètre. Cliquez sur le bouton gris pour réinitialiser.

## 14/ *Réglages*

Veille de l'écran : Vous pouvez régler le temps de veille de l'écran.

Luminosité : Vous pouvez régler la luminosité de l'écran.

Trouver votre téléphone : Une fois connecté à l'application. Cliquez sur la fonction "Recherchez un téléphone". Le téléphone recevra alors un son.

Eteindre : Cliquez sur "Eteindre", la montre passera à l'état d'arrêt. Vous devez appuyer et maintenir l'écran tactile pendant 3 à 5 secondes pour redémarrer.

Réinitialisation : Lorsque vous cliquez sur Restaurer les paramètres, la montre revient à l'état initial et redémarre automatiquement. A ce moment, toutes les données de la montre seront effacées.

### 15/ *Rappel sédentaire*

Prévoyez un rappel sédentaire pour vous reposer dans votre journée.

### 16/ *Appel entrant*

Activer la fonction de rappel d'appel. Lorsque vous recevez un appel, la montre vibre pour vous avertir.

### 17/ *Réveil*

La fonction d'alarme peut être définie dans l'application. Jusqu'à 5 alarmes peuvent être programmées. Un rappel aura lieu toutes les deux minutes.

## 5. Configuration

Ouvrez l'application YFIT puis activer les autorisations de lecture des notifications. Sélectionnez Activer YFIT.

## 6. Pourquoi ne pouvez-vous pas porter la montre pendant dans un bain chaud, sauna...?

La température de l'eau du bain est relativement élevée. Elle produira beaucoup de vapeur d'eau, en phase gazeuse. Son rayon moléculaire est petit. Il est donc facile de s'infiltrer depuis la coquille de la montre. Lorsque la température baisse, en phase liquide, les gouttelettes d'eau peuvent former un court-circuit à l'intérieur de la montre et endommager la carte de circuit de la montre.

## 7. Avertissement

Il est interdit de jeter ce produit au feu pour éviter toute explosion. La durée de vie de la batterie varie en fonction de l'environnement et du mode d'utilisation.

Ce produit n'est pas un appareil médical. La montre et son application ne doivent pas être utilisées pour un diagnostic, un traitement ou une prévention de maladie. Si vous souhaitez modifier vos habitudes telles que l'exercice et le sommeil, veuillez d'abord consulter un personnel médical qualifié. Notre société se réserve le droit de la modifier et d'améliorer l'une des fonctions décrites dans ce manuel, sans préavis. Dans le même temps, la société se réserve le droit de mettre à jour en permanence le contenu des produits. Tout le contenu est soumis au produit réel.

Attention particulière : Pour tout problème d'utilisation de la montre, vous pouvez obtenir des réponses détaillées dans les suggestions de l'application.

*Les produits, les accessoires, l'interface utilisateur et les autres illustrations de ce manuel sont des diagrammes schématiques et ne sont fournis qu'à titre de référence. En raison des mises à jour et des mises à niveau des produits, le produit et l'illustration réels peuvent être légèrement différents. Veuillez vous référer au produit réel.*