

# VASTKING

## Fit M3 Smart Watch

### User Manual



Thank you for purchasing our products. This manual addresses the safety guidelines, guarantee, and operating guidelines. Please review this manual thoroughly before operating your device.

All pictures in this manual are for display purpose only. Actual product may change because of item firmware update and application redesign.

# Table of Contents

<b>English Version</b> .....	1
<b>Getting Started</b> .....	1
What's in the Box .....	1
What's in this Manual .....	1
<b>Setting up Your Watch</b> .....	1
Charging Your Watch.....	1
<b>Wearing Your Watch</b> .....	2
<b>Getting to Know Your Watch</b> .....	3
Basic Operation.....	3
Watch Interfaces.....	3
<b>Using Your Watch</b> .....	4
App Installation.....	4
Pairing the Watch with Your Phone.....	4
App Interfaces.....	5
<b>Function Introduction</b> .....	10
1.Exercise.....	10
2.Step Count.....	11
3.Sleep.....	11
4.Heart Rate.....	11
5.Blood Oxygen.....	11
6.Weather Information.....	12
7.Message Push.....	12
8.Camera Control.....	12
9.Music Control.....	12
10.Breathe Training.....	13
11.Alarm Clock.....	13
12.Countdown.....	13
13.Stopwatch.....	13
14.Flashlight.....	13
15.Search the Mobile Phone.....	14
16.Other Functions.....	14
17.Theatre Mode.....	14
18.Long Sitting Reminder.....	14
19.Female Physiological Cycle Reminder.....	15
20.Time Setting of Watch Bright Screen.....	15
21.Full Day Heart Rate.....	15
<b>FAQs</b> .....	16
<b>Warranty</b> .....	18
<b>Important Safety Instructions</b> .....	19

日本語バージョン.....	21
初めに.....	22
商品説明.....	22
マニュアルについて.....	22
時計のセットアップ.....	22
充電方法.....	22
時計の付け方.....	23
時計についてもっと知る.....	24
基本的な操作.....	24
時計の使用方法.....	25
アプリの使用方法.....	25
携帯と時計をペアリングする.....	27
アプリのインターフェース.....	27
インターフェースの切り替え.....	28
時計の機能説明.....	31
1.エクササイズ.....	31
2.歩数計.....	32
3.スリープ.....	32
4.心拍数.....	32
5.血中酸素.....	32
6.天気.....	33
7.メッセージ.....	33
8.カメラ.....	33
9.ミュージック.....	33
10.呼吸のトレーニング.....	34
11.アラーム.....	34
12.カウントダウン.....	34
13.ストップウォッチ.....	34
14.フラッシュライト.....	34
15.モバイルフォンを探す.....	35
16.その他の機能.....	35
17.シアターモード.....	35
18.ロングシットングリマインダー.....	35
19.女性用ボディリマインダー.....	36
20.明るいスクリーンの時間設定.....	36
21.一日の心拍数.....	36
よくある質問.....	37
保証.....	39
安全な使用方法.....	40

<b>Deutsche Version</b> .....	42
<b>Erste Schritte</b> .....	43
Verpackungsinhalt .....	43
Bedienungsanleitungsinhalt .....	43
<b>Einrichten Ihrer Smartwatch</b> .....	43
Aufladen der Smartwatch.....	43
<b>Tragen der Smartwatch</b> .....	44
<b>Funktionen der Smartwatch</b> .....	45
Grundbetrieb.....	45
<b>Verwendung der Smartwatch</b> .....	46
Anwendungsinstallation.....	46
Paaren der Smartwatch mit Ihrem Mobiltelefon.....	46
Anwendungsanzeige.....	48
Anzeigenschalter.....	51
<b>Einführung in die funktionen der smartwatch</b> .....	52
1. Übung.....	52
2. Schrittzähler.....	53
3. Bereitschaft.....	53
4. Herzschlagrate.....	53
5. Blutsauerstoff.....	53
6. Wetterdaten.....	54
7. Nachrichtenanzeige.....	54
8. Kamerasteuerung.....	54
9. Musiksteuerung.....	55
10. Atmungsübung.....	55
11. Alarmuhr.....	55
12. Countdown.....	55
13. Stoppuhr.....	55
14. Taschenlampe.....	56
15. Mobiltelefon suchen.....	56
16. Weitere Funktionen.....	56
17. Theatermodus.....	56
18. Langes Sitzen-Erinnerung.....	57
19. Erinnerung des physiologischen Zyklus von Frauen.....	57
20. Zeiteinstellung für helles Smartwatch-Display.....	57
21. Ganztägige Herzschlagrate.....	57
<b>Fragen und Antworten</b> .....	58
<b>Garantie</b> .....	61
<b>Wichtige Sicherheitsanweisungen</b> .....	61

## Getting Started

### What's in the Box



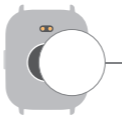
Smart Watch 1    Charging Cable 2    User Manual 3  
Quick Start Guide 4    Warranty Card 5

### What's in this Manual

This manual gets you started quickly with setting up your watch. Arrangement guarantees that your watch can synchronize its information with the Da Fit app, where you can get detailed information on your stats, see recorded patterns, log sleep, and more. When arrangement is finished, you're prepared to begin moving. The rest of the manual walks you through every function on your Vastking Fit M3 Smart Watch.

## Setting Up Your Watch

### Charging Your Watch



1. Insert the USB plug of the charging cable into the USB port on your computer or a 5V-2A charger of the mobile phone charger.
2. Hold the other end of the charging cable close to the port on the back of the watch until it appends attractively.

3.Ensure the pins on the charging cable lock securely with the port.The connection is secure when the watch vibrates and the battery symbol with percent charged shows up on the screen.

At the point when the watch shows that the battery is low, connect the watch to a USB port with 5V-2A.

While the watch charges, there is a battery progress circle on the screen and you can check the battery level at any time.



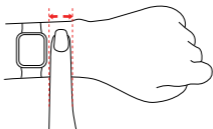
## Wearing Your Watch

### All-day Wear and Exercise

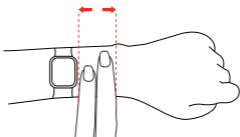
For throughout the day wear when you're not working out, wear the device on your wrist horizontally, a finger's width underneath your wrist bone and lying level, a similar way you would put on a watch.

### For optimized heart rate tracking, keep these tips in mind:

1.Experiment with wearing the watch higher on your write during exercise. Since the blood stream in your arm builds the farther up you go, moving the watch several inches can improve the pulse signal. Likewise, numerous activities, for example, bicycle riding or weight lifting expect you to twist your wrist much of the time, which is bound to meddle with the pulse signal if the watch is lower on your wrist.



2. Try not to wear your watch excessively close. A tight band limits blood stream, conceivably influencing the pulse signal. This being said, the watch ought to likewise be marginally more tight (cozy yet not tightening) during exercise than during throughout the day wear.



**Smart watch data cannot be used for medical purposes. The monitoring data is for reference only. If you need medical help, please contact a professional doctor.**

## Getting to Know Your Watch

### Basic Operation



-Turn on / off the watch

Turn On: On the power off state, long press the key on the side for about 3s, and then power is on and light up the screen after one vibration.

Turn Off: On the initial interface of the watch, long press the key on the side for about 3s, the interface shows powered off.

- Wake a dimmed screen
- Press the function button or turn your wrist towards you.



- Return to the previous interface
- Press the function button or swipe the screen to the right.



## Using Your Watch

### App Installation

Use the watch with our customized Da Fit app. You can download Da Fit from App Store / Google Play or scan the QR codes below to download.



Da Fit



When the download is completed, there will be all kinds of permission reminders during the installation process, and all of them choose to agree. The watch and the mobile phone should allow all the permissions obtained by the notification on the mobile phone to realize all the functions.

### How to set up letter notification



mobile phone enters settings - application management, finds "Da Fit" - permission management, and opens all.

Then enter notification management - find "Da Fit" and open all permissions.

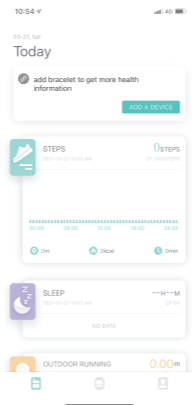
## Smart Phone System Requirements

- Android 5.0 or later
- iOS 9.0 or later
- Bluetooth 4.0 or higher

Pairing the Watch with Your Phone

Please pair the watch with your phone in the Da Fit app, NOT in the Bluetooth settings of your phone.

1. Click "Add a Device" on the Da Fit app to search your watch.



2. Click the correct watch you want to pair with your phone.

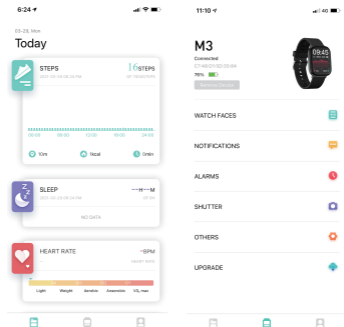


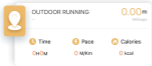
3. Once the watch is connected to your app, the watch will automatically search and reconnect itself if the connection is lost or when Bluetooth is restarted after manual disconnection.

4. If you unpair the watch with the app, the data on the watch will be reset and the watch will be restarted. Please do not unpair the watch with the app unless there is an issue that will require a reset.

