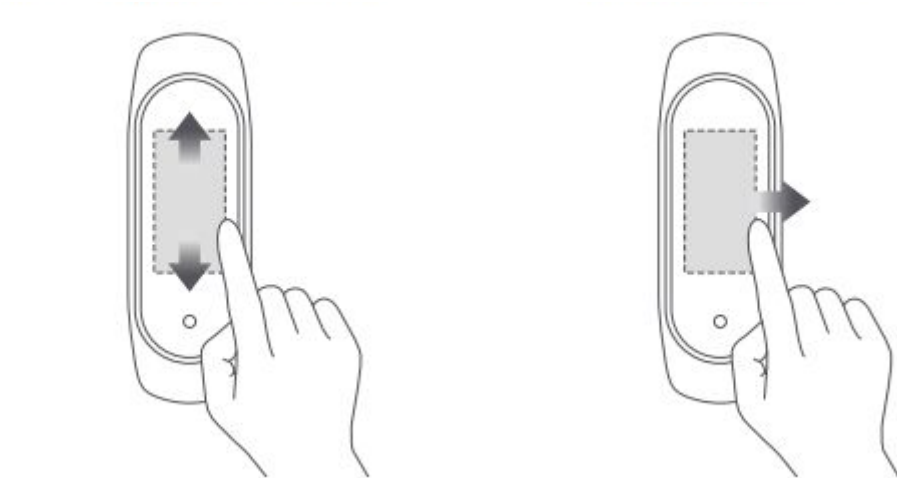


Amazfit Band 5

Uživatelská příručka

Navigácia funkciami ciferníku

Ovládanie navigácie funkciami



Na stránke ciferníku:

- Prejdením hore / dole prejdete do ponúk 1 úrovne. Kliknutím na obrazovku zobrazíte aplikáciu, stlačením tlačidla náramku sa vrátite na stránku ciferníku.
- Prejdením doprava / doľava zobrazíte nástupcu a zobrazíte podrobnosti aplikácie.

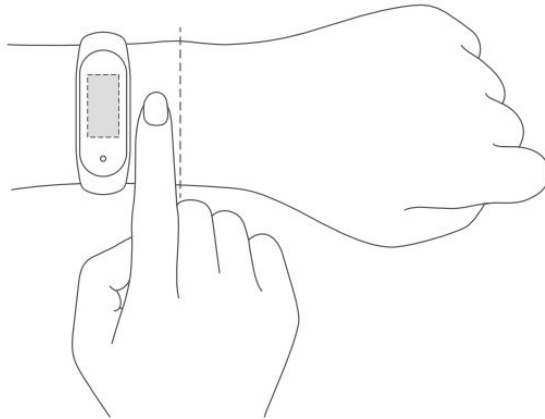
Na stránke s podrobnosťami o aplikácii:

- Prejdením doprava alebo stlačením tlačidla náramku sa vrátite na stránku vyššej úrovne.
- Prejdením doľava / doprava na stránke s podrobnosťami o aplikácii prepínate medzi aplikáciami, stlačením tlačidla náramku sa vrátite na stránku s ciferníkom.

Nosenie a nabíjanie náramku

Nosenie náramku, keď necvičíte

Pokiaľ necvičíte, odporúčame nosiť opasok vo vzdialenosti jedného prsta od zápästia a primerane utiahnutý, aby ste zabezpečili správnu funkciu optického snímača tepovej frekvencie.



Nosenie náramku počas cvičenia

Počas cvičenia odporúčame nosiť náramok pohodlne utiahnutý, aby ste zaistili tesný kontakt s kožou a zamedzili jeho kĺzanie. Noste náramok náležite utiahnutý a uistite sa, že vám nekľže po pokožke.

Nabíjanie

1. Zapojte USB konektor nabíjacej základne do nabíjačky mobilného telefónu alebo do USB portu vášho počítača.
2. Zarovnajte kovové kontakty na zadnej strane náramku so zlatými konektormi na magnetickej nabíjacej základni.
3. Ak je náramok správne umiestnený na nabíjacej základni, na obrazovke náramku sa objaví ikona nabíjania, ktorá signalizuje, že nabíjanie prebieha.



- Počas nabíjania môžete zobraziť čas, upozornenie na prichádzajúce hovory a oznámenia aplikácií
- Náramok odporúčame nabíjať pomocou bežnej nabíjačky mobilných telefónov alebo cez USB port počítača.

Funkcia náramku

Nastavenie aplikácií

Vo vašom náramku si môžete triediť a skrývať ponuky prvej úrovne.

Ak si chcete prispôbiť aplikácie na obrazovke podľa svojich preferencií, prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Nastavenie zobrazenia (Display Settings) a zvolte si aplikácie, ktoré sa majú zobrazovať na obrazovke.

