



Focus Smart FO4 Käyttöohje



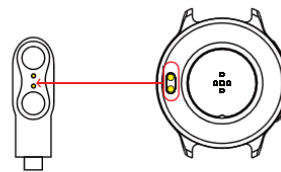
Lue tämä ohje tarkkaan ennen
käytön aloittamista

Aloitushje

Ennen käyttöönottoa varmista, että kellossa on riittävästi latausta. Jos kelloa ei voi käynnistää heikosta latauksesta johtuen, lataa sitä noin 2 tuntia. Latauksen jälkeen kello käynnistyy automaattisesti.

Lataus

Liitä kellon mukana toimitettu latausjohto kellon pohjassa oleviin latauspisteisiin. Johto tarttuu magneettisesti. Laita johto oikein päin, jolloin magneetti vetää johdon kiinni. Liitä johdon toinen pää USB-virtalähteeseen.



Lataa FitCloudPro -sovellus

Android: Lataa ja asenna FitCloudPro Google Play -kaupasta.

iOS: Lataa ja asenna FitCloudPro App Store -kaupasta.

Tai lataa lukemalla oheinen QR-koodi puhelimen kameralla.



English	1
German	10
French	20
Spanish	30
Italian	40
Japanese	50

Miten kelloa käytetään

A Koske sivupaininta aktivoiaksesi näyttö.

- 1) Pyyhkäise näyttöä vasempaan: valitse toiminto esim. liikuntatiedot, harjoittelu, sydämen syke, uni, verenpaine, veren happipitoisuus, sää ja musiikki. Paina + ja lisää toimintoja.
- 2) Pyyhkäise näyttöä oikealle: valitse pikavalikosta toiminto.
- 3) Pyyhkäise näyttöä alas: valitse asetuksia, josta voidaan valita mm. näytön kirkkauden säätö, hiljaisuustila, puhelimen etsintä, järjestelmä ja asetukset.
- 4) Pyyhkäise näyttöä ylös: saapuneet viestit

B Paina kellon näyttöä pitkään, jonka jälkeen näytön kuva pienenee: pyyhkäise vasemmalle tai oikealle vaihtaaksesi kellotaulu. Tauluja voi ladata lisää sovelluksessa.



Tärkeät ominaisuudet

1. Voit painaa ylintä paininta palataksesi, tai painamalla pitkään voit avata tai sammuttaa laitteen. Näytön ollessa aktiivinen painamalla lyhyesti tulee näyttöön toimintovalikko. Täältä voi valita pyyhkäisemällä eri toimintoja kuten puhelu, liikuntatiedot, harjoittelu, sydämen syke, unitiedot, verenpaine, veren happipitoisuus, sää, kehon lämpötila, naisten terveystiedot, musiikki, ajanotto, ajastin, hälytyskello, puhelimen etsintä, asetukset.

-2-

2. Alemmaa paininta painamalla pääsee liikuntatilaan; tämän käytön voi muuttaa kellon asetuksissa esim. yksi painallus sulje näyttö ja pitkä painallus liikuntatila.

3. Paina kerran ylintä paininta siirtyäksesi toimintovalikkoon. Valikossa ollessa paina ylintä paininta kaksi kertaa nopeasti ja valikon muoto muuttuu.



Bluetooth-liittämisen vaiheet

1. Lataa ja avaa FitCloudpro-sovellus, etsi Bluetooth-laite "FOCUS SMART", ja liitä Bluetooth-yhteys.
2. Liitä ja soita Bluetoothilla: avaa Bluetooth-asetukset puhelimen asetuksissa, etsi "FOCUS SMART" laite. Tätä ennen tulee sovelluksessa laittaa bluetooth-yhteyden "Auto Connect Audio" päälle. Tämä valinta löytyy Laite-sivun yläkulman pyöreätä kellosymbolia painamalla. Kun tämä on liitetty, voit käyttää Bluetooth-puheluita kellolla ja toistaa musiikkia puhelimesta. Puhelimen täytyy olla Bluetooth-yhteydessä älykelloon (max n. 10 m etäisyys).