5. The watch can only pair with one smartphone at a time. When pairing, please ensure the watch and your smartphone is within 1.6 feet distance.

## App Interfaces





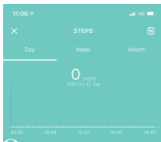
Look at more records



## NOTIFICATIONS

Turn on the switch to synchronize related information to smart bracelet.

- Phone
- Messages
- Facebook
- Twitter
- WhatsApp
- WeChat
- Instagram
- Skype
- KakaoTalk
- Line



### active activity

this week has accumulated 0 MET-min

Recommended effective MET-min is 600-1000

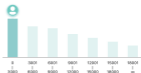
Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

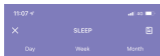


### Last 7 days performance



### Beyond 0% people go farther





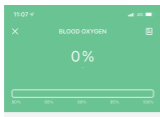
00  
2021-03-27, Sat

restful light rapid eye movement awake

### Sleep Ratio



### sleep quality score



### About Blood Oxygen Data

#### Understanding Oxygen Saturation Data

Oxygen saturation is the percentage of oxygen-bound erythrocytes in the blood that accounts for the total amount of hemoglobin that can be combined, that is, the concentration of blood oxygen in the blood, which is an important physiological parameter of the respiratory cycle.

Normal arterial oxygen saturation of about 95 - 100%

### Last 7 times measurement trends

Measure



### HEART RATE

BPM

Light Weight Aerobic Anaerobic V1, max

#### Understanding Heart Rate Data Analysis

quiet heart rate: normal in the quiet state of the heartbeat per minute is generally 60-100 times, exercise heart rate: exercise process according to the heart rate interval can determine the body's movement state, select the appropriate heart rate interval to achieve better sporting effect.

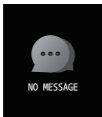
### Last 7 times trends

Measure

## Interface switch



-Dial Plate Switch: Long press the dial plate interface for 3s to switch dial plates. Slide the screen left and right to switch the dial plate and click OK to switch.



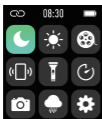
-Slide Up: View information, to display SMS, WhatsApp, twitter, ins, Facebook, etc.



-Right Slide: All functions can be selected from Display Function Menu.



-Left Slide: Enter the shortcut function of step counting - sleep - heart rate - exercise - blood oxygen - weather.

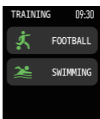
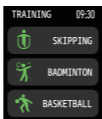
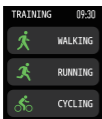


-Slide Down: The dial interface slides from top to bottom, then the interface shows Bluetooth connection, time display, battery power, no disturb mode, brightness display, mobile phone search, timer, photo control, weather and other shortcut functions

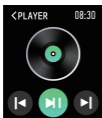
## Watch Function Introduction

Main menu: Click into the main menu, you can choose to display the nine-square grid menu and the list menu.

1.Exercise: There are 8 sports modes to choose from, including walking, running, cycling, basketball, football, badminton, rope skipping and swimming. More detailed analysis and data records can be found in Da Fit.



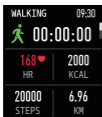
## Start a Sport



## During the Sports

Swipe the screen up or down to flip through exercise data. Swipe the screen to the left so you can control the music playing on your phone.

## End the Sports



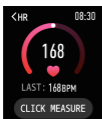
1.Press the function button and tap "end" to end the sport. Exercise data is displayed after the exercise has ended. Swipe up the screen to flip through exercise data.



2. Step Count: The watch can record and display the number of steps, calories and distance consumed every day. More detailed information analysis and data records can be viewed in Da Fit.



3. Sleep: The watch can record and display the total sleep duration of last night, as well as the length of deep sleep and light sleep. More detailed information analysis and data records can be viewed in Da Fit.



4. Heart Rate: Click the heart rate interface to measure the current heart rate value. More details analysis and data recording can be viewed in Da Fit.

Note: To monitor heart rate more accurately, wear the watch on the upper position of your wrist and a bit tighter than usual when you exercise. In addition, complete your profile in the app.



5. Blood Oxygen: Click the blood oxygen interface to measure the current blood oxygen content. Slide up to view the blood oxygen data records for nearly seven times. More detailed information analysis and data records can be viewed in Da Fit.

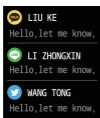
Before measuring, wear the watch a finger-width below the wrist bone and a bit tighter than usual.

a. Tap "Blood Oxygen" to enter the blood oxygen level detection mode.

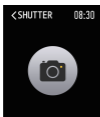
b. When measuring, keep your arm flush with your chest and the watch screen facing up. Keep your arm still to ensure the accuracy of the data.



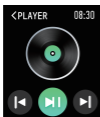
6. Weather Information: When the watch is connected to the mobile app, the weather condition and air quality information of the day will be displayed in the weather interface. The weather condition of the next week can be viewed by sliding up. More detailed information analysis and data records can be viewed in Da Fit.



7. Message Push: Watch can receive the notification information push on display mobile phone. The push application switch on Da Fit can be set, and watch message page can store the latest 3 message records.



8. Camera Control: After connecting Da Fit, the watch can be used as the shutter of the mobile camera, and the camera can be controlled. After opening the camera on the mobile phone, click the screen icon in the watch camera interface to control the camera taking of your mobile phone.

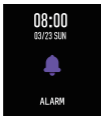


9. Music Control: After the watch is connected to Da Fit, the watch can control the mobile music player, to select pause and play, and to switch between the previous and next music.





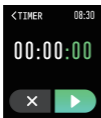
10. Breathe Training: Click the watch interface function. The watch will conduct 8 cycles to train your respiratory capacity.



11. Alarm Clock: The intelligent alarm clock of watch can be set on Da Fit, and up to 3 alarm clocks can be set. At the setting time, the watch will display the alarm clock icon and vibrate.



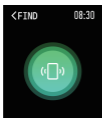
12. Countdown: 1 minute, 3 minutes, 5 minutes, 10 minutes, 15 minutes, 30 minutes, 1 hour, and 2 hours countdown can be set.



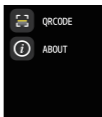
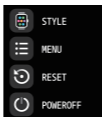
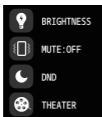
13. Stopwatch: Click the function to use the stopwatch function, which can record the time when you are in motion or need.



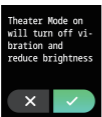
14. Flashlight: Click the function icon, the display screen will be all bright and white.



15. Search the Mobile Phone:  
Connect the watch to Da Fit, and when you click the watch interface. The mobile phone will vibrate and make a sound.



16. Other Functions: Set the display brightness of the watch, Vibration Switch, NO Disturb Mode, Theater Mode, and the Dial Plate Switch. Switch the watch function menu before the nine palace and list, restore the factory settings of the watch, shut down the watch, Download Da Fit app with QR code, and "about" view the Bluetooth address, software version number and watch model.



17. Theatre Mode When theater mode is turned on, the watch vibration is turned off and the screen brightness is reduced.



18. Long Sitting Reminder Turn on the long sitting reminder switch on the Da Fit setting. The watch will remind you to get up for a walk after you sit for an hour.



19. Female Physiological Cycle Reminder Turn on the female physiological function switch on the Da Fit setting, and set the cycle days, menstrual period days, last menstrual period start date, reminder mode, reminder time, and check the physiological cycle calendar. The set time watch will remind you to care more about yourself.



20. Time Setting of Watch Bright Screen: You can set the watch on time 5 seconds, 10 seconds, 15 seconds, 20 seconds on Da Fit.



21. Full Day Heart Rate: set the full day heart rate switch on Da fit, and the watch will test and record your heart rate every 30 minutes.

## FAQs

Q: Why cannot take a hot bath with a watch?

A: The temperature of the bath water is relatively high, which will produce a lot of water vapor. Moreover, the water vapor molecules are small and easy to seep into the gap of the watch shell. When the temperature drops down, they will condense into water droplets again, which is easy to cause short circuit in the watch internal circuit, damage the watch circuit board, and make the watch unable to work.

Q: Why can't the watch receive the message push?

A: Message push Android phone settings: Confirm that the message push switch is turned on in the mobile client.

The confirmation message can be normally displayed in the mobile phone notification bar, and the watch message push is sent by reading the mobile phone notification bar message. If there is no message in the notification bar, the watch will not be able to receive push messages. (You need to find the notification settings in the mobile phone settings, and turn on the notification switch of WeChat, QQ, telephone, SMS and other third-party information push applications.)

Open the auxiliary function settings of the watch client (Find the auxiliary function in the mobile phone settings and open the auxiliary function settings of the watch Da Fit.)

iPhone Settings

Confirm that the message push switch is turned on in the Da Fit

application of the mobile phone. Turn on all messages, phone, address book and other permissions in the Bluetooth connection set by the mobile phone. The confirmation message can be normally displayed in the mobile phone notification column. (You need to find the notification settings in the mobile phone settings, and turn on the notification switch of WeChat, QQ, telephone, SMS and other third-party information push applications.)

Q: Why can't I re-pair the watch with the Da Fit app on my smartphone?

A:

1. Swipe the screen of the watch to enter settings mode. Tap "System" and choose "Reset". The information on the watch will be reset and the watch will be restarted.
2. Select the watch language on the watch and enter the QR code interface as instructed.

