

fitbit charge 5



사용 설명서
버전 1.0

목차

목차	3
시작하기	7
제품 구성품	7
트래커 충전하기	7
Charge 5 설정	8
Fitbit 앱에서 데이터 보기	9
Fitbit Premium 잠금 해제하기	10
Charge 5 착용하기	11
하루 종일 착용 및 운동 시 착용 비교	11
밴드 조이기	12
주로 사용하는 손	13
착용 및 보관 팁	13
밴드 교체하기	14
밴드 분리하기	14
밴드 장착하기	15
기본 사항	16
Charge 5 살펴보기	16
기본 사항 탐색	16
빠른 설정	17
설정 조정하기	19
디스플레이	19
조용한 모드	19
기타 설정	20
배터리 수준 확인하기	20
기기 잠금 설정하기	21
올웨이즈온 디스플레이 조정하기	21
화면 끄기	22
앱 및 시계 페이스	23
시계 페이스 변경하기	23
앱 열기	23

휴대폰에서 보내는 알림	24
알림 설정하기	24
수신 알림 확인하기	24
알림 관리하기	25
알림 끄기	25
휴대폰 전화 수락 또는 거부하기	26
메시지에 응답하기(Android 휴대폰)	27
시간 지키기	28
알람 앱 사용하기	28
알람 해제 또는 스누즈하기	28
타이머 앱 사용	29
활동 및 건강.....	30
통계 확인하기	30
일일 활동 목표 모니터링하기	30
목표 선택하기	30
시간당 활동 모니터링하기	31
수면 추적하기	31
수면 목표 설정하기	31
수면 습관에 대해 알아보기	32
스트레스 관리하기	32
EDA 스캔 앱 사용하기.....	32
스트레스 관리 점수 확인하기	32
고급 건강 메트릭	33
운동 및 심장 건강	34
자동으로 운동 모니터링하기	34
운동 앱을 사용하여 운동 모니터링 및 분석하기	34
휴대폰 GPS 요구 사항.....	34
운동 설정 사용자 지정	36
운동 요약 확인하기	37
심박수 확인하기.....	37
사용자 지정 심박수 구간	38
심박수 알림 받기	40
심장 강화 피트니스 점수 보기	40
활동 공유하기	40

Fitbit Pay	41
신용 카드 및 직불 카드 사용하기	41
Fitbit Pay 설정하기	41
구매하기	41
기본 카드 변경하기	42
교통비 결제하기	43
업데이트, 다시 시작 및 지우기	44
Charge 5 업데이트	44
Charge 5 다시 시작.....	44
Charge 5 지우기	45
문제 해결	46
심박수 신호 누락	46
GPS 신호 누락	46
기타 문제.....	48
일반 정보 및 사양	49
센서 및 구성품	49
소개.....	49
무선 기술.....	49
햅틱 피드백.....	49
배터리.....	49
메모리.....	49
디스플레이.....	50
밴드 크기	50
환경 조건.....	50
자세히 알아보기.....	50
반품 정책 및 보증	50
규제 및 안전 공지	51
미국: FCC(연방통신위원회) 성명	51
캐나다: IC(캐나다 산업부) 성명	52
EU(유럽연합).....	53
아르헨티나.....	54
호주 및 뉴질랜드.....	54
벨라루스.....	54
관세 동맹	55

인도네시아.....	55
이스라엘.....	55
일본.....	55
사우디아라비아 왕국.....	56
멕시코.....	56
모로코.....	56
나이지리아.....	57
오만.....	57
필리핀.....	57
세르비아.....	57
싱가포르.....	57
대한민국.....	58
대만.....	58
아랍에미리트 연합국.....	60
영국.....	61
베트남.....	61
배터리 정보.....	61
IP 등급.....	62
안전 성명.....	62
규제 정보.....	62

시작하기

Fitbit Charge 5 를 만나 보세요. 스트레스, 신체 컨디션, 심장 건강 및 전반적인 건강 추이를 살펴보는 데 도움을 주는 첨단 건강 및 피트니스 트래커입니다.

잠시 시간을 내어 fitbit.com/safety 에 나와 있는 전체 안전 정보를 검토하세요. Charge 5 는 의학적 또는 과학적 데이터를 제공하기 위한 것이 아닙니다.

제품 구성품

Charge 5 구성품:



스몰 밴드가 장착된 트래커
(색상 및 소재는 다양함)



충전 케이블



추가 라지 밴드

Charge 5 의 분리형 밴드는 다양한 색상과 소재로 제공되며, 별도로 판매됩니다.

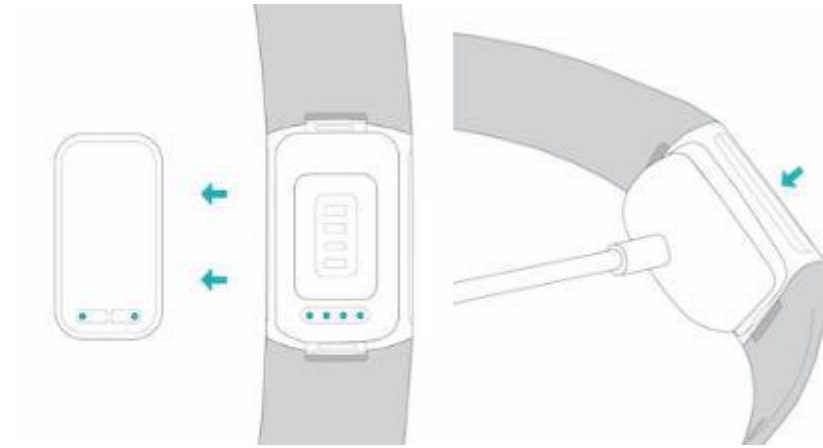
트래커 충전하기

완전히 충전된 Charge 5 의 배터리 사용 시간은 최대 7 일입니다. 배터리 사용 시간 및 충전 주기는 사용 방법과 기타 요인에 따라 달라지므로 실제 결과는 다양합니다.

Charge 5 충전 방법:

1. 충전 케이블을 컴퓨터의 USB 포트, UL 인증 USB 벽면 충전기 또는 다른 저전력 충전 기기에 꽂습니다.

2. 트래커 뒷면에 있는 포트 근처에서 충전 케이블의 다른 끝이 자력으로 장착될 때까지 잡고 있습니다. 충전 케이블의 핀이 트래커 뒷면의 포트에 잘 맞춰졌는지 확인합니다.



완전히 충전될 때까지 약 1~2 시간이 소요됩니다. Charge 5 를 충전하는 동안 화면을 두 번 눌러서 켜면 배터리 수준을 확인할 수 있습니다. Charge 5 를 사용하려면 배터리를 오른쪽으로 살짝 미세요. 완전히 충전된 트래커에는 전부 채워진 배터리 아이콘이 나타납니다.



Charge 5 설정

Fitbit 앱으로 Charge 5 를 설정하세요. Fitbit 앱은 대부분의 주요 스마트폰과 호환됩니다. 휴대폰이 호환되는지 여부는 [fitbit.com/devices](https://www.fitbit.com/devices) 에서 확인하세요.



시작하는 방법:

1. Fitbit 앱을 다운로드합니다.
 - [iPhone 의 경우](#) Apple App Store
 - [Android 휴대폰의 경우](#) Google Play 스토어
2. 앱을 설치하고 엽니다.
 - 이미 Fitbit 계정이 있는 경우 계정에 로그인하고 > 오늘 탭  > 프로필 사진 > 기기 설정을 누릅니다.
 - Fitbit 계정이 없는 경우 **Fitbit 가입**을 누르면 Fitbit 계정을 만들기 위해 답해야 하는 질문들이 표시됩니다.
3. 계속해서 화면에 표시되는 지침을 따라 Charge 5 를 계정에 연결합니다.

설정을 완료하고 나면 새 트래커에 대한 안내를 자세히 읽은 후 Fitbit 앱을 살펴봅니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

Fitbit 앱에서 데이터 보기

휴대폰에서 Fitbit 앱을 열어 활동, 건강 수치 및 수면 데이터를 확인하고, 음식과 물 섭취량을 기록하며, 챌린지에 참여하는 등 여러 작업을 수행할 수 있습니다.

Fitbit Premium 잠금 해제하기

Fitbit Premium 은 활동적인 상태를 유지하고, 숙면을 취하고, 스트레스를 관리하도록 도와주는 Fitbit 앱의 맞춤형 리소스입니다. Premium 구독에는 개인별 건강 및 피트니스 목표에 맞춘 프로그램과 맞춤형 인사이트, 여러 피트니스 브랜드에서 제공하는 수백 개의 운동, 가이드 명상 등이 포함됩니다.

Charge 5 에는 자격을 갖춘 특정 국가의 고객을 위한 6 개월간의 Fitbit Premium 멤버십이 포함되어 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

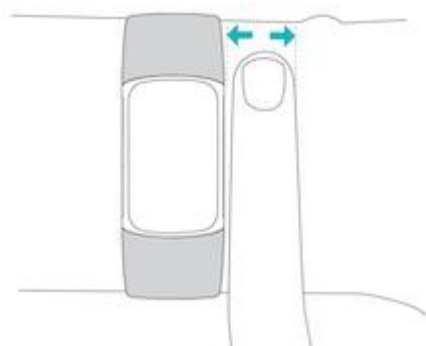
Charge 5 착용하기

Charge 5 를 손목에 착용하세요. 크기가 다른 밴드를 장착해야 하거나 다른 밴드를 구입한 경우 "[밴드 교체하기](#)"(14 페이지)에서 지침을 확인하세요.

