

[Manuals.plus](#) /

› [Samsung](#) /

› Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band User Manual

Samsung SM-R390NZSAEUB

Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band User Manual

Model: SM-R390NZSAEUB

1. INTRODUCTION

Welcome to the user manual for your Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band. This guide provides detailed instructions on how to set up, operate, maintain, and troubleshoot your device. Please read this manual carefully to ensure optimal performance and longevity of your fitness band.

The Samsung Galaxy Fit3 is designed to help you monitor your health and fitness activities with ease. It features a large AMOLED display, extended battery life, and a variety of health tracking functions including sleep monitoring, heart rate tracking, and support for over 100 exercise types. Its durable design is also water and dust resistant.

2. WHAT'S IN THE BOX

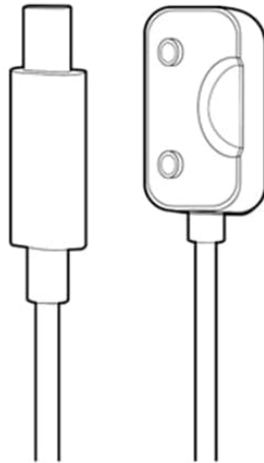
Upon unboxing your Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band, please ensure all the following items are present:

- 1x Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band (Silver)
- 1x Charging Cable (Type C-Pogo)
- 1x Quick Start Guide (This manual serves as the comprehensive guide)

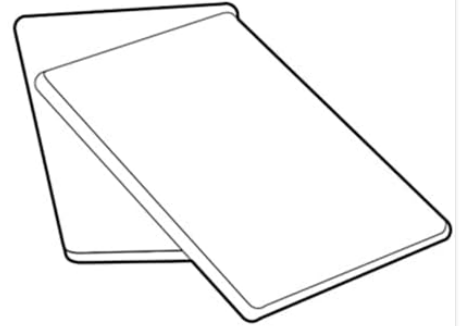
Contenuto della confezione



Galaxy Fit3



**Cavo di ricarica
Type C-Pogo**



Guida Rapida

*Immagine simulata a scopo illustrativo.

Image: Contents of the Samsung Galaxy Fit3 package, including the fitness band, Type C-Pogo charging cable, and quick guide.

3. SETUP

3.1 Initial Charging

Before first use, fully charge your Galaxy Fit3. Connect the Type C-Pogo charging cable to the charging port on the back of the device and plug the USB-C end into a compatible power adapter (not included) or a computer USB port. The device will display a charging indicator.

3.2 Pairing with Your Smartphone

To unlock the full potential of your Galaxy Fit3, you need to pair it with a compatible Android smartphone (Android 10.0 or later with at least 1.5 GB RAM). The Galaxy Fit3 does not support Apple devices.

1. Download the **Samsung Health** app (version 6.26 or later) from the Google Play Store on your smartphone.
2. Open the Samsung Health app and follow the on-screen prompts to set up your Samsung account or sign in.
3. Turn on your Galaxy Fit3 by pressing and holding the side button.
4. In the Samsung Health app, select 'Add device' or 'Connect a new device' and choose the Galaxy Fit3 from the list of available devices.

5. Follow the pairing instructions on both your phone and the fitness band to complete the connection. A numerical code will appear on both devices; confirm they match.



Image: The Samsung Account setup screen within the Samsung Health app, essential for device pairing and data synchronization.

4. OPERATING YOUR GALAXY FIT3

4.1 Display and Navigation

The Galaxy Fit3 features a large 1.6-inch rectangular AMOLED display for clear visibility and easy interaction. Navigate through menus and features by swiping left, right, up, or down on the touchscreen. The side button serves as a home button and can be customized for quick access to certain functions.



Image: The Samsung Galaxy Fit3 highlighting its slim design and the 1.6-inch display, emphasizing its readiness for action.

¹⁵Gli smartphone compatibili e le funzioni disponibili possono variare a seconda del Paese/regione, dell'operatore o del dispositivo.

¹⁶La funzione di rilevamento automatico degli allenamenti deve essere abilitata nell'app Galaxy Wearable. Il rilevamento automatico non è disponibile per tutti gli allenamenti.