If you still fail to connect the watch to the app, please kindly take the following steps:

1. Make sure your smartphone's Bluetooth is enabled and make sure the watch is not connected to other smartphones.
2. Make sure the distance between your smartphone and the watch does not exceed 1.6 feet distance.

Occasional failure to connect with Bluetooth Reboot your smartphone or restart your smartphone's Bluetooth.

Q: Why can't I receive SMS / calls notifications?

A: Calls / SMS notification function works when the watch connects to your smartphone via the app.

1. Go to your smartphone Settings, Find the Da Fit app, enable the Location and all Notifications.
2. Enable your phone's Bluetooth and go to the Da Fit app to pair the watch.
3. Make sure the "Do not disturb" function is not enabled in the app or the watch.

Q: Why is the watch disconnected from the Da Fit app on my smartphone?

A: The watch will disconnect from your smartphone in the following cases:

1. Smartphone Bluetooth is off or exceeds the Bluetooth connection range (the maximum Bluetooth connection range is 32 feet and can easily be reduced by walls, furniture, etc.)
2. The Da Fit app is closed on the phone. (This can occur automatically under certain circumstances.)

To reconnect the watch to your smartphone, please kindly take the following steps:

1. Go to your smartphone Settings, find the Da Fit app, and enable the Location and Bluetooth.
2. Clear all running / background processes on your smartphone. You may restart your smartphone and Bluetooth, then re-pair the watch in the app.

Q: Why is the Blood Oxygen Measurement lack accuracy?

The blood oxygen level will be affected by factors such as motion, watch placement on the wrist, skin temperature and skin perfusion. These factors will cause fluctuations in blood oxygen measurements.

For a single measurement on the watch, please wear the watch a finger-width below the wrist bone, snug but comfortable on your wrist. When measuring, stay still and make sure your wrist is flat with the watch facing up. If you are sitting, you can rest your arm on a table with the watch facing up. For sleep blood oxygen detection, please wear the watch snugly but comfortable on the wrist when sleeping.

The smart watch blood oxygen sensor isn't a medical device and won't be able to diagnose or monitor any medical conditions. If there is a problem with the measurement, we recommend you consult your doctor.

## **Warranty**

Vastking strive to construct our products with the most elevated meticulousness and craftsmanship. However, sometimes there are conditions of a defect, so we are happy to offer a ONE-year hassle-free warranty on all our devices as we keep on making astonishing items. Kindly reach us in the event that you have any inquiries regarding our products.

## Important Safety Instructions

The device contains electrical equipment that may cause injury if not used properly. For example, prolonged contact may contribute to skin allergies for some users. To reduce irritation, please read the safety guidelines on the following pages to ensure proper use and care.

-DO NOT expose your device to liquid, moisture, humidity or rain while charging; do not charge your device when it is at wet, as this may result in electrical shock and injury.

-Keep your device clean and dry. Do not use abrasive cleaners to clean your device.

-Consult your doctor before use if you have any preexisting conditions that might be affected by using this device.

-DO NOT wear it too tight. If your device feels hot or warm, or if it causes any skin irritation or other discomforts, please discontinue using your device and consult your doctor.

-DO NOT expose your watch to extremely high or low temperatures.

-DO NOT leave your watch near open flames such as cooking stoves, candles, or fireplaces.

-This product is NOT a toy – never allow children or pets to play with this product. Always store the product out of the reach of children. The devices themselves or the many small

parts they contain may cause choking if ingested.

-Never try to abuse, crush, open, repair or disassemble this

device. Doing so will void the warranty and can result in a safety hazard.

-If any parts of your product require replacement for any reason, including normal wear and tear or breakage, please contact us.

-DO NOT use your device in a sauna or steam room.

-Dispose of this device, the device's battery and its package

in accordance with local regulations.

DO NOT check any notifications, GPS, or any information on your device's display while driving or in other situations where distractions could cause injury or hazard. Always be aware of your surroundings while exercising.



# VASTKING

## フィットM3 スマートウォッチ 取扱説明書



弊社の商品をご購入いただきありがとうございます。この取扱説明書では安全な使用方法や保証、操作ガイドラインについて説明させていただきます。時計をお使いになる前に是非一度目を通しておいってください。

商品画像はあくまでイメージなので実際の商品とは少し異なる場合がございますがご了承ください。

## 初めに

### 商品説明



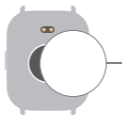
スマートウォッチ 1 充電ケーブル 2 取扱説明書 3  
クイックスタートガイド 4 保証書 5

### マニュアルについて

このマニュアルでは時計をセットアップするための簡単な手順を説明します。また、Da Fitアプリと時計がシンクロできるようになっています。アプリを使うとステータスの詳細が分かったり、記録されたパターンを見たり、睡眠やその他の情報も見ることができます。設定が終わったら、いよいよ使い始める番です。以下のマニュアルを見てVASTKING フィットM3 スマートウォッチの使い方を網羅しておきましょう。

## 時計のセットアップ

### 充電方法



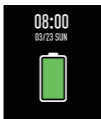
最初に使う前に完全に充電しておきましょう。

1. 充電ケーブルのUSBをご自分のPCのUSBポートまたは携帯の5V-2A充電器にさしこみます。
2. 充電ケーブルのもう片方の端を抑え、時計の背面のポートにつなげます。

3.充電ケーブルのピンがしっかりとロックされていることを確認しておきましょう。充電開始時に振動し、スクリーンに充電中のマークが出ればしっかりとつながっているという証拠です。

バッテリー表示がローになっている場合は5V-2Aと一緒にUSBポートにつなげましょう。

時計を充電している間は充電の進捗がスクリーンに表示されるのでどれくらい充電がされているかチェックすることができます。



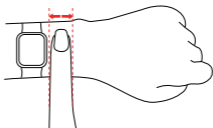
## 時計の付け方

### 一日中付ける・エクササイズ

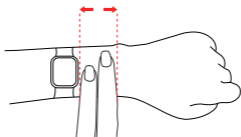
一日中付けるようであれば手首の骨から指一本分下あたりに付けましょう。時計を普段つけるのと同じ感覚でつければ大丈夫です。

### 心拍数計測に関して注意すべきこと

1.運動中は手首の高い位置に付けましょう。血流は運動時に上に上がるので、時計の着用位置を数インチ調整するだけでよりはっきりと心拍数をとらえることができます。このように、バイクやウェイトリフティングをする際は手首を激しく動かすので、手首の高い位置に時計を付けてずれないようにしましょう。



2.時計をきつく締めすぎないようにしましょう。きつすぎると血流の流れが悪くなり、心拍数のレートに影響が出てしまいます。運動時に付ける際は特に緩すぎずきつすぎない程度に締め付けておきましょう。



スマートウォッチのデータは医療目的で使うことはできません。医療的な処置が必要な際は専門家を訪ねましょう。

## 時計についてもっと知る

### 基本的な操作



#### ・時計のオン・オフ

電源をオンにする:側面のキーを3秒ほど押し続けます。電源が入るとスクリーンが明るくなり、振動が一度鳴ります。

電源をオフにする:側面のキーを3秒ほど長押しするとインターフェースに電源オフと表示されます。

・薄暗いスクリーンを明るくする

ファンクションボタンを押す、  
または時計を自分のほうに傾  
ける。



・元のインターフェースに戻る

ファンクションボタンを押すかス  
クリーンを右にスワイプする。



## 時計の使用方法

### アプリの使用方法

Da Fitアプリを使って時計をより快適に使いましょう。QRコードからアップストアやグーグルプレイに行ってダウンロードすることができます。



Da Fit



ダウンロードが完了したら様々な許可のリマインダーが表示されます。全て同意するをクリックしましょう。すべての機能をチェックするためにもアプリの通知はオンにしておくことをお勧めします。

### レター通知の設定方法

携帯電話の「設定」を開きます - アプリ管理より「Da Fit」を見つけます - 権限管理の全選択肢を許可にします。

そして「通知管理」を開きます - 「Da Fit」を見つけて全選択肢を許可にします。

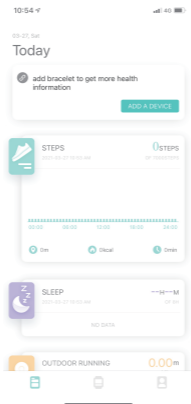
## スマートフォンシステムの必要条件

- ・iOS 11.0 またはそれ以上
- ・Android 6.0 またはそれ以上
- ・Bluetooth 4.0 またはそれ以上

## 携帯と時計をペアリングする

Da Fit アプリにて携帯と時計をペアリングさせてください。ブルートゥースではなくアプリを介してペアリングしましょう

1.アプリ内の“デバイスを追加”をクリックし時計を探します。



## 2.携帯とペアリングしたい時計を選びましょう

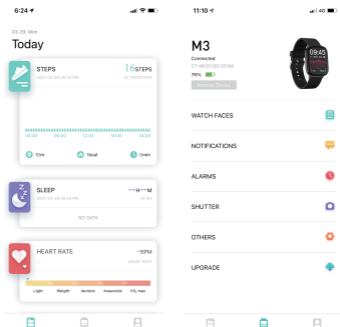


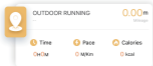
3.一度時計が携帯とペアリングすると次回からは接続が切れたりBluetoothがオフになった後でも自動的に探してつながるようになります。

4.アプリを介して時計のペアリングを解除した際は時計の中のデータも初期化され、時計も再起動されます。何か問題のある際以外はアプリを介してペアリングを解除しないようにしましょう。

5.時計は一度飲みスマートフォンをペアリングができます。ペアリングをする際はスマホと時計が1.6フィート以内にあることを確認しておきましょう。

## アプリのインターフェース





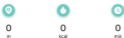
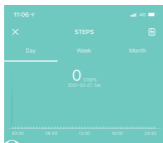
Look at more records



## NOTIFICATIONS

Turn on the switch to synchronize related information to smart bracelet.