Nastavenie skratiek

Skratky môžete pridať, vymazať alebo zmeniť ich poradie.

Ak si chcete prispôbiť skratky na obrazovke, prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Nastavenie skratiek (Shortcut Settings) a vyberte si skratky, ktoré sa majú na obrazovke zobrazovať.

Hlasový asistent Alexa

Hlasového asistenta sa môžete spýtať na počasie, nastaviť si budík či si pridávať poznámky hlasom.

Pred použitím hlasového asistenta prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Pridať účty (Add accounts)> Amazon a pre dokončenie autorizácie na autorizačnú stránke zadajte prihlasovacie meno a heslo k vášmu Amazon účtu. Po autorizácii prejdite na obrazovke ciferníku prstom doprava, prejdete tak na stránku Alexa.

Ak sa napríklad chcete spýtať na počasie, povedzte: "Alexa, what is the weather?" ("Alexa, aké je počasie?") Na stránke Alexy. Tá vám odpovie.



Alexa podporuje funkcie z nasledujúcej tabuľky.

Funkcie	Příklad věty
Ovládanie chytré domácnosti	Alexa turn on the living room lights
Budíky a časovača	Alexa set a timer
Pomenované budíky a pripomenutie	Alexa set a pasta timer
Zoznamy	Alexa add eggs to my shopping lists
Počasie	Alexa what is the weather.
Hľadanie	Alexa who is Barack Obama
Preklad	Alexa how do you say Hello in French.
Informácie	Alexa what is the capital of Germany?
Otázky a odpovede - zdvorilostné konverzácie	Alexa what's up, Alexa how are you doing?

Nastavenie cvičenie

Môžete pridať alebo odstrániť športy alebo upraviť ich poradie.

Ak chcete prispôbiť športy podľa svojich osobných preferencií, prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Nastavenie tréningu (Workout Settings) a vyberte športy, ktoré sa majú zobrazovať na obrazovke.

Režim vibrácií

Funkcie, ktoré podporujú upozornenia vibráciami, sú zobrazené na stránke režimu vibrácií. V predvolenom stave sa použije predvolený režim. Vlastné režimy vibrácií môžete pridať poklepávaním na obrazovku telefónu v rôznych intervaloch.

Ak chcete prispôbiť vibračný režim podľa svojich osobných preferencií, prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Vibrácie (Vibration) a nastavte vibračný režim podľa pokynov.

Zobrazenie informácií zdvihnutím zápästia

Ak je táto funkcia v prepojenej aplikácii povolená, obrazovka náramku sa aktivuje, keď zdvihnete zápästia a otočíte obrazovku smerom k sebe. Môžete si vybrať medzi normálnou a vysokou citlivosťou aktivácia obrazovky a nastaviť, kedy je táto funkcia povolená.

Zámok náramku

Ak je táto funkcia v prepojenej aplikácii povolená, bude obrazovka náramku zamknutá, akonáhle zložíte náramok zo zápästia. V predvolenom stave je táto funkcia zakázaná. Aktivuje sa po nastavení hesla pre odblokovanie. Pre nastavenie tejto funkcie choďte do časti Profil > Amazfit Band 5 > Zámok náramku (Band Lock). Tam môžete povoliť alebo zakázať túto funkciu a zmeniť heslo.

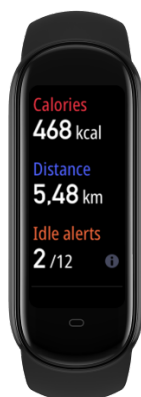
Nočný režim

Ak je táto funkcia v prepojenej aplikácii povolená, bude jas obrazovky automaticky znížený, keď sa obrazovka aktivuje počas noci. Východisková doba aktivity tejto funkcie je od 19:00 do 7:00 nasledujúceho dňa. Túto dobu si môžete upraviť podľa svojich potrieb.

Pre nastavenie tejto funkcie choďte do časti Profil > Amazfit Band 5 > Nočný režim (Night Mode). Tam môžete povoliť alebo zakázať nočný režim, prípadne upraviť dobu aktivity režimu.

Stav

Na stránke s detailmi stavu si môžete zobrazíť údaje v reálnom čase, napr. Kroky, vzdialenosť, kalórie či upozornenie na nečinnosť. Prejdením prstom dole si môžete zobrazíť kroky za posledných 7 dní.



