

Obsah

Začíname

Tlačidlá a gestá	1
Spárovanie a pripojenie	3
Nabíjanie	4
Nosenie hodín	5

Cvičenie

Spustenie cvičenia	6
Inteligentný spoločník	6
Bežecké plány	6
Zobrazenie záznamov o cvičení	7
Stav cvičenia	8
Zaznamenávanie denných aktivít	8
Automatické zisťovanie cvičení	8
Trasa pre návrat	9

Zdravie

Vysielanie údajov o srdcovom tepe	10
Meranie teploty pokožky	10
TriRing	11
Sledovanie spánku	11
Meranie hladiny kyslíka v krvi (SpO2)	12
Merania srdcového tepu	12
Testovanie stresu	14
Dýchacie cvičenia	15
Pripomenutie aktivity	15
Predpovede menštruačného cyklu	16

Asistent

Assistant·TODAY	17
Aplikácie	17
Prijímanie upozornení a zobrazovanie a odstraňovanie správ	18
Prijímanie a odmietanie prichádzajúcich hovorov	19
Kontrola denníkov hovorov	19
hudby	19
Stopky	21
Časovače	21
Nastavenie budíkov na hodinkách Huawei	22
Baterka	23
Barometer	23
Kompas	24

Prijímanie správ o počasí	24
Nájdenie telefónu pomocou hodínok	24
Nájdenie hodínok pomocou telefónu	25
Dialková spúšť	25
Pripojenie Bluetooth slúchadiel	25
Zapnutie alebo vypnutie režimu Nerušiť	26
Hlasový asistent	26
Alipay	27
Aktivácia a dobíjanie dopravnej karty a platby pomocou nej	28
Platobné karty	29

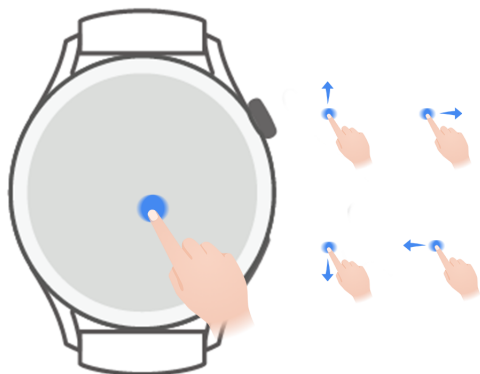
Ďalšie informácie

Nastavenie a výmena remienka pre	32
Konfigurácia ciferníkov Galérie	33
Nastavenie ciferníka AOD	34
Správa ciferníkov	34
Nastavenie obľúbených kontaktov	35
Nastavenie času a jazyka	35
Nastavenia zvuku	35
Prispôsobenie funkcie Dolného tlačidla	35
Pridanie vlastných kariet	36
Nastavenie jasu obrazovky	36
Aktualizácia hodínok	36
Zobrazenie názvu zariadenia Bluetooth, MAC adresy, sériového čísla, modelu a čísla verzie	37
zapnutie, vypnutie a reštartovanie hodínok	37
	38
Vyhlásenie o funkcii NFC	38

Začíname

Tlačidlá a gestá

Hodinky sú vybavené farebnou dotykovou obrazovkou s vysokou citlivosťou na dotyk, po ktorej sa dá potiahnuť rôznymi smermi.



Horné tlačidlo

Činnosť	Funkcia	Pripomienky
Otočenie	<ul style="list-style-type: none">• V režime Mriežka môžete priblížiť a oddialiť aplikáciu na obrazovke so zoznamom aplikácií.• V režime Zoznam môžete potiahnuť nahor a nadol na obrazovke zoznamu aplikácií alebo podrobností.• Po otvorení aplikácie môžete posúvať obrazovku nahor a nadol. <p>i Ak chcete na hodinkách zapnúť režim Mriežka alebo Zoznam, prejdite na Nastavenia > Ciferník a spúšťač > Spúšťač a vyberte položku Mriežka alebo Zoznam.</p>	Existujú určité výnimky, napríklad pre hovory a cvičenia.
Stlačenie	<ul style="list-style-type: none">• Zapnutie obrazovky.• Otvorenie obrazovky zoznamu aplikácií z domovskej obrazovky.• Návrat na domovskú obrazovku.	
Dvojité alebo viacnásobné stlačenie	<ul style="list-style-type: none">• Dvojitým stlačením tlačidla zobrazíte všetky spustené aplikácie, keď je zapnutá obrazovka.	

Činnosť	Funkcia	Pripomienky
Stlačenie a podržanie	<ul style="list-style-type: none"> • Zapnutie hodínok. • Prístup na obrazovku reštartovania/vypnutia, keď sú hodinky zapnuté. • Vynútené reštartovanie hodínok stlačením a podržaním tlačidla na viac než 12 sekúnd. 	



Dolné tlačidlo

Činnosť	Funkcia	Pripomienky
Stlačenie	Otvorenie aplikácie Cvičenie. Prístup do nastavenej prispôsobenej aplikácie.	Existujú určité výnimky, napríklad pre hovory a cvičenia.
Stlačenie a podržanie	Prebudenie hlasového asistenta.	–

Gestá

Činnosť	Funkcia
Ťuknutie	Potvrdenie výberu.
Ťuknutie a podržanie	Zmena ciferníka.
Potiahnutie nahor	Zobrazenie upozornení.
Potiahnutie nadol	Zobrazenie ponuky skratiek.
Potiahnutie doľava alebo doprava	Zobrazenie kariet funkcií hodínok.
Potiahnutie doprava	Návrat na predchádzajúcu obrazovku.

Zapnutie obrazovky

- Stlačte Horné tlačidlo.
- Zdvihnite zápästie alebo ho otočte k sebe.
 -  Ak chcete zapnúť obrazovku zdvihnutím zápästia, otvorte zoznam aplikácií hodínok, prejdite na **Nastavenia > Funkcie uľahčenia prístupu > Gestá** a zapnite funkciu **Prebudiť zdvihnutím**.
- Na otvorenie ponuky skratiek potiahnite nadol na domovskej obrazovke. Ak zapnete funkciu **Zobraziť čas**, obrazovka zostane zapnutá päť minút.
 -  Ak chcete nastaviť inú dobu zapnutia obrazovky, prejdite na **Nastavenia > Displej a jas > Zap. obraz..**

Vypnutie obrazovky

Po zapnutí obrazovky stlačením tlačidla alebo zdvihnutím zápästia určitý čas nevykonávajú žiadne činnosti.

Zakrytím celej obrazovky vypnete obrazovku.

- i** • Ak chcete nastaviť dobu vypnutia obrazovky, prejdite na **Nastavenia > Displej a jas > Spánok**.
- Ak chcete, aby ciferník a niektoré obrazovky aplikácií zostali zapnuté, prejdite na **Nastavenia > Ciferník a spúšťač** a zapnite **Always On displej**.
- Ak chcete zmeniť štýl funkcie AOD, prejdite na **Nastavenia > Ciferník a spúšťač > Štýl AOD > Predvolený štýl** a vyberte iný štýl funkcie AOD.

Spárovanie a pripojenie

Zariadenie je po prvom zapnutí predvolene pripravené na spárovanie cez Bluetooth. Stiahnite si a nainštalujte najnovšiu verziu aplikácie Zdravie.

- i** Presvedčte sa, že používate jedno z nasledujúcich zariadení, na ktorých boli zapnuté Bluetooth a služby na zisťovanie polohy:

Telefóny: HarmonyOS 2/Android 6.0/iOS 9.0 alebo novší
tablety so systémom HarmonyOS 2 alebo novším

Používatelia systému HarmonyOS/Android

- 1** Otvorte aplikáciu Zdravie a prejdite na **Zariadenia > PRIDAŤ**. Aplikácia potom automaticky vyhledá zariadenia, ku ktorým sa môže pripojiť. Ťuknite na **PRIRADIŤ** vedľa cieľového zariadenia a dokončíte párovanie podľa pokynov na obrazovke.
 - i** Ak cieľové zariadenie nie je v zozname zariadení, ku ktorým je možné sa pripojiť automaticky, ťuknite na **PRIDAŤ**, vyberte cieľové zariadenie, ťuknite na **SPÁROVAŤ** a dokončíte párovanie podľa pokynov na obrazovke.
- 2** Keď sa na obrazovke zariadenia zobrazí požiadavka na párovanie, ťuknutím na **✓** spustíte párovanie. Spárovanie potvrdíte aj na telefón/tablet.

Používatelia systému iOS

- 1** Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na **Zariadenia > PRIDAŤ**, vyberte zariadenie, ktoré chcete spárovať, a ťuknite na **SPÁROVAŤ**.
- 2** V prípade niektorých modelov zariadení budete musieť zariadenie spárovať s telefón/tablet cez Bluetooth. Podľa pokynov na obrazovke vyberte zariadenie z obrazovky nastavení Bluetooth. Keď sa na zariadení zobrazí požiadavka na párovanie, ťuknite na **✓**.
- 3** Otvorte aplikáciu Zdravie a dokončíte párovanie podľa pokynov na obrazovke.

- i** • Zariadenie zobrazí na obrazovke ikonu, ktorá vás informuje, že párovanie bolo úspešné. Potom sa vráti na domovskú obrazovku a prijme informácie (napríklad dátum a čas). V opačnom prípade zariadenie zobrazí na obrazovke ikonu, ktorá vás informuje, že párovanie bolo neúspešné. Potom sa vráti na úvodnú obrazovku.

Nabíjanie

Nabíjanie

- 1** Pripojte nabíjaciu kolísku k napájaciemu adaptéru a ten potom pripojte k zdroju napájania.
- 2** Hodinky položte na hornú časť nabíjacej kolísky a zarovnajzte kovové kontakty na hodinkách s kontaktmi nabíjacej kolísky, kým sa na obrazovke hodinek nezobrazí ikona nabíjania.
- 3** Po úplnom nabití hodinek indikátor nabíjania zobrazí 100 %. Keď sú vaše hodinky úplne nabité, automaticky sa prestanú nabíjať.

- i** • Na nabíjanie hodinek sa odporúča používať napájací adaptér Huawei, port USB počítača alebo taký napájací adaptér inej značky než Huawei, ktorý je v súlade s príslušnými regionálnymi alebo národnými zákonmi a nariadeniami a tiež regionálnymi a medzinárodnými bezpečnostnými normami. Iné nabíjačky a powerbanky, ktoré nespĺňajú príslušné bezpečnostné normy, môžu spôsobiť problémy, ako je pomalé nabíjanie a prehriatie. Pri ich používaní sa vyžaduje opatrnosť. Odporúča sa, aby ste si zakúpili napájací adaptér Huawei na oficiálnom predajnom mieste Huawei.
 - Nabíjací port udržiajte suchý a čistý, aby ste predišli skratom a iným rizikám.
 - Nabíjacia kolíska má tendenciu priťahovať kovové predmety, pretože je magnetická. Z tohto dôvodu je potrebné pred použitím nabíjaciu kolísku skontrolovať a vyčistiť. Nabíjaciu kolísku dlhodobo nevystavujte vysokým teplotám, pretože to môže spôsobiť demagnetizáciu nabíjacej kolísky alebo ďalšie problémy.