- Phone
- Messages
- Facebook
- Twitter
- WhatsApp
- WeChat
- Instagram
- Skype
- KakaoTalk
- Line



### active activity

this week has accumulated 0 MET-min

Recommended effective MET-min is 600-1000

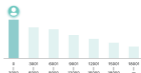
Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat



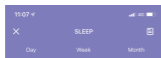
### Last 7 days performance



### Beyond 0% people go farther







0.0

2021-09-27, Sat

● restful ● light ● Rapid eye movement ● awake

#### Sleep Ratio



#### sleep quality score



#### About Blood Oxygen Data

##### Understanding Oxygen Saturation Data

Oxygen saturation is the percentage of oxygen-bound erythrocytes in the blood that accounts for the total amount of hemoglobin that can be contained, that is, the concentration of blood oxygen in the blood, which is an important physiological parameter of the respiratory cycle.

Normal arterial oxygen saturation of about 95 – 100%

#### Last 7 times measurement trends

Measure



#### HEART RATE

BPM



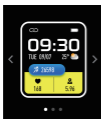
##### Understanding Heart Rate Data Analysis

quiet heart rate: normal in the quiet state of the heartbeat per minute is generally 60-100 times.  
exercise heart rate: exercise process according to the heart rate interval can determine the body's movement state, select the appropriate heart rate interval to achieve better sporting effect.

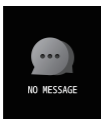
#### Last 7 times trends

Measure

## インターフェースの切り替え



・ダイヤルプレートの切り替え:ダイヤルプレートの画面を3秒長押しして、ダイヤルインターフェースを切り替えることができます。左右にスワイプしてダイヤルプレートを決めたらOKをクリックしてダイヤルプレートを設定します。



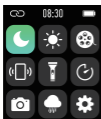
・上にスワイプ:SMSやwhatsapp、Twitter、Facebookなどのインフォメーションを見ることができます。



・右にスライド:すべての機能はディスプレイファンクションメニューから選択することができます。



・左にスライド:歩数計やスリープ、心拍数、エクササイズ、血中酸素、天候などのショートカット機能を設定することができます。

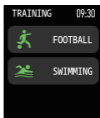
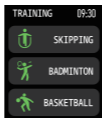
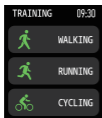


・下にスライド:ダイヤルインターフェースが上から下にスライドし、Bluetooth接続、タイムディスプレイ、バッテリー、おやすみモード、画面の明るさ、携帯を探す、タイマー、写真、天気やその他のショートカットを使うことができます。

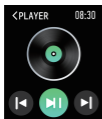
## 時計の機能説明

メインメニュー：メインメニューをクリックすると9つの正方形のグリッドに分かれたメニューをご覧いただけます。

1.エクササイズ：8つのスポーツモードからお選びいただけます。ウォーキング、ランニング、サイクリング、バスケットボール、フットボール、バドミントン、縄跳び、水泳などが含まれております。Da Fitにて詳細のデータや記録はご覧になれます。



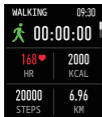
## 運動を開始



“ワークアウト”をタップしスワイプしてスポーツを選択します。

室外で運動する時、時計はGPS信号捕捉を始めます。Da Fitアプリを起動し、位置情報をオンにしておきましょう。開けた場所に行きGPSをキャッチしたら運動を開始いただけます。

## 運動後



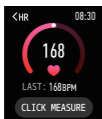
ファンクションボタンを押して“エンド”を押します。運動が終わると運動のデータが表示されます。上にスワイプしてデータを眺めることができます。



2.歩数計:毎日の歩数や消費カロリー、移動距離などを記録することができます。Da Fitにて詳細はご覧ください。



3.スリープ: 昨晚の睡眠時間や深い睡眠、浅い睡眠の時間を記録することができます。詳細は Da Fitアプリにてご覧ください。



4.心拍数:リアルタイムで心拍数を自動的かつ継続的に測定することができます。画面の心拍数の選択肢をタップし、計測してみましょう。Da Fitアプリにて詳細はご覧ください。

注意:より正確な心拍数を図るためには手首の上の方に時計を付け、普段より気持ち強めに締めておきましょう。また、アプリ内のプロフィール欄もしっかりと埋めておきましょう。



5.血中酸素:画面の血中酸素の選択肢をクリックし、血中酸素を計測することができます。上にスワイプすると過去七回の血中酸素データを見ることができます、Da Fitアプリにて詳細はご覧ください。

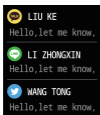
計測前に手首の骨から指一本分ほど下に時計が付けられていることをご確認ください。いつもより少しだけきつく締まっているといいでしょう。

a.“血中酸素”をタップし、血中酸素計測を選択します。

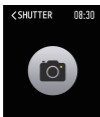
b.計測中は正確なデータを得るためにもあまり動かさないようにしましょう。



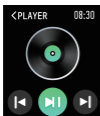
6.天気:時計がアプリと接続されていると天気の画面に天気の状態と空気のクオリティの情報が表示されます。上にスライドさせると来週の天気の情報もご覧いただけます。Da Fitアプリにて詳細はご覧ください。



7.メッセージ:携帯に来るプッシュ通知も時計に反映させることができます。プッシュ通知の設定はDa Fitのアプリにて設定可能で、メッセージは最大3つまで見ることができます。



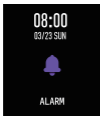
8.カメラ: Da Fitに接続したら、時計は携帯のシャッターボタンとして機能することも可能です。カメラの調整も可能です。携帯でカメラアプリを開き、時計のスクリーンアイコンを選択します。時計を使って携帯のカメラのシャッターを切ることができます。



9.ミュージック: Da Fitに接続したら形態の中の音楽も自由に流すことができます。前の曲に戻したり、次の曲に移ったりなどもできます。



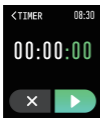
10.呼吸のトレーニング: 8回のサイクルを通して呼吸を整えるトレーニングができます。



11.アラーム: Da Fitアプリを通してアラームを設定することができます。最大で同時に3つまで設定することができます。時間になるとディスプレイに表示され、バイブレーションになります。



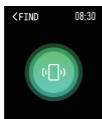
12.カウントダウン: 1分、3分、5分、10分、15分、30分、1時間、2時間のカウントダウンが設定できます。



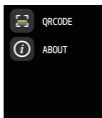
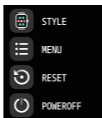
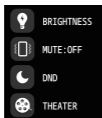
13.ストップウォッチ: ストップウォッチ機能のボタンをクリックするとストップウォッチを起動させることができます。



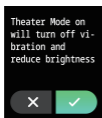
14.フラッシュライト: ファンクションアイコンをクリックすると画面が明るくなります。



15. モバイルフォンを探す: Da Fitを接続し時計の画面をクリックすると携帯が振動し音を発します。



16. その他の機能: ディスプレイの明るさ、バイブレーション、おやすみモード、シアターモード、ダイヤルプレートの変更などを設定できます。ファンクションメニューはPalaceメニューとリストメニューの2種類のディスプレイ方法があります。また、時計の設定からQRコードにてDa Fitアプリをダウンロードし、Bluetoothの種類の種類やソフトウェアや時計の機種バージョンをチェックできます。



17. シアターモード: シアターモードがオンの際は時計のバイブレーションがオフになり、スクリーンの明るさも下げられます。



18. ロングシットングリマインダー: Da Fitアプリの設定にてロングシットングリマインダーをオンにしておくと、一時間程度座りっぱなしだった際に散歩に行くように知らせてくれます。



19.女性用ボディーリマインダー:Da Fitアプリを通して女性用ボディーリマインダーをオンにし、周期や月経の開始と終了日、リマインダーモード、リマインダータイム、体内カレンダーなどを設定できます。セットしたタイマーがなると自分の体を大切にとのメッセージが届きます。



20.明るいスクリーンの時間設定:Da Fitアプリにて時計を5秒、10秒、15秒、20秒の時間に設定できます。



21.一日の心拍数:Da Fitにて一日の心拍数の測定を設定します。30分おきに心拍数を測定してくれます。



## よくある質問

質問:暑いシャワーを浴びるときに時計を付けられないのはなぜですか?