하루 종일 착용 및 운동 시 착용 비교

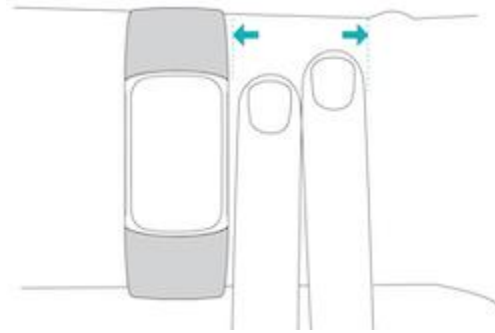
운동하지 않을 때는 손목뼈에서 손가락 한 개 너비 위에 Charge 5 를 착용하세요.

장시간 착용 후에는 주기적으로 한 시간 정도 트래커를 벗고 손목을 쉬게 하는 것이 중요합니다. 샤워할 때는 트래커를 착용하지 않는 것이 좋습니다. 트래커를 착용한 상태로 샤워를 해도 되지만, 비누, 샴푸, 컨디셔너가 트래커에 닿으면 트래커가 장기적으로 손상되거나 피부 자극이 유발될 수 있으므로 가능하면 벗어두는 것이 좋습니다.



운동 시 심박수 모니터링을 최적화하려면 다음 주의 사항을 따르세요.

- 운동 중에는 트래커를 손목에서 조금 더 올려 더 안정적으로 착용해 보세요. 자전거 타거나 웨이트 리프팅과 같은 여러 운동을 할 때는 손목을 자주 굽히게 되므로 트래커가 손목의 아래쪽에 있으면 심박수 신호를 감지하는 데 방해가 될 수 있습니다.



- 트래커를 손목 위쪽에 착용하고 기기 뒷면이 피부에 닿도록 하세요.
- 운동 전에는 밴드를 조이고 운동을 마치면 밴드를 느슨하게 풀어 보세요. 밴드는 너무 조이지 말고 편안하게 착용해야 합니다(밴드를 너무 팍 조이면 혈류가 제한되어 심박수 신호를 감지하는 데 방해가 될 수 있음).

-
- 참고: Charge 5 에서 GPS 에 연결하는 데 문제가 있는 경우 [관련 도움말 자료](#)를 참조하세요.
-

밴드 조이기

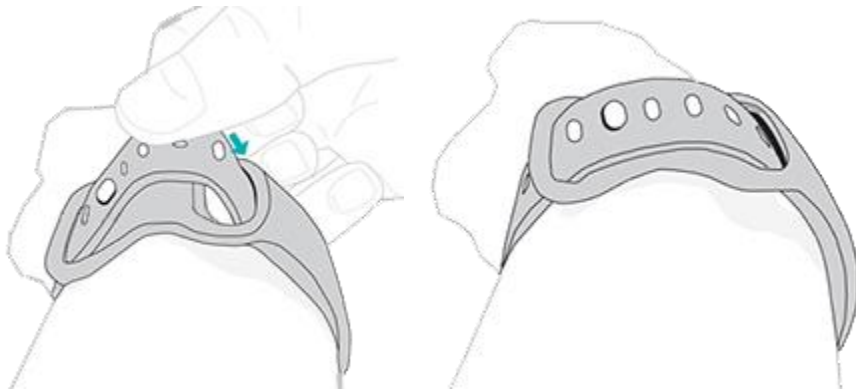
1. 손목에 Charge 5 를 착용합니다.
2. 상단 밴드의 첫 번째 고리에 하단 밴드를 밀어 넣습니다.



3. 편하게 맞을 때까지 밴드를 조이고 밴드의 구멍 중 하나에 핀을 눌러 끼웁니다.



4. 남은 밴드의 끝부분을 두 번째 고리에 밀어 넣어 손목에 딱 붙도록 합니다. 밴드는 너무 팍 조이지 말고 손목 앞뒤로 움직일 수 있을 정도로 여유 있게 착용하세요.



주로 사용하는 손

정확도를 높이려면 Charge 5 를 주로 사용하는 손에 착용하는지, 아니면 주로 사용하지 않는 손에 착용하는지를 지정해야 합니다. 주로 사용하는 손은 글을 쓰고 식사를 하는 데 사용하는 손입니다. 시작할 때 손목 설정은 주로 사용하지 않는 손으로 지정되어 있습니다. Charge 5 를 주로 사용하는 손에 착용하는 경우 다음과 같이 Fitbit 앱에서 손목 설정을 변경하세요.

Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일 > 손목 > 주로 사용하는 손을 누릅니다.

착용 및 보관 팁

- 비누가 함유되지 않은 연한 세척제로 밴드를 정기적으로 닦아주세요.
- 트래커가 젖으면 활동을 마친 후 트래커를 벗고 물기를 완전히 말리세요.
- 가끔 트래커를 벗어주세요.

밴드 교체하기

Charge 5에는 스포 밴드가 장착되어 있으며 라지 하단 밴드가 추가로 제공됩니다. 상단 및 하단 밴드 모두 [fitbit.com](https://www.fitbit.com)에서 별도로 판매되는 액세서리 밴드와 교체할 수 있습니다. 밴드 크기는 "밴드 크기"(50 페이지)를 확인하세요.

밴드 분리하기

1. Charge 5를 뒤집어서 밴드 래치를 찾습니다.



2. 래치를 풀려면 손톱을 사용해 평평한 버튼을 밴드 쪽으로 밀니다.
3. 트래커에서 밴드를 살짝 당겨 분리합니다.



4. 다른 쪽도 위 과정을 반복합니다.

밴드 장착하기

밴드를 장착하려면 딸각 소리가 나면서 제자리에 끼워질 때까지 트래커를 위치 끝 쪽에 대고 누릅니다. 그러면 고리와 편이 있는 밴드가 트래커 상단에 장착됩니다.



기본 사항

설정을 관리하는 방법, 개인 PIN 코드를 설정하는 방법, 화면을 탐색하는 방법, 배터리 수준을 확인하는 방법 등을 알아보세요.

Charge 5 살펴보기

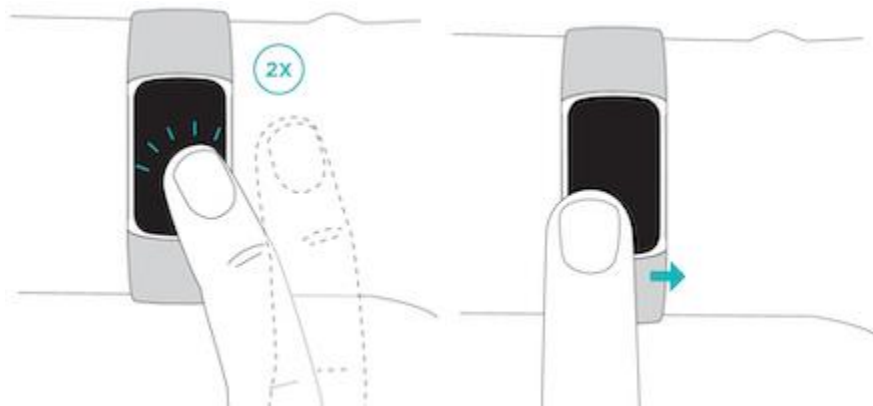
Charge 5에는 컬러 AMOLED 터치스크린 디스플레이가 있습니다.

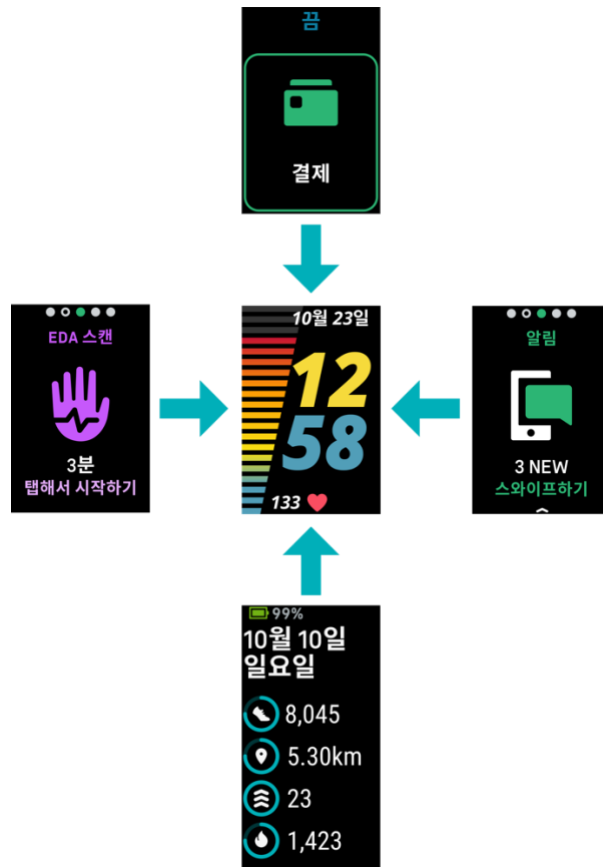
화면을 누르거나, 좌우/상하로 살짝 밀어 Charge 5를 살펴보세요. 배터리를 보존하기 위해 사용하지 않을 때는 트레이커의 화면이 꺼집니다.

기본 사항 탐색

홈 화면은 시계입니다.