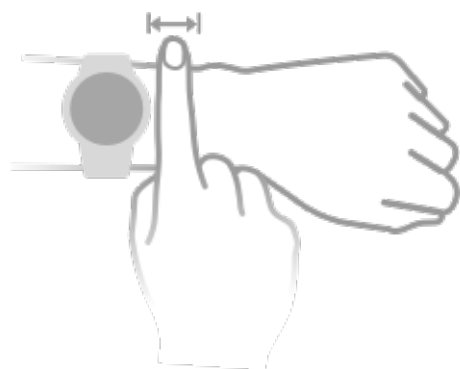
Kontrola úrovne nabitia batérie

1. spôsob: Úroveň nabitia batérie zobrazíte potiahnutím nadol zvrchu domovskej obrazovky.
2. spôsob: Pripojte hodinky k zdroju napájania a na obrazovke nabíjania skontrolujte úroveň nabitia batérie.
3. spôsob: Zobrazte úroveň nabitia batérie na ciferníku hodinek, ktorý podporuje zobrazovanie úrovne nabitia batérie.
4. spôsob: Úroveň nabitia batérie môžete skontrolovať na obrazovke podrobností zariadenia v aplikácii Zdravie.

Nosenie hodínok

Presvedčte sa, že zadný kryt hodínok je čistý, suchý a bez cudzích predmetov. Monitorovaciu oblasť hodínok priložte na zápästie a presvedčte sa, že prilieha pohodlne. Na zadnú stranu hodínok neprilepujte ochrannú fóliu. Zadný kryt hodínok má snímače, ktoré dokážu identifikovať signály z ľudského tela. Ak sa snímače zablokujú, identifikácia bude nepresná alebo zlyhá a hodinky nebudú schopné presne zaznamenať srdcový tep, SpO2 a údaje o spánku.

V záujme presnosti meraní remienok nenoste vzdialený viac než na šírku jedného prsta od zápästnej kosti. Dbajte na to, aby bol remienok utiahnutý pomerne pevne a aby bol počas cvičenia bezpečne pripevnený.



- i** Zariadenie je vyrobené z materiálov, ktoré sú bezpečné na použitie. Ak pri nosení zariadenia dôjde k podráždeniu kože, dajte ho dole a poraďte sa s lekárom.


Cvičenie

Spustenie cvičenia

Spustenie cvičenia na hodinkách

- 1 Na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a ťuknite na **Cvičenie**.
- 2 Vyberte cvičenie, ktoré chcete začať, alebo preferovaný kurz. Alebo potiahnite nahor na obrazovke a ťuknutím na **Vlastné** pridajte ďalšie režimy cvičenia.
- 3 Cvičenie spustíte ťuknutím na ikonu Spustiť. (Skôr než začnete cvičenie vonku, presvedčte sa, že zisťovanie polohy cez GPS funguje.)
- 4 Cvičenie ukončíte stlačením Horného tlačidla a ťuknutím na ikonu Zastaviť alebo stlačením a podržaním Horného tlačidla.

Spustenie cvičenia v aplikácii Zdravie

 Táto funkcia nie je dostupná v aplikácii Zdravie na tabletoch.

Ak chcete spustiť cvičenie pomocou aplikácie Zdravie, majte telefón a hodinky vo vzájomnej blízkosti, aby sa zabezpečilo, že sú prepojené.

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Cvičenie**, vyberte režim cvičenia a ťuknutím na ikonu spustenia spustíte cvičenie.
- 2 Po začatí cvičenia sa hodinky synchronizujú a zobrazia váš srdcový tep počas cvičenia, rýchlosť a čas. Údaje o cvičení, ako napríklad doba cvičenia, sa zobrazia v aplikácii Zdravie.

Inteligentný spoločník

Keď je v hodinkách zapnutý Inteligentný spoločník, hodinky vám budú počas behu poskytovať hlasové poradenstvo v reálnom čase.

- 1 Stlačením Horného tlačidla otvorte zoznam aplikácií a ťuknite na **Cvičenie**.
- 2 Ťuknutím na **Beh vonku** a potom na ikonu Nastavenia napravo od položky **Inteligentný spoločník** zapnete funkciu **Inteligentný spoločník**.
- 3 Vráťte sa na zoznam aplikácií, ťuknite na **Beh vonku**, počkajte, kým sa dokončí zisťovanie polohy cez GPS, ťuknite na ikonu Beh a začnite behať.

 Po zapnutí funkcie **Inteligentný spoločník** sa táto funkcia použije namiesto funkcie Pripomienky.

Bežecské plány

Zariadenie poskytuje prispôsobené vedecké tréningové plány, ktoré sa prispôsobujú vášmu času, aby splnili vaše tréningové požiadavky. Zariadenie dokáže každý týždeň automaticky upraviť tréningový plán s prihliadnutím na to, ako vykonávate tréning, vytvoriť prehľad, ktorý

vám pomôže načas dokončiť plán, a inteligentne upraviť náročnosť nasledujúcich kurzov na základe stavu vášho tréningu a spätnej väzby.



Vytvorenie bežeckého plánu

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na **Cvičenie > Beh vonku** alebo **Beh vnútri > AI bežecký plán**, vpravo ťuknite na **Viac**, vyberte bežecký plán a podľa pokynov na obrazovke dokončíte vytváranie plánu.
- 2 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách prejdite do zoznamu aplikácií a potom si prejdením na **Cvičenie > Kurzy a plány > Tréningový plán** zobrazte svoj bežecký plán. V deň tréningu ťuknite na ikonu Cvičenie a začnite cvičenie.

Ukončenie bežeckého plánu

Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na **Cvičenie > Plán**, ťuknite na **⋮** v pravom hornom rohu a potom na **Ukončiť plán**.

Ďalšie nastavenia

Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na **Cvičenie > Plán**, a ťuknite na **⋮** v pravom hornom rohu:

Ťuknutím na **Zobraziť plán** si zobrazte podrobnosti plánu.

Ťuknutím na **Synchronizovať s nositeľným zariadením** synchronizujte plány do svojho nositeľného zariadenia.

Ťuknite na **Nastavenia plánu** a upravte informácie, ako napríklad deň tréningu, čas pripomienky a či sa má plán synchronizovať s kalendárom.

Zobrazenie záznamov o cvičení

Zobrazenie záznamov o cvičení na zariadení

- 1 Na zariadení otvorte zoznam aplikácií a ťuknite na **Záznamy o cvičení**.
- 2 Vyberte záznam a pozrite si príslušné podrobnosti. Zariadenie zobrazí rôzne typy údajov pre rôzne cvičenia.

Zobrazenie záznamov o cvičení v aplikácii Zdravie

Podrobné údaje o cvičení si môžete zobrazíť v sekcii **Záznamy o cvičení** na obrazovke **Zdravie** v aplikácii Zdravie.

Odstránenie záznamu o cvičení

Ťuknite a podržte záznam o cvičení v sekcii **Záznamy o cvičení** v aplikácii Zdravie a odstráňte ho. Tento záznam bude v hodinkách naďalej k dispozícii aj po jeho odstránení v aplikácii.

Stav cvičenia

Prejdite do zoznamu aplikácií hodínok, ťuknite na **Stav cvičenia** a potiahnutím nahor na obrazovke zobrazte údaje vrátane tréningovej záťaže a VO2Max.

- Môžete si zobrazíť tréningovú záťaž za posledných sedem dní, aby sa určila vaša úroveň na základe vášho stavu kondície. Hodinky zhromažďujú vašu tréningovú záťaž z režimov cvičenia, ktoré sledujú váš tep, ako je beh, chôdza, bicyklovanie a lezenie.
- Údaje VO2Max sa získavajú počas behu vonku. Požiadavky na hodinky, aby sa získali trendy zmien VO2Max, sú nasledujúce:
 - Každý týždeň sa uskutoční aspoň jedno behanie vonku (2,4 km do 20 minút).
 - Údaje VO2Max sa zhromaždili najmenej dvakrát a interval medzi meraniami je dlhší než jeden týždeň.

Zaznamenávanie denných aktivít

Hodinky noste nasadené správne, aby automaticky zaznamenávali údaje týkajúce sa kalórií, vzdialenosti, chôdze po schodoch, krokov, trvania aktivít so strednou až vysokou obtiažnosťou a iných aktivít.

Stlačením Horného tlačidla otvorte zoznam aplikácií, potiahnite prstom, až kým nenájdete položku **Záznamy o aktivite**, ťuknite na ňu a potiahnutím nahor alebo nadol zobrazte údaje týkajúce sa kalórií, vzdialenosti, chôdze po schodoch, krokov, trvania aktivít so strednou až vysokou obtiažnosťou a iných aktivít.

Automatické zisťovanie cvičení

Zariadenie dokáže automaticky identifikovať stav cvičenia.

Prejdite na **Nastavenia > Nastavenia cvičenia** a zapnite **Automatické zistenie cvičenia**. Po zapnutí tejto funkcie vám bude zariadenie pripomínať začatie cvičenia, keď zistí zvýšenú aktivitu. Upozornenie môžete ignorovať alebo môžete začať príslušné cvičenie.

V súčasnosti sú podporované tieto režimy cvičenia: chôdza vnútri, chôdza vonku, beh vnútri, beh vonku, aktivita na eliptickom trenažéri a aktivita na veslovacom trenažéri.

Trasa pre návrat

Keď začnete cvičenie vonku a zapnete funkciu Trasa pre návrat, hodinky zaznamenajú absolvovanú trasu a poskytnú vám navigačné služby. Po dosiahnutí cieľa môžete pomocou tejto funkcie zistiť, ako sa vrátiť na miesto, cez ktoré ste prešli, alebo tam, odkiaľ ste prišli.

Na hodinkách otvorte zoznam aplikácií, potiahnite prstom, kým nenájdete položku **Cvičenie**, a ťuknite na ňu. Spustite individuálne cvičenie vonku. Potiahnite doľava na obrazovke a vyberte položku **Trasa pre návrat** alebo **Priamka**, aby ste sa vrátili do počiatočného bodu.

Vysielanie údajov o srdcovom tepe

- 1 Prejdite do zoznamu aplikácií a potom na **Nastavenia** > **Vysielanie údajov o srdcovom tepe**.
- 2 Pozorne si prečítajte vyhlásenie, prejdite na **√** > **Začať cvičenie**, vyberte režim cvičenia a začnite cvičenie. Zariadenie potom prenesie údaje o vašom tepe.
- 3 Ak chcete cvičenie ukončiť, stlačte a podržte bočné tlačidlo, keď je obrazovka zapnutá.
- 4 Ak chcete ukončiť vysielanie údajov o srdcovom tepe, stlačte bočné tlačidlo a ťuknite na **√**.

Meranie teploty pokožky

Merania teploty pokožky sa používajú hlavne na sledovanie zmien teploty pokožky zápästia po cvičení. Po zapnutí nepretržitého merania teploty pokožky sa bude nepretržite merať teplota pokožky a vygeneruje sa krivka merania.

- i** • Produkt nie je zdravotníckou pomôckou. Merania teploty sa používajú hlavne na sledovanie zmien teploty pokožky zápästia zdravých ľudí vo veku nad 18 rokov počas cvičenia a po cvičení. Výsledky slúžia len na informačné účely a nesmú sa používať ako základ lekárskej diagnostiky alebo liečby.
- Počas merania majte zariadenie relatívne pevne nasadené viac než 10 minút a zostaňte v pokojnom prostredí pri izbovej teplote (približne 25 °C). Presvedčte sa, že na zápästí nemáte škvrnky od vody ani alkohol. Nezačínajte meranie v prostredí s priamym slnečným svetlom, vetrom alebo zdrojmi chladu/tepla.
- Po cvičení, sprchovaní alebo prechodom medzi vonkajším a vnútorným prostredím počkajte pred začatím merania 30 minút.