Toimintojen esittely



Pikavalikko

Pyyhkäisemällä oikealle aloitusnäytössä pääsee pikavalikkoon, täältä voi avata viimeksi käytettyjä toimintoja. Täältä näkee myös sään ja siirtyä laittamaan Bluetooth-puhelut päälle/pois.

-3-



Ohjauskeskus

Pyyhkäise alas: löytyy mm. näytön kirkkaus, asetukset, etsi puhelin, info, taskulamppu, kaiutin kytkin Bluetooth-puheluille, virransäästö hiljaisuustila.



Liikuntatiedot (nimi kellossa: Data)

Täältä löytyy kuluvan päivän askelten määrä, kuljettu matka ja kalorikulutus. Näiden tavoitteet voi asettaa FitCloudPro-sovelluksessa.



Soittotoiminto (Valitse numero)

Puhelutoiminto on käytettävissä, kun puhelimen bluetooth ja kello on yhdistetty onnistuneesti ja myös sovelluksen on oltava käynnissä samaan aikaan. Voit tehdä kellosta seuraavat asiat: puhelun soitto ja handsfree- puhelu, puhelun katkaiseminen, puhelutietojen tarkistaminen, osoitekirjan synkronointi ja äänenvoimakkuuden säätäminen.



Urheilu

Urheilutilan vaihtoehdot ovat: kävely, juoksu, patikointi, pyöräily, koripallo, sulkapallo, jalkapallo, elliptinen jooga, pöytätennis, naruhypely, tennis, pesäpallo, jalkapallo, hula-hula vanne,



Urheilutiedot (Urheiluennätys)

Tänne tallennetaan 10 päivän urheilutiedot. Nähtävissä on urheilun kesto, syke ja kalorikulutus.



Sydämen syke (Syke)

Kun sykettä mitataan, kellon pohjassa oleva vihreä valo vilkkuu. Kun mittaus päättyy, kello värisee. Mittaus kestää noin 40 sekuntia. Jos näyttöön tulee viesti, että kello ei ole ranteessa, mittaus tulee tehdä uudelleen ja varmistaa, että kello on tiukasti ranteessa.



Uni (Nukkuminen)

Näytöstä löytyy viime yön nukkuma aika sekä syvän ja kevyen unen määrä. Tieto päivittyy joka päivä. Kun kello on liitetty sovellukseen, tiedot synkronoidaan sovellukseen. Tarkemmat tiedot löytyvät sovelluksesta.



Verenpaine

Kun verenpainetta mitataan, kellon pohjassa oleva vihreä valo vilkkuu. Mittaus kestää 30-60 sekuntia. Kun mittaus päättyy, kello värisee. Mittaus perustuu PPG-teknologiaan.

-5-



Veren happipitoisuus (Veren happea)
Happipitoisuutta mitattaessa kellon pohjan vihreä valo vilkkuu. Mittaus kestää noin 30-60 sekuntia. Kello värisee, kun mittaus päättyy. Mittaus perustuu PPG-tekniikkaan.



Naisten terveys (Nainen)
Kun kello on liitetty sovellukseen, sovellus näyttää naisille terveysmuistutuksen kuukautiskiertykseen, ja siihen liittyvät tiedot voi tarkastaa kellosta.



Musiikki
Kun kello on liitetty sovellukseen, sillä voidaan ohjata puhelimen musiikkisoittimen toimintaa: aloitus, tauko, äänen voimakkuus ja kappaleen vaihto.

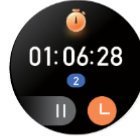


Sää
Kun kello on liitetty sovellukseen, sääkäyttöliittymä näyttää tämän hetkisen lämpötilan ja säätyypin.