Srdcová frekvencia

Jednotlivé merania

Na stránke podrobností o srdcovú frekvenciu si môžete zmerať svoju srdcovú frekvenciu. Ak bolo meranie úspešné, zobrazí sa vám vaša srdcová frekvencia. Ak meranie zlyhá, zobrazí sa správa "Nemožno merať" ("Could not measure"). Noste náramok správne, aby ste zaistili správne meranie. Keď sa na stránke srdcovej frekvencie zobrazí hodnota, prejdением prsta nadol zobrazíte stav srdcovej frekvencie, ako je uvedené nižšie.

Pravidlá klasifikácie a opisy zón srdcového tepu

Max. BPM = 220 - aktuálny vek

Názov zóny srdcovej frekvencie	Popis
Relaxácia (Relaxed)	< 50 % maximálna BPM
Zahriatie (Warm-up)	[50 % max. BPM, 60 % max. BPM)
Spaľovanie tukov (Fat burning)	[60 % max. BPM, 70 % max. BPM)
Aeróbne (Aerobic)	[70 % max. BPM, 80 % max. BPM)
Anaeróbne (Anaerobic)	[80 % max. BPM, 90 % max. BPM)
Anaeróbny limit (Anaerobic limit)	≥ 90 % max. BPM

Kontinuálne monitorovanie srdcovej frekvencie

Náramok podporuje kontinuálne merania srdcovej frekvencie. V prepojené aplikácii choďte do časti Profil > Amazfit Band 5 > Monitorovanie zdravia (Health Monitoring) a povoľte automatickú detekciu srdcovej frekvencie. Interval merania môžete nastaviť na 1 minútu, 5, 10 alebo 30 minút.

Po dokončení nastavenia si nasadíte náramok a ten začne automaticky merať vašu srdcovú frekvenciu. Na stránke s detailmi srdcovej frekvencie si môžete prezrieť podrobnosti.

Upozornenie na srdcovú frekvenciu

Ak chcete povoliť funkciu upozornenie na srdcovú frekvenciu, prejdite v prepojené aplikácii do časti Profil > Amazfit Band 5 > Monitorovanie zdravia (Health Monitoring). Ak vaše srdcová frekvencia dosiahne hraničné hodnoty a pritom ste v uplynulých 10 minútach nevykonávali namáhavé cvičenie, náramok zavibruje, aby vás upozornil. Hraničnú hodnotu frekvencie si môžete nastaviť podľa potreby.

Počasie

Na stránke počasie si môžete prezrieť dnešnej počasie a predpoveď počasie na najbližších niekoľko dní.

Udržujte Bluetooth spojenie medzi telefónom a náramkom, pretože telefón musí do náramku odosielať informácie o počasí.

Telefón navyše preposiela do náramku upozornenie na počasie, ktorá sám dostal. Pre povolenie upozornenie na počasie prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Nastavenie počasie (Weather Settings) a povoľte upozornenia na počasie.



Saturácia kyslíka v krvi (SpO2)

Na stránke s podrobnosťami o SpO2 si môžete zmerať vašu aktuálnu hodnotu SpO2. Po úspešnom meraní sa zobrazí hodnota SpO2, ak je meranie neúspešné, zobrazí sa správa "Nemožno merať" ("Could not measure"). Pre zaistenie úspešného meranie nezabudnite, že: Náramok noste utiahnutý, tak aby ste cítili primeraný tlak na vaše zápästie. Položte ruku na stôl alebo nehybný povrch, obrazovkou náramku nahor. Počas merania sa nehýbte a sústreďte sa na meranie.

Históriu meraní vášho SpO2 si môžete zobraziť v aplikácii, kliknutím na ikonu v pravom hornom rohu a potom prejdite do časti Všetky dáta (All data)> SpO2.

Kvalita dýchania v spánku

Amazfit Band 5 môže sledovať vaše SpO2 keď spíte, aby vám pomohol vypočítať skóre kvality dýchania pri spánku a vytvoriť dobré spánkové návyky.

Ak chcete povoliť funkciu sledovania kvality dýchania pri spánku, prejdite v prepojené aplikáciu do časti Profil> Amazfit Band 5> Monitorovanie zdravia (Health Monitoring).

Potom, čo sa dáta monitorovanie synchronizujú s aplikáciou, môžete v aplikácii kliknúť na ikonu v pravom hornom rohu domovskej stránky aplikácie a potom prejsť do Všetky dáta (All Data)> SpO2 a dáta si pozrieť.

Poznámka: Náramok ukladá iba dáta analýzy kvality dychu pri spánku z predchádzajúcej noci. Po prebudení nasledujúci deň musíte včas synchronizovať dáta s aplikáciou.

