



# Smart Watch

## User Guide



Thanksgiving, I met you in the years like songs.  
Thank you for choosing this smart watch. This watch will provide higher help and enjoyment for your exercise and health. For your convenience, please read the instructions carefully and follow the steps in the instructions.

## Afficher le guide rapide

### Introduction aux détails



**Appuyez et maintenez enfoncé le bouton du haut pour allumer la montre**

### Méthode de charge et d'activation

Avant d'utiliser la montre pour la première fois, vous devez la charger et l'activer. Utilisez le câble de charge magnétique équipé pour le fixer au point métallique à l'arrière de la montre et connectez l'autre extrémité du câble de charge à une tête de charge USB, ou une interface USB d'ordinateur.



### Installez l'application d'horloge

Veuillez scanner le code QR ci-dessous ou accéder aux principaux marchés d'applications pour télécharger et installer H Band.



Configuration matérielle requise : iOS 9.0 et versions ultérieures ; Android 4.4 et versions ultérieures, avec prise en charge Bluetooth 4.0.

Ouvrez le client mobile pour saisir des informations personnelles

Passez à la page "Mon", cliquez sur "Appareil" pour vous connecter

Cliquez sur l'appareil dans la liste des appareils analysés.

Lien complet

## Page principale fonctionnelle

### Interface principale / numérotation

Dans l'interface principale, appuyez longuement sur l'écran tactile ou appuyez sur "Sélection du thème" dans le menu de l'application pour commencer à entrer.



Sur l'interface principale, appuyez sur le bouton latéral pour accéder à la page de fonction du menu, puis appuyez sur le bouton latéral ou balayez vers la gauche pour revenir à l'interface de numérotation.



### Pas / Distance / Calories

Vérifiez vos pas, la distance parcourue et la consommation à tout moment de la journée. Les calories peuvent être synchronisées avec la visionneuse de données d'entraînement.



## Température corporelle

Basculez vers l'interface de température corporelle, vous pouvez accéder au suivi en temps réel des questions, peut être synchronisé avec l'application, se connecter à l'application, avec fonction de détection automatique, les données peuvent être sauvegardées pendant 30 jours



Remarque: lors de la mesure de la température corporelle, la température la plus basse doit être en contact total avec celle-ci. peau (test après 10 minutes d'utilisation). Le test de température corporelle est affecté par la différence de température ambiante et sert uniquement d'avertissement. Consulter l'équipe médicale et le diagnostic du médecin.

## Pulsation

Basculez vers l'interface de fréquence cardiaque, vous pouvez entrer dans la surveillance de la fréquence cardiaque en temps réel, les données peuvent être synchronisées avec l'APP, connectées à l'APP, il y a une fonction de détection automatique.



## ECG

Appuyez et maintenez enfoncée la touche d'électrode latérale sur l'interface de test ECG pour que les deux électrodes inférieures et la touche d'électrode latérale soient entièrement en contact avec la peau pour le test. Le rapport de test doit être consulté dans l'APP



## glycémie

Basculez la montre sur l'interface de détection de la glycémie, vous pouvez entrer la surveillance de la glycémie et les données peuvent être mises à jour de manière synchrone dans l'APP.



Remarque : Les résultats des tests sont fournis à titre indicatif uniquement et ne peuvent pas être utilisés comme données médicales.

## pression artérielle

Connectez-vous d'abord à l'application du téléphone portable pour effectuer l'étalonnage de la pression artérielle. Une fois l'étalonnage réussi, passez à l'interface de test de pression artérielle du bracelet pour entrer dans le test de pression artérielle. Les données de surveillance peuvent être mises à jour simultanément sur l'APP, et il y a un rapport d'essai



**Remarque : Les résultats des tests sont fournis à titre indicatif uniquement et ne peuvent pas être utilisés comme données médicales.**

## Oxygène dans le sang

Connectez-vous d'abord à l'application du téléphone portable pour effectuer l'étalonnage de la pression artérielle. Une fois l'étalonnage réussi, passez à l'interface de test de pression artérielle du bracelet pour entrer dans le test de pression artérielle. Les données de surveillance peuvent être mises à jour simultanément sur l'APP, et il y a un rapport d'essai



## entraînement respiratoire

Entrez dans l'interface d'entraînement respiratoire pour régler la durée de l'entraînement respiratoire et suivez la montre pour effectuer l'entraînement respiratoire.



