

Tässä pikaohjeessa käydään läpi Focus Smart+ -kellon tärkeimmät toiminnot. Tarkemmat tiedot löytyvät käyttöohjeesta.

LATAUSOHJEET

Latausjohdossa on magneetti, joka tarttuu kellon pohjaan kts. seuraava kuva. Liitä johdon toinen pää usb-liittimeen.



PAINIKE JA NÄYTTÖ



A: Kosketusnäyttö

B: Palautuspainike / Pitkä painallus käynnistää ja sammuttaa laitteen, kun aloitusnäyttö eli kellonaika, on näytössä

Focus Smart vaatii toimiakseen Fundo-sovelluksen asentamisen puhelimeen.

FUNDO-SOVELLUKSEN ASENTAMINEN

Sovelluksen voi ladata kahdella tavalla:

1. Etsi Fundo-sovellus sovelluskaupasta ladattavaksi:

- Android: Fundo (pro) sovellus Google Play -kaupasta; lataa ja asenna.
- IOS: Fundo (pro) sovellus App Storesta; lataa ja asenna.

2. Lue oheinen QR-koodi puhelimen QR-koodilukijalla ja lataa



LIITÄ BLUETOOTHILLA

Kello tulee liittää puhelimen Bluetoothiin Fundo-sovelluksen kautta.

Kun Fundo-sovellus on avattu puhelimesta, siirry Lisää-välilehdelle ja valitse ylhäältä +Lisää laite, etsi kello (Smart Watch) ja liitä se sovellukseen napauttamalla sen nimeä näytöltä. Varmista, että puhelimen Bluetooth on päällä. Lisätietoa Bluetooth-liittämisen ongelmista tämän ohjeen lopussa.

Napauta päivityspainiketta, jotta aika ja muut tiedot päivittyvät puhelimesta kelloon. Päivityspainike löytyy Koti(aloitus)näytön ja Analyysi-välilehden vasemmasta yläreunasta.

PUHELIMEN FUNDO-SOVELLUKSEN TOIMINNOT

Minä-välilehti: tänne syötetään omat henkilökohtaiset tiedot mittaamisen tarkentamiseksi.

Sovelluksen ilmoitusasetukset: puhelimesta tulee myöntää käyttöoikeudet sovelluksen ilmoituksille. Sovellus pyytää lupaa näille käynnistyessään ensimmäistä kertaa. Puhelimen sovelluksessa voidaan erikseen määrittellä, mistä asioista/sovelluksista ilmoituksia halutaan kelloon vastaanottaa. Tämä tapahtuu Lisää-välilehdeltä Sovelluksen ilmoitusasetukset. Huom! osa ilmoituksista valitaan Järjestelmäsovellukset-välilehden alta mm. Whatsapp.

Sydämen sykkeen mittaus: Määrittele aikajakso, jolloin sykettä mitataan vuorokauden aikana. Määrittele lisäksi, miten usein mittaus tapahtuu. Tallenna asetukset painamalla täppää oikeasta yläreunasta.

Aseta hälytys: Napauta sovelluksessa Lisää-välilehdeltä hälytys ja lisää hälytys. Hälytys voidaan asettaa toimimaan yhden kerran tai valita viikonpäivät, joille hälytys halutaan.

Käden liike aktivoi näytön: tämä on oletuksena pois päältä. Päälle laitettuna näyttö aktivoituu käden liikkeen mukaan. Tämä lisää virrankulutusta ja lyhentää käyttöaikaa.

Liikkumistavoite: asetetaan Koti/aloitusnäytössä olevaa ruutulippua painamalla. Valitse haluttu päivittäinen askelmäärä ja paina ok.

KELLON NÄYTÖN TOIMINNOT

Näytön ollessa pimeänä se aktivoituu painamalla paininta B. Näyttöliittymän ollessa aloitustilassa (kellonaika näytössä):

- a) Pyyhkäise oikealle avataksesi viestikeskus, josta näet saapuneet viestit.
- b) Pyyhkäisemällä alas avautuu valikko, joka näyttää Bluetooth-yhteyden, näytön kirkkauden (kirkkautta säädetään painamalla symbolia), qr-koodin sovelluksen lataukseen ja akun varauksen tila.
- c) Pyyhkäisemällä ylös avataan valikko, jossa on: etsi puhelin -toiminto, ajastin, kellon resetointi, ajanotto, hälytys, laitetiedot. Keskeltä voidaan vaihtaa kellotaulua.
- d) Pyyhkäisemällä vasemmalle useamman kerran voidaan valita seuraavassa järjestyksessä:
 - Askelten/matkan mittaus
 - Unen seuranta (Sleep): laite mittaa unta klo 21.00-9.00. Unitiedot päivittyvät tämän jälkeen.
 - Toimintovalikko: sykkeen mittaus, verenpaineen mittaus, happisaturaatio, ekg-käyrä. Mittaus tapahtuu ranteesta tai ekg:n osalta painamalla sormi kellon näyttöön.
 - Liikuntatila: Valitse haluamasi liikuntalaji ruudulta; näkyvissä olevien harjoittelun voi aloittaa suoraan painamalla lajin kuvaa, jolloin alkaa lähtölaskenta. Lisää lajeja saa painamalla liikuntatilan keskiosaa. Täältä valitaan ensin laji ja sen harjoittelu käynnistyy painamalla ruudun keskiosaa.