Stres

Jednotlivé merania

Svoj stres môžete zmerať na stránke podrobností o strese. Ak je meranie úspešné, zobrazí sa hodnota stresu, v prípade zlyhania merania sa zobrazí správa "Nemožno merať" ("Could not measure"). Náramok noste správne a počas merania buďte v pokoji, aby ste zistili úspešné meranie. Keď sa na obrazovke zobrazí hodnota, prejdением prstom nadol zobrazíte stav stresu, ako je znázornené nižšie.

Kontinuálne meranie

Náramok podporuje kontinuálne meranie hladiny stresu. Ak chcete povoliť funkciu celodenného merania stresu, prejdite v aplikácii do časti Profil > Amazfit Band 5 > Monitorovanie zdravia (Health Monitoring).

Po dokončení nastavenia si náramok nasadíte a ten bude automaticky sledovať váš stres v kludovom stave. Detaily si môžete zobrazíť na stránke s podrobnosťami o srdcovú frekvenciu.



Sledovanie cyklu a predikcie menštruácie

Počiatkové nastavenie sledovania cyklu môžete nastaviť na stránke Zábava (Enjoy) v aplikácii. Po výbere položiek nastavení môžete zobrazíť a uložiť vybraný stav menštruácie. Kliknutím na tlačidlo pre úpravy pod kalendárom zadáte menštruáciu, kliknutím na tlačidlo nastavenia v pravom hornom rohu povolíte upozornenia na menštruáciu.

Po dokončení nastavenia aplikácie si môžete aktuálny stav menštruácie, vrátane textových upozornení na začiatok menštruácie, prezrieť na stránke Sledovanie cyklu (Cycle Tracking) v náramku, ako je znázornené na nasledujúcom obrázku:



Záznam začiatku a konca menštruácie

Menštruácii môžete v jej priebehu rýchlo zapísať alebo ukončiť pomocou náramku. Presné záznamy zlepši schopnosť náramku predvídať termín menštruácie.

Upozornenie

Na stránke Sledovanie cyklu (Cycle Tracking) v aplikácii môžete aktivovať upozornenie na menštruáciu a upozornenie na ovuláciu. Po povolení týchto výstrah náramok zavibruje, keď nastane prednastavený čas.

Dýchanie

Dýchanie môžete trénovať pomocou nasledovania dynamických efektov na stránke s podrobnosťami o dýchanie. Počas tréningu sa zobrazuje indikátor v dolnej oblasti celkovú dobu trvania. Tá je v predvolenom stave nastavená na jednu minútu a možno ju nastaviť na domovskej stránke dýchanie, ako je zobrazené na obrázku nižšie:



Notifikácie

Povolenie notifikácií

Ak chcete použiť funkciu notifikácií, musíte povoliť upozornenia aplikácií v aplikácii a udržiavať aktívne spojenie medzi náramkom a telefónom.

Pri zariadeniach s iOS je pre prijímanie notifikácií potrebné spárovať náramok s telefónom cez Bluetooth.

Pri zariadeniach s Androidom je potrebná aplikáciu pridať do zoznamu povolených aplikácií alebo do zoznamu aplikácií s automatickým spustením, aby aplikácia zostala neustále spustená na pozadí a nedochádzalo k odpájaniu náramku od telefónu. Spôsob povolenie notifikácií sa líši podľa operačného systému vášho telefónu. Prejdite na Profil > Amazfit Band 5 > Spustiť na pozadí (Run in background) a notifikácia povoľte podľa pokynov.

Zobrazenie notifikácií

Pri prijatí notifikácia náramok zavibruje a automaticky zobrazí notifikáciu. Pre zobrazenie starších notifikácií prejdite na stránke s ciferníkom hore, do ponuky notifikácií.



Vymazanie notifikácií

Náramok uchováva najviac 10 notifikácií. S každou ďalšou prijatú notifikácií dochádza k automatickému zmazaniu tej najstaršej.

1. Prejdite prstom dole po prvej notifikácii, aby sa zobrazila stránka pre vymazanie notifikácií, a kliknutím všetky notifikácie odstráňte.
2. Môžete tiež na stránke so zoznamom notifikácií prejsť prstom nahor, a tak zobraziť stránku pre zmazanie notifikácií. Kliknutím potom odstránite všetky notifikácie.

Najčastejšie otázky týkajúce sa notifikácií

Povolil som notifikácia správ z aplikácií WhatsApp a Facebook, ale môj náramok je nedostáva. Prečo?

Notifikácia na správy od aplikácií ako sú WhatsApp a Facebook, možno prijímať, len ak sú splnené nasledujúce podmienky:

- 1) Správy je možné prijímať na oznamovacej lište telefónu. V opačnom prípade prejdite do nastavenia systému a povoľte notifikácia aplikácií WhatsApp a Facebook.
- 2) Náramok je vždy pripojený k vášmu telefónu a Bluetooth je neustále povolené.