¹⁷Richiede la versione 6.26 o dell'applicazione Samsung Health o versioni successive.

¹⁸Galaxy Fit3 deve essere associato a uno smartphone Samsung Galaxy con Android 11.0 o versioni superiori e una memoria minima di 1.5 GB.

¹⁹Le funzionalità di monitoraggio del sonno sono solo per il benessere generale e per attività di fitness. Non sono indicate per il rilevamento, la diagnosi e il trattamento di qualsiasi condizione medica o disturbo del sonno. I valori rilevati sono da intendersi solo per riferimento personale. Per un parere professionale, ti invitiamo a rivolgerti a un medico.

²⁰La Guida al sonno richiede dati sul sonno di almeno 7 giorni, compresi 2 giorni di riposo.

²¹Il rilevamento del russamento richiede l'uso del microfono di uno smartphone Galaxy associato via Bluetooth. Per utilizzare la funzione, lo smartphone associato deve trovarsi nelle immediate vicinanze dell'utente.

²²La Guida al sonno richiede dati sul sonno di almeno 7 giorni, compresi 2 giorni di riposo. Le misure sono solo per riferimento personale. Destinato esclusivamente a scopi di benessere e fitness generale. Non sono destinate all'uso per il rilevamento, la diagnosi e il trattamento di qualsiasi condizione medica o disturbo del sonno. Consultare un medico per un parere professionale.

²³Per registrare il russamento, indossare l'orologio mentre si dorme e posizionare il telefono su una superficie stabile vicino alla testa, ad esempio un comodino, con la parte inferiore del telefono rivolta verso di sé. ²⁴Alcune funzioni possono essere aggiunte tramite Modifica sulle tiles del telefono sincronizzato.

²⁵La chiamata di emergenza richiede l'associazione con uno smartphone Galaxy dotato di connessione di rete.

²⁶La chiamata di emergenza viene effettuata su uno smartphone Galaxy con One UI 6.1 o versioni superiori. ²⁷Le funzioni di rilevamento delle cadute e di chiamata di emergenza devono essere abilitate nell'app Galaxy Wearable sullo smartphone Galaxy per poter utilizzare il rilevamento delle cadute sul Galaxy Fit3.

²⁸Il Galaxy Fit3 deve avere gli ultimi aggiornamenti software installati.

²⁹Le informazioni mediche e i contatti di emergenza devono essere registrati nell'app Galaxy Wearable prima dell'uso.

³⁰Le informazioni raccolte dall'orologio, dall'app Galaxy Wearable o dal software correlato non sono destinate a diagnosticare, curare, attenuare, trattare o prevenire malattie o altre condizioni.

³¹Per utilizzare Trova il mio telefono, i dispositivi devono trovarsi nel raggio di connessione Bluetooth. La distanza può variare a seconda dell'ambiente e del dispositivo.

³²Galaxy A54 venduto separatamente.

³³L'associazione con Galaxy Tab e Galaxy Book non è supportata su Galaxy Fit3.

³⁴Camera Remote è disponibile solo su Galaxy Fit3 abbinato a smartphone Galaxy con One UI 6.0 o superiore e richiede la modalità Foto nell'app Galaxy Camera preinstallata sugli smartphone Galaxy. La funzione di zoom remoto della fotocamera non è attualmente disponibile sul Galaxy Fit3 a partire da febbraio 2024.

³⁵Il backup dei dati e il ripristino dei dati dai modelli precedenti al Galaxy Fit3 non sono supportati.

³⁶Gli smartphone Android non Samsung non supportano il quadrante World Clock.

Image: An illustration demonstrating the location of the home button and the intuitive swipe-based navigation across different screens on the Galaxy Fit3.

4.2 Battery Life

The Galaxy Fit3 is designed for extended use, offering up to 13 days of battery life on a single charge under typical usage conditions. It also supports fast charging, reaching up to 65% charge in just 30 minutes.



Image: A visual representation emphasizing the long-lasting battery of the Samsung Galaxy Fit3, capable of up to 13 days of use.

4.3 Activity Tracking

The Galaxy Fit3 supports tracking for over 100 different workouts with automatic detection for common activities. It provides detailed insights into your physical activity, including steps taken, calories burned, and distance covered.