- 화면을 두 번 꺾 누르거나 손목을 돌려 Charge 5를 깨웁니다.
- 화면 상단에서 아래로 살짝 밀면 빠른 설정, 결제 앱 , 및 설정 앱 에 액세스할 수 있습니다. 빠른 설정에서 오른쪽으로 살짝 밀면 시계 화면으로 돌아갈 수 있습니다.
- 일일 통계를 확인하려면 화면을 위로 살짝 밀니다. 시계 화면으로 돌아가려면 오른쪽으로 살짝 밀니다.
- 트레이커의 앱을 확인하려면 좌우로 살짝 밀니다.
- 이전 화면으로 돌아가려면 오른쪽으로 살짝 밀니다. 시계 화면으로 돌아가려면 화면을 두 번 꺾 누릅니다.





빠른 설정

특정 설정에 더 빠르게 액세스하려면 시계 화면에서 아래로 살짝 밀니다. 설정을 눌러 조정합니다. 설정을 끄면 아이콘이 흐려지고 그 가운데에 줄이 표시됩니다.

결제 	Fitbit Pay 로 손목에서 비접촉식 결제를 진행합니다.
방해 금지 모드 	방해 금지 설정이 켜져 있는 경우: - 알림, 목표 달성 축하 및 미리 알림이 음소거됩니다. - 빠른 설정에서 방해 금지 아이콘 이 빛납니다.

	방해 금지 설정과 수면 모드는 동시에 켤 수 없습니다.
수면 모드 	수면 모드 설정이 켜져 있는 경우: - 알림, 목표 달성 축하 및 미리 알림이 음소거됩니다. - 화면의 밝기가 어둡게 설정됩니다. - 손목을 돌리면 화면이 꺼진 상태로 유지됩니다. Charge 5 를 깨우려면 화면을 두 번 누릅니다. - 빠른 설정에서 수면 모드 아이콘  이 빛납니다. 수면 일정을 설정하면 수면 모드가 자동으로 꺼집니다. 자세한 내용은 "설정 조정하기"(페이지) 확인하세요.¹⁹ 방해 금지 설정과 수면 모드는 동시에 켤 수 없습니다.
화면 깨우기 	화면 깨우기를 자동  으로 설정한 경우 손목을 돌릴 때마다 화면이 켜집니다. 화면 깨우기를 수동  으로 설정한 경우 화면을 켜려면 화면을 두 번 누릅니다.
방수 잠금 	샤워나 수영 등을 하며 물속에 있을 때 방수 잠금 설정을 켜서 화면이 활성화되지 않도록 하세요. 방수 잠금이 켜져 있으면 화면이 잠기고 하단에 방수 잠금 아이콘이 표시됩니다. 알림과 알람은 트래커에 계속 표시되지만, 이와 상호 작용하려면 화면을 잠금 해제해야 합니다. 방수 잠금을 켜려면 시계 화면에서 > 아래로 밀기를 누르고 방수 잠금  > 을 누른 다음 화면을 두 번 꺾 누릅니다. 방수 잠금 기능을 끄려면 손가락으로 화면 가운데 부분을 두 번 꺾 누릅니다. 화면에 "잠금 해제됨"이라고 표시되지 않으면 더 세게 눌러 보세요. 이 기능을 끄면 기기의 가속도계가 사용되어 활성화하는 데 힘이 더 듭니다. 운동 앱  에서 수영을 시작하면 방수 잠금이 자동으로 켜집니다.

설정 앱 	설정 앱을 눌러서  입니다. 자세한 내용은 "설정 조정하기"(19 페이지)를 확인하세요.
--	--

설정 조정하기

설정 앱 에서 기본 설정을 관리합니다. 시계 화면에서 아래로 살짝 밀고 설정 앱 을 눌러서 엽니다. 설정을 눌러서 조정합니다. 살짝 밀어 전체 설정 목록을 확인합니다.

디스플레이

밝기	화면의 밝기를 변경합니다.
화면 깨우기	손목을 돌렸을 때 화면을 켜지 여부를 변경합니다.
화면 시간 초과	화면이 꺼지거나 올웨이즈온 디스플레이 시계 페이스로 전환되기까지 걸리는 시간을 조정합니다.
올웨이즈 온 디스플레이	올웨이즈온 디스플레이를 켜거나 끕니다. 자세한 내용은 "올웨이즈온 디스플레이 조정하기"(21 페이지)를 참조하세요.

조용한 모드

운동 중심	운동 앱을 사용하는 동안 알람을 끕니다  .
방해 금지	모든 알람을 끕니다.
수면 모드	수면 모드  설정(해당 모드가 자동으로 켜지거나 꺼지도록 하는 일정 설정 등)을 조정합니다. 일정을 설정하려면 다음 단계를 따르세요. 1. 설정 앱을 열고 무음 모드 > 수면 모드 > 일정 > 인터벌을 누릅니다. 2. 시작 또는 중지 시간을 눌러 모드가 켜지고 꺼지는 시간을 조정합니다. 위아래로 살짝 밀어 시간을 변경하고, 시간을 눌러 선택합니다. 수면 모드는 직접 켜 경우에도 예약한 시간에 자동으로 꺼집니다.

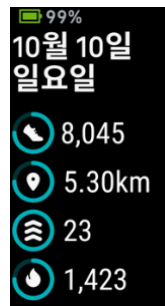
기타 설정

심박수	심박수 모니터링을 켜거나 끕니다.
심박구간 알림	매일 활동하는 동안 받게 되는 심박수 구간 알림을 켜거나 끕니다. 자세한 내용은 관련 도움말 자료 를 확인하세요.
진동	트래커의 진동 세기를 조정합니다.
GPS	GPS 모드를 선택합니다. 자세한 내용은 관련 도움말 자료 를 확인하세요.
기기 정보	트래커의 규정 정보와 활성화 날짜(트래커의 보증이 시작되는 날)를 확인하세요. 활성화 날짜는 기기를 설정한 날짜입니다. 기기 정보 > 시스템 정보를 눌러 활성화 날짜를 확인합니다. 자세한 내용은 관련 도움말 자료 를 확인하세요.
기기 다시 시작	기기 다시 시작 > 다시 시작을 눌러 트래커를 다시 시작합니다.

배터리 수준 확인하기

시계 페이스에서 위로 살짝 밀면 화면 상단에 배터리 수준이 표시됩니다.

트래커의 배터리가 부족하면(24 시간이 채 남지 않은 경우) 배터리 표시기가 빨간색으로 바뀝니다. 트래커의 배터리가 매우 부족하면(4 시간이 채 남지 않은 경우) 시계 페이스에 경고가 표시되고 배터리 표시기가 깜박입니다. 오른쪽으로 살짝 밀어 경고를 해제합니다.



배터리 잔량이 부족한 경우:

- GPS로 운동을 모니터링 중인 경우 GPS 트래킹이 꺼집니다.
- 올웨이즈온 디스플레이가 꺼집니다.
- 빠른 답장을 사용할 수 없습니다.
- 휴대폰의 알림이 수신되지 않습니다.

이러한 기능을 사용하거나 조정하려면 Charge 5 를 충전하세요.

기기 잠금 설정하기

트래커의 보안을 유지하려면 Fitbit 앱에서 기기 잠금 설정을 켜세요. 그러면 트래커의 잠금을 해제하려면 4 자리의 개인 PIN 코드를 입력하라는 메시지가 표시됩니다. 트래커에서 비접촉식 결제를 하기 위해 Fitbit Pay 를 설정한 경우에는 기기 잠금 설정이 자동으로 켜지고 코드를 설정해야 합니다. Fitbit Pay 를 사용하지 않는 경우 기기 잠금 설정은 선택 사항입니다.



Fitbit 앱에서 기기 잠금 설정을 켜거나 PIN 코드를 재설정합니다.

Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일 > 기기 잠금을 누릅니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

올웨이즈온 디스플레이 조정하기

화면과 상호 작용하지 않을 때도 트래커에 시간이 표시되도록 하려면 올웨이즈온 디스플레이를 켜세요.



올웨이즈온 디스플레이를 켜거나 끄는 방법:

1. 시계 페이스를 아래로 살짝 밀어 빠른 설정에 액세스하세요.
2. 설정 앱  > 디스플레이 설정 > **올웨이즈온 디스플레이**를 누릅니다.
3. **올웨이즈온 디스플레이**를 눌러 설정을 켜거나 끕니다. 특정 시간에 디스플레이를 자동으로 끄도록 설정하려면 **꺼짐 시간**을 누릅니다.

이 기능을 켜면 트래커의 배터리 사용 시간이 저하됩니다. 올웨이즈온 디스플레이를 켜면 Charge 5를 더 자주 충전해야 합니다.

올웨이즈온 디스플레이 모드가 없는 시계 페이스에서는 기본 올웨이즈온 디스플레이 시계 페이스를 사용합니다.

올웨이즈온 디스플레이는 트래커의 배터리가 매우 부족한 경우 자동으로 꺼집니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

화면 끄기

사용하지 않을 때 트래커의 화면을 끄려면 트래커 화면을 반대쪽 손으로 잠시 가리거나 손목을 몸 반대쪽으로 돌리세요.

올웨이즈온 디스플레이 설정을 켜면 화면이 꺼지지 않습니다.

앱 및 시계 페이스

시계 페이스를 변경하고 Charge 5 에서 앱에 액세스하는 방법을 알아보세요.