Ak problém pretrváva, skúste reštartovať Bluetooth v telefóne.

Viac

Ponuka Viac (More) zahŕňa nasledujúce funkcie: režim Nerušiť (DND), budík, kamera, hudba, stopky, časovač, nájdenie zariadenia, svetový čas, ciferník a nastavenia.

Nastavenie režimu Nerušiť (DND)

Vyberte DND z ponuky Viac a prejdite na stránku nastavení DND. Sú k dispozícii nasledujúce možnosti:

- DND: okamžite aktivuje režim DND.
- Automatická aktivácia: automaticky aktivuje DND keď zaspíte s náramkom na ruke.
- Vypnutie DND: vypnutie DND.
- 1 hodina: okamžitá aktivácia režimu DND na 1 hodinu.
- 2 hodiny: okamžitá aktivácia režimu DND na 2 hodiny.
- 3 hodiny: okamžitá aktivácia režimu DND na 3 hodiny.
- Prispôbiť: nastavte si dobu trvania DND.

Potom, čo je režim DND aktivovaný, nebude náramok vibrovať pri prichádzajúcich hovoroch, SMS notifikáciách, notifikáciách aplikácií, notifikáciách e-mailu a upozorneniach na šťuchanec. Iná upozornenia nebudú ovplyvnená.

Budík

Budíky môžete zapínať či vypínať priamo na obrazovke náramku alebo cez pridruženú aplikáciu. Na náramku je možné nastaviť maximálne 10 budíkov.



Keď nastane čas budíka, náramok začne vibrovať. Budík vypnete kliknutím na tlačidlo Stop alebo môžete aktivovať režim Odloženie. V režime Odloženie bude náramok vibrovať každých 10 minút a ak nestlačíte tlačidlo Stop, po 6 opakovaných vibráciách sa alarm sám vypne.

Ak vám nevyhovuje intenzita vibrácií, choďte v aplikácii do časti Profil> Amazfit Band 5> Budík (Alarm) a nastavte si silu vibrácie podľa potreby.

Fotoaparát

- **Nastavenie fotoaparátu**
Mobilný telefón s Androidom: Ak chcete spárovať telefón s náramkom, prejdite v aplikácii do časti Profil> Amazfit Band 5> Laboratórium (Lab)> Nastavenie fotoaparátu (Camera Setting).
Mobilný telefón s iOS: Po spárovaní telefónu s náramkom kliknite vo vyskakovacom okne na Párovať (Pair). Ak sa náramok nespáruje pri počiatočnom párovaní, kliknite v náramku na Kamera (Camera) a prejdite na stránku kamery. Potom otvorte aplikáciu a vo vyskakovacom okne kliknite na Párovať (Pair).
- **Ovládanie kamery**
Po dokončení párovania podľa predchádzajúcich krokov najprv otvorte aplikáciu fotoaparátu. Na náramku vstúpte na stránku kamery a potom kliknutím na Kameru (Camera) dokončenie nastavenia diaľkového ovládania aplikácie kamery. Stav robení snímky je zachytený na nasledujúcom obrázku:



Svetový čas

Pomocou aplikácie môžete pridať časové pásma a upraviť ich poradie tak, aby ich bolo možné zobraziť v aplikácii svetového času. Pre prispôsobenie časových pásiem choďte v aplikácii do časti Profil > Amazfit Band 5 > Nastavenie svetových hodín (World Clock Settings) a vyberte požadované časové zóny.

Po dokončení nastavenia môžete na náramku zobraziť údaje zodpovedajúce danému mestu.



Kalendár

Kalendár sa zobrazuje iba v prípade, že je jazyk nastavený na zjednodušenú či tradičnú čínštinu.

Stránka kalendára ukazuje solárne a lunárny dáta, rok a informácie o sviatkoch. Prejdením hore a dole na stránke podrobností zobrazíte uplynulé či nadchádzajúce dni.



Stopky

Stopky sa používajú na meranie času. Maximálna hodnota je 99:59. Keď beží, môžete kliknutím na tlačidlo vlajky zaznamenať počet opakovaní alebo kliknutím na tlačidlo Pauzy meranie času pozastaviť. Pozastavené meranie času možno obnoviť alebo ukončiť. Keď stopky bežia na pozadí, bude zobrazená zodpovedajúca ikona.



Odpočet

Keď odpočet vyprší, náramok zavibruje. Maximálna doba odpočtu je 99:59. Odpočet sa nespustí, ak je čas nastavený na 00:00. Odpočítavanie môžete pozastaviť kliknutím na tlačidlo pozastaviť. Pozastavený časovač možno obnoviť alebo ukončiť.