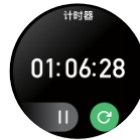
-6-



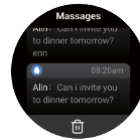
Hälytys (Herätyskello)
Kun kello on liitetty sovellukseen, voit asettaa yksittäisen hälytyksen, toistuvan hälytyksen tai korkeintaan 5 hälytystä.



Ajanotto (Sekuntikello)
Paina aloitusnappia aloittaaksesi ajan mittaus, ja paina taukonappia pitääksesi taukoa mittauksessa, tai resetointinappia nollataksesi mittaus.



Ajastin
Ajastimessa on valmiina yleisesti käytettyjä ajastinaikoja; lisää löytyy pyyhkäisemällä ylös. Käyttäjä voi myös itse määrittellä haluamansa ajan. Käynnistä ajastin painamalla aloitusnappia, ja paina taukoa pitääksesi tauko ajastuksessa, tai lopeta mittaus painamalla resetointinappia.

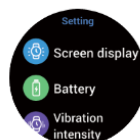


Viestit/ilmoitukset
Kun kello on liitetty sovellukseen, ja on annettu lupa sovellusilmoituksille, viestit ja ilmoitukset siirtyvät kelloon. Kello voi tallentaa 15 viimeisintä viestiä.

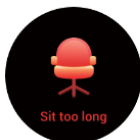
-7-



Puhelimen etsintä (Etsi puhelinta)
Kun kello on liitetty sovellukseen, paina etsi puhelinta, ja puhelin alkaa hälyttää ja kello näyttää puhelimen löytyneen; Jos kello ei ole liitettyä puhelimeen, kello ilmoittaa, että sitä ei ole liitetty.



Asetukset (Asetus)
Asetuksiin sisältyy: näyttö (kellotaulun vaihto, näytön valo, ruutu aika eli miten kauan valo palaa, kirkkauden säätö, näytön aktiivisuus aika liikkeen aktivoitessa näytön), kieli, värinän voimakkuus, valikkotyöli, akku, QR-koodi ja järjestelmä.



Liikkumattomuusmuistutus
Toiminto laitetaan päälle sovelluksesta [Laitte] > [Liikkumattomuusmuistutus], jonka jälkeen voidaan määrittellä aloitus- ja lopetus aika ja hiljaisuusaika.



Veden juontimuistutus
Toiminto laitetaan päälle sovelluksesta [Laitte] > [Veden juontimuistutus]. Tämän jälkeen voidaan määrittellä aloitus- ja lopetus aika sekä aikaväli.

-8-

Kysymyksiä & vastauksia

Kelloa ei voi laittaa päälle.

Pidä kellon ylimmästä paininta pohjassa noin 3 sekuntia. Kellon lataus voi olla myös niin alhainen, että se ei käynnisty. Lataa tällöin kello.

Bluetooth-yhteys on katkennut tai ei ole saatavilla

1. Käynnistä kello ja liitä se uudestaan
 2. Käynnistä puhelimen bluetooth uudestaan ja liitä uudelleen.
 3. Älä liitä muita bluetooth-laitteita puhelimeen samanaikaisesti
- Varmista, ettei kelloa ole jo liitetty toiseen puhelimeen.

Väärä mittaus tulos syke/verenpaine/happipitoisuus

1. Yleisin syy on huono kontakti kellon sensorin ja ihon kanssa.
2. Varmista mitattaessa, että kellon sensori on täydessä kosketuksessa ranteen kanssa.

Unitieto ei ole riittävän tarkka

1. Unen seurannassa simuloidaan normaalia nukahtamista ja heräämistä. Kun käytät tätä toimintoa, kelloa tulisi käyttää normaalisti ja jatkuvasti.
2. Jos laitat kellon ranteeseen vasta nukkumaan mennessä, voi tulla virheitä.
3. Unitietoja ei seurata päivällä, ja unenseuranta toimii klo 21:30 alkaen seuraavan päivän klo 12:00 asti.

Lisää kysymyksiä/vastauksia, katso sovelluksen [Minä] > [Usein kysytyä]. Tieto voi olla englanninkielellä.

-9-