回答:シャワーの温度が高いと蒸気がたくさん発生してしまいます。また、水蒸気の粒子はとても小さく時計の隙間に入り込んでしまいます。温度が下がると水蒸気は水滴に再びなり、それが入ってしまうと時計の中のサーキットを壊し、時計が使えなくなってしまいます。

質問:メッセージのプッシュ通知を受け取れません。

回答:

アンドロイド端末でのプッシュ通知:携帯側でプッシュ通知がオンになっているかご確認ください。

通常は携帯の通知バーにメッセージの通知は表示されそのバーのメッセージを読むことで時計に通知が送られます。携帯の通知バーに何も通知がなければ、時計に通知が来ることもありません。(携帯の設定からプッシュ通知の欄もチェックしておきましょう。オフの場合はWeChatやQQ、SMSやその他のメッセージアプリの通知をオンにしておきましょう。)

時計のアシスタント機能設定を開きましょう。(携帯のアシスタント機能とDaFitのアシスタント機能設定も開きましょう。)

### アイフォンの設定

Da Fitアプリのプッシュ通知がオンになっていることを確認しましょう。携帯のメッセージや電話、アドレス帳やBluetoothウースの許可などをオンにしておきましょう。

通常、メッセージの通知は携帯の通知の欄に送られます。(携帯の通知設定からWeChatやQQ、SMSやその他のメッセージアプリの通知をオンにしておきましょう。)

質問:スマホのDa Fitアプリから再度時計をペアリングできません。

回答:

- 1.時計の画面をスワイプし設定モードに行きます。“システム”をタップし“リセット”を選択します。時計の中の情報がリセットされ、再起動します。
- 2.時計の言語設定を設定し説明文の通りQRコードを入力します。

それでもなおアプリと時計をペアリングできない場合は以下の手順に従ってください。

- 1.スマホのBluetoothがオンになっているとき時計が他のスマホのBluetoothと接続されていないかご確認ください。
- 2.スマホと時計の距離が1.6フィート以内にあることをご確認ください。  
Bluetooth接続に失敗した場合  
スマホを再起動し、Bluetoothを再度オンにしてみましよう。

質問:SMSや電話の通知が受け取れない

回答:アプリを通して携帯と接続されているときのみ電話やSMSの通知が機能します。

- 1.スマホの設定から DA Fitアプリを選択し、位置情報と通知をオンにします。
- 2.スマホのBluetoothをオンにし、DA Fitを通じて時計とペアリングします。
- 3.アプリや時計のおやすみモードがオフになっていることをご確認ください。

質問:時計がスマホのDa Fitアプリと接続されていない

回答:以下のケースの場合に時計はスマホとの接続を失ってしまいます。

- 1.スマホのBluetoothがオフになっている、もしくはBluetoothの接続可能範囲を超えてしまっている。(Bluetooth接続の最大範囲は半径32フィートで、壁や家具によって簡単に弱くなってしまいます。)
- 2.携帯のDa Fitアプリが閉じられている(条件によっては自動的にこうなることもあります。)

時計をスマホに再度接続するためには以下の手順に従ってください。

1.スマホの設定画面からDa Fitアプリを選択しBluetoothと位置情報をオンにします。  
スマホのタスクを全て切り、スマホを再起動させBluetoothを再度立ち上げ、アプリを通して時計とペアリングします。

質問:なぜ血中酸素測定の精度が低いのですか?

回答:血中酸素のレベルは動作や時計の位置、肌の温度や灌流によって違ってしまいます。これらの要素が血中酸素の値に誤差を生んでしまいます。

手首の骨から指一本分ほど下の位置に時計をぴったりかつきつすぎない程度につけるようにしましょう。計測中はじっとして、時計の表が上に向き、手首が平らになっている状態を保ちましょう。座っている場合は時計を上に向けたまま腕をテーブル等に寝かせておくのも大丈夫です。睡眠時に血中酸素の測定をする場合は手首にきつすぎない程度に締めて時計を付けておきましょう。

スマートウォッチの血中酸素センサーは医療用器具ではないので医療目的の使用・診断は出来かねます。測定に何か問題がある際は医者を訪ねることを推奨いたします。

## 保証

Vastkingは誇りと責任をもって細心の注意を払って商品を開発しております。しかしながら、欠陥品があることもございますので私たちの商品すべてには一年間の保証がついております。商品に関するお問い合わせがございましたらお気軽にご連絡ください。

## 安全な使用方法

電気製品を含みますので正しく使用しない場合けがをす  
る恐れがあります。例えば、長時間の使用は肌のアレルギー  
を起こす可能性もございます。こういった問題を防ぐ  
ためにも以下の安全な使用方法をご一読ください。

- ・充電時は水や水分、湿気を避けるようにしてください。  
デバイスが濡れている際は電気ショックやけがを伴う  
危険がございますので充電しないでください。
- ・デバイスをきれいに保ち、乾燥するようにしましょう。  
デバイスを磨く際に研磨剤は使用しないでください。
- ・時計の使用により、健康上の被害が予想される場合  
は事前にお医者様にご相談ください。
- ・きつく締め付けすぎないようにしてください。デバイス  
が熱くなったり、肌の刺激やその他の問題が発生した  
場合は使用を控えてお医者様にご相談ください。
- ・極度に温度が高い場所や低い場所での使用はおや  
めください。
- ・コンロやキャンドル、暖炉の近くなど火の近くに時計  
を置いておくのは控えましょう。
- ・この製品はおもちゃではありません。子供やペットに  
よる本品の取り扱いをご遠慮ください。常に子供やペ  
ットの手の届かないところに置きましょう。誤飲した場  
合デバイスの小さな部品が危害を与える可能性があります。
- ・デバイスを傷つけたり、破損したり、分解、合体するの  
はやめましょう。こういった行動は保証を無効にし、安  
全上の問題を引き起こす可能性があります。
- ・通常通り使用していたにも関わらず（一般的着用、摩  
耗や破損を含みます）、商品の修理が必要になった場  
合は弊社にお問い合わせください。
- ・サウナやスチールルームでの使用はやめてください。

- ・時計を処分する際は地域の規制に従ったバッテリーやパッケージを処理するようにしましょう。
- ・運転中や不注意が事故や危険を起こすような状況では通知やGPS、その他の情報を時計の画面でチェックしないようにしましょう。運動中に常に周りに気を配ってください。

# VASTKING

## Fit M3 Smart Watch

### Bedienungsanleitung



Herzlichen Dank zur Auswahl unseres Produkts. Diese Bedienungsanleitung bezieht sich auf Sicherheitshinweise, Garantie sowie Bedienungsanweisungen. Bitte lesen Sie vor dem Betrieb Ihres Geräts diese Anleitung sorgfältig durch.

Alle Abbildungen dieser Anleitung dienen nur zu Referenzzwecken. Das tatsächliche Produkt könnte sich aufgrund von Firmware-Aktualisierungen und neuen Anwendungsentwürfen ändern.

## Erste Schritte

### Verpackungsinhalt



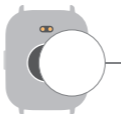
Smart Watch 1    Ladekabel 2    Bedienungsanleitung 3  
Schnellstartanleitung 4    Garantiekarte 5

### Bedienungsanleitungsinhalt

Diese Bedienungsanleitung hilft Ihnen beim schnellen Einstieg zum Einstellen Ihrer Smartwatch. Die Anordnung stellt sicher, dass Ihre Smartwatch die Informationen mit der Anwendung von Da Fit synchronisieren kann, damit Sie detaillierte Informationen über Ihre Statistiken, aufgezeichneten Muster, Schlafaufzeichnungen und vielem mehr erhalten. Wenn das Einrichten fertiggestellt ist, sind Sie bereit, sich zu bewegen. Der Rest der Anleitung führt Sie durch jede Funktion Ihrer Fit M3 Smartwatch von Vastking.

## Einrichten Ihrer Smartwatch

### Aufladen der Smartwatch



Bitte laden Sie die Smartwatch vor der ersten Verwendung komplett auf.

1. Stecken Sie den USB-Stecker in den USB-Anschluss Ihres Computers oder eines Ladegeräts für Mobiltelefone mit 5 V-2 A ein.

2. Halten Sie das andere Ende des Ladekabels nahe dem Anschluss an der Rückseite der Smartwatch, bis es sich schön anhängt.

3. Stellen Sie sicher, dass die Kontakte des Ladekabels fest am Anschluss sitzen. Die Verbindung ist sicher hergestellt, wenn die Smartwatch vibriert und das Batteriesymbol mit dem prozentualen Aufladungszustand auf dem Display erscheint.

Verbinden Sie die Smartwatch zum Zeitpunkt, an dem diese einen niedrigen Batteriezustand anzeigt, mit einem USB-Anschluss mit 5 V-2 A.

Während die Smartwatch auflädt, erscheint auf dem Display ein Batteriezustandskreis, Sie können damit jederzeit den Batteriestand einsehen.



## Tragen der Smartwatch

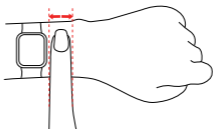
### Ganztägiges Tragen und Übungen

Für das tägliche Tragen ohne zu trainieren, tragen Sie die Armbanduhr horizontal am Handgelenk, eine Fingerbreite unterhalb des Handgelenkes und eng anliegend, so ähnlich wie Sie eine Armbanduhr anlegen.

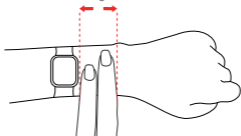
### Für die optimierte Anzeige der Herzschlagrate bedenken Sie diese Tipps:

1. Experimentieren Sie damit während der Übungen die Uhr höher an Ihrem Handgelenk zu tragen. Da der Blutfluss in Ihrem Arm zunimmt, je höher Sie gehen, kann das ein paar Zentimeter höhere Anlegen der Smartwatch Ihr Pulsschlagsignal verbessern. Genauso können zahlreiche Aktivitäten, wie z. B. Radfahren oder Gewichtheben zum oftmaligen Verdrehen Ihres Handgelenks führen, was Ihr Pulsschlagsignal bestimmt beeinträchtigt, wenn die Smartwatch weiter unten am Handgelenk sitzt.