Hudba

Ak chcete používať funkciu Hudba, uistite sa, že je náramok pripojený k telefónu.

Stránka Hudba v náramku ukazuje pri prehrávaní hudby informácie o prehrávanej skladbe. Prehrávanie môžete pomocou náramku pozastaviť alebo prepnúť na predchádzajúcu či nasledujúcu skladbu. Pre úpravu hlasitosti stačí stlačiť tlačidlá + a -.

Momentálne sú podporované nasledujúce prehrávače:

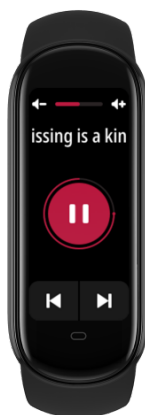
- V Číne: natívne hudobné prehrávače, KUGO, QQMusic, NetEase Cloud Music, Kuwo & Kuwo HD, Xiami Music, Lizhi a Dragonfly FM
- Mimo Čínu: natívne hudobné prehrávače iOS / Android, Apple Music, Spotify, Pandora, SoundCloud, GoMusic, Google Play Music, AudioMack, iHeartRadio, Samsung Music a SiriusXM

Pre lepší užívateľský zážitok sa uistite, že:

Náramok a telefón sú spárované cez Bluetooth, ak používate zariadenie s iOS.

Ak používate zariadenie s Android, udeľte v pridruženej aplikácii povolenie na čítanie notifikácií. Ak chcete povoliť funkciu Hudba, prejdite v aplikácii do časti Profil > Amazfit Band 5 > Nastavenie zobrazenia hodín (Watch Display Settings) a v stavovom riadku kliknite na Povolíť (Enable).

Poznámka: Užívateľský zážitok môžu ovplyvniť problémy s kompatibilitou systému Android a hudobných prehrávačov.



Tichý režim

Táto ponuka je k dispozícii iba pre zariadenia Android.

Voľbou Viac (More)> Tichý (Silent) na náramku môžete zapnúť či vypnúť tichý režim telefónu.

Poznámka: Pri použití tejto funkcie sa uistite, že je náramok prepojený s telefónom.

Nájdenie telefónu

Náramok vám pomôže nájsť váš telefón pomocou Bluetooth prepojenia náramku a telefónu.

Poznámka: Pri používaní tejto funkcie udržiavajte aplikáciu spustenú na pozadí.

Ciferník

Zmena ciferníku v náramku

- Na stránke ciferníku dlhým stlačením obrazovky otvoríte stránku úprav ciferníku a vyberte ciferník, ktorý sa vám páči.
- Prípadne môžete na náramku prejsť do časti Viac (More)> Displej náramku (Band display), zvolte si požadovaný ciferník a kliknutím na obrazovku výber potvrdíte.

Zmena ciferníku v prepojenej aplikácii

- Online ciferník:
Ak chcete nahradiť ciferník online ciferníkom, otvorte aplikáciu, prejdite do časti Profile> Amazfit Band 5> Watch Face Mall, stiahnite si požadovaný ciferník a synchronizujte ho s náramkom.
- Ciferník s fotografiou:
Ak chcete ciferník vymeniť za ciferník s fotografiou, otvorte aplikáciu, prejdite do časti Profile> Amazfit Band 5> Obchod (Store), vyberte ciferník, ktorý sa vám páči, prejdite na stránku s podrobnosťami o ciferníku a podľa pokynov nahraďte ciferník svoju fotografiou a synchronizujte ho s náramkom.

Upravitel'né ciferníky

Náramok má dve vstavané ciferníky, ktoré možno upravovať. Prvky, ktoré sa majú zobrazíť na ciferníku, môžete upraviť nasledujúcim spôsobom:

- Dlhým stlačením stránky ciferníku prejdite na stránku so zoznamom ciferníkov a vyberte vstavaný ciferník.
- V náhľade ciferníku kliknite na Nastavenie a prejdite na stránku nastavení upravitel'ného ciferníku.
- Vyberte a kliknite na prvok stránky alebo prejením prstom nahor alebo nadol prepínate medzi prvkami.
- Dlhým stlačením obrazovky uložíte prispôsobený ciferník.



Nastavenie

Na stránke Nastavenia (Settings) sú k dispozícii ponuky Jas (Brightness), Zamykací obrazovka (Lock screen), Restart (Reboot), Továrenské nastavenia (Factory reset), Regulácia (Regulatory) a Informácie (About).