Individuálne meranie

V zozname aplikácií hodíniek prejdite na položku **Teplota pokožky** > **Odmerať** a začnite si merať teplotu.

- i** Ak meriate prvýkrát, ťuknite na **Zúčastniť sa na štúdiu**. Ak ťuknete na **Opustiť štúdiu**, pred začatím merania budete musieť znova ťuknúť na **Zúčastniť sa na štúdiu**. Na obrazovke **Meranie** potiahnite nahor a ťuknutím na **Informácie o štúdiu** zobrazíte viac informácií o štúdiu, relevantných objektoch a o požiadavkách na nosenie zariadenia počas používania tejto funkcie.




Nepretržité meranie

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a potom na názov zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia** a zapnite možnosť **Nepretržité meranie teploty pokožky**.


- 2 V zozname aplikácií hodinek môžete prejsť na položku **Teplota pokožky** a zobrazíť krivku merania.

TriRing

TriRing (trojkruh) v Záznamoch o aktivite na hodinkách zobrazuje tri typy údajov: kroky, aktivitu strednej až vysokej obtiažnosti a aktívne hodiny.

1.  Kroky: Tento kruh zobrazuje pomer prejdéných krokov k cieľovému počtu krokov v aktuálny deň. Predvolený cieľ je 10 000 krokov. Nastavenia cieľa môžete zmeniť podľa svojich preferencií tak, že v aplikácii Zdravie prejdete na položku **Ja > Nastavenia > Cieľ**.
- (2)  Trvanie aktivity strednej až vysokej obtiažnosti (jednotka: minúty): Predvolený cieľ je 30 minút. Zariadenie vypočíta celkové trvanie aktivity strednej až vysokej obtiažnosti na základe vášho tempa a intenzity tepu.
- (3)  Aktívne hodiny: Tento kruh znázorňuje, koľko hodín ste počas dňa stáli. Ak ste kráčali dlhšie než 1 minútu počas hodiny, napríklad 1 minútu medzi 10:00 a 11:00, táto hodina sa započíta ako aktívna hodina. Dlhotrvalé sedenie je pre vaše zdravie škodlivé. Odporúčame vám postaviť sa aspoň raz za hodinu a mať každý deň aspoň 12 aktívnych hodín medzi 7:00 a 22:00.

Sledovanie spánku

-  Noste zariadenie správne nasadené. Zariadenie bude automaticky zaznamenávať, ako dlho spíte, a identifikovať, či ste vo fáze hlbokého spánku, ľahkého spánku alebo bdelosti.
- Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a potom na názov svojho zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia > HUAWEI TruSleep™** a zapnite funkciu **HUAWEI TruSleep™**. Keď je táto funkcia zapnutá, zariadenie dokáže presne rozpoznať, keď zaspíte, prebudíte sa a či ste v hlbokom spánku alebo spánku REM, a poskytuje vám analýzu kvality spánku a odporúčania, ktoré vám pomôžu pochopiť a zlepšiť kvalitu spánku.
- Ak funkcia **HUAWEI TruSleep™** nie je zapnutá, zariadenie bude sledovať váš spánok bežným spôsobom. Ak nosíte zariadenie počas spánku, vaše zariadenie identifikuje rôzne fázy spánku vrátane času, keď zaspíte, prebudíte sa a prejdete do hlbokého alebo ľahkého spánku alebo ho ukončíte, a synchronizuje príslušné údaje s aplikáciou Zdravie.
- Zobrazenie údajov o spánku: Otvorte aplikáciu Zdravie a ťuknite na kartu **Spánok**. Potom si môžete zobrazíť denné, týždenné, mesačné a ročné údaje o spánku.

Meranie hladiny kyslíka v krvi (SpO2)

- Na zaistenie presnosti merania SpO2 noste hodinky správne a presvedčte sa, že remienok je utiahnutý. Presvedčte sa, že monitorovací modul je v priamom kontakte s pokožkou bez akýchkoľvek prekážok.

Jednorazové meranie SpO2

- 1 Noste hodinky správne a nehýbte rukou.
- 2 Na domovskej obrazovke stlačte Horné tlačidlo, potiahnite na obrazovke a ťuknite na **SpO2**.
- 3 Počas merania SpO2 udržiajte svoje telo v pokoji.

- Potiahnutím doprava na obrazovke hodiniek zastavíte meranie. Ak sa zobrazí upozornenie na prichádzajúci hovor alebo na budík, meranie bude prebiehať v pozadí.
- Meranie sa preruší, ak potiahnete doprava na obrazovke hodiniek, začnete cvičenie pomocou aplikácie Zdravie alebo dostanete upozornenie na prichádzajúci hovor alebo budík.
- Poskytnuté údaje majú iba informatívny charakter a nie sú určené na lekárske použitie. Ak sa necítite dobre, čo najskôr sa poraďte s lekárom.
- Počas merania SpO2 budú hodinky merať aj váš srdcový tep.
- Toto meranie môžu ovplyvňovať aj niektoré externé faktory, ako sú nízka perfúzia krvi, tetovania, ochlpenie na ruke, tmavá pokožka, spúšťanie ruky nadol alebo pohybovanie rukou, prípadne nízke teploty okolia.

Merania srdcového tepu

- Aby sa zaistilo presnejšie meranie srdcového tepu, noste hodinky správne a presvedčte sa, že je remienok utiahnutý. Presvedčte sa, že hodinky máte na zápästí bezpečne upevnené. Presvedčte sa, že monitorovací modul je v priamom kontakte s pokožkou bez akýchkoľvek prekážok.

Individuálne meranie srdcového tepu

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom ťuknite na názov zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia > Nepretržité monitorovanie srdcového tepu** a vypnite funkciu **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**.
 - 2 Otvorte zoznam aplikácií a výberom položky **Tep** odmerajte svoj srdcový tep.
- Toto meranie môžu ovplyvňovať aj niektoré externé faktory, ako sú nízka perfúzia krvi, tetovania, ochlpenie na ruke, tmavá pokožka, spúšťanie ruky nadol alebo pohybovanie rukou, prípadne nízke teploty okolia.

Meranie srdcového tepu pre cvičenie

Počas cvičenia zariadenie zobrazuje váš srdcový tep v reálnom čase a zónu srdcového tepu a upozorní vás, keď váš srdcový tep prekročí horný limit. Na dosiahnutie lepších výsledkov tréningu vám odporúčame zvoliť si cvičenie na základe vašej zóny srdcového tepu.

- Zóny srdcového tepu je možné vypočítať na základe percenta maximálnej srdcovej frekvencie alebo percentuálneho podielu HRR. Ak chcete vybrať metódu výpočtu, otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na položku **Ja > Nastavenia > Nastavenia cvičenia > Nastavenia srdcového tepu cvičenia** a nastavte **Metóda výpočtu** buď na **Percento maximálnej srdcovej frekvencie**, alebo na **Percentuálny podiel HRR**.
 - **i** Ak ako metódu výpočtu vyberiete **Percento maximálnej srdcovej frekvencie**, zóna srdcového tepu pre rôzne typy aktivít cvičenia (extrémne, anaeróbne, aeróbne, spaľovanie tukov a zahriatie) sa vypočíta na základe vášho maximálneho srdcového tepu (predvolene „220 mínus váš vek“).
 - Ak vyberiete ako metódu výpočtu percentuálny podiel HRR, interval srdcového tepu pre rôzne typy aktivít cvičenia (pokročilé anaeróbne, základné anaeróbne, kyselina mliečna, pokročilé aeróbne a základné aeróbne) sa vypočíta na základe vašej rezervy srdcovej frekvencie (HRmax mínus Pokojová tepová frekvencia).
- Meranie srdcového tepu počas cvičenia: Srdcový tep v reálnom čase je možné zobrazíť na zariadení pri začatí cvičenia.
 - **i** Po skončení cvičenia môžete na obrazovke výsledkov cvičenia skontrolovať svoj priemerný srdcový tep, maximálny srdcový tep a zónu srdcového tepu.
 - Váš srdcový tep sa nezobrazí, ak si počas tréningu dáte zariadenie dole zo zápästia. Zariadenie však určitú dobu bude pokračovať v hľadani vašho signálu srdcového tepu. Meranie sa obnoví po opätovnom nasadení zariadenia.

Nepretržité monitorovanie srdcového tepu

Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom ťuknite na názov zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia > Nepretržité monitorovanie srdcového tepu** a zapnite funkciu **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**. Po zapnutí tejto funkcie môžu hodinky merať váš srdcový tep v reálnom čase.

Meranie pokojovej tepovej frekvencie

Pokojová tepová frekvencia predstavuje nameraný srdcový tep, keď nespíte a ste v pokoji. Najlepší čas na meranie pokojovej tepovej frekvencie je bezprostredne po rannom prebudení. Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom ťuknite na názov zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia > Nepretržité monitorovanie srdcového tepu** a zapnite funkciu **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**. Zariadenie potom automaticky zmeria vašu pokojovú tepovú frekvenciu.

- Ak po kontrole pokojovej tepovej frekvencie vypnete funkciu **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**, pokojová tepová frekvencia zobrazená v aplikácii Zdravie zostane rovnaká.
- Údaje o pokojovej tepovej frekvencii v zariadení sa samy vymažú o 00:00 (pri 24-hodinovom čase), resp. o 12:00 o polnoci (pri 12-hodinovom čase).

Upozornenie na prekročenie limitu pre srdcový tep

Po začatí cvičenia pomocou hodínok vás hodinky zavibrovaním upozornia, ak váš srdcový tep prekročil horný limit dlhšie než 60 sekúnd.

Horný limit srdcového tepu nastavíte takto:

- Pre Používateľa systému iOS: Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenie** a na názov svojho zariadenia, prejdite na **Interval a upozornenie limitu pre srdcový tep** > **Upozornenie limitu pre srdcový tep** a nastavte horný limit.
- Pre Používateľa systému HarmonyOS/Android: Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na **Ja** > **Nastavenia** > **Nastavenia cvičenia** > **Nastavenia srdcového tepu cvičenia**, ťuknite na **Limit pre srdcový tep** a nastavte horný limit.

Upozornenia na srdcový tep

Upozornenie na vysoký srdcový tep

Ťuknite na **Zariadenia** a na názov svojho zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia** > **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**, zapnite prepínač možnosti **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu** a nastavte upozornenie na vysoký srdcový tep. Budete potom dostávať upozornenia v situáciách, keď necvičíte a váš srdcový tep je vyše 10 minút vyšší než limit, ktorý ste nastavili.

Upozornenie na nízky srdcový tep

Ťuknite na **Zariadenia** a na názov svojho zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia** > **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu**, zapnite prepínač možnosti **Nepretržité monitorovanie srdcového tepu** a nastavte upozornenie na nízky srdcový tep. Budete potom dostávať upozornenia v situáciách, keď necvičíte a váš srdcový tep je vyše 10 minút nižší než limit, ktorý ste nastavili.