Suorituksen voi lopettaa tai tauottaa painamalla ruutua pitkään suorituksen aikana. Suoritus päättyy painamalla täppää ja nuolta painamalla suoritus jatkuu.

- Musiikkisoittimen ohjaus: puhelimessa soivaa musiikkia voi ohjata kellon kautta.

d) Kellotaulun voi vaihtaa painamalla ja pitämällä pohjassa aloitusnäytön (kellonaika) ollessa ruudulla. Pyyhkäisemällä oikealle tai vasemmalle voi käydä läpi vaihtoehdot. Näyttöä napauttamalla jää valittu kellotaulu käyttöön.

FOCUS SMART BLUETOOTH-YHTEYDEN ONGELMARATKAISUJA

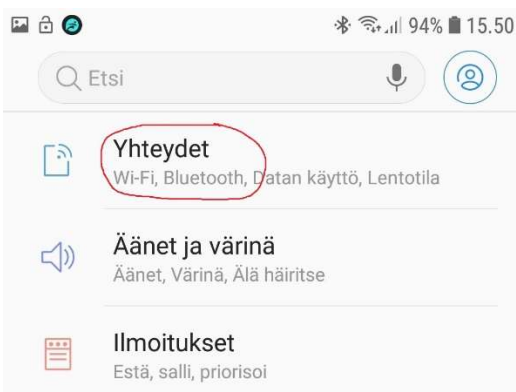
Bluetooth-yhteys ei toimi tai laitetta ei löydy puhelimen Bluetooth-haulla:

Ongelma voi johtua siitä, että Focus Smart on liitetty Bluetoothilla puhelimeen väärässä järjestyksessä eli on liitetty Focus Smart manuaalisesti suoraan puhelimen Bluetoothiin. Näin ei tulisi tehdä vaan Focus Smart tulee liittää puhelimen Bluetoothiin Fundo-sovelluksessa.

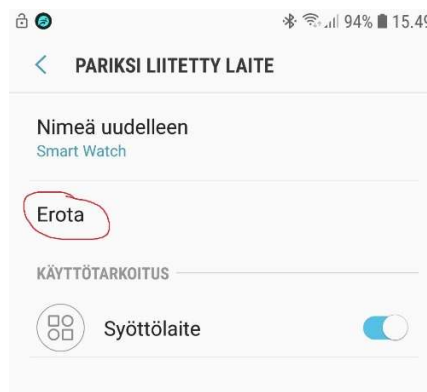
Tällaisessa tilanteessa tulee ensin mennä puhelimen Bluetooth-asetuksiin ja erottaa Smart Watch puhelimesta. Tämän jälkeen käynnistetään Fundo uudestaan ja mennään Lisää-välilehdelle ja LAITTEENI kohdasta +Lisää laite.

Seuraavaksi on esimerkki tämän tekemisestä Samsungin Android-puhelimessa:

Valitaan puhelimen "Asetukset" -> valitaan "Yhteydet" -> Valitaan "Bluetooth"



Bluetoothin alta valitaan Smart Watch. Kun pari on liitetty Smart Watch on avattu painamalla "ratasta", painetaan "Erota"



Puhelin ei löydä Focus Smart -kelloa

Jos puhelin ei löydä Focus Smart -kelloa, voidaan kokeilla alla olevia vaihtoehtoja.

Android

- Android-laitteissa valitaan “Asetukset” > “Sovellukset” > Valitse “Fundo” > Laita kaikki Luvat päälle.
- Jos kellon alasettelussa Bluetooth-ikoni on aktiivinen, kello voi olla liitetty johonkin toiseen Bluetooth-laitteeseen (puhelin tms). Tällöin täytyy kyseisen toisen laitteen Bluetooth-yhteys katkaista. Tämä tapahtuu kyseisen puhelimen asetuksissa: “Asetukset” > “Bluetooth”. Tämän jälkeen tulee sammuttaa Fundo-sovellus omassa puhelimesta ja avata se uudelleen. Kello liittyy automaattisesti uudelleen Fundo-sovellukseen tai se täytyy liittää uudelleen.

Iphone:

- Applen laitteissa, kun kello on erotettu sovelluksesta, tulee vielä mennä asetuksiin ja unohtaa Bluetooth-laite Smart watch. Muutoin kello on yhä liitetty puhelimeen ja muut laitteet (puhelimet) eivät sitä löydä.