2. Versuchen Sie die Smartwatch nicht zu eng anzulegen. Das enge Anlegen begrenzt den Blutfluss und beeinflusst das Pulsschlagsignal bemerkbar. Daraus folgt, dass die Smartwatch während der Übungen etwas enger angelegt werden sollte (bequem jedoch nicht beengend), als während des restlichen Tages.



**Informationen der Smartwatch können nicht zu medizinischen Zwecken verwendet werden. Diese Überwachungsdaten dienen nur zur Referenz. Sollten Sie medizinische Hilfe benötigen, so suchen Sie bitte einen Arzt auf.**

## Funktionen der Smartwatch

### Grundbetrieb



-Ein-/ausschalten der Smartwatch  
Einschalten: Im ausgeschalteten Zustand drücken Sie die seitliche Taste für etwa 3 Sekunden und die Smartwatch schaltet ein und das Display leuchtet nach einmaligem Vibrieren auf.

Ausschalten: Auf der anfänglichen Anzeige der Smartwatch drücken Sie die seitliche Taste für etwa 3 Sekunden und die Anzeige zeigt die Abschaltung an.

-Abgedunkeltes Display erhellen

Drücken Sie die Funktionstaste oder drehen Sie Ihr Handgelenk zu sich heran.



-Zurück zur vorherigen Anzeige

Drücken Sie die Funktionstaste oder wischen Sie über dem Display nach rechts.



## Verwendung der Smartwatch

### Anwendungsinstallation

Verwenden Sie die Smartwatch mit der kundenangepassten Da Fit-Anwendung. Sie können Da Fit vom App Store / Google Play herunterladen oder zum Herunterladen den unten aufgeführten QR-Code einscannen.



Da Fit



Nach beendetem Herunterladen erscheinen während des Installationsvorgangs alle Arten von Genehmigungserinnerungen, stimmen Sie bitte allem zu. Die Smartwatch und das Mobiltelefon sollten alle durch die Benachrichtigungen erhaltenen Genehmigungen auf dem Mobiltelefon zulassen, um alle Funktionen zu realisieren.

### Einstellen der Benachrichtigung

Auf dem Mobiltelefon auf Einstellungen - Anwendungsverwaltung zugreifen, „Da Fit“ - Genehmigungsverwaltung auffinden und alle aktivieren.

Danach auf die Benachrichtigungsverwaltung zugreifen - „Da Fit“ auffinden und alle Genehmigungen aktivieren.

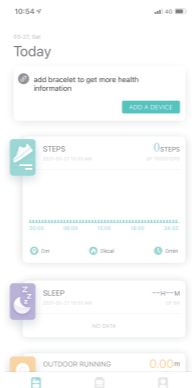
## Systemvoraussetzungen des Smartphones

- iOS 11.0 oder höher
- Android 6.0 oder höher
- Bluetooth 4.0 oder höher

Paaren der Smartwatch mit Ihrem Mobiltelefon

**Bitte paaren Sie die Smartwatch in der Da Fit-Anwendung mit Ihrem Mobiltelefon und NICHT in den Bluetooth-Einstellungen Ihres Mobiltelefons.**

1.Klicken Sie in der Da Fit-Anwendung auf „Gerät hinzufügen“, um Ihre Smartwatch zu suchen.



2. Klicken Sie auf die korrekte Smartwatch, die Sie mit Ihrem Mobiltelefon paaren möchten.

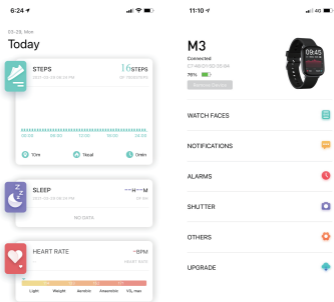


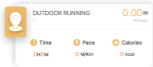
3. Sollte die Verbindung verloren gehen oder wenn das Bluetooth nach der manuellen Trennung neu startet, sucht die Smartwatch automatisch und verbindet sich erneut, sobald Ihre Smartwatch mit Ihrer Anwendung verbunden ist.

4. Wenn Sie die Paarung mit der Smartwatch stornieren, werden die Daten der Smartwatch zurückgestellt und sie startet erneut. Bitte unterbrechen Sie die Paarung der Smartwatch mit der Anwendung nicht, es sei denn, dass ein Problem das Zurücksetzen erfordert.

Die Smartwatch kann nur mit einem Smartphone auf einmal gepaart werden. Beim Paaren stellen Sie bitte sicher, dass die Smartwatch und Ihr Smartphone sich innerhalb von einem halben Meter zueinander befinden.

## Anwendungsanzeige





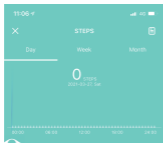
Look at more records



## NOTIFICATIONS

Turn on the switch to synchronize related information to smart bracelet.

- Phone
- Messages
- Facebook
- Twitter
- WhatsApp
- WeChat
- Instagram
- Skype
- KakaoTalk
- Line



### active activity

this week has accumulated 0 MET-min

Recommended effective MET-min is 600-1000

Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat



this week has accumulated 0 MET-min

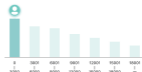
Recommended effective MET-min is 600-1000

Sun Mon Tue Wed Thu Fri Sat

### Last 7 days performance



### Beyond 0% people go farther



11:07 📶 40 🔋

×

SLEEP 📅

Day Week Month

00

00

2021-03-20, Sat

● restful ● light ● Rapid eye movement ● Awake

### Sleep Ratio

00

00

00

Total

● restful **EHSM**  
 ● light **EHSM**  
 ● Rapid eye movement **EHSM**

### sleep quality score



11:07 📶 40 🔋

×

BLOOD OXYGEN 📅

0%

80% 90% 95% 98% 100%

### About Blood Oxygen Data

#### Understanding Oxygen Saturation Data

Oxygen saturation is the percentage of oxygen-bound oxyhemoglobin in the blood that accounts for the total amount of hemoglobin that can be combined, that is, the concentration of blood oxygen in the blood, which is an important physiological parameter of the respiratory cycle. Normal arterial oxygen saturation of about 90 - 100%

### Last 7 times measurement trends

Measure

11:07 📶 40 🔋

×

HEART RATE 📅

### HEART RATE

BPM



Light Weight Aerobic Anaerobic VO<sub>2</sub> max

#### Understanding Heart Rate Data Analysis

quiet heart rate: normal in the quiet state of the heartbeat per minute is generally 60-100 times.  
 exercise heart rate: exercise process according to the heart rate interval can determine the body's movement state, select the appropriate heart rate interval to achieve better sporting effect.

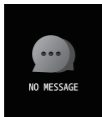
### Last 7 times trends

Measure

## Anzeigenschalter



-Zifferblattschalter Drücken Sie die Zifferblattanzeige für 3 Sekunden, um das Zifferblatt zu wechseln. Wischen Sie von links nach rechts über die Anzeige, um das Zifferblatt zu wechseln und klicken Sie zum Wechseln auf OK.



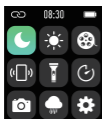
-Nach oben wischen: Informationen abrufen, um SMS, WhatsApp, Twitter, Instagram, Facebook usw. anzuzeigen.



-Nach rechts wischen: Alle Funktionen können aus dem Menü der Displayfunktionen ausgewählt werden.



-Nach links wischen: Zugriff auf Verknüpfungsfunktionen beim Schritte zählen - Schlaf - Herzschlagrate - Übung - Blutsauerstoff - Wetter.

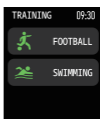
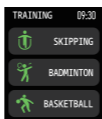
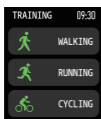


-Nach unten wischen: Die Zifferblattanzeige verschiebt sich von oben nach unten, wonach Bluetooth-Verbindung, Zeitangabe, Batterieleistung, Nicht Stören-Modus, Helligkeitsanzeige, Mobiltelefonsuche, Zeitschaltuhr, Fotosteuerung, Wetter und Verknüpfungsfunktionen angezeigt werden.

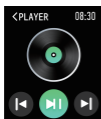
## EINFÜHRUNG IN DIE FUNKTIONEN DER SMARTWATCH

Hauptmenü: Rufen Sie das Hauptmenü auf und Sie können das neun Raster-Menü und das Listenmenü auswählen.

1. Übung: Es stehen 8 Übungsmodi zur Auswahl, einschließlich Gehen, Laufen, Fahrrad fahren, Basketball, Fußball, Federball, Seilspringen und Schwimmen. Detailliertere Analysen und Datenaufzeichnungen befinden sich auf Da Fit.



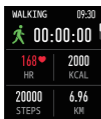
### Sportart beginnen



### Während des Sports

Wischen Sie nach oben oder unten über das Display, um durch die Übungsdaten zu blättern. Wischen Sie nach links über das Display, damit Sie die Musik steuern können, die auf Ihrem Smartphone spielt.