Testovanie stresu

- Funkcia testovania stresu nie je k dispozícii na hodinkách radu HUAWEI WATCH GT predávaných mimo kontinentálnej Číny.

Testovanie úrovni stresu

Počas testu stresu noste hodinky správne a nehýbte sa. Hodinky nebudú testovať úroveň stresu, keď cvičíte alebo príliš často pohybujete zápästím.

- Jednorazový test stresu:

Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na kartu **Stres** a ťuknutím na **Test stresu** spustíte jednorazový test stresu. Pri prvom použití funkcie testovania stresu vykonajte kalibráciu úrovne stresu podľa pokynov na obrazovke v aplikácii Zdravie.

- Periodické testy stresu:

Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a potom na názov svojho zariadenia, prejdite na **Monitorovanie zdravia > Automatický test stresu**, zapnite prepínač možnosti **Automatický test stresu** a podľa pokynov na obrazovke nakalibrujte úroveň stresu. Periodické testy stresu sa potom budú spúšťať automaticky, keď budete nosiť hodinky správne.

- **i** Presnosť testu stresu môže byť ovplyvnená, ak používateľ práve užil látky s kofeínom, nikotínom alebo alkoholom, alebo psychoaktívne lieky. Môže byť ovplyvnená aj v prípade, že používateľ trpí srdcovými chorobami alebo astmou, cvičil alebo nosí hodinky nesprávne.

Zobrazenie údajov o strese

- Na hodinkách:

Stlačením Horného tlačidla otvorte zoznam aplikácií, potiahnite nahor alebo nadol, kým nenájdete položku **Stres**, a ťuknutím na túto položku si zobrazte graf znázorňujúci zmeny úrovne stresu, stĺpcový graf stresu, úroveň stresu a intervaly stresu.

- V aplikácii Zdravie:

Otvorte aplikáciu Zdravie a ťuknutím na kartu **Stres** si zobrazte najnovšiu úroveň stresu, dennú, týždennú, mesačnú a ročnú krivku stresu a príslušné rady.

Dýchacie cvičenia

Na zariadení otvorte zoznam aplikácií a ťuknite na **Dýchacie cvičenia**, nastavte trvanie a rytmus, ťuknite na ikonu dýchacích cvičení na obrazovke a podľa pokynov na obrazovky vykonajte dýchacie cvičenia. Po skončení cvičenia sa na obrazovke zobrazí záťaž tréningu, srdcový tep pred cvičením, trvanie tréningu a hodnotenie.

Pripomenutie aktivity


Keď je zapnutá funkcia **Pripomenutie aktivity**, zariadenie bude monitorovať vašu aktivitu počas celého dňa v krokoch (predvolene v hodinových intervaloch). Zariadenie zavibruje a jeho obrazovka sa zapne na pripomenutie, aby ste nachvíľu vstali a pohybovali sa, ak ste sa po nastavený čas nepohybovali.

Ak chcete vypnúť funkciu **Pripomenutie aktivity**, otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia, ťuknite na **Monitorovanie zdravia** a vypnite prepínač pre funkciu **Pripomenutie aktivity**.

- Ak ste na zariadení zapli režim **Nerušiť**, zariadenie nebude vibrovať, aby vám pripomenulo, že sa máte pohybovať.
- Zariadenie nebude vibrovať, ak zistí, že spíte.
- Zariadenie bude odosielať pripomienky iba medzi 8:00 a 12:00 a medzi 14:00 a 22:00.

Predpovede menštruačného cyklu

Zariadenie dokáže predpovedať vašu ďalšiu menštruáciu a obdobie plodnosti na základe údajov o vašich menštruáciách.

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Menštr. kalendár** and udeľte príslušné povolenia. Ak na domovskej obrazovke nemôžete nájsť kartu **Menštr. kalendár**, na domovskej obrazovke ťuknite na **UPRAVIŤ** a pridajte túto kartu na domovskú obrazovku.
- 2 Na obrazovke **Menštr. kalendár** ťuknite na **ZAZNAMENAŤ MENŠTRUÁCIU** a vyberte začiatok a koniec svojej poslednej menštruácie. Môžete zaznamenať aj fyzický stav počas danej menštruácie.
- 3 Ťuknite na  v pravom dolnom rohu, vyberte **Pripomienky nositeľných zariadení** a zapnite všetky prepínače pripomienok. Zariadenie vám bude posilať pripomienky začiatku a konca menštruácie a plodného obdobia.
 - Ťuknutím na Záznamy zobrazíte údaje o menštruácii a môžete ich upraviť. Predpovedaná menštruácia je vyznačená prerušovanou čiarou.
 - Zariadenie vám pripomenie začiatok menštruácie pred 8:00 v deň pred jej predpokladaným začiatkom. Všetky ostatné pripomienky pripadajúce na deň udalosti dostanete v daný deň o 8:00.

Asistent

Assistant·TODAY

Na obrazovke Assistant·TODAY môžete ľahko zobraziť predpoveď počasia, aktivovať hlasového asistenta, pristupovať k spusteným aplikáciám a zobrazovať automatické správy z kalendára a aplikácie AI Tips.

- Automatické správy aplikácie AI Tips sú podporované, iba ak je zariadenie spárované s telefónom so systémom HarmonyOS 2/EMUI 11.0.1 alebo novším.

Otvorenie aplikácie Assistant·TODAY

Aplikáciu Assistant·TODAY spustíte potiahnutím doprava na domovskej obrazovke.

Aplikácie

- Táto funkcia je k dispozícii iba s nasledujúcimi telefónmi/tablety Huawei:
Telefóny: HarmonyOS 2/Android 6.0 alebo novší
tablety so systémom HarmonyOS 2 alebo novším

Inštalovanie aplikácií

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia a na **Aplikácie**.
- 2 V zozname **Aplikácie** vyberte aplikáciu, ktorú chcete použiť, a ťuknite na **Inštalovať**. Aplikácia sa po jej inštalácii zobrazí v zozname aplikácií na hodinkách.

Používanie aplikácií

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách prejdite do zoznamu aplikácií.
- 2 Potiahnite nahor alebo nadol, vyberte aplikáciu a použite ju podľa pokynov na obrazovke.
 - Niektoré aplikácie sa dajú používať iba vtedy, keď sú hodinky pripojené k telefónu. Ak sa na hodinkách zobrazí hlásenie s výzvou na inštaláciu aplikácie do telefónu, znamená to, že aplikácia sa dá používať iba s telefónom.
 - Keď aplikáciu v telefóne nainštalujete a používate prvýkrát, vyjadrite súhlas so zmluvami alebo podmienkami zobrazenými na obrazovke aplikácie a podľa pokynov na obrazovke dokončíte udelenie povolení a prihlásenie. V opačnom prípade aplikáciu nebudete môcť použiť. Ak sa pri udeľovaní povolenia vyskytne problém, otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na položku **Ja > Nastavenia > Schopnosti zariadenia** a vyberte aplikáciu, ktorej chcete znova udeliť povolenie.

Aktualizovanie aplikácií

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia a na **Aplikácie**.

- 2 Ťuknutím na položku **Správca** zobrazte aplikácie, ktoré sa majú aktualizovať, a zoznam nainštalovaných aplikácií.
- 3 Prejdite na **Aktualizácie** > **Aktualizovať** a aktualizujte aplikácie na najnovšiu verziu, aby sa vám používali lepšie.

Odinštalovanie aplikácií

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia a na **Aplikácie**.
 - 2 Ťuknutím na položku **Správca** zobrazte aplikácie, ktoré sa majú aktualizovať, a zoznam nainštalovaných aplikácií.
 - 3 Aplikácie odinštalujete tak, že prejdete na položku **Správca inštalácie** > **Odinštalovať**. Aplikácia sa po odinštalovaní odstráni aj z hodínok.
- i** • Ak ťuknete na položky **Vypnúť službu aplikácie AppGallery** a **VYPNÚŤ**, funkcia AppGallery bude vypnutá. Ak budete chcieť túto funkciu použiť znova, ťuknite na **Aplikácie**, podľa pokynov na obrazovke dokončíte udelenie povolenia a zapnete **Aplikácie**.

Prijímanie upozornení a zobrazovanie a odstraňovanie správ

Po zapnutí upozornení sa všetky správy s upozorneniami, ktoré sú zobrazené v stavovom riadku telefón/tablet, synchronizujú do hodínok.

- i** Keď je aplikácia Zdravie pripojená k vášmu zariadeniu cez Bluetooth, upozornenia zobrazené v stavovom riadku telefón/tablet sa zobrazia na vašom zariadení. Upozornenia, ktoré sa nezobrazujú v stavovom riadku, sa na vašom zariadení nezobrazia.

Zapnutie upozornení na správy

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia, ťuknite na **Upozornenia** a zapnete prepínač.
 - 2 Ťuknite na **Aplikácie** a zapnete prepínače pre aplikácie, od ktorých chcete dostávať upozornenia.
- i** Do hodínok je možné synchronizovať upozornenia z nasledujúcich aplikácií: Správy, E-mail, Kalendár, ako aj z niektorých aplikácií sociálnych sietí tretích strán vrátane aplikácií Facebook a WhatsApp.
- Prejdením na **Aplikácie** si môžete zobraziť aplikácie, od ktorých môžete dostávať upozornenia.

Zobrazenie neprečítaných správ

Zariadenie bude vibrovať, aby vás upozornilo na nové správy zobrazené zo stavového riadku telefón/tablet.

Neprečítané správy si môžete pozrieť na zariadení. Ak ich chcete zobrazíť, potiahnutím nahor na domovskej obrazovke otvorte centrum neprečítaných správ.

i V hodinkách možno uložiť maximálne 10 neprečítaných správ. Ak existuje viac než 10 neprečítaných správ, staršie správy sa prepíšu. Každá správa sa zobrazí iba na jednej obrazovke.

Ak používate režim Nerušiť, spíte, nenosíte hodinky alebo cvičíte, hodinky môžu prijímať správy, nie však automatické upozornenia.

Správy, ktoré ste si pozreli na telefón/tablet, sa zároveň odstránia z hodínok.

Odstránenie neprečítaných správ

Potiahnutím doprava na správe odstránite danú správu alebo ťuknutím na **Vymazať** v spodnej časti zoznamu odstránite všetky neprečítané správy.

Prijímanie a odmietanie prichádzajúcich hovorov

Ak máte prichádzajúci hovor, hodinky vás naň upozornia a ukážu vám číslo alebo meno volajúceho. Môžete si vybrať, či chcete hovor odmietnuť.

- Stlačením Horného tlačidla zastavíte vibrovanie hodínok počas prichádzajúceho hovoru.
- Hovor ukončíte ťuknutím na ikonu Ukončiť na obrazovke alebo stlačením a podržaním Horného tlačidla na hodinkách.

Kontrola denníkov hovorov

Zobrazenie denníkov hovorov

Stlačením Horného tlačidla hodinkách otvorte zoznam aplikácií, potiahnite nahor alebo nadol, kým nenájdete **Zoznam hovorov**, a ťuknutím naň zobrazte denníky hovorov (vrátane prichádzajúcich, odchádzajúcich a zmeškaných hovorov) na hodinkách.

Spätné volanie

Keď sú hodinky spárované s , ťuknutím na ktorýkoľvek záznam hovoru zavoláte naspäť.