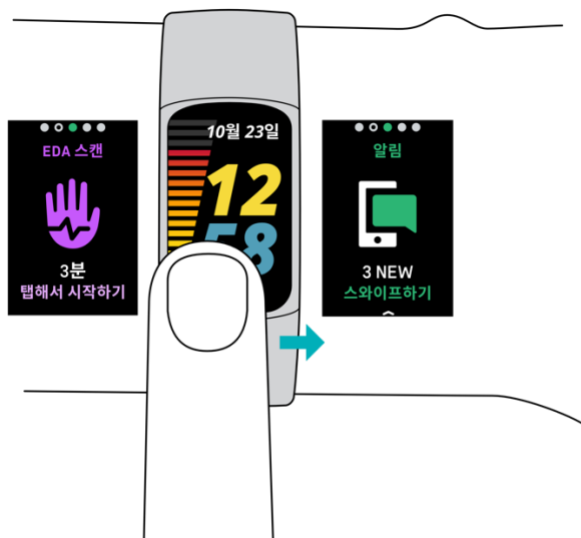
시계 페이스 변경하기

Fitbit 시계 갤러리에서는 트래커를 맞춤화할 수 있는 다양한 시계 페이스를 제공합니다.

1. Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. 시계 페이스를 누릅니다.
3. 사용 가능한 시계 페이스를 찾습니다. 시계 페이스를 누르면 상세보기가 표시됩니다.
4. 설치를 눌러 Charge 5 에 시계 페이스를 추가합니다.

앱 열기

시계 페이스에서 좌우로 살짝 밀어 트래커에 설치된 앱을 확인합니다. 위로 살짝 밀거나 앱을 눌러서 엽니다. 이전 화면으로 돌아가려면 오른쪽으로 살짝 밀고, 시계 화면으로 돌아가려면 화면을 두 번 누릅니다.



휴대폰에서 보내는 알림

Charge 5에서는 휴대폰의 전화, 문자, 캘린더 및 앱 알림을 표시하여 최신 소식을 알려줄 수 있습니다. 알림을 받으려면 트래커가 휴대폰으로부터 약 1 미터(30 피트) 이내에 있도록 하세요.

알림 설정하기

휴대폰의 Bluetooth가 켜져 있고 휴대폰에서 알림을 받을 수 있는지 확인하세요(설정 > 알림에 있는 경우가 많음). 그런 다음 다음과 같이 알림을 설정합니다.

1. Fitbit 앱의 오늘 탭 에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. 알림을 누릅니다.
3. 트래커를 아직 페어링하지 않은 경우 화면의 안내를 따라 페어링합니다. 전화, 문자 및 캘린더 알림은 자동으로 켜집니다.
4. Fitbit 및 WhatsApp 등 휴대폰에 설치된 앱의 알림을 켜려면 앱 알림을 누른 다음, 확인할 알림을 켭니다.

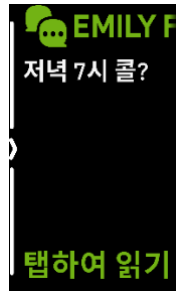
iPhone을 사용하는 경우 Charge 5에서 캘린더 앱과 동기화된 모든 캘린더의 알림을 표시하며, Android 휴대폰을 사용하는 경우 Charge 5에서 설정 시 선택한 캘린더 앱의 캘린더 알림을 표시합니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

수신 알림 확인하기

알림이 수신되면 트래커가 진동으로 알려 줍니다. 알림을 눌러서 메시지를 펼칩니다.

알림이 도착했을 때 읽지 않은 경우 나중에 알림 앱 에서 확인할 수 있습니다. 알림 앱 을 좌우로 살짝 민 다음 위로 밀어 앱을 엽니다. 트래커는 알림의 처음 250자를 표시합니다. 전체 메시지는 휴대폰에서 확인하세요.



알림 관리하기

Charge 5 는 최대 10 개의 알림을 저장하며, 그 다음부터는 가장 오래된 알림을 새로 수신되는 알림으로 대체합니다.

알림 앱  에서 알림 관리:

- 위로 살짝 밀어 알림을 스크롤하고, 알림을 눌러 펼칩니다.
- 알림을 삭제하려면 알림을 눌러서 펼친 다음, 화면을 살짝 밀어 아래로 이동한 후 지우기를 누릅니다.
- 한 번에 모든 알림을 삭제하려면, 알림 하단에 도달할 때까지 위로 살짝 밀고 **모두 지우기**를 누릅니다.
- 알림 화면을 종료하려면 화면을 오른쪽으로 살짝 밀습니다.

알림 끄기

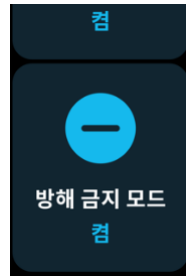
Fitbit 앱에서 특정 알림을 끄거나 Charge 5 의 빠른 설정에서 모든 알림을 끄세요. 모든 알림을 끄면 휴대폰에서 알림을 수신해도 트래커가 진동하지 않고 화면이 켜지지 않습니다.

특정 알림을 끄는 방법:

1. 휴대폰에 있는 Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일 > 알림을 누릅니다.
2. 트래커에서 더 이상 수신하고 싶지 않은 알림을 끕니다.

모든 알림을 끄는 방법:

1. 시계 페이스에서 아래로 살짝 밀어 빠른 설정에 액세스합니다.
2. **DND 모드**  를 켜면 모든 알림이 꺼집니다.



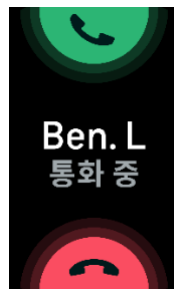
휴대폰에서 방해 금지 설정을 사용하는 경우에는 이 설정을 끝 때까지 트래커에서 알림이 수신되지 않습니다.

휴대폰 전화 수락 또는 거부하기

iPhone 또는 Android(8.0 이상) 휴대폰에 페어링된 경우 Charge 5 를 통해 수신 전화를 받거나 거부할 수 있습니다.

전화를 받으려면 트래커 화면의 녹색 전화기 아이콘을 누릅니다. 트래커로 통화할 수는 없습니다. 전화 통화를 수락하면 근처에 있는 휴대폰으로 전화를 받습니다. 전화를 거부하려면 빨간색 전화기 아이콘을 눌러 발신자를 음성 사서함으로 전환합니다.

연락처 목록에 있는 사람인 경우 발신자 이름이 표시되고, 그렇지 않으면 전화번호가 표시됩니다.



메시지에 응답하기(Android 휴대폰)

미리 설정된 빠른 답장으로 트래커의 특정 앱에서 문자 메시지 및 알림에 바로 응답하세요.
트래커에서 메시지에 응답하려면 휴대폰을 백그라운드에서 Fitbit 앱이 실행되고 있는 상태로 근처에 두세요.

메시지에 응답하려면 다음 단계를 따르세요.

1. 응답할 알림을 엽니다.
2. 다음과 같이 메시지에 답장하는 방법을 선택합니다.
 - 빠른 답장 목록에서 메시지에 답장하려면 텍스트 아이콘  을 누릅니다.
 - 이모티콘으로 메시지에 답장하려면 이모티콘 아이콘  을 누릅니다.

빠른 답장을 사용자 지정하는 방법 등 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

시간 지키기

알람은 설정한 시간에 진동하여 잠을 깨우고 알림을 제공합니다. 일주일에 한 번 또는 수일간 알람이 울리도록 최대 8 개의 알람을 설정할 수 있습니다. 또한 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하거나 카운트다운 타이머를 설정할 수 있습니다.

알람 앱 사용하기

알람 앱  으로 한 번 또는 반복되는 알람을 설정하세요. 알람이 울리면 트래커가 진동합니다.

알람을 설정할 때 스마트 알람을 켜서 트래커가 설정된 알람 시간 30 분 전부터 깨우기 가장 좋은 시간을 찾을 수 있도록 하세요. 그러면 깊은 수면 중에 깨우는 것이 방지되므로 상쾌한 기분으로 잠에서 깰 가능성이 더 커집니다. 스마트 알람에서 깨우기 가장 좋은 시간을 찾지 못하는 경우에는 알람이 설정된 시간에 울립니다.

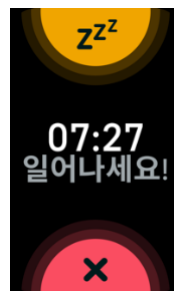
자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

알람 해제 또는 스누즈하기

알람이 울리면 트래커가 진동합니다. 알람을 해제하려면 화면 하단에서 위로 살짝 밀고 해제

아이콘  을 누릅니다. 알람을 9 분간 스누즈하려면 화면 상단에서 아래로 살짝 밀니다.

원하는 횟수만큼 알람을 스누즈하세요. 1 분 넘게 알람을 무시하면 Charge 5 가 스누즈 모드로 자동 전환됩니다.



타이머 앱 사용

트래커의 타이머 앱  을 사용하여 카운트다운 타이머를 설정하거나 스톱워치로 이벤트 시간을 측정하세요. 스톱워치와 카운트다운 타이머는 동시에 실행할 수 있습니다.

올웨이즈온 디스플레이가 켜져 있으면 스톱워치나 카운트다운 타이머가 종료되거나 앱을 종료하기 전까지 화면에 계속 표시됩니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

활동 및 건강

Charge 5 는 착용할 때마다 계속 다양한 통계를 모니터링합니다. 데이터는 하루 종일 Fitbit 앱과 자동으로 동기화됩니다.