- Jas (Brightness): Stlačením tlačidiel "+" a "-" môžete vyberať medzi piatimi úrovňami jasov obrazovky.
Ak je v aplikácii povolený nočný režim, v čase nočného režimu sa automaticky použije jas nočného režimu. Ak počas doby nočného režimu zmeníte jas ručne, zmena sa prejaví len počas aktuálnej doby a po začiatku ďalšieho nočného režimu sa automaticky obnoví predvolený jas.
- Blokovací obrazovka (Lock screen): Ak je táto funkcia zapnutá, prejením prstom hore odomknete obrazovku pásma.
- Restart (Reboot): reštartuje náramok.
- Továrenské nastavenia (Factory reset): po potvrdení resetuje všetky dáta. Po obnovení továrenského nastavenia sa MAC adresa náramku zmení a musíte ho znova spárovať.

- Regulácia (Regulatory): zobrazuje informácie o certifikáciu náramku.
- Informácie (About): poskytuje verziu firmvéru a Bluetooth MAC pásma.

Upozornenie na stav náramku

Vlastné vibrácie

Upozornenie na stav náramku zahŕňajú upozornenie na prichádzajúce hovory, upozornenie na nečinnosť, ciele, budík telefónu, pripomenutie udalostí, upozornenie na e-mail, SMS či notifikácia aplikácií.

V aplikácii choďte do časti Profil > Zariadenie (Device) > Vibračný režim (Vibration Mode), vyberte kategóriu upozornenia a nastavte si vlastný vibračný režim. V zozname vibračných režimov kliknite Upraviť (Edit) alebo Pridať (Add) pre zmazanie alebo pridanie vlastného vibračného režimu. Keď sa v náramku spustí výstraha, náramok zavibruje podľa zvoleného vibračného režimu.

Poznámka: Môžete nastaviť maximálne 50 vlastných vibračných režimov.

Upozornenie na prichádzajúci hovor

Náramok pri doručení oznámenia o prichádzajúcom hovore začne vibrovať. Kliknutím na Zavesiť (Hang Up) na stránke upozornenie hovor odmietnete, kliknutím na Ignorovať (Ignore) budete hovor ignorovať a vypnete vibrácie. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Upozornenie na nečinnosť

Náramok zavibruje, ak rozpozná, že príliš dlhú dobu sedíte. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Pripomenutie cieľe

Náramok zavibruje, keď dosiahnete svojho denného tréningového cieľa. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Výstraha budíka telefónu (len pre MIUI systém)

Náramok zavibruje, keď na telefóne zazvoní budík. Táto funkcia je podporovaná len v systéme MIUI. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Pripomenutie udalosti

Náramok zavibruje, aby vás upozornil na plánované udalosti. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Upozornenie na e-mail

Náramok zavibruje, keď dostanete nový e-mail. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

- Android: Ak chcete povoliť e-mailové upozornenia, prejdite do časti Profil> Amazfit Band 5> Upozornenie aplikácií (App Alerts) a pridajte e-mailovú aplikáciu. Uistite sa, že aplikácia beží na pozadí.
- iOS: Ak chcete povoliť e-mailové upozornenia, prejdite do časti Profil> Amazfit Band 5> Viac (More)> Prichádzajúce email (Incoming email) a povoľte e-mailové upozornenia. V systéme iOS sú e-mailové upozornenia spracovávané systémom, čo znamená, že aplikácia nemusí bežať na pozadí.

Upozornenie na SMS

Náramok zavibruje, keď dostanete novú SMS správu. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Poznámka: Pri systéme Android sa uistite, že aplikácia beží na pozadí. V systéme iOS sú výstrahy SMS spracovávané systémom, čo znamená, že aplikácia nemusí bežať na pozadí.

Upozornenie na notifikáciu aplikácie

Náramok zavibruje a zobrazí notifikáciu, ktorú dostal telefón. Táto funkcia musí byť najprv povolená v aplikácii.

Sekundárne obrazovka cvičenie

Potom, čo zahájite sledovanie tréningu na stránke cvičenie v aplikácii, sa relevantné dáta automaticky zobrazí na náramku, vďaka spojeniu telefónu a náramku.

Funkcia cvičenia

Monitorovanie tréningu môžete spustiť priamo z náramku. Podporované sú nasledujúce športové aktivity: vonkajší beh, bežecký pás, bicyklovanie, chôdza, cvičenie, plávanie, eliptický trenažér, veslovací trenažér, joga a švihadlo. Pre vonkajšie beh, cyklistiku a chôdzu môžete náramok pripojiť k aplikácii a pomocou GPS zaznamenať trasu pohybu. Ak chcete presne zaznamenať trasu tréningu, musíte povoliť službu GPS v telefóne.

Začatie cvičenie

Prejdite po ciferníku hore do menu cvičenia a vyberte typ športu. Stránka cvičení sa zobrazia po trojsekundový odpočtu.