Odstraňovanie zoznamov hovorov

Potiahnite nadol naspodok obrazovky a ťuknutím na **Vymazať** vymažte všetky zoznamy hovorov.

hudby



Požiadavky

Ak chcete použiť túto funkciu, presvedčte sa, že hodinky sú pripojené k vášmu telefónu.


Pridanie hudby

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a potom na názov svojho zariadenia.
- 2 Prejdite na položku **Hudba > Správa hudby > Pridať skladby** a vyberte hudbu, ktorú chcete pridať.
- 3 Kliknite na ikonu ✓ v pravom hornom rohu obrazovky.
 - Táto funkcia je podporovaná iba v nasledujúcich zariadeniach:
Telefóny: HarmonyOS 2/Android 6.0 alebo novší
tablety so systémom HarmonyOS 2 alebo novším
 - Do hodínok môžete pridať nezašifrované hudobné súbory (vo formáte MP3 alebo AAC (LC-AAC)) stiahnuté z niektorých hudobných aplikácií . (Do hodínok môžete pridať približne 200 až 500 skladieb v závislosti od veľkosti jednotlivých hudobných súborov.)
 - Ak chcete skontrolovať zostávajúci ukladací priestor v hodinkách, otvorte aplikáciu Zdravie a prejdite na položku **Zariadenia > Hudba > Správa hudby**.



Ovládanie prehrávania hudby na hodinkách

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií, potiahnutím nájdite aplikáciu **Hudba** a potom na ňu ťuknite.
- 2 Prejdite na  > **Hodinky**.
- 3 Potiahnutím doprava na obrazovke sa vráťte na predošlú obrazovku, ťuknite na hudbu, ktorú ste si pridali do hodínok pomocou aplikácie Zdravie, a stlačením tlačidla prehrávania spustíte prehrávanie hudby.
 - Na obrazovke prehrávania hudby na hodinkách môžete prepínať medzi skladbami, upraviť hlasitosť a vybrať režim prehrávania, ako je prehrávanie v poradí, náhodné prehrávanie, opakovanie aktuálnej skladby a opakovanie zoznamu.
 - Ťuknite na  v pravom dolnom rohu a potom na **Odstrániť skladbu, Slúchadlá, Hodinky** alebo **Telefón** (dostupné iba v telefónoch so systémom HarmonyOS/Android, pričom poradie prehrávania sa nedá vybrať).
 - Potiahnutím nahor na obrazovke zobrazíte zoznam hudby. Ak na domovskej obrazovke hodínok potiahnete doľava alebo doprava, aby ste zobrazili kartu prehrávania hudby, zoznam hudby si nebudete môcť zobraziť.

Ovládanie prehrávania hudby v telefóne

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia, ťuknite na položku **Hudba** a zapnite možnosť **Ovládanie hudby v telefóne**.
- 2 V telefón otvorte aplikáciu Hudba a prehrajte hudbu.
- 3 Na hodinkách otvorte aplikáciu **Hudba** a prejdite na  > **Telefón**.



4 Potiahnutím doprava na obrazovke sa vrátte na predošlú obrazovku, kde môžete hudbu pozastaviť, prepnúť alebo upraviť jej hlasitosť v telefón.

-  • Pomocou hodiniek môžete v telefón ovládať prehrávanie hudby v hudobných aplikáciách tretích strán, ako sú KuGou Music, NetEase Music, Himalaya a QQMusic.
- Na hodinkách na obrazovke prehrávania hudby ťuknite na  v pravom dolnom rohu a vyberte možnosť **Hodinky** alebo **Telefón**.



Stopky

Hodinky podporujú normálne meranie času a úsekové meranie času prostredníctvom aplikácie Stopky, čo vám pomôže pri činnostiach vyžadujúcich presné meranie času, napríklad pri športe a súťažiach.

Spustenie stopiek

- 1** Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom ťuknite na **Stopky**.
- 2** Ťuknutím na  spustíte meranie.
- 3** Ťuknutím na  spustíte úsekové meranie.

Pozastavenie alebo resetovanie stopiek

Ťuknutím na  pozastavíte stopky a ťuknutím na  resetujete stopky.


Časovače

Hodinky podporujú rýchle časovače s prednastavenými dobami a prispôsobené časovače, ktoré vám pomôžu dokončiť úlohy s konkrétnou dobou trvania.




Nastavenie rýchleho časovača

- 1** Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom ťuknite na **Časovač**.
- 2** Vyberte dobu trvania a spustite meranie času.
- 3** Po uplynutí časovača hodinky zavibrujú. Ťuknutím na **X** môžete ukončiť časovač alebo ťuknutím na ikonu v pravom hornom rohu môžete zopakovať posledný rýchly časovač.

Nastavenie prispôsobeného časovača


- 1** Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom ťuknite na **Časovač**.
- 2** Potiahnite nahor na obrazovke a ťuknite na **Vlastné**.
- 3** Vyberte hodinu, minútu a sekundu a potom ťuknutím na  spustite meranie času.

Pozastavenie, resetovanie a ukončenie časovača

Ťuknutím na  pozastavíte, ťuknutím na  resetujete a ťuknutím na  ukončíte časovač.

Nastavenie budíkov na hodinkách Huawei

1. spôsob: Nastavenie inteligentného budíka alebo budíka udalosti na hodinkách.

- 1 Prejdite na zoznam aplikácií, vyberte **Budík** a ťuknutím na  pridajte budík udalosti.
- 2 Nastavte čas budíka a cyklus opakovania a potom ťuknite na **OK**. Ak nenastavíte cyklus opakovania, nastaví sa jednorazový budík.
- 3 Ťuknite na budík, ak ho chcete odstrániť alebo ak chcete zmeniť čas budíka a cyklus opakovania. Odstrániť sa dajú iba budíky udalostí.



2. spôsob: Nastavenie inteligentného budíka alebo budíka udalosti v aplikácii Zdravie.

Inteligentný budík:

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a na názov svojho zariadenia a prejdite na **Budík > Inteligentný budík**.
- 2 Nastavte čas budíka, čas inteligentného budenia a cyklus opakovania.
- 3 Ak používate zariadenie s Androidom, ťuknite na **✓** v pravom hornom rohu. Ak používate zariadenie s iOS, ťuknite na **Uložiť** v pravom hornom rohu.
- 4 Vráťte sa na domovskú obrazovku a potiahnutím nadol synchronizujte nastavenia budíkov so svojimi hodinkami.
- 5 Ťuknite na budík, ak chcete upraviť čas daného budíka, čas inteligentného budenia a cyklus opakovania.

Budík udalosti:

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a na názov svojho zariadenia a prejdite na **Budík > Budík udalosti**.
- 2 Ťuknite na **Pridať** a nastavte čas budíka, značku a cyklus opakovania.
- 3 Ak používate zariadenie s Androidom, ťuknite na **✓** v pravom hornom rohu. Ak používate zariadenie s iOS, ťuknite na **Uložiť** v pravom hornom rohu.
- 4 Vráťte sa na domovskú obrazovku a potiahnutím nadol synchronizujte nastavenia budíkov so svojimi hodinkami.
- 5 Ťuknite na budík, ak ho chcete odstrániť alebo ak chcete zmeniť čas budíka a cyklus opakovania.

- Budíky udalostí nastavené na hodinkách a v aplikácii Zdravie sú synchronizované. Nastaviť môžete najviac päť budíkov udalostí. Predvolene je iba jeden inteligentný budík. Inteligentný budík nemôžete odstrániť a nemôžete ani pridať ďalšie inteligentné budíky.
- Keď sa spustí budík, môžete ho odložiť o 10 minút ťuknutím na  na obrazovke, stlačením Horného tlačidla alebo potiahnutím doprava na obrazovke. Ak chcete budík vypnúť, ťuknite na  na obrazovke alebo stlačte a podržte Horné tlačidlo. Ak sa do minúty nevykoná žiadna operácia, budík sa po trojnásobnom odložení automaticky vypne.
- Inteligentný budík vás zobudí v predstihu na základe prednastaveného času iba vtedy, keď nie ste vo fáze hlbokého spánku.
- Ak pre budík nenastavíte cyklus opakovania, nastaví sa jednorazový budík.
- Budíky na nositeľnom zariadení sa spustia aj v dňoch sviatkov.
- Budíky udalostí sa spustia v čase, ktorý ste nastavili. Ak ste pre budík udalosti nastavili značku a čas, hodinky zobrazia značku. Inak sa zobrazí iba čas.
- Keď je na hodinkách zapnutý **Tichý režim**, budík bude vibrovať, nebude však zvonieť. Ak chcete zapnúť Tichý režim, prejdite na zoznam aplikácií, potom na **Nastavenia** > **Hlasitosť** a zapnite jeho prepínač.
- Budíky nastavené pre váš telefón sa automaticky zosynchronizujú s hodinkami, keď sú pripojené, a proces synchronizácie sa nedá zrušiť.

Baterka

Na zariadení otvorte zoznam aplikácií a ťuknite na položku **Baterka**. Obrazovka sa rozsvieti. Ťuknutím na obrazovku vypnete baterku a opätovným ťuknutím na obrazovku ju znova zapnete. Potiahnutím prstom doprava na obrazovke alebo stlačením bočného tlačidla môžete zatvoriť aplikáciu Baterka.

Barometer

Barometer na hodinkách automaticky meria nadmorskú výšku a tlak vzduchu aktuálneho miesta a zaznamenáva namerané údaje aktuálneho dňa do grafu.

Zobrazenie nadmorskej výšky a tlaku vzduchu

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom ťuknite na **Barometer**.
- 2 Potiahnutím nahor alebo nadol na obrazovke zobrazíte nadmorskú výšku a tlak vzduchu.

Kompas

Aplikácia Kompas zobrazuje smer, zemepisnú dĺžku a zemepisnú šírku hodínok, čo pomáha pri orientácii v neznámych prostrediach, napríklad keď ste v prírode alebo cestujete.

V zozname aplikácií ťuknite na **Kompas** a nakalibrujte hodinky podľa pokynov na obrazovke. Po dokončení kalibrácie sa na displeji hodínok zobrazí ciferník kompasu.

i Počas kalibrácie sa vyhnite zdrojom rušenia spôsobeného magnetickými poľami, ako sú telefóny, tablety a počítače. V opačnom prípade môže byť ovplyvnená presnosť kalibrácie.

Prijímanie správ o počasí

Zapnutie správ o počasí

Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a na názov svojho zariadenia, zapnite možnosť **Správa o počasí** a vyberte jednotku teploty (°C alebo °F).

Zobrazenie správ o počasí

Na hodinkách môžete zistiť, aké je počasie vo vašej oblasti.

1. spôsob: Na karte Počasie

Potiahnite doprava na obrazovke, kým nenájdete kartu Počasie, kde môžete nájsť svoju polohu, najnovšie informácie o počasí, teplote a kvalite ovzdušia.

2. spôsob: Na ciferníku

Presvedčte sa, že používate ciferník, ktorý zobrazuje informácie o počasí. Potom môžete na domovskej obrazovke zistiť najnovšie informácie o počasí.

3. spôsob: V aplikácii Počasie

Na domovskej obrazovke hodínok stlačte Horné tlačidlo, potiahnite, kým nenájdete **Počasie**, ťuknite naň a potom môžete zistiť svoju polohu, najnovšie informácie o počasí, teplotu a kvalitu ovzdušia. Potiahnutím nahor alebo nadol na obrazovke zobrazíte informácie o počasí na daný týždeň.