통계 확인하기

시계 페이스를 위로 살짝 밀어 다음과 같은 일일 통계를 확인하세요.

중요 통계	오늘 걸은 걸음 수, 이동 거리, 칼로리 소모량 및 액티브존 미닛
심박수	현재 심박수 및 심박수 구간, 안정시 심박수
운동	이번 주에 운동 목표를 달성한 일수
수면	수면 시간
시간당 활동	오늘 시간당 활동 목표를 충족한 시간
여성 건강	생리 주기의 현재 단계에 대한 정보(해당하는 경우)
산소 포화도(투데이 앱 전용)	최근 안정 시 SpO2 평균 및 범위

Fitbit 앱에서 목표를 설정하면 해당 목표에 대한 달성률을 나타내는 고리가 표시됩니다.

Fitbit 앱에서 트래커를 통해 감지되는 모든 기록 및 기타 정보를 확인해 보세요.

일일 활동 목표 모니터링하기

Charge 5 는 선택한 일일 활동 목표에 대한 달성률을 모니터링합니다. 목표를 달성하면 축하하는 의미로 트래커가 진동합니다.

목표 선택하기

건강 및 피트니스 여정을 시작하는 데 도움이 되는 목표를 설정하세요. 시작할 때 목표는 하루에 10,000 걸음으로 설정되어 있습니다. 걸음 수를 변경하거나 기기에 따라 다른 활동 목표를 선택하세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

Charge 5 에서 목표 달성률을 모니터링하세요. 자세한 내용은 "[통계 확인하기](#)"(30 페이지)를 확인하시기 바랍니다.

시간당 활동 모니터링하기

Charge 5 는 움직이지 않고 있을 때 활동할 것을 알려주어 하루 종일 계속 활동할 수 있도록 도와줍니다.

알림은 시간당 250 걸음 이상 걷도록 알려줍니다. 250 걸음을 걷지 않은 경우 해당 시간 10 분 전에 진동이 울리고 화면에 알림이 표시됩니다. 알림을 받은 후 250 걸음 목표를 달성하면 두 번째 진동이 울리고 축하 메시지가 표시됩니다.



자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

수면 추적하기

잠자리에 들 때 Charge 5 를 착용하여 수면 시간, 수면 단계(렘수면, 얇은 수면, 깊은 수면의 지속 시간) 및 수면 스코어(수면의 질) 등 수면에 관한 기본 통계를 자동으로 모니터링하세요.

또한 Charge 5 는 밤사이 예상 산소량 변화를 모니터링하여 잠재적인 수면 중 호흡 장애와 혈중 산소량을 추정하는 SpO2 수치를 파악하는 데 도움을 줍니다.

수면 통계를 확인하려면 잠에서 깬 후 트래커를 동기화하고 Fitbit 앱을 확인하거나, 트래커의 시계 페이스에서 위로 살짝 미세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

수면 목표 설정하기

시작할 때 하룻밤 수면 목표는 8 시간으로 설정되어 있습니다. 이 목표를 필요에 맞게 사용자 지정하세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

수면 습관에 대해 알아보기

Fitbit Premium 을 구독하여 수면 점수 및 또래와 나를 비교한 내용에 관해 자세히 알아보세요. 이는 수면 루틴을 개선하고 더 상쾌한 기분으로 잠에서 깨는 데 도움이 될 수 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

스트레스 관리하기

명상 기능으로 스트레스를 모니터링하고 관리하세요.

EDA 스캔 앱 사용하기

Charge 5 의 EDA 스캔 앱 에서는 스트레스에 대한 몸의 반응을 나타낼 수 있는 피부 전기 활동을 감지합니다. 땀 배출량은 교감 신경계에 의해 조절되므로, 이러한 변화는 몸이 스트레스에 어떻게 반응하는지에 관한 유의미한 추세를 보여줄 수 있습니다.

1. 트래커에서 좌우로 살짝 밀어 EDA 스캔 앱 으로 이동한 다음 눌러서 엽니다.
2. 이전 스캔과 동일한 길이의 스캔을 시작하려면 실행 아이콘을 누릅니다. 스캔 시간의 길이를 변경하려면 위로 살짝 밀고 **길이 편집** > 원하는 시간(분)을 누릅니다.
3. 엄지손가락과 집게손가락으로 트래커의 양옆을 부드럽게 잡습니다.
4. 스캔이 완료될 때까지 움직이지 않고 손가락을 트래커에 대고 있습니다.
5. 손가락을 떼면 스캔이 일시 중지됩니다. 계속하려면 트래커의 양옆에 손가락을 다시 얹으세요. 세션을 마치려면 **세션 종료**를 누르세요.
6. 스캔이 완료되면 기분을 눌러 감정 상태를 반영하거나, **건너뛰기**를 누릅니다.
7. 위로 살짝 밀어 EDA 반응 횟수, 세션 시작 및 종료 시 심박수, 기분 변화(기록한 경우)를 비롯한 스캔 요약 내용을 확인합니다.
8. **완료**를 눌러 요약 화면을 닫습니다.
9. 세션에 대해 자세히 알아보려면 휴대폰에서 Fitbit 앱을 엽니다. 오늘 탭 에서 **명상 타일** > **내 여정**을 누릅니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

스트레스 관리 점수 확인하기

심박수, 운동 및 수면 데이터를 기반으로 하는 스트레스 관리 점수는 매일 몸에 스트레스의 징후가 나타나는지를 확인하는 데 도움이 됩니다. 점수는 1~100 점으로 매겨지며, 높을수록 신체적 스트레스 징후가 몸에 적게 나타난다는 것을 의미합니다. 일일 스트레스 관리 점수를 확인하려면

트래커를 착용한 상태로 잠자리에 들고, 아침에 휴대폰에서 Fitbit 앱을 연 후 투데이 탭  에서 스트레스 관리 타일을 누르세요.

하루 동안의 기분을 기록하여 몸과 마음이 스트레스에 어떻게 반응하는지를 더 명확히 파악해 보세요. Fitbit Premium 을 구독하면 자세한 점수 분석 내용을 확인할 수 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

고급 건강 메트릭

Fitbit 앱의 건강 수치로 자신의 몸에 대해 더 잘 알아보세요. 이 기능에서는 추세를 확인하고 변한 점을 평가할 수 있도록 Fitbit 기기에서 지속적으로 감지한 주요 수치를 모니터링할 수 있습니다.

메트릭은 다음과 같습니다.

- 산소 포화도(SpO2)
- 피부 온도 변화
- 심박 변이도
- 안정시 심박수
- 호흡률

참고: 이 기능은 질병을 진단 또는 치료하기 위한 것이 아니며 의학적 용도로 생각해서는 안 됩니다. 이는 건강을 관리하는 데 도움이 되는 정보를 제공하기 위한 것입니다. 건강과 관련하여 걱정되는 점이 있는 경우 의료 서비스 제공자와 상담하세요. 응급 상황이라고 생각되는 경우에는 긴급 구조대에 연락하세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

운동 및 심장 건강

운동을 자동으로 모니터링하거나 운동 앱  으로 활동을 모니터링하여 실시간 통계 및 운동 후 요약を確認하세요.

Fitbit 앱을 확인하여 친구 및 가족과 활동을 공유하고, 동료들과 비교했을 때 전반적인 피트니스 수준이 어떤지를 확인하는 등 여러 작업을 수행할 수 있습니다.

자동으로 운동 모니터링하기

Charge 5 는 15 분 이상 움직임이 컸던 활동을 자동으로 인식하고 기록합니다. 휴대폰의 Fitbit

앱에서 활동에 관한 기본 통계를 확인하세요. 오늘 탭  에서 운동 타일  을 누릅니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

운동 앱을 사용하여 운동 모니터링 및 분석하기

Charge 5 의 운동 앱  으로 특정 운동을 모니터링하여 심박수 데이터, 칼로리 소모량, 경과 시간, 운동 후 요약 등의 실시간 통계를 손목에서 확인하세요. GPS 를 사용한 경우 전체 운동 통계, 운동강도 맵을 확인하려면 Fitbit 앱에서 운동 타일을 누릅니다.

GPS 를 사용하여 운동을 모니터링하는 방법에 대한 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

Charge 5 의 동적 GPS 는 트래커가 운동 시작 시 GPS 유형을 설정할 수 있게 해 줍니다. Charge 5 는 배터리 사용 시간을 보존하기 위해 휴대폰의 GPS 센서에 연결하려고 시도합니다. 휴대폰이 근처에 없거나 이동 중인 경우 Charge 5 에서 내장 GPS 를 사용합니다. 설정 앱  에서 GPS 설정을 관리하세요. 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하시기 바랍니다.

휴대폰 GPS 요구 사항

휴대폰 GPS 는 GPS 센서가 있고 지원되는 모든 휴대폰에서 사용할 수 있습니다. 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

1. 휴대폰에서 Bluetooth 와 GPS 를 켭니다.

2. Charge 5 가 휴대폰과 페어링되어 있는지 확인합니다.
3. 또한 Fitbit 앱에 GPS 또는 위치 서비스 사용 권한이 있어야 합니다.
4. 운동에 대해 GPS 가 켜져 있는지 확인합니다.
 - a. 운동 앱을 열고 위로 살짝 밀어 운동을 찾습니다.
 - b. 운동을 누른 다음 위로 살짝 밀어 GPS 가 켜져 있는지 확인합니다.
5. Charge 5 에서 GPS 모드가 동적 또는 휴대폰 GPS(설정 앱  > GPS > GPS 모드 열기)로 설정되어 있는지 확인합니다.
6. 휴대폰을 지닌 채로 운동합니다.