### Sportart beenden



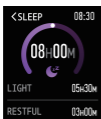
1. Drücken Sie die Funktionstaste und tippen Sie auf „Beenden“, um die Sportart zu beenden. Die Übungsdaten werden nach dem Beenden der Sportart angezeigt. Wischen Sie auf dem Display nach oben, um durch die Übungsdaten zu blättern.





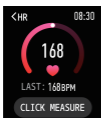
2. Schrittzähler: Die Smartwatch kann täglich die Anzahl der getätigten Schritte und der verbrannten Kalorien sowie die zurückgelegte Entfernung aufzeichnen und anzeigen.

Detailliertere Datenanalysen und Datenaufzeichnungen können auf Da Fit angezeigt werden.



3. Bereitschaft: Die Smartwatch kann die gesamte Schlafdauer der vorherigen Nacht aufzeichnen und anzeigen sowie die Dauer des täglichen Tief- und Leichtschlafs.

Detailliertere Datenanalysen und Datenaufzeichnungen können auf Da Fit angezeigt werden.



4. Herzschlagrate: Die Smartwatch kann Ihre Herzschlagrate automatisch und durchgehend in Echtzeit verfolgen. Klicken Sie auf die Herzschlaganzeige, um den gegenwärtigen Herzschlagwert zu messen.

Detailliertere Datenanalysen und Datenaufzeichnungen können auf Da Fit angezeigt werden.

Bitte beachten: Um die Herzschlagrate akkurater zu überwachen, tragen Sie Ihre Armbanduhr in der höheren Stellung am Handgelenk und beim Trainieren ein wenig enger anliegend als normal. Zusätzlich vervollständigen Sie in der Anwendung Ihr Profil.



5. Blutsauerstoff: Klicken Sie auf die Blutsauerstoffanzeige, um den gegenwärtigen Blutsauerstoffgehalt zu messen. Wischen Sie nach oben, um die Datenaufzeichnungen des Blutsauerstoffs von fast sieben Malen anzuzeigen.

Detailliertere Datenanalysen und Datenaufzeichnungen können auf Da Fit angezeigt werden.

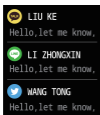
Vor dem Messen tragen Sie Ihre Smartwatch eine Fingerbreite unterhalb des Handgelenks und ein wenig enger als normal.

a. Tippen Sie auf „Blutsauerstoff“, um auf den Anzeigemodus der Blutsauerstoffstufe zuzugreifen.

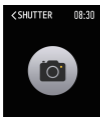
b. Halten Sie beim Messen Ihren Arm am Brustkorb angelegt und das Display der Smartwatch nach oben zeigend. Halten Sie Ihren Arm still, um die Genauigkeit der Daten zu gewährleisten.



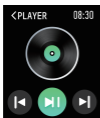
6. Wetterdaten: Beim Anschluss der Smartwatch zur mobilen Anwendung werden die täglichen Wetter- und Luftqualitätsdaten auf der Wetteranzeige angezeigt. Die Wettervorhersage der nächsten Woche kann durch Hochschieben eingesehen werden. Detailliertere Datenanalysen und Datenaufzeichnungen können auf Da Fit angezeigt werden.



7. Nachrichtenanzeige: Die Smartwatch kann Benachrichtigungsinformationen des Mobiltelefonsdisplays empfangen. Der Schalter der Anzeigeanwendung von Da Fit kann eingestellt werden. Die Nachrichtenseite der Smartwatch kann mindestens 3 Benachrichtigungen aufzeichnen.



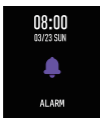
8. Kamerasteuerung: Nach dem Anschluss von Da Fit kann die Smartwatch als Auslöser der Mobiltelefonkamera verwendet und die Kamera gesteuert werden. Nach der Aktivierung der Kamera des Mobiltelefons klicken sie auf das Displaysymbol der Kameraanzeige der Smartwatch, um die Kontrolle über Ihre Mobiltelefonkamera zu übernehmen.



9.Musiksteuerung: Nachdem die Smartwatch mit Da Fit verbunden wurde, kann sie die Steuerung des mobilen Musikabspielgeräts übernehmen, um Pausieren und Abspielen auszuwählen und zwischen dem vorherigen und nächsten Musikstück umzuschalten.



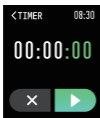
10.Atmungsübung: Klicken Sie auf die Anzeigefunktion der Smartwatch. Die Smartwatch führt 8 Zyklen aus, um Ihr Atemvermögen zu trainieren.



11.Alarmuhr: Die intelligente Alarmuhr der Smartwatch kann in Da Fit eingestellt werden, bis zu 3 Alarmzeiten stehen zur Verfügung. Während der Zeiteinstellung zeigt die Smartwatch das Alarmuhrsymbol an und vibriert.



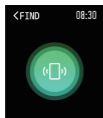
12.Countdown: Der Countdown kann auf 1 Minute, 3 Minuten, 5 Minuten, 10 Minuten, 15 Minuten, 30 Minuten, 1 Stunde und 2 Stunden eingestellt werden.



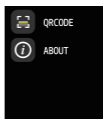
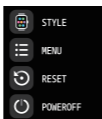
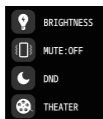
13.Stoppuhr: Klicken Sie auf die Funktion, um die Stoppuhrfunktion zu verwenden. Es kann die Zeit aufgezeichnet werden, während der Sie sich in Bewegung befinden oder die Sie benötigen.



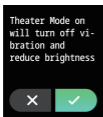
14. Taschenlampe: Klicken Sie auf das Funktionssymbol und das Display leuchtet hell und weiß auf.



15. Mobiltelefon suchen: Wenn Sie auf die Anzeige der Smartwatch klicken, verbinden Sie die Smartwatch mit Da Fit. Das Mobiltelefon vibriert und gibt einen Ton von sich.



16. Weitere Funktionen: Einstellung der Helligkeit der Smartwatch, Vibrationsschalter, NICHT Stören-Modus, Theatermodus und Ziffernblattschalter. Schalten das Funktionsmenü der Smartwatch vor dem Neun-Raster und der Liste, zurückstellen der Werkseinstellungen der Armbanduhr, Abschalten der Armbanduhr, Da Fit-Anwendung mit QR-Code herunterladen und „Über“-Ansicht der Bluetooth-Adresse, Software-Versionsnummer und Smartwatch-Modell.



17. Theatermodus: Bei eingeschaltetem Theatermodus ist die Vibrationsfunktion der Smartwatch ausgeschaltet und die Displayhelligkeit ist reduziert.



18. Langes Sitzen-Erinnerung: Aktivieren Sie den Schalter für langes Sitzen in den Einstellungen von Da Fit. Die Smartwatch weist Sie nach einer Stunde des Sitzens an, aufzustehen und spazieren zu gehen.



19. Erinnerung des physiologischen Zyklus von Frauen: Aktivieren Sie in den Einstellungen von Da Fit den Schalter der weiblichen physiologischen Funktion und stellen Sie die Zyklustage, Menstruationstage, letztes Anfangsdatum der Menstruation, Erinnerungszeit ein und überprüfen Sie den Kalender des physiologischen Zyklus. Die Armbanduhr erinnert Sie über die eingestellte Zeit daran, besser auf sich aufzupassen.



20. Zeiteinstellung für helles Smartwatch-Display: Sie können auf Da Fit die Aktivierungsdauer der Smartwatch auf 5 Sekunden, 10 Sekunden, 15 Sekunden oder 20 Sekunden einstellen.



21. Ganztägige Herzschlagrate: Stellen Sie auf Da Fit den Schalter der Herzschlagrate auf ganztägig ein und die Smartwatch testet und zeichnet alle 30 Minuten Ihre Herzschlagrate auf.

## Fragen und Antworten:

F: Warum kann ich mit der Smartwatch nicht heiß baden?

A: Die Temperatur des Badewassers ist relativ hoch, was zur Wasserdampfbildung führt. Des Weiteren sind die Wasserdampfmoleküle klein und können leicht in durch Lücke am Smartwatch-Gehäuse eintreten. Bei Temperaturabfall kondensieren diese und formen erneut Wassertropfen, die leicht zum Kurzschluss des internen Uhrenschaltkreises führen können

F: Warum kann die Smartwatch keine Benachrichtigungen empfangen?

A:Android-Telefoneinstellungen für Benachrichtigungen: Bestätigen Sie, dass der Nachrichtenschalter auf dem mobilen Klienten aktiviert ist.

Die Bestätigungsnachricht kann auf der Benachrichtigungsleiste des Mobiltelefons normal angezeigt werden und die Smartwatch-Nachricht wird durch Lesen der Benachrichtigungsleiste des Mobiltelefons gesendet. Wenn sich in der Benachrichtigungsleiste keine Nachricht befindet, ist die Smartwatch nicht in der Lage, eine Nachricht anzuzeigen. (Sie müssen die Benachrichtigungseinstellungen in den Mobiltelefoneinstellungen finden und den Schalter für Benachrichtigungen von WeChat, QQ, Telefon, SMS und andere Informationsanwendungen von Drittparteien aktivieren.