Nájdanie telefónu pomocou hodínok

Potiahnutím nadol na obrazovke ciferníka prejdite do ponuky skratiek a ťuknite na **Nájsť telefón**. Na obrazovke sa potom prehrá animácia funkcie Nájsť telefón.

Ak sú hodinky a telefón v dosahu pripojenia Bluetooth, telefón/tablet prehrá zvonenie (dokonca aj v režime vibrovania alebo v tichom režime), ktorým vás upozorní, kde sa nachádza.

Ak chcete zastaviť hľadanie telefón/tablet, ťuknite na obrazovku hodínok alebo odomknite obrazovku telefón/tablet.

- Táto funkcia bude fungovať, len ak sú telefón a hodinky navzájom pripojené. Ak používate telefón s iOS a jeho obrazovka je vypnutá, prehrávanie systémového zvonenia je ovládané systémom iOS. Telefón preto nemusí reagovať, keď používateľ používa funkciu **Nájsť telefón**.

Nájdienie hodiniiek pomocou telefónu

Keď sú hodinky pripojené k aplikácii Zdravie, môžete ich nájsť pomocou svojho telefónu Huawei (so systémom EMUI 11.0 alebo novším).

Začíname



- 1 Z AppGallery si stiahnite a nainštalujte najnovšie verzie aplikácií Mobilný cloud HUAWEI, Nájsť zariadenie a Zdravie. Ak sú tieto aplikácie už nainštalované, aktualizujte ich na najnovšie verzie.
- 2 Do všetkých troch aplikácií sa prihláste pomocou rovnakého HUAWEI ID a presvedčte sa, že vaše nositeľné zariadenie je pripojené k aplikácii Zdravie.

Nájdienie hodiniiek pomocou telefónu

- 1 V zozname zariadení v aplikácii Nájsť zariadenie vyberte cieľové zariadenie.
- 2 Na obrazovke podrobností o zariadení nájdite príslušné zariadenie a ťuknite na **Počúvať zvonenie**, aby ste zariadenie našli.

Diaľková spúšť


Po pripojení hodiniiek k telefón ťuknite v zozname aplikácií na hodinkách na položku

Diaľková spúšť, aby ste zapli fotoaparát na svojom telefón. Ťuknutím na  na obrazovke hodiniiek nasnímate fotografiu. Ťuknutím na  prepnete medzi 2-sekundovým a 5-sekundovým odpočítavaním.

- Diaľková spúšť je v zozname aplikácií hodiniiek k dispozícii len vtedy, keď sú hodinky spárované s nasledujúcimi telefóny/tablety:
 - Telefóny: HarmonyOS 2/EMUI 10.1 alebo novší
 - tablety so systémom HarmonyOS 2 alebo novším
- Ak chcete použiť túto funkciu, uistite sa, že vaše hodinky sú pripojené k telefón a že je v pozadí spustená aplikácia Zdravie.

Pripojenie Bluetooth slúchadiel

- 1. spôsob:
 - 1 Stlačením tlačidla Nahor na hodinkách pristúpte k zoznamu aplikácií a prejdite na položku **Nastavenia** > **Slúchadlá**.

- 2 Hodinky automaticky vyhľadajú zoznam Bluetooth slúchadiel na párovanie. Vyberte názov požadovaných slúchadiel a dokončite párovanie podľa pokynov na obrazovke.
- 2. spôsob:
 - 1 Na domovskej obrazovke stlačením tlačidla Nahor pristúpte k zoznamu aplikácií, ťuknite na položku **Hudba**, potom na  v pravom dolnom rohu obrazovky s prehrávačom hudby a ťuknite na položku **Slúchadlá**.
 - 2 Hodinky automaticky vyhľadajú zoznam Bluetooth slúchadiel na párovanie. Vyberte názov požadovaných slúchadiel a dokončite párovanie podľa pokynov na obrazovke.


Zapnutie alebo vypnutie režimu Nerušiť

Keď zapnete režim Nerušiť, prichádzajúce hovory a upozornenia budú stlmené, hodinky nebudú pri prichádzajúcich hovoroch a upozorneniach vibrovať a obrazovka sa pri zdvihnutí zápästia nezapne.

Okamžité zapnutie alebo vypnutie

1. **spôsob:** Funkciu zapnite alebo vypnite potiahnutím nadol zvrchu ciferníka a ťuknutím na **Nerušiť**.
2. **spôsob:** Funkciu zapnite alebo vypnite prejdením na **Nastavenia > Zvuky a vibrovanie > Nerušiť > Celý deň**.

Naplánované zapnutie alebo vypnutie


-  Ak chcete použiť túto funkciu, aktualizujte hodinky a aplikáciu Zdravie na najnovšiu verziu.

Prejdite na **Nastavenia > Zvuky a vibrovanie > Nerušiť > Naplánované** a nastavte **Začiatok** a **Koniec**.

Ak chcete vypnúť naplánovaný režim Nerušiť, prejdite na **Nastavenia > Zvuky a vibrovanie > Nerušiť > Naplánované**.

Hlasový asistent

Nositeľné zariadenie umožňuje po pripojení k aplikácii Zdravie v telefóne používať hlasového asistenta na uskutočňovanie hovorov, zisťovanie informácií a na ovládanie inteligentných domácich zariadení.

-  Aby ste zabezpečili fungovanie hlasového asistenta, aktualizujte hodinky na najnovšiu verziu.

Táto funkcia je v súčasnosti podporovaná iba na zariadeniach Huawei.


Používanie hlasového asistenta

- 1 Stlačením a podržaním Dolného tlačidla prebudíte hlasového asistenta.
- 2 Na zobrazenej obrazovke vyslovte hlasový príkaz, napríklad „Aké je dnes počasie?“

Alipay

Keď si prepojíte hodinky so svojím účtom Alipay, môžete uskutočňovať platby pomocou kódu QR alebo čiarového kódu.

Prepojenie s aplikáciou Alipay

- 1 Potiahnite doprava na domovskej obrazovke hodiniiek, kým sa nezobrazí obrazovka s kódom QR služby Alipay, alebo ťuknite na **Alipay** v zozname aplikácií na hodinkách. Podľa pokynov na obrazovke zobrazte kód QR **Priradte skenovaním**.
- 2 Otvorte aplikáciu Alipay a naskenujte kód QR zobrazený na hodinkách.
- 3 Podľa pokynov na obrazovke nastavte názov zariadenia v aplikácii Alipay.
- 4 Ťuknite na ikonu **Zostatok** v pravom hornom rohu aplikácie Alipay a zadajte sumu. Prepojenie bude dokončené, keď uskutočníte platbu.
- 5 Po úspešnom prepojení spravujte svoj zostatok podľa pokynov na obrazovke.
 -  • Hodinky môžu uskutočňovať platby, aj keď boli odpojené od telefón, nemajú internetové pripojenie alebo sú offline.
 - Ak ste si na hodinkách nenavýšili zostatok v službe Alipay, postupnosť platieb je rovnaká ako postupnosť nastavená v službe Alipay.

Skenovanie na uskutočňovanie platieb

Po prepojení hodiniiek s účtom Alipay potiahnite doprava na obrazovke hodiniiek a vyhľadajte Alipay alebo stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom ťuknite na **Alipay**. Otvorte aplikáciu a ukážte obchodníkovi kód platby (vo formáte kódu QR alebo čiarového kódu) zobrazený na hodinkách.

Odpojenie od aplikácie Alipay

Na odpojenie hodiniiek môžete použiť niektorý z nasledujúcich spôsobov.

1. **spôsob:** Stlačte Horné tlačidlo na hodinkách a prejdite na **Alipay > Odpojiť**. Ak ste si na hodinkách navýšili zostatok v službe Alipay, nebude vám automaticky vrátený. Podľa pokynov na obrazovke odpojte svoj účet Alipay od svojich hodiniiek v aplikácii Alipay. Potom vám bude zostatok vrátený.
2. **spôsob:** Vyhľadajte cieľové zariadenie vo vyhľadávacom poli aplikácie Alipay a ťuknite naň. Podľa pokynov na obrazovke odpojte hodinky od účtu Alipay. Po ich odpojení stlačte Horné tlačidlo na hodinkách a prejdite na **Alipay > Odpojiť**.

- Ak bol zostatok Alipay na vašich hodinkách už dobitý, zostatok sa automaticky vráti na zostávajúci zostatok, keď sa Alipay na vašich hodinkách odpojí od účtu Alipay.
- Ak zapnete túto funkciu, pri používaní hodiniiek buďte osobitne opatrní. Ak by sa hodinky stratili, ihneď odpojte svoj účet Alipay.
- Po odpojení účtu Alipay bude funkcia platby naďalej zobrazená, v skutočnosti však nebude dostupná. Pred opätovným použitím služby Alipay sa presvedčte, že účet Alipay bol na oboch stranách odpojený, a znova ho pripojte.
- Po obnovení výrobných nastavení vašich hodiniiek sa účet Alipay automaticky odpojí od hodiniiek.

Aktivácia a dobíjanie dopravnej karty a platby pomocou nej

Aktivujte dopravnú kartu v aplikácii Huawei Zdravie v telefóne a uskutočňujte platby pomocou nositeľného zariadenia.

- Táto funkcia vyžaduje NFC. Dopravnú kartu môžete dobíjať iba v telefónoch s Androidom.
- Ak chcete používať túto funkciu, aktualizujte aplikáciu Huawei Zdravie v telefóne na najnovšiu verziu.
- Aktivovaná dopravná karta v zariadení má rovnaké výhody ako fyzická dopravná karta.
- Na nositeľných zariadeniach Huawei sú podporované iba dopravné karty pre dospelých. Študenti a seniori musia používať fyzické dopravné karty.

Aktivácia dopravnej karty

- 1** V telefóne otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na svoje zariadenie, ťuknite na položku **HUAWEI Peňaženka** a prejdite na položku **+ > dopravná karta**.
- 2** Podľa pokynov na obrazovke vyberte preferovanú dopravnú kartu.
- 3** Vyberte požadovanú sumu dobitia a ťuknite na **AKTIVOVAŤ**.
- 4** Po vykonaní platby sa na obrazovke zobrazí hlásenie o aktivácii karty. Po aktivácii karty ťuknite na **DOKONČIŤ**.

- i • V súčasnosti je podporovaná iba platba cez WeChat.
- Fyzickú dopravnú kartu nemôžete pridať a virtuálnu dopravnú kartu môžete aktivovať len pomocou aplikácie HUAWEI Peňaženka.
- Resetovanie nositeľného zariadenia ani zmena účtu v aplikácii Huawei Zdravie vašu dopravnú kartu neovplyvní.
- Ak chcete zobrazíť číslo dopravnej karty, otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, na svoje zariadenie, ťuknite na položku **HUAWEI Peňaženka** a vyberte svoju kartu.
- V súčasnosti je táto funkcia dostupná len v mestách ako Peking, Šanghaj a Šen-čen. V aplikácii Huawei Zdravie skontrolujte iné podporované dopravné karty: v telefóne otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na svoje zariadenie, ťuknite na položku **HUAWEI Peňaženka** a prejdite na položku **+ > dopravná karta**.