운동을 모니터링하는 방법:

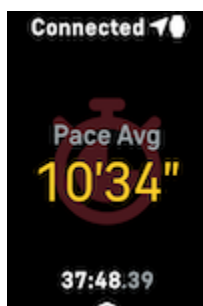
1. Charge 5 에서 좌우로 살짝 밀어 운동 앱  으로 이동한 다음 위로 살짝 밀어 운동을 찾습니다.
2. 운동을 눌러서 선택합니다. 운동에서 GPS 를 사용하는 경우 신호가 연결될 때까지 기다리거나 운동을 시작한 뒤 신호가 사용 가능해지면 GPS 에 연결되도록 할 수 있습니다. GPS 에 연결되는 데는 몇 분 정도 걸릴 수 있습니다.
3. 실행 아이콘  을 눌러 운동을 시작하거나 화면을 위로 살짝 밀어 운동 목표를 선택하거나 설정을 조정합니다. 설정에 관한 자세한 내용은 "[운동 설정 사용자 지정하기](#)"(36 페이지)에서 확인하세요.
4. 화면 가운데를 눌러 실시간 통계를 스크롤합니다. 운동을 일시 중지하려면 위로 살짝 밀고 일시 중지  를 누릅니다.
5. 운동을 완료했으면 위로 살짝 밀고 일시 중지  > 완료  를 누릅니다. 그러면 운동 요약이 나타납니다.
6. 위로 살짝 밀고 완료를 눌러 요약 화면을 닫습니다.

참고:

- 운동 목표를 설정해 놓으면 목표를 절반 달성한 경우 및 목표를 달성한 경우 트래커에서 알려줍니다.
- 운동에서 GPS 를 사용하면 화면 상단에 "GPS 연결 중  ..."이라는 메시지가 나타납니다. 화면에 "GPS 연결됨  ..."이라는 메시지가 나타나면 Charge 5 가 연결된 것입니다.
- 골프나 하이킹처럼 시간이 오래 걸리는 활동을 할 때 전체 운동을 GPS 로 기록하려면 근처에 있는 휴대폰으로 휴대폰 연동 GPS 를 사용합니다.
- 최상의 결과를 위해서는 내장 GPS 를 사용하여 2 시간 넘게 걸리는 운동을 모니터링하기 전에 트래커의 배터리 수준이 80% 이상인지 확인하세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

참고: GPS에 연결하는 데 문제가 있거나 이동한 거리가 정확하지 않은 것 같은 경우 "[GPS 신호 누락](#)" ([41 페이지](#))를 참조하세요.



내장 GPS를 사용하면 트래커의 배터리 사용 시간이 저하됩니다. GPS 트래킹을 정기적으로 사용하는 경우 Charge 5의 배터리 사용 시간은 4일 정도입니다.

운동 설정 사용자 지정

기기 또는 Fitbit 앱에서 각 운동 유형에 대한 설정을 사용자 지정합니다. Fitbit 앱에서 운동 바로 가기를 변경하거나 순서를 바꾸세요.

다음과 같은 설정을 사용자 지정할 수 있습니다.

심박수 구간 알림	운동 중 목표 심박수 구간에 진입하면 알림이 수신됩니다. 자세한 내용은 관련 도움말 자료 를 확인하세요.
랩	운동 중 특정 주요 기록 달성 시 알림 받기
GPS	GPS를 사용하여 경로를 모니터링합니다.
자동 일시 중지	이동을 멈추면 달리기가 자동으로 일시 중지됩니다.
달리기 감지	운동 앱을 열지 않아도 자동으로 달리기가 모니터링됩니다.
올웨이즈온 디스플레이	운동 중 화면을 켜 두기
풀 길이	수영장 길이를 설정합니다.
단위	수영장 길이에 사용하는 측정 단위를 변경합니다.
인터벌	인터벌 트레이닝 중에 사용하는 활동 및 휴식의 인터벌 조정

트래커에서 각 운동 유형에 대한 설정을 변경하는 방법:

1. 살짝 밀어 운동 앱  으로 이동한 다음 위로 살짝 밀어 운동을 찾습니다.
2. 운동을 눌러서 선택합니다.
3. 운동 설정을 위로 살짝 밀니다. 설정을 눌러 조정합니다.
4. 완료되면 실행 아이콘  이 보일 때까지 화면을 아래로 밀니다.

Fitbit 앱에서 특정 운동 설정을 맞춤화하고 운동 앱  바로 가기를 변경하거나 다시 정렬하는 방법:

1. Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. **운동 바로 가기**를 누릅니다.
 - 새 운동 바로 가기를 추가하려면 + 아이콘을 누르고 운동을 선택합니다.
 - 운동 바로 가기를 제거하려면 바로 가기를 왼쪽으로 살짝 밀니다.
 - 운동 바로 가기의 순서를 다시 지정하려면 편집(iPhone 만 해당)을 누르고 메뉴 아이콘  을 길게 누른 후 위나 아래로 드래그합니다.
 - 운동 설정을 맞춤화하려면 운동을 누르고 설정을 조정합니다.

Charge 5에서는 최대 6 개의 운동 바로 가기를 만들 수 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

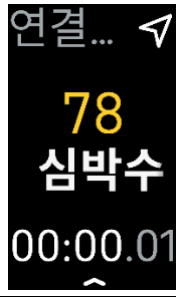
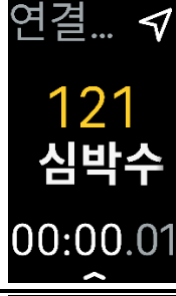
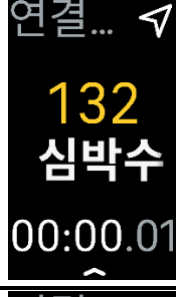
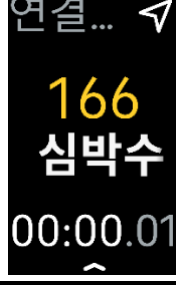
운동 요약 확인하기

운동을 마치면 Charge 5에 통계 요약이 표시됩니다.

GPS를 사용한 경우 추가 통계 및 운동강도 맵을 보려면 Fitbit 앱에서 운동 타일을 확인하세요.

심박수 확인하기

Charge 5는 여유 심박수(최대 심박수와 안정시 심박수의 차이)를 사용하여 심박수 구간을 맞춤화합니다. 선택한 트레이닝 강도를 목표로 하는 데 도움이 되도록 운동 시 트래커에서 심박수 및 심박수 구간을 확인하세요. 심박수 구간에 진입하면 Charge 5에서 알려 줍니다.

아이콘	구간	계산	설명
	구간 미달	여유 심박수의 40% 미만	지방 연소 구간에 진입하기 전에는 심장이 느리게 뛩니다.
	지방 연소 구간	여유 심박수의 40%~59%	지방 연소 구간에서는 빠르게 걷기와 같은 중간 강도의 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다. 심박수가 올라가고 호흡이 빨라질 수 있지만, 대화는 나눌 수 있는 상태입니다.
	심장 강화 구간	여유 심박수의 60%~84%	심장 강화 구간에서는 달리기나 스피닝과 같은 격렬한 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다.
	최대 심박 구간	여유 심박수의 85% 초과	최대 심박 구간에서는 전력 질주나 고강도 인터벌 트레이닝 등 운동 성과 및 속도를 높이는 짧은 고강도 활동을 하고 있을 가능성이 큼니다.

사용자 지정 심박수 구간

이러한 심박수 구간을 사용하는 대신, Fitbit 앱에서 특정 심박수 구간을 목표로 사용자 지정 구간을 만들 수 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

지방 연소 구간, 심장 강화 구간 또는 최대 심박 구간에서 보낸 시간에 대해 액티브존 미닛을 얻어보세요. 시간을 극대화하는 데 도움이 되도록 심장 강화 구간이나 최대 심박 구간에서는 분마다 2 배의 액티브존 미닛을 얻게 됩니다.

지방 연소 구간에서의 1 분 = 액티브존 미닛 1 분
심장 강화 구간 또는 최대 심박 구간에서의 1 분 = 액티브존 미닛 2 분

Charge 5 는 다음의 두 가지 방법으로 액티브존 미닛(분)을 알려 줍니다.

- 지금 하고 있는 운동의 강도를 알 수 있도록 운동 앱  을 사용하여 운동 중에 다른 심박수 구간에 진입하고 조금 있다가 알려줍니다. 트래커가 진동하는 횟수는 현재 구간을 나타냅니다.

1 번 진동 = 지방 연소 구간
2 번 진동 = 심장 강화 구간
3 번 진동 = 최대 심박 구간



- 하루 중 언제든지 심박수 구간에 진입(예: 빠르게 걷기)하고 7 분이 지나면 알려줍니다.

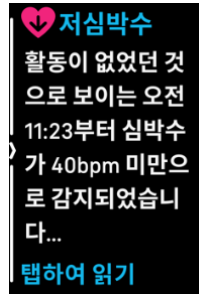


처음 시작할 때 주간 목표는 액티브존 미닛 150 분으로 설정되어 있습니다. 목표를 달성하면 알림을 받게 됩니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

심박수 알림 받기

10 분 이상 활동이 없는 것으로 보이는 상태에서 심박수가 기준치를 벗어난 상태를 Charge 5 에서 감지하는 경우 알림을 받으세요.