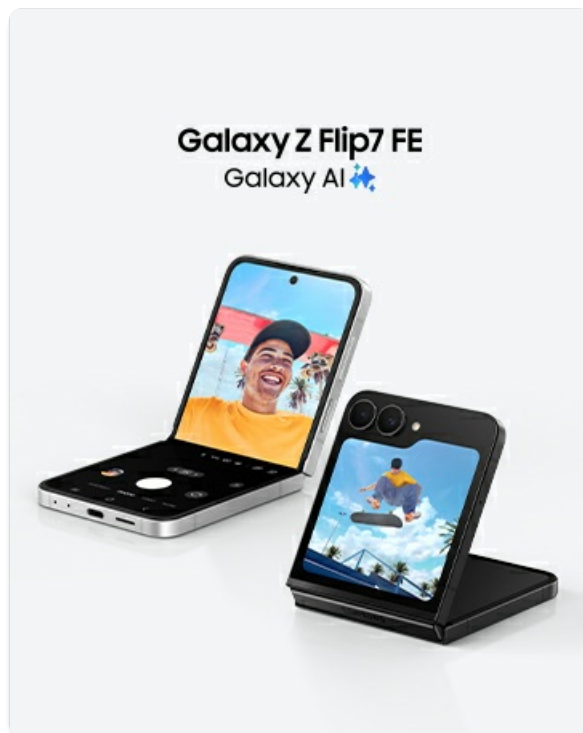


Image: The Samsung Galaxy Fit3 showcasing its capability to track over 100 different types of workouts, with examples like walking, running, and cycling.

4.4 Sleep Monitoring

Gain valuable insights into your sleep patterns. The Galaxy Fit3 monitors your sleep stages (Awake, REM, Light, Deep) and blood oxygen levels during sleep, providing a comprehensive sleep score and personalized sleep coaching tips.