Dobitie dopravnej karty

- 1** Otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na svoje zariadenie, ťuknite na položku **HUAWEI Peňaženka** a potom vyberte dopravnú kartu, ktorú chcete dobiť.
 - 2** Prejdite na **Podrobnosti o karte > Dobiť**, vyberte želanú sumu a potom si dobite kartu.
 - 3** Po uskutočnení platby bude vaša dopravná karta dobitá.
- i Vyberte dopravnú kartu a potom ťuknutím na **Podrobnosti o karte** zobrazte zostatok.

Uskutočnenie platieb

Ak ste aktivovali viaceré dopravné karty, otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na svoje zariadenie, ťuknite na položku **HUAWEI Peňaženka**, potiahnutím po obrazovke vyberte dopravnú kartu, ktorú používate najčastejšie, a vyberte možnosť **Nastaviť ako predvolenú**.

Po aktivácii dopravnej karty a jej nastavení ako predvolenej karty môžete pomocou hodinek uskutočňovať platby, aj keď je obrazovka hodinek vypnutá, Bluetooth je odpojený alebo sú hodinky vypnuté. Ak chcete uskutočniť platbu, podržte obrazovku zariadenia blízko platobného terminálu.

Po vypnutí hodinek z dôvodu nízkej úrovne nabitia batérie môžete uskutočniť maximálne 10 platieb.

- i Dopravná karta v hodinkách funguje pomocou NFC. Táto funkcia nebude ovplyvnená ani v prípade, že si telefón zabudnete vziať so sebou alebo pripojíte hodinky k inému telefónu.

Platobné karty

- i Táto funkcia je k dispozícii iba v určitých krajinách a regiónoch.

Po prepojení bankovej karty s hodinkami pomocou aplikácie Zdravie budete môcť pomocou hodínok uskutočňovať platby, aj keď hodinky nebudú pripojené k vášmu telefón alebo k internetu. Vďaka tomu je nákup jednoduchý a pohodlný.

Prepojenie s platobnou kartou

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia a ťuknite na položku **Peňaženka**.
- 2 Ťuknite na + v pravom hornom rohu a vyberte **Bankové karty**.
 - Ak prepájate bankové karty prvýkrát, na obrazovke hodínok musíte nastaviť kód PIN a potom ťuknutím na **Ďalej** pridať bankovú kartu.
 - Ak ste nastavili kód PIN, odomknite obrazovku hodínok a ťuknutím na **Ďalej** pridajte bankovú kartu.
- 3 Podľa pokynov na obrazovke naskenujte prednú stranu bankovej karty alebo manuálne zadajte číslo bankovej karty a potom ťuknite na **Ďalej**.
- 4 Na obrazovke s oznámením o vydaní karty potiahnite nahor, zadajte požadované informácie a ťuknite na **Ďalej**.
- 5 Po zadaní overovacieho kódu z SMS sa zobrazí hlásenie, že karta bola aktivovaná. Potom ťuknite na **OK**.

• V telefónoch s iOS nie je prepojenie bankových kariet k dispozícii.

Rýchle platby



1. spôsob: Priložte ciferník hodínok k oblasti snímača platobného terminálu (POS), počkajte, kým sa zobrazí obrazovka na potiahnutie karty, vyberte bankovú kartu, zadajte kód PIN na obrazovke hodínok na overenie platby a znova priložte ciferník hodínok k platobného terminálu (POS) na dokončenie platby.

2. spôsob: Prejdite do zoznamu aplikácií hodínok, ťuknutím na položku **Peňaženka** otvorte zoznam kariet, vyberte bankovú kartu, ťuknite na **Zaplatiť** a priložte hodinky k oblasti snímača platobného terminálu (POS), aby ste dokončili platbu.

3. spôsob: Otvorte aplikáciu Zdravie, prejdite na položku **Zariadenia > Peňaženka** a vyberte bankovú kartu, ktorú chcete nastaviť ako predvolenú kartu. Potiahnite doľava na domovskej obrazovke hodínok, počkajte, kým sa zobrazí obrazovka na potiahnutie karty, ťuknite na **Zaplatiť** a priložte hodinky k oblasti snímača platobného terminálu (POS), aby ste dokončili platbu.

- Rýchle platby môžete vykonávať až po aktivácii bankovej karty v hodinkách. Potiahnutím nahor alebo nadol prejdite na obrazovku bankovej karty, ktorú chcete použiť, a aktivujte bankovú kartu.
- Keď je obrazovka hodínok uzamknutá, musíte ju pred potiahnutím bankovej karty odomknúť.
- Podporované banky si môžete pozrieť na obrazovke na zadanie čísla bankovej karty.

Odobratie platobnej karty

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia, ťuknite na položku **Peňaženka** a vyberte platobnú kartu, ktorú chcete odobrať.
 - 2 Ťuknite na  v pravom hornom rohu a odoberte kartu. Postupujte podľa pokynov na obrazovke a ťuknite na **OK**.
-  Odstránením kódu PIN z obrazovky sa odstránia všetky bankové karty prepojené s nositeľným zariadením.

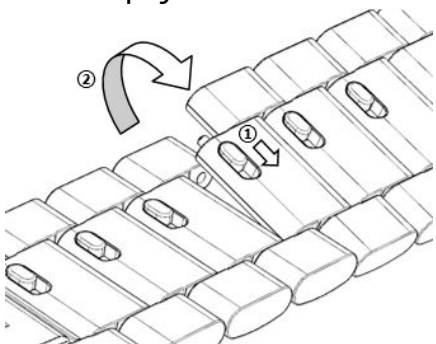
Ďalšie informácie

Nastavenie a výmena remienka pre

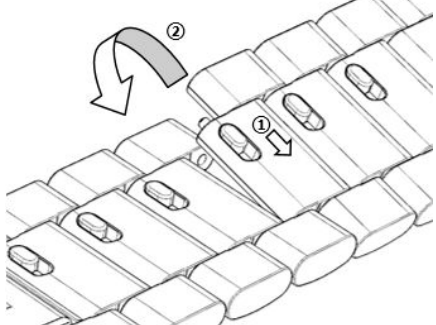
Nastavenie remienka

Kovový remienok

- 1 Ak chcete odstrániť remienok, stlačte páčku v smere šípky 1 a potom článok vytiahnite v smere šípky 2.

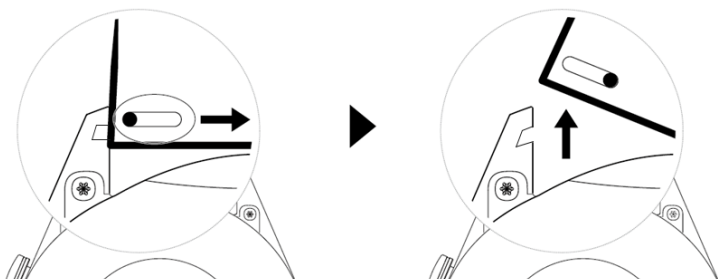


- 2 Ak chcete namontovať remienok, stlačte páčku v smere šípky 1 a potom článok namontujte v smere šípky 2.

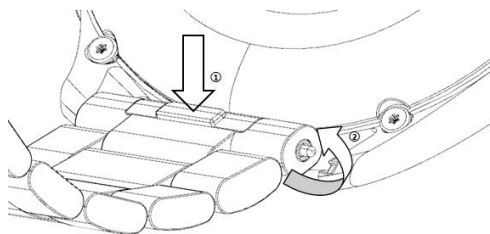


Výmena remienka

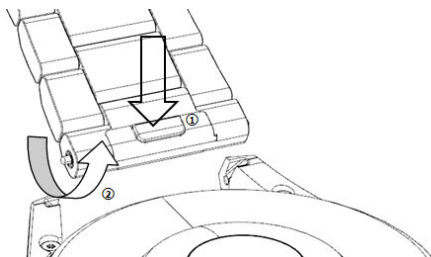
- Ak používate nekovový remienok, odstráňte ho podľa nasledujúcich pokynov a nový remienok namontujte tak, že vykonáte kroky v opačnom poradí.




- Ak chcete odstrániť a namontovať kovový remienok, postupujte takto:
 - Odstránenie:
 - Puzdro hodínok s jedným vodiacim otvorom na krúžku:




- Puzdro hodinek s dvomi vodiacimi otvormi na krúžku:



- Montáž:
 - Ak má puzdro hodinek jeden vodiaci otvor na krúžku, zasuňte ľavý pružinový kolík remienka hodinek do otvoru na kolík na puzdre hodinek a potom stlačte pravý pružinový kolík cez vodiaci otvor.
 - Ak má puzdro hodinek dva vodiace otvory na krúžku, stlačte ľavý a pravý pružinový kolík remienka hodinek cez dva vodiace otvory.
- Utiahnutie pracky hodinek
Zatlačte strednú časť pracky proti krúžku.
-  Kožený remienok nie je vodotesný. Udržujte ho v suchu a včas odstráňte všetok pot a iné tekutiny.

Konfigurácia ciferníkov Galérie

-  Pred použitím tejto funkcie aktualizujte aplikáciu Zdravie a svoje zariadenie na najnovšiu verziu.

Výber ciferníkov z Galérie

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia a prejdéním na položku **Ciferníky** > **Viac** > **Ja** > **Na hodinkách** > **Galéria** prejdite na obrazovku nastavení Galérie.
- 2 Ťuknite na + a ako spôsob nahrávania fotografií vyberte buď **Fotoaparát**, alebo **Galéria**.
- 3 Vyberte fotografiu alebo nasnímajte novú fotografiu, ťuknite na ✓ v pravom hornom rohu a ťuknite na **Uložiť**. Hodinky potom zobrazia prispôbenú fotografiu ako ciferník.

Ďalšie nastavenia

Na obrazovke nastavení Galérie:

- Ťuknite na položku **Štýl a Pozícia** a nastavte písmo, farbu a polohu dátumu a času zobrazeného na ciferníkoch z Galérie.
- Ťuknutím na ikonu krížika v pravom hornom rohu vybranej fotografie odstránite danú fotografiu.

Nastavenie ciferníka AOD

Môžete zapnúť funkciu Always On display (AOD) a vybrať, či sa má po zdvihnutí zápästia zobrazíť hlavný ciferník hodínok alebo ciferník AOD.



Nastavenie režimu AOD

- 1 Otvorte zoznam aplikácií, prejdite na položku **Nastavenia > Ciferník a domovská obrazovka** a zapnite režim AOD.
- 2 Vyberte režim zobrazenia podľa svojich potrieb, napríklad zobrazenie ciferníka hodínok AOD, keď zdvihnete zápästie.
- 3 Prejdite na **Štýl AOD > Predvolený štýl** a vyberte preferovaný štýl. Tento štýl sa potom zobrazí v prípade, že zdvihnete zápästie a hlavný ciferník hodínok nemá zabudovaný ciferník AOD.


Správa ciferníkov

Obchod s ciferníkmi ponúka na výber široký sortiment ciferníkov. Ak chcete stiahnuť alebo odstrániť ciferníky, aktualizujte hodinky a aplikáciu Zdravie na najnovšiu verziu.

Zmena ciferníka hodínok


- 1 Ťuknite a podržte obrazovku ciferníka alebo prejdite na **Nastavenia > Ciferník a spúšťač > Ciferníky**.
- 2 Potiahnutím doľava alebo doprava vyberte ciferník, ktorý sa vám páči.
 -  Niektoré ciferníky je možné prispôbiť. Ťuknutím na  pod ciferníkom môžete prispôbiť zobrazený obsah.