Öffnen Sie die Zusatzfunktionseinstellungen des Klienten der Smartwatch (suchen Sie in den Mobiltelefoneinstellungen die Zusatzfunktionseinstellungen und öffnen Sie in Da Fit die Zusatzfunktionseinstellungen der Smartwatch.

iPhone-Einstellungen

Bestätigen Sie, dass der Nachrichtenschalter der Da Fit-Anwendung des Mobiltelefons aktiviert ist. Schalten Sie alle Genehmigungen für Nachrichten, Telefon, Adressbuch und Weiteres der Bluetooth-Verbindung ein, die auf Ihrem Mobiltelefon eingestellt sind.

Die Bestätigungsnachricht kann normal in der Benachrichtigungsspalte des Mobiltelefons angezeigt werden. (Sie müssen die Benachrichtigungseinstellungen in den Mobiltelefoneinstellungen finden und den Schalter für Benachrichtigungen von WeChat, QQ, Telefon, SMS und andere Informationsanwendungen von Drittparteien aktivieren.

F: Warum kann ich mit der Da Fit-Anwendung meines Mobiltelefons meine Smartwatch nicht reparieren?

A:

1. Wischen Sie über das Display der Smartwatch, um auf den Einstellungsmodus zuzugreifen. Tippen Sie auf „System“ und wählen Sie „Zurücksetzen“ aus. Die Informationen der Smartwatch werden zurückgesetzt und sie startet erneut.
2. Wählen Sie die Sprache der Smartwatch aus und geben Sie die QR-Code-Anzeige wie angewiesen ein.

Sollten Sie noch immer nicht in der Lage sein, die Smartwatch mit der Anwendung zu verbinden, befolgen Sie bitte die nachfolgenden Schritte:

1. Stellen Sie sicher, dass das Bluetooth Ihres Smartphones aktiviert ist und dass die Smartwatch mit keinem anderen Smartphone verbunden ist.
2. Stellen Sie sicher, dass der Abstand zwischen Smartphone und Smartwatch 0,5 m nicht überschreitet.

Gelegentliches Versagen mit Bluetooth zu verbinden  
Starten Sie Ihr Smartphone oder das Bluetooth Ihres Smartphones erneut.

F: Warum kann ich keine Benachrichtigungen per SMS/Anruf empfangen?

A: Die Benachrichtigungsfunktion für Anrufe/SMS funktioniert, wenn die Smartwatch via Anwendung mit Ihrem Smartphone verbunden ist.

1. Greifen Sie auf die Einstellungen Ihres Smartphones zu, rufen Sie die Da Fit-Anwendung auf und aktivieren sie den Standort sowie alle Benachrichtigungen.

2. Aktivieren Sie das Bluetooth Ihres Mobiltelefons und greifen Sie auf die Da Fit-Anwendung zu, um mit der Smartwatch zu paaren.

3. Stellen Sie sicher, dass die „Nicht stören“ Funktion in der Anwendung oder der Smartwatch nicht aktiviert ist.

F: Warum ist die Smartwatch auf meinem Smartphone von der Da Fit-Anwendung abgetrennt?

A: Die Smartwatch trennt sich in den nachfolgenden Fällen von Ihrem Smartphone ab:

1. Das Bluetooth Ihres Smartphones ist ausgeschaltet oder die Verbindungsreichweite des Bluetooths wurde überschritten (die maximale Reichweite des Bluetooths beträgt 10 m und kann durch Wände, Möbel usw. leicht beeinträchtigt werden).

2. Die Da Fit-Anwendung Ihres Smartphones ist deaktiviert worden. (Dies kann unter bestimmten Umständen vorkommen.)

Sollten Sie noch immer nicht in der Lage sein, die Smartwatch mit der Anwendung erneut zu verbinden, befolgen Sie bitte die nachfolgenden Schritte:

1. Greifen Sie auf die Einstellungen Ihres Smartphones zu, rufen Sie die Da Fit-Anwendung auf und aktivieren sie den Standort sowie alle Benachrichtigungen.

2. Beenden Sie alle laufenden Vorgänge/Hintergrundvorgänge Ihres Smartphones. Sie können Smartphone und Bluetooth erneut starten und die Smartwatch danach in der Anwendung neu paaren.

F: Warum ist der Blutsauerstoffgehalt ungenau?

Die Blutsauerstoffstufe wird durch mehrere Faktoren beeinflusst, wie etwa Bewegung, Smartwatch-Position am Handgelenk, Hauttemperatur und Hautdurchblutung. Diese Faktoren können während der Messung des Blutsauerstoffgehalts zu Schwankungen führen.

Bei einer einzelnen Messung mit der Smartwatch tragen Sie diese bitte eine Fingerbreite unterhalb des Handgelenks, eng anliegend, jedoch komfortabel. Halten Sie beim Messen still und stellen Sie sicher, dass Ihr Handgelenk flach liegt und das Smartwatch-Display nach oben zeigt. Wenn Sie sitzen, können Sie Ihren Arm mit nach oben zeigendem



Smartwatch-Display auf eine Tischplatte legen. Zur Feststellung des Blutsauerstoffgehalts beim Schlafen tragen Sie die Smartwatch bitte eng am Handgelenk anliegend, jedoch komfortabel beim Schlafen.

Der Blutsauerstoffsensor ist kein medizinisches Gerät und ist nicht in der Lage, Ihren medizinischen Zustand zu diagnostizieren oder zu überwachen. Sollte mit der Messung ein Problem auftreten, so empfehlen wir, dass Sie einen Arzt aufsuchen.

## **Garantie**

Bei Vastking streben wir danach, unsere Produkte mit der größten Sorgfalt und Fachkenntnis zu entwickeln. Allerdings tritt manchmal ein Defekt auf, weshalb wir froh sind, eine EINJÄHRIGE problemlose Garantie für all unsere Geräte anzubieten, während wir fortfahren, atemberaubende Produkte herzustellen. Kontaktieren Sie uns bitte bei Fragen in Bezug auf unsere Produkte.

## **Wichtige Sicherheitsanweisungen**

Das Gerät enthält elektrische Gegenstände, die bei unsachgemäßer Verwendung zu Verletzungen führen können. Zum Beispiel kann der langzeitige Kontakt bei einigen Benutzern zu Hautallergien führen. Um Reizungen zu reduzieren, lesen Sie bitte unsere Sicherheitsanweisungen der nachfolgenden Seiten sorgfältig durch, um die korrekte Verwendung und Pflege sicherzustellen.





-Setzen Sie Ihr Gerät beim Aufladen KEINER Flüssigkeit, Feuchtigkeit, Luftfeuchtigkeit oder Regen aus; laden Sie Ihr Gerät nicht in nassem Zustand auf, da dies zum Stromschlag und zu Verletzungen führen kann.

-Halten Sie Ihr Gerät sauber und trocken. Verwenden Sie beim Reinigen keine scheuernden Reinigungsmittel.

- Sollten Sie unter Vorerkrankungen leiden, die durch die Verwendung des Geräts beeinflusst werden könnten, so suchen Sie bitte vor der Benutzung Ihren Arzt auf.
- NICHT zu eng anliegend tragen. Sollte Ihr Gerät sich heiß oder warm anfühlen oder wenn es zu Hautreizungen oder andere Unbequemlichkeiten führt, so stellen Sie bitte die Benutzung ein und suchen Sie Ihren Arzt auf.
- NICHT die Armbanduhr extrem hohen oder niedrigen Temperaturen aussetzen.
- NICHT die Armbanduhr in der Nähe von offenen Flammen liegen lassen, wie etwa Herde, Kerzen oder Feuerstellen.
- Dieses Produkt ist KEIN Spielzeug - lassen Sie Kinder oder Haustiere niemals mit dem Produkt spielen. Bewahren Sie das Produkt stets außerhalb der Reichweite von Kindern auf. Das Gerät selbst sowie die vielen enthaltenen Kleinteile können bei Verschlucken zur Erstickungsgefahr führen.
- Versuchen Sie niemals dieses Gerät zu missbrauchen, zu zerdrücken, zu öffnen oder zu zerlegen. Dies führt zum Verfallen der Garantie und kann eine Sicherheitsgefahr darstellen.
- Kontaktieren Sie uns bitte, sollten jegliche Teile des Produkts einen Austausch benötigen, einschließlich Verschleiß oder Bruch.
- NICHT das Gerät in der Sauna oder Dampfbad verwenden.
- Entsorgen Sie das Gerät, die Gerätebatterie und die Verpackung entsprechend der örtlichen Entsorgungsrichtlinien.
- NICHT beim Fahren oder in anderen Situation, in denen jegliche Unaufmerksamkeit zu Verletzungen oder Gefahren führen kann, jegliche Benachrichtigungen, GPS oder andere Informationen auf dem Gerätedisplay abrufen. Seien Sie sich beim Trainieren ständig Ihrer Umgebung bewusst.

## Vastking Contact Info

### お問い合わせ先

-  Facebook : @Vastking
-  Instagram: @Vastking\_official
-  YouTube : @Vastking Official
-  Twitter : @Vastking official

More product & warranty Info.....

その他の製品&保証情報.....

[www.vastking.com](http://www.vastking.com)



### Customer Support

---

North America	Support@vastking.com
Europe	Support.eu@vastking.com
United Kingdom	Support.uk@vastking.com
日本	Support.jp@vastking.com

### 顧客サポート

---

日本	Support.jp@vastking.com
北米	Support@vastking.com
ヨーロッパ	Support.eu@vastking.com
英国	Support.uk@vastking.com