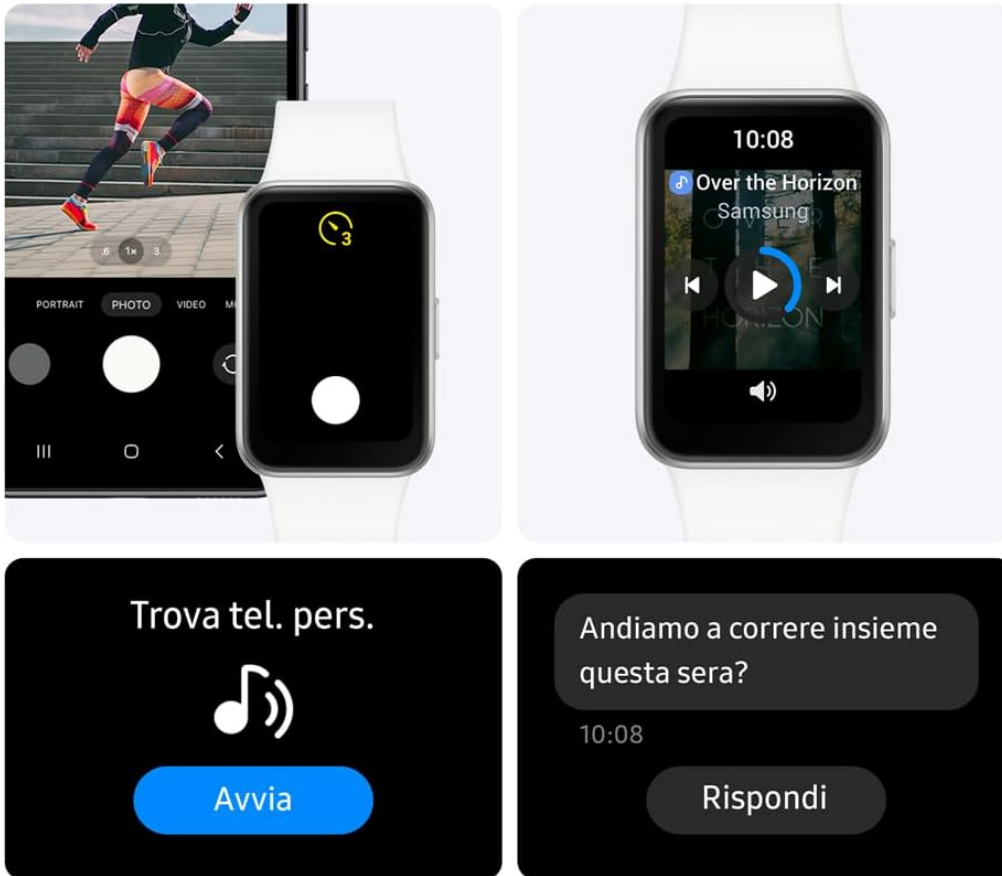


Image: A visual demonstrating the sleep monitoring capabilities of the Samsung Galaxy Fit3, showing a user asleep and the device displaying sleep data.

4.5 Notifications and Music Control

Receive instant notifications from your smartphone directly on your wrist. You can also control music playback on your connected device, allowing you to manage your audio experience without reaching for your phone.

Riproduci, controlla, rispondi. Comodamente dal polso



*L'interfaccia utente/esperienza utente effettiva potrebbe variare.

**La disponibilità della funzionalità può variare in base al Paese o alla regione.

***Per utilizzare "Trova il mio telefono", i dispositivi devono trovarsi all'interno del raggio di connessione del Bluetooth. La distanza può variare in base all'ambiente e al dispositivo.

****Galaxy A54 è venduto separatamente.

*****Fotocamera remota è disponibile solo su Galaxy Fit3 associato a uno smartphone Galaxy con One UI 6.0 o successivo e richiede la modalità foto nell'app della fotocamera Galaxy pre-installata sullo smartphone Galaxy. Da febbraio 2024 la funzione zoom di Fotocamera remota non è disponibile su Galaxy Fit3.

Image: The Galaxy Fit3 screen showing music playback controls, allowing users to manage their audio directly from the band.

4.6 Fall Detection and SOS

The Galaxy Fit3 features automatic fall detection. In the event of a detected fall, the device can prompt you to send an SOS message to pre-registered emergency contacts, sharing your location for immediate assistance. This feature requires a connected smartphone with network access.

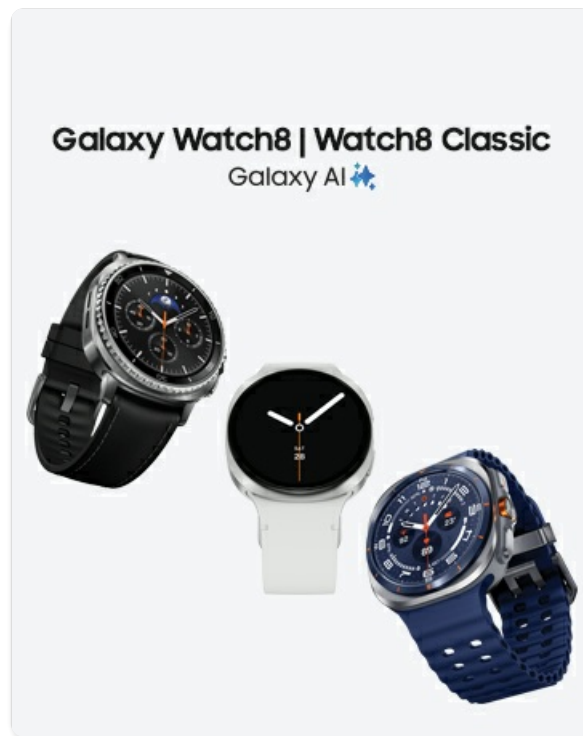


Image: The Samsung Galaxy Fit3 displaying a fall detection alert, prompting the user to confirm if assistance is needed and offering an SOS option.

4.7 Find My Phone

If your paired smartphone is misplaced within Bluetooth range, you can use the 'Find My Phone' feature on your Galaxy Fit3 to make your phone ring, helping you locate it quickly.

Rileva le cadute e segnala le emergenze



*L'interfaccia utente/esperienza utente effettiva potrebbe variare.