Inštalácia a zmena ciferníka na telefóne

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia a prejdite na **Ciferníky > Viac**.
- 2 Vyberte ciferník.
 - a Ak ciferník nie je nainštalovaný, ťuknite na **Inštalovať**. Po dokončení inštalácie vaše hodinky automaticky použijú tento nový ciferník.
 - b Ak je ciferník nainštalovaný, ťuknutím na **NASTAVIŤ AKO PREDVOLENÉ** použijete vybraný ciferník.
 -  Telefóny s iOS platené ciferníky nepodporujú.
 - Platbu za platené ciferníky nie je možné vrátiť. Ak v Obchode s ciferníkmi nenájdete ciferníky, ktoré ste si už zakúpili, kontaktujte zákaznícku linku.

Odstránenie ciferníka

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia a prejdite na **Ciferníky > Viac**.

2 Vyberte nainštalovaný ciferník a ťuknutím na  ho odstráňte.

-  • Ciferníky z Galérie a videociferníky sa nedajú odstrániť.
- Ciferník si po jeho odstránení z Obchodu s ciferníkmi nemusíte kúpiť znova. Budete ho musieť iba znova nainštalovať.

Nastavenie obľúbených kontaktov

- 1 Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na názov zariadenia a potom vyberte **Oblúbené kontakty**.
- 2 Na obrazovke **Oblúbené kontakty**:
 - Ťuknutím na **ADD** zobrazte zoznam kontaktov svojho telefón/tableta potom vyberte kontakty, ktoré chcete pridať.
 - Ak chcete usporiadať pridané kontakty, ťuknite na **Postupnosť**.
 - Ak chcete odstrániť pridaný kontakt, ťuknite na **Odobráť**.
- 3 Ťuknite na obľúbený kontakt z položky **Oblúbené kontakty** v zozname aplikácií hodinek a zavolajte na číslo kontaktu na hodinkách.

Nastavenie času a jazyka

Po synchronizácii údajov zariadenia a telefón/tablet sa so zariadením zosynchronizuje aj jazyk systému.

Ak zmeníte jazyk a región alebo zmeníte čas na telefón/tablet, zmeny sa automaticky zosynchronizujú so zariadením, pokiaľ je pripojené k telefón/tablet cez Bluetooth.

Nastavenia zvuku

Nastavenie hlasitosti zvonenia

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom prejdite na **Nastavenia > Zvuky a vibrovanie > Hlasitosť zvonenia**.
- 2 Potiahnutím nahor alebo nadol upravte hlasitosť zvonenia.

Stlmenie a zrušenie stlmenia

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom prejdite na **Nastavenia > Zvuky a vibrovanie**.
- 2 Zapnite alebo vypnite funkciu **Stlmiť**.

Prispôsobenie funkcie Dolného tlačidla

- 1 Stlačením Horného tlačidla otvorte zoznam aplikácií a potom prejdite na **Nastavenia > Dolné tlačidlo**.

- 2 Vyberte aplikáciu a prispôbte funkciu Dolného tlačidla.
Po dokončení prispôsobovania funkcie sa vráťte na domovskú obrazovku a stlačením Dolného tlačidla otvorte aktuálnu aplikáciu. Ak funkcia nebola prispôsobená, predvolene sa otvorí aplikácia **Cvičenie**.

Pridanie vlastných kariet

- 1 Na nositeľnom zariadení prejdite na **Nastavenia > Vlastné karty** a vyberte svoje obľúbené aplikácie, napríklad **Spánok**, **Stres** a **Tep**.
- 2 Ak chcete aplikáciu presunúť na iné miesto, ťuknite na ikonu „nahor“ vedľa pridanej aplikácie, ťuknutím na ikonu odstránenia aplikáciu odstráňte.
- 3 Potiahnutím doľava alebo doprava na domovskej obrazovke otvoríte aplikácie pridané na vaše vlastné karty.

Nastavenie jasú obrazovky

- 1 Stlačením Horného tlačidla na hodinkách otvorte zoznam aplikácií a potom prejdite na **Nastavenia > Zobrazenie a jas**.
- 2 Ak je zapnutá možnosť **Automaticky**, vypnite ju.
- 3 Ťuknutím na **Jas** nastavte jas obrazovky.


Aktualizácia hodín

1. spôsob:

Pripojte hodinky k telefónu pomocou aplikácie Huawei Zdravie, otvorte aplikáciu, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na názov zariadenia, vyberte položku **Aktualizácia firmvéru**, a ak sú k dispozícii nové aktualizácie, hodinky aktualizujte podľa pokynov na obrazovke.

2. spôsob:

- Používatelia zariadení s Androidom: Otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, ťuknite na názov zariadenia a zapnite možnosť **Automaticky stiahnuť aktualizčné balíky cez sieť Wi-Fi**. Ak sú k dispozícii nové aktualizácie, hodinky budú zobrazovať pripomienky aktualizácie. Hodinky aktualizujte podľa pokynov na obrazovke.
- Používatelia zariadení s iOS: Otvorte aplikáciu Huawei Zdravie, ťuknite na profilový obrázok v ľavom hornom rohu domovskej obrazovky, ťuknite na **Nastavenia** a zapnite možnosť **Automaticky stiahnuť aktualizčné balíky cez sieť Wi-Fi**. Ak sú k dispozícii nové aktualizácie, hodinky budú zobrazovať pripomienky aktualizácie. Hodinky aktualizujte podľa pokynov na obrazovke.

 Počas aktualizácie sa hodinky automaticky odpoja od telefónu.

Zobrazenie názvu zariadenia Bluetooth, MAC adresy, sériového čísla, modelu a čísla verzie

Zobrazenie názvu Bluetooth:

- V zariadení prejdite na **Nastavenia** > **Informácie** a v sekcii **Názov zariadenia** si zobrazte názov zariadenia.
- Alebo otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia** a potom na názov svojho zariadenia. Názov pripojeného zariadenia je názov Bluetooth.

Zobrazenie MAC adresy:

V zariadení prejdite na **Nastavenia** > **Informácie** a zobrazte MAC adresu zariadenia.

Zobrazenie sériového čísla:

V zariadení prejdite na **Nastavenia** > **Informácie** a zobrazte sériové číslo zariadenia.

Zobrazenie modelu:

- V zariadení prejdite na **Nastavenia** > **Informácie** a zobrazte model svojho zariadenia.
- Znak vygravírované laserom na zadnej strane zariadenia vedľa slova „MODEL“ sú názov modelu.

Zobrazenie informácií o verziách:

- Vo svojom zariadení prejdite na **Nastavenia** > **Informácie** a zobrazte si verziu zariadenia.
- Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov zariadenia a ťuknutím na položku **Aktualizácia firmvéru** môžete zobrazíť číslo verzie zariadenia.

zapnutie, vypnutie a reštartovanie hodínok

Zapnutie

- Stlačte a podržte stlačené tlačidlo Nahor.
- Nabite zariadenie.

Vypnutie

- Stlačte a podržte stlačené tlačidlo Nahor a následne ťuknite na možnosť **Vypnúť**.
- Stlačte tlačidlo Nahor a prejdite na položku **Nastavenia** > **Systém** > **Vypnúť**.
- Ak je batéria takmer vybitá, hodinky zavibrujú a automaticky sa vypnú.
- Ak hodinky nenabijete okamžite po vypršaní časového limitu pohotovostného režimu, automaticky sa vypnú.

Reštartovanie


- Stlačte a podržte stlačené tlačidlo Nahor a následne ťuknite na možnosť **Reštartovať**.
- Stlačte tlačidlo Nahor a prejdite na položku **Nastavenia** > **Systém** > **Reštartovať**.

Vynútenie reštartovania

Stlačte a podržte stlačené tlačidlo Nahor aspoň na 16 sekúnd.

1. spôsob: Na hodinkách prejdite na **Nastavenia > Systém > Resetovať**.

2. spôsob: Otvorte aplikáciu Zdravie, ťuknite na **Zariadenia**, potom na názov svojho zariadenia a vyberte **Obnoviť výrobné nastavenia**.

-  Ak chcete obnoviť výrobné nastavenia hodínok, potiahnite na obrazovke hodínok a vyberte **Resetovať** pri prvom párovaní alebo potiahnite na domovskej obrazovke hodínok a prejdite na **Nastavenia > Systém > Resetovať**.
- Po obnovení výrobných nastavení zariadenia sa zo zariadenia vymažú osobné údaje. Pri tejto operácii sa preto vyžaduje opatrnosť.

Vyhlásenie o funkcii NFC

 Toto vyhlásenie sa vzťahuje len na zariadenia podporujúce NFC.

Tento produkt podporuje rádiový prenos krátkého dosahu (označovaný aj ako NFC) špecifikovaný v Nariadeniach Čínskej ľudovej republiky pre rádiové prenosy. V súlade s vyhláškou č. 52 z roku 2019 vydanou čínskym Ministerstvom priemyslu a informačných technológií (MIIT) o požiadavkách na NFC:

1. Produkt musí spĺňať ustanovenia pre zariadenia triedy C v časti „(1) Bežné zariadenia pre rádiový prenos krátkého dosahu“ uvedené v Technických požiadavkách na rádiové zariadenia krátkého dosahu: so zabudovanými slučkovými anténami NFC, $1,5 \text{ A/m} \leq$ intenzita magnetického poľa $\leq 7,5 \text{ A/m}$.
2. Je zakázané meniť prípady alebo podmienky použitia, rozširovať rozsah vysielačích frekvencií, zvyšovať vysielač výkon (vrátane inštalácie dodatočných rádiových frekvenčných zosilňovačov) alebo meniť vysielač anténu bez povolenia.
3. Produkt nesmie spôsobovať škodlivé rušenie iných legálnych rádiových staníc a nesmie byť vznesená žiadosť o ochranu pred škodlivým rušením.
4. Produkt musí byť odolný proti rušeniu zo strany priemyselných, vedeckých a lekárskeho zariadení (ISM), ktoré vyžarujú rádiovú frekvenčnú energiu, alebo zo strany iných legálnych rádiových staníc.
5. Ak produkt spôsobuje škodlivé rušenie iných legálnych rádiových staníc, okamžite ho prestaňte používať a pred ďalším používaním prijmite opatrenia na odstránenie rušenia.
6. Používanie civilných a vojenských rádiových staníc, ako sú rádioastronomické stanice, stanice s meteorologickým radarom a družicové pozemské stanice (vrátane meracích a kontrolných staníc, trasovacích staníc, prijímacích staníc a navigačných staníc) v lietadlách a v súlade so zákonmi a inými právnymi predpismi, príslušnými vnútroštátnymi predpismi a normami, ako aj používanie zariadení krátkého dosahu v oblastiach chránených pred

elektromagnetickým prostredím, ako sú letiská, musí byť v súlade s predpismi o ochrane pred elektromagnetickým prostredím a s predpismi príslušných odvetvových správnych oddelení.

7. Je zakázané používať modelové diaľkové ovládanie v oblasti v okruhu 5 kilometrov od letiskovej dráhy.

8. Funkcia NFC produktu musí fungovať pri izbovej teplote a musí byť napájaná vlastnou batériou.