U tréningu založeného na GPS musíte udržiavať spojenie medzi náramkom a telefónom a povoliť službu GPS pre sledovanie trasy.

Počas cvičenia

Počas cvičenia si môžete na náramku prehliadnuť nasledovné dáta:

- Vonkajší beh: čas, vzdialenosť, tempo, srdcovej frekvencie a zóna srdcovej frekvencie
- Bežecký pás: čas, vzdialenosť, kadencia, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Cyklistika: čas, vzdialenosť, rýchlosť, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Chôdza: čas, vzdialenosť, kroky, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Cvičenie: čas, kalórie, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Plávanie: čas, vzdialenosť, kalórie, tempa a frekvencia temp
- Eliptický trenažér: čas, kalórie, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Veslovací trenažér: čas, celkový počet ťahov, kalórie, rýchlosť ťahu, čas ťahu, čas uvoľnenia, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Jóga: čas, kalórie, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie
- Švihadlo: čas, celkové skoky, kalórie, frekvencia, srdcová frekvencia a zóna srdcovej frekvencie

Pozastavenie / pokračovanie / ukončenie cvičenia

Dlhým stlačením tlačidla na náramku tréning pozastavíte. Zobrazí sa stránka pozastavenia. Kliknutím na Pokračovať pokračujte v cvičení, alebo kliknite na Zastaviť a potom kliknite na OK na stránke s potvrdením, aby ste cvičenie ukončili a uložili záznam cvičenia.

Prehliadanie dát o cvičenie

- Zobrazíť údaje aktuálneho tréningu:

Po tréningu si môžete okamžite zobrazíť súhrn dát na náramku.

- Zobrazíť podrobné údaje o cvičení:

Po cvičení môžete pripojiť náramok k aplikácii a zobrazíť všetky historické dáta cvičenia v module cvičenia aplikácie. Kliknutím na záznam cvičenia zobrazíte podrobnosti, napríklad graf srdcového tepu.

Zóna srdcovej frekvencie pri cvičení

Počas cvičenia náramok vypočíta rozsah srdcovej frekvencie na základe vašich osobných údajov, čo vám umožní zodpovedajúcim spôsobom určiť intenzitu cvičenia. Náramok zobrazuje počas cvičenia vašu zónu srdcového tepu v stĺpci s údajmi o tepovej frekvencii. Po tréningu si môžete zobrazíť čas zotrvania v jednotlivých zónach tepovej frekvencie na stránke Podrobnosti (Details) záznamu o cvičení v aplikácii.

K dispozícii je šesť východiskových zón srdcového tepu.

Vypočítajú sa na základe odhadovanej maximálnej srdcovej frekvencie. Maximálna srdcová frekvencia sa rovná 220 mínus vek používateľa, čo je bežne používaný vzorec.

Pravidlá klasifikácie a opisy zón srdcového tepu

Max. BPM = 220 - aktuálne vek

Názov zóny tepovej frekvencie	Popis
Uvoľnenie (Relaxed)	< 50 % z Max BPM
Zahriatie (Warm-up)	[50 % z Max BPM, 60 % z Max BPM)
Spaľovanie tukov (Fat burning)	[60 % z Max BPM, 70 % z Max BPM)
Aerobny	[70 % z Max BPM, 80 % z Max BPM)
Anaerobny	[80 % z Max BPM, 90% z Max BPM)
Anaerobny imit	≥ 90 % z Max BPM

Údržba náramku

1. Pásik a remienok pravidelne čistite vodou a osušte ich mäkkou handričkou.
2. Na čistenie pásky nepoužívajte čistiace prostriedky, ako je mydlo, dezinfekčný prostriedok na ruky alebo pena do kúpeľa, aby ste predišli alergiu pokožky a korózii zariadení.
3. Ihneď po kúpaní, plávanie alebo potenie počas nosenia zariadenia očistite a osušte. Nenoste zariadenie, keď sa kúpete alebo plávate, ak zariadenie také podmienky nepodporuje.

Pozor

1. Náramok vydrží tlak ekvivalentná tlaku 50 m pod vodou. Môžete ho nosiť v bazénoch a plytkých vodách, ale nemôžete ju nosiť pri potápaní alebo v saune.
2. Náramok nie je vodotesný voči korozívnym kvapalinám, ako sú kyslé a alkalické roztoky a chemické činidlá. Na poškodenie alebo chyby spôsobené zneužitím alebo nesprávnym použitím sa záruka nevzťahuje.

Dovozca:
Beryko s.r.o.
Na Roudné 1162/76, 301 00 Plzeň
www.berko.cz