**La disponibilità della funzionalità può variare in base al Paese o alla regione.

***La chiamata dei servizi di soccorso richiede l'associazione a uno smartphone Galaxy con una connessione di rete.

****La chiamata dei servizi di soccorso viene effettuata su uno smartphone Galaxy con sistema operativo One UI 6.1 o versione successiva.

*****Per poter utilizzare il rilevamento delle cadute su Galaxy Fit3, le funzioni rilevamento cadute e chiamata dei servizi di soccorso devono essere abilitate sull'app Galaxy Wearable del tuo smartphone Galaxy.

*****Galaxy Fit3 richiede l'installazione degli ultimi aggiornamenti del software.

*****Le informazioni sanitarie e i contatti di emergenza devono essere registrati nell'app Galaxy Wearable prima dell'utilizzo.

Image: The Galaxy Fit3 screen displaying the 'Find my phone' feature, allowing users to initiate a ring on their paired smartphone.

4.8 Customization

Personalize your Galaxy Fit3 with a wide variety of watch faces available through the Samsung Health app. You can store multiple watch faces on the device for quick switching.

¹L'UX/UI effettiva può variare.

²La disponibilità di Quadranti può variare a seconda del Paese/regione o del modello di dispositivo.

³Le dimensioni dello schermo sono misurate in diagonale come un rettangolo pieno, senza tenere conto degli angoli arrotondati. L'area visualizzabile effettiva è inferiore per via degli angoli arrotondati.

⁴Alcune Quadranti possono essere aggiunte manualmente nell'app Galaxy Wearable sullo smartphone Galaxy connesso via Bluetooth.

⁵I valori di durata della batteria si basano su risultati di test di laboratorio interni realizzati da Samsung su scenari e modalità di utilizzo tipici con Galaxy Fit3 connesso a uno smartphone Galaxy tramite Bluetooth, incluse 52 notifiche, 4 minuti di controllo dei messaggi, 9 minuti di controllo dell'ora e 30 minuti di allenamenti nell'arco di 24 ore. Si tratta di un valore simulato del consumo totale di batteria misurato analizzando le normali modalità di utilizzo e la corrente richiesta per ciascuna funzione e per la relativa durata. I valori sono stati testati con i risultati di una versione precedente all'immissione in commercio del dispositivo. L'effettiva durata della batteria può variare e dipendere dalle condizioni di utilizzo del Bluetooth, dalla configurazione, dalle impostazioni, dalla potenza del segnale, dalla presenza di rumore, dall'utilizzo e dalle condizioni del dispositivo.

⁶Test per una carica di 30 minuti condotto da Samsung utilizzando la versione pre-lancio di Galaxy Fit3; tutti i dispositivi sono stati testati su batterie completamente scariche con software pre-lancio, cavo di ricarica magnetico USB C Galaxy Fit3 In-box e adattatore di alimentazione USB C Samsung da 25W (EP-TA800). La quantità di carica della batteria varia a seconda della regione, delle impostazioni, del tipo di utilizzo e dei fattori ambientali; i risultati effettivi possono variare.

⁷La disponibilità della funzione può variare a seconda del Paese o della regione.

⁸I messaggi relativi alla frequenza cardiaca sono solo per il benessere generale e per attività di fitness. Non sono indicati per il rilevamento, la diagnosi, il trattamento, il monitoraggio o la gestione di qualsiasi condizione medica o malattia. Le informazioni sanitarie ottenute mediante il dispositivo e l'applicazione non sono da ritenersi parere medico. Rivolgersi a un medico per un consulto professionale.

****La misurazione continua può essere attivata in Stress, alla voce Impostazioni.

⁹La misurazione continua può essere attivata alla voce Stress delle Impostazioni.

¹⁰La disponibilità della funzione di misurazione del livello di ossigeno nel sangue può variare a seconda del Paese o della regione.

¹¹Al febbraio 2024, la frequenza cardiaca e il monitoraggio dello stress non sono supportati in Angola e l'ossigeno nel sangue non è supportato in Angola, Libia, Algeria e Iran.

¹²Il peso specificato si riferisce solo al corpo ed esclude il peso della fascia.