이 기능을 끄거나 기준치를 조정하려면 다음 단계를 따르세요.

1. 휴대폰에 있는 Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. 활동 및 건강 섹션에서 심장 설정 > 높은 심박수 및 낮은 심박수를 누릅니다.
3. 높은 심박수 알림 또는 낮은 심박수 알림을 켜거나 끄고, 기준치를 조정하려면 사용자 지정을 누릅니다.

Fitbit 앱에서 이전 심박수 알림을 보거나, 가능한 증상 및 원인을 기록하거나, 알림을 삭제하세요. 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하시기 바랍니다.

심장 강화 피트니스 점수 보기

Fitbit 앱에서 전반적인 심혈관 건강 상태를 조회하세요. 동료들과 비교한 결과를 보여주는 심장 강화 피트니스 점수 및 심장 강화 피트니스 레벨을 확인하시기 바랍니다.

Fitbit 앱에서 심박수 타일을 누르고 심박수 그래프를 왼쪽으로 살짝 밀어 자세한 심장 강화 피트니스 통계를 확인하세요.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

활동 공유하기

운동을 마친 후, Fitbit 앱을 열어 친구 및 가족과 통계를 공유할 수 있습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

Fitbit Pay

Charge 5에는 트래커에서 신용 카드와 직불 카드를 사용할 수 있게 해 주는 NFC 칩이 내장되어 있습니다.

신용 카드 및 직불 카드 사용하기

Fitbit 앱의 월렛 섹션에서 Fitbit Pay를 설정하고 트래커를 사용하여 비접촉식 결제를 허용하는 매장에서 물품을 구입하세요.

Fitbit에서는 항상 파트너 목록에 새 지역 및 카드 발급사를 추가하고 있습니다. 사용 중인 결제 카드로 Fitbit Pay를 이용할 수 있는지를 확인하려면 fitbit.com/fitbit-pay/banks를 참조하세요.

Fitbit Pay 설정하기

Fitbit Pay를 사용하려면 참여 은행에서 발급한 1개 이상의 신용 카드 또는 직불 카드를 Fitbit 앱의 월렛 섹션에 추가합니다. 월렛에서 결제 카드를 추가 및 제거하고, 트래커에 대한 기본 카드를 설정하고, 결제 방법을 수정하며, 최근 구매를 검토할 수 있습니다.

1. Fitbit 앱의 오늘 탭 에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. 월렛 타일을 누릅니다.
3. 화면에 표시되는 지침을 따라 결제 카드를 추가합니다. 은행에서 추가 확인을 요구하는 경우도 있을 수 있습니다. 카드를 처음 추가하는 경우 트래커에 4자리의 PIN 코드를 설정하라는 메시지가 표시될 수 있습니다. 또한 휴대폰에 암호 보호가 활성화되어 있어야 합니다.
4. 카드를 추가한 후 화면에 표시되는 지침을 따라 휴대폰에 대한 알림을 켜서(아직 알림을 켜지 않은 경우) 설정을 완료합니다.

최대 5개의 결제 카드를 월렛에 추가하고 기본 결제 옵션으로 설정할 카드를 선택할 수 있습니다.

구매하기

참고: 호주 및 뉴질랜드에서 Charge 5로 비접촉식 결제를 진행하려면 모든 카드 유형에서 아래의 지침을 따르세요. PIN 코드를 입력하라는 메시지가 나타나면 4자리 수 트래커 PIN 코드(카드의 PIN 코드 아님)를 입력합니다. PIN 코드를 설정하는 방법에 대한 자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

비접촉 결제를 승인하는 모든 매장에서 Fitbit Pay를 사용하여 구매를 합니다. 매장에서 Fitbit Pay를 승인하는지 확인하려면 결제 단말기에서 아래 기호를 찾습니다.



호주 및 뉴질랜드 지역의 고객을 포함한 모든 고객:

1. 시계 페이스에서 아래로 살짝 밀고 결제  를 누릅니다.
2. 메시지가 표시되면 4 자리의 트래커 PIN 코드를 입력합니다. 기본 카드가 화면에 나타납니다.



3. 기본 카드로 결제하려면 결제 단말기 근처에 손목을 댍니다. 다른 카드로 결제하려면 화면을 살짝 밀어 사용할 카드를 찾은 후 결제 단말기 근처에 손목을 대세요.

결제에 성공하면 트래커가 진동하며 화면에 확인 메시지가 표시됩니다.

결제 단말기가 Fitbit Pay 를 인식하지 못하는 경우 트래커 면이 판독기 근처에 있고 비접촉식 결제를 사용하고 있음을 출납원이 알고 있는지 확인하세요.

보안을 강화하기 위해 Charge 5 를 손목에 착용한 채 Fitbit Pay 를 사용해야 합니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

기본 카드 변경하기

1. Fitbit 앱의 오늘 탭  에서 프로필 사진 > Charge 5 타일을 누릅니다.
2. 월렛 타일을 누릅니다.
3. 기본 옵션으로 설정할 카드를 찾습니다.
4. Charge 5 에서 기본값으로 설정을 누릅니다.

교통비 결제하기

비접촉식 신용 카드 또는 직불 카드 결제를 승인하는 교통카드 판독기에 **Fitbit Pay** 를 켜 채로 트래커를 댔다가 떼세요. 트래커로 결제하려면 "[신용 카드 및 직불 카드 사용하기](#)"([41](#) 페이지)의 단계를 따르세요.

교통카드 판독기에 **Fitbit** 트래커를 대서 대중교통 이용을 시작하고 마치는 경우 똑같은 카드로 결제하세요. 대중교통 이용을 시작하기 전에 기기에 요금이 청구되는지 확인하시기 바랍니다.

업데이트, 다시 시작 및 지우기

일부 문제 해결 단계에서는 트래커를 다시 시작해야 할 수도 있으며, Charge 5 를 다른 사람에게 주려는 경우 담긴 내용을 지우는 것이 좋습니다. 트래커를 업데이트하여 최신 펌웨어를 받습니다.

Charge 5 업데이트

트래커를 업데이트하여 개선된 최신 기능 및 제품 업데이트를 적용하세요.

업데이트를 사용할 수 있게 되면 Fitbit 앱에 알림이 표시됩니다. 업데이트가 시작된 후에는 완료될 때까지 Charge 5 와 Fitbit 앱에 진행률 표시줄이 표시됩니다. 업데이트 중에는 트래커와 휴대폰을 서로 가까이 두어야 합니다.

Charge 5 를 업데이트하려면 트래커의 배터리가 20% 이상 충전되어 있어야 합니다. Charge 5 를 업데이트하면 배터리가 많이 소모될 수 있으므로 업데이트를 시작하기 전에 트래커를 충전기에 연결하는 것이 좋습니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

Charge 5 다시 시작

Charge 5 를 동기화할 수 없거나 통계 모니터링 또는 알림 수신에 문제가 있는 경우, 다음과 같이 손목에서 트래커를 다시 시작하세요.

1. 시계 화면에서 아래로 살짝 밀어 설정 앱  을 찾습니다.
2. 설정 앱  > 기기 다시 시작 > 다시 시작을 엽니다.

Charge 5 가 응답하지 않으면 다음 단계를 따르세요.

1. Charge 5 를 충전 케이블에 연결합니다. 지침은 "[트래커 충전하기](#)"(7 페이지)를 확인하세요.
2. 충전기의 평평한 끝 부분에 있는 버튼을 세 번 누르고 누르는 사이에 1 초 동안 잠시 멈춥니다. 그런 다음 Fitbit 로고가 표시될 때까지 10 초간 기다립니다.



트래커를 다시 시작하더라도 데이터는 삭제되지 않습니다.

Charge 5 지우기

Charge 5 를 다른 사람에게 주거나 반품하려는 경우 먼저 다음에 따라 개인 데이터를 지우세요.

1. 시계 화면에서 아래로 살짝 밀어 설정 앱  을 찾습니다.
2. 설정 앱  > 기기 정보 > 사용자 데이터 지우기를 엽니다.
3. 위로 살짝 민 다음, 3 초 동안 **3 초 유지**를 눌렀다가 땡니다.
4. Fitbit 로고가 표시되고 Charge 5 가 진동하면 데이터가 지워진 것입니다.

문제 해결

Charge 5 가 올바르게 작동하지 않을 경우 아래의 문제 해결 단계를 확인하세요.

심박수 신호 누락

Charge 5 는 운동할 때뿐만 아니라 하루 종일 심박수를 계속 모니터링합니다. 트래커의 심박수 센서에서 신호를 잘 감지하지 못하면 점선이 표시됩니다.



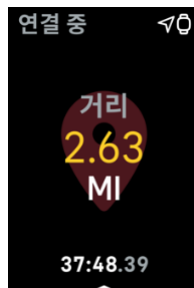
트래커에서 심박수 신호를 감지하지 못하면 손목에 착용한 트래커를 위아래로 움직이거나, 밴드를 조이거나 풀어서 트래커를 올바르게 착용하고 있는지 확인하세요. Charge 5 가 피부에 닿아 있어야 합니다. 팔을 편 채로 가만히 두고 잠시 기다리면 심박수가 다시 표시됩니다.