## des sports

Cliquez sur l'interface de sport de la montre pour entrer en mode sport, vous avez le choix entre de nombreux sports. Cliquez sur l'icône de mouvement pour entrer la détection de mouvement correspondante. Balayez vers le haut et vers le bas pour changer de mouvement, entrez le calcul du début du mouvement et appuyez sur le bouton supérieur pour quitter la surveillance du mouvement actuel.



## La météo

Les informations actuelles sur la météo et la qualité de l'air sont affichées sur la page Météo, Les informations météo ne peuvent être obtenues qu'après la connexion avec le client, Si la connexion est interrompue pendant une longue période, les informations météo ne seront pas mises à jour.



Remarque : avant que la montre ne se connecte à l'application, il n'y a pas d'interface météo, elle doit être connectée, il y a une interface météo après l'application et le téléphone mobile doit ouvrir la détermination de l'emplacement.

## Dormir

Avoir un sommeil profond / un sommeil léger / dormir toute la nuit, calculer la qualité du sommeil, les données de sommeil peuvent être synchronisées avec l'APP.



Notez que les données de sommeil ne sont disponibles que lorsque vous portez votre montre et que vous vous endormez.

## chronographe

Appuyez sur le chronomètre pour accéder à la fonction chronomètre et balayez vers la droite pour quitter.



## chanson

Une fois connecté, appuyez sur Musique pour contrôler le lecteur de musique sur votre téléphone.

## caméra

À l'état connecté, cliquez sur l'appareil photo pour contrôler le téléphone afin de prendre des photos, cliquez ou secouez pour prendre des photos, balayez vers la droite ou appuyez sur le bouton supérieur pour quitter.



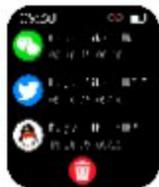
## Fonction d'accès rapide

Balayez vers le bas sur l'interface principale pour accéder à l'interface de la fonction de raccourci, sélectionnez des options telles que "Trouver un téléphone, Vibration, Luminosité, À propos, Paramètres", et cliquez sur l'icône pour accéder à la fonction correspondante.



## Informations

Cliquez sur un message pour afficher son contenu, faites défiler vers le haut pour tourner la page, faites défiler vers le bas pour quitter.



## au

Cliquez sur l'icône Détails pour afficher le modèle de l'appareil et les quatre derniers chiffres de l'adresse Bluetooth.

## luminosité

Cliquez sur l'icône de luminosité pour choisir librement la luminosité de l'écran.



## Levez votre poignet

Appuyez sur l'icône de l'ascenseur de poignet pour entrer, vous pouvez activer ou désactiver l'ascenseur de poignet.



## Fermer

Cliquez sur l'icône d'arrêt pour entrer, vous pouvez arrêter.

## Rappel pour les autres fonctionnalités

Une fois l'application connectée avec succès, ouvrez les autorisations de réglage et maintenez le Bluetooth du téléphone et de la montre dans l'état de connexion et d'appairage. Quand un message arrive, il y aura un rappel de vibration

### Précautions

**1:** N'utilisez pas d'adaptateur avec une tension de charge supérieure à 5 V et un courant de charge supérieur à 2 A, et le temps de charge est de 2 à 3 heures.

**2:** Interdire le remplissage en présence de taches d'eau.

**3:** Ce produit est un appareil de surveillance électronique, et non un matériau de référence médical, et les données de mesure sont fournies à titre indicatif uniquement.



**4:** La méthode de mesure de la pression artérielle nécessite une pause de plus de 5 minutes avant le test. Ne pas manger, fumer, prendre des médicaments ou boire de la caféine pendant 2 heures avant le test ; Asseyez-vous confortablement pendant le test, restez calme, ne parlez pas, assurez-vous que vos mains sont au niveau du cœur (photo de droite)