¹³Galaxy Fit3 è resistente all'acqua [e alla polvere], ma non è impermeabile. Il dispositivo è stato testato in un ambiente controllato ed è certificato in situazioni specifiche (soddisfa i requisiti di classificazione IP68 previsti dallo standard internazionale IEC 60529). Condizioni di test: [immersione in acqua dolce, temperatura ambiente, fino ad una profondità di 1,5 metri, massimo 30 minuti]. Non adatti ad utilizzo in condizioni diverse da quelle di test. Non usare in [spiaggia o in piscina, doccia, spa o sauna, né esporre ad intensi flussi d'acqua o all'acqua corrente, né usare durante sport acquatici]. I danni da liquidi non sono coperti dalla garanzia convenzionale Samsung. La resistenza all'acqua [e alla polvere] del dispositivo potrebbe diminuire nel tempo a causa della normale usura.

¹⁴La shortcut per l'elenco degli esercizi (doppia pressione del tasto Home) può essere personalizzata nell'app Galaxy Wearable.

Image: A collage showcasing the diverse range of customizable watch faces available for the Samsung Galaxy Fit3, allowing users to personalize their device's appearance.

5. MAINTENANCE

5.1 Cleaning Your Device

Regularly clean your Galaxy Fit3 to ensure proper functioning and hygiene. Use a soft, lint-free cloth to wipe the screen and body. For stubborn dirt, slightly dampen the cloth with water. Avoid using harsh chemicals or abrasive materials.

5.2 Water and Dust Resistance

The Galaxy Fit3 is rated 5ATM and IP68 for water and dust resistance. This means it can withstand submersion in up to 1.5 meters of fresh water for up to 30 minutes and is protected against dust ingress. However, it is not suitable for diving, high-pressure water activities, or use in hot tubs or saunas. Always dry the device thoroughly after exposure to water.

5.3 Strap Care

The strap is designed for comfort and durability. Clean the strap regularly with a damp cloth. If you experience skin irritation, ensure the strap is not too tight and clean it more frequently. Replacement straps are available from authorized retailers.

6. TROUBLESHOOTING

If you encounter issues with your Samsung Galaxy Fit3, refer to the following common problems and solutions:

Problem	Possible Solution
Device won't turn on	Ensure the device is fully charged. If it still doesn't turn on, try performing a forced restart by holding the side button for an extended period (approx. 7 seconds).
Cannot pair with smartphone	Check if Bluetooth is enabled on your phone. Ensure the Samsung Health app is updated. Restart both the fitness band and your phone. Make sure the device is not already paired with another phone.

Problem	Possible Solution
Inaccurate heart rate/sleep data	Ensure the band is worn snugly on your wrist, not too loose or too tight. Clean the sensor on the back of the device. Ensure your Samsung Health app is up to date.
Notifications not appearing	Check notification settings in the Samsung Health app on your phone. Ensure the band is connected via Bluetooth. Verify that the app has necessary permissions on your phone.
Short battery life	Reduce screen brightness, turn off unnecessary features like always-on display, and limit frequent heart rate monitoring. Ensure background app usage is optimized on your phone.

If the problem persists after trying these solutions, please refer to the Warranty and Support section for further assistance.

7. SPECIFICATIONS

Below are the key technical specifications for the Samsung Galaxy Fit3 Fitness Band:

- **Model Number:** SM-R390NZSAEUB
- **Display:** 1.6-inch Rectangular AMOLED
- **Operating System:** FreeRTOS
- **Memory Capacity:** 256 MB
- **Battery:** 1 Lithium Ion battery (included), 10000 mAh capacity
- **Connectivity:** Bluetooth
- **Special Features:** Fall detection, SOS button, Music playback control, Notifications
- **GPS:** Not included (relies on connected smartphone's GPS)
- **Water Resistance:** 5ATM / IP68
- **Country of Origin:** China

8. WARRANTY AND SUPPORT

For warranty information, please refer to the warranty card included with your product or visit the official Samsung website for your region. Samsung provides customer support for product inquiries, technical assistance, and warranty claims.

You can typically find support contact details (phone, email, chat) on the official Samsung support page for your country. Please have your model number (SM-R390NZSAEUB) and proof of purchase ready when contacting support.

For the latest software updates and additional resources, please visit the Samsung support website or check the Samsung Health app on your smartphone.