자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

GPS 신호 누락

고층 빌딩, 울창한 숲, 가파른 언덕, 두꺼운 구름과 같은 환경적 요인은 GPS 위성에 연결하는 트래커의 기능을 방해할 수 있습니다. 운동 중에 트래커에서 GPS 신호를 검색하면 화면 상단에 "

GPS 연결 중  "이라는 메시지가 나타납니다. Charge 5 는 GPS 위성에 연결할 수 없는 경우 다음에 GPS 운동을 시작할 때까지 연결 시도를 중단합니다.



최상의 결과를 얻으려면 운동을 시작하기 전 Charge 5 에서 신호를 찾을 때까지 기다립니다.

그래도 GPS 에 연결하는 데 문제가 있거나 이동한 거리가 정확하지 않은 것 같은 경우 기기가 GPS 위성에 연결하도록 다음 팁을 시도해 보세요.

- 운동을 위해 기기를 착용하는 데 대한 권장 사항을 따르세요. 자세한 내용은 "[Charge 5 착용하기](#)"(11 페이지)를 참조하세요.
- 밴드를 1 노치만큼 느슨하게 풀어주세요.
- 기기가 손목뼈에 닿지 않도록 하세요.
- 손목을 뒤로 굽히지 마세요.
- GPS 에 더 빠르게 연결하려면 기기를 탁 트인 하늘을 향하게 하세요(나무로 가려지지 않고 높은 건물로부터 멀리 떨어진 곳).
- 운동을 시작하기 전에 GPS 에 연결하세요.
- 팔을 머리 근처에서 몸과 평행하게 들고 최소 2 인치 떨어지도록 합니다.



자세한 내용은 [관련 도움말 자료](#)를 확인하세요.

기타 문제

다음과 같은 문제가 발생하면 트래커를 다시 시작하세요.

- 동기화되지 않음
- 누르거나, 살짝 밀어도 응답 없음
- 걸음 수나 다른 데이터를 모니터링하지 않음
- 알람이 표시되지 않음

지침은 "[Charge 5 다시 시작](#)"(44 페이지)을 확인하세요.

일반 정보 및 사양

센서 및 구성품

Fitbit Charge 5에는 다음 센서와 모터가 내장되어 있습니다.

- 동작 패턴을 모니터링하는 3축 가속도계
- 내장 GPS 수신기 + GLONASS: 운동 중 위치 모니터링
- 광학 심박수 트래커
- EDA 스캔 앱과 호환 가능한 다목적 전기 센서
- 주변광 센서
- 진동 모터

소재

Charge 5의 하우징은 양극 산화 알루미늄과 외과 등급의 스테인리스 스틸로 제작됩니다. Charge 5와 함께 제공되는 밴드는 많은 스포츠 워치에서 사용되는 소재와 유사한, 유연하고 견고한 실리콘으로 제작됩니다. 모든 스테인리스 스틸과 양극 산화 알루미늄에는 미량의 니켈이 함유되어 니켈에 민감한 사용자에게 알레르기 반응을 유발할 수 있지만, 모든 Fitbit 제품에 함유된 니켈의 양은 유럽 연합의 엄격한 니켈 지침을 준수합니다.

무선 기술

Charge 5에는 Bluetooth 5.0 무선 송수신기와 NFC 칩이 내장되어 있습니다.

햅틱 피드백

Charge 5에는 알람, 목표, 알림 및 앱에 사용되는 진동 모터가 내장되어 있습니다.

배터리

Charge 5에는 충전식 리튬 폴리머 배터리가 내장되어 있습니다.

메모리

Charge 5은 일일 통계, 수면 정보, 운동 내역 등의 데이터를 7일 동안 저장합니다. Fitbit 앱에서 기록 데이터를 확인하세요.

디스플레이

Charge 5에는 컬러 AMOLED 디스플레이가 있습니다.

밴드 크기

밴드 크기는 아래에 나와 있습니다. 별도로 판매되는 액세서리 밴드는 약간씩 다를 수 있습니다.

스몰 밴드	손목 둘레가 140~180mm(5.5~7.1 인치)인 경우 적합합니다.
라지 밴드	손목 둘레가 180~220mm(7.1~8.7 인치)인 경우 적합합니다.

환경 조건

작동 온도	-10°~45°C (14°~113°F)
비작동 온도	-20°~-10°C (-4°~14°F) 45°~60°C (113°~140°F)
생활 방수	50m 방수
최대 작동 고도	8,534m(28,000 피트)

자세히 알아보기

트래커에 대한 정보, Fitbit 앱에서 달성률을 모니터링하는 방법 및 Fitbit Premium 으로 건강한 습관을 기르는 방법을 자세히 알아보려면 help.fitbit.com 을 참조하세요.

반품 정책 및 보증

보증 정보와 fitbit.com 반품 정책은 [Fitbit 웹 사이트](https://www.fitbit.com/kr/return-policy)에서 확인할 수 있습니다.

규제 및 안전 공지

Notice to the User: Regulatory content for certain regions can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

USA: Federal Communications Commission (FCC) statement

Model FB421

FCC ID: XRAFB421

Notice to the User: The FCC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Supplier's Declaration of Conformity

Unique Identifier: FB421

Responsible Party – U.S. Contact Information

199 Fremont Street, 14th Floor
San Francisco, CA
94105
United States
877-623-4997

FCC Compliance Statement (for products subject to Part 15)

This device complies with Part 15 of the FCC Rules.

Operation is subject to the following two conditions:

1. This device may not cause harmful interference and
2. This device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

FCC Warning

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could void the user's authority to operate the equipment.

Note: This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation. This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:

- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.

This device meets the FCC and IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Canada: Industry Canada (IC) statement

Model/Modèle FB421

IC: 8542A-FB421

Notice to the User: The IC ID can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Avis à l'utilisateur: L'ID de l'IC peut également être consulté sur votre appareil. Pour voir le contenu:

Paramètres > Informations sur l'appareil > Informations réglementaires

This device meets the IC requirements for RF exposure in public or uncontrolled environments.

Cet appareil est conforme aux conditions de la IC en matière de RF dans des environnements publics ou incontrôlée

IC Notice to Users English/French in accordance with current issue of RSS GEN:

This device complies with Industry Canada license exempt RSS standard(s).

Operation is subject to the following two conditions:

1. this device may not cause interference, and
2. this device must accept any interference, including interference that may cause undesired operation of the device.

Cet appareil est conforme avec Industrie Canada RSS standard exempts de licence (s). Son utilisation est soumise à Les deux conditions suivantes:

1. cet appareil ne peut pas provoquer d'interférences et
2. cet appareil doit accepter Toute interférence, y compris les interférences qui peuvent causer un mauvais fonctionnement du dispositif

European Union (EU)

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Simplified EU Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit LLC declares that the radio equipment type Model FB421 is in compliance with Directive 2014/53/EU. The full text of the EU declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/safety

Vereinfachte EU-Konformitätserklärung

Fitbit LLC erklärt hiermit, dass die Funkgerätypen Modell FB421 die Richtlinie 2014/53/EU erfüllen. Der vollständige Wortlaut der EU-Konformitätserklärungen kann unter folgender Internetadresse abgerufen werden: www.fitbit.com/safety

Declaración UE de Conformidad simplificada

Por la presente, Fitbit LLC declara que el tipo de dispositivo de radio Modelo FB421 cumple con la Directiva 2014/53/UE. El texto completo de la declaración de conformidad de la UE está disponible en la siguiente dirección de Internet: www.fitbit.com/safety

Déclaration UE de conformité simplifiée

Fitbit LLC déclare par la présente que les modèles d'appareils radio FB421 sont conformes à la Directive 2014/53/UE. Les déclarations UE de conformité sont disponibles dans leur intégralité sur le site suivant : www.fitbit.com/safety

Dichiarazione di conformità UE semplificata

Fitbit LLC dichiara che il tipo di apparecchiatura radio Modello FB421 è conforme alla Direttiva 2014/53/UE. Il testo completo della dichiarazione di conformità UE è disponibile al seguente indirizzo Internet: www.fitbit.com/safety



Argentina



Australia and New Zealand

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info



Belarus

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info



Customs Union

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info



Indonesia

73244/SDPPI/2021
3788

76114/SDPPI/2021
3788

Israel

מספר אישור אלחוטי של משרד התקשורת הוא . 55-09000
אסור להחליף את האנטנה המקורית של המכשיר ולא לעשות בו כל שינוי טכני אחר

Japan

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info



201-210387



Kingdom of Saudi Arabia

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Mexico

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info



La operación de este equipo está sujeta a las siguientes dos condiciones:

1. Es posible que este equipo o dispositivo no cause interferencia perjudicial y
2. Este equipo o dispositivo debe aceptar cualquier interferencia, incluyendo la que pueda causar su operación no deseada

Morocco



AGREE PAR L'ANRT MAROC

Numéro d'agrément: MR00029210ANRT2021

Date d'agrément: 23/06/2021

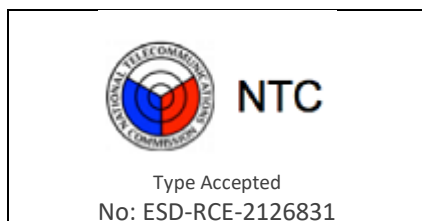
Nigeria

Connection and use of this communications equipment is permitted by the Nigerian Communications Commission.

Oman

TRA/TA-R/11836/21
D090258

Philippines



Serbia



Singapore

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > **Device Info** > **Regulatory Info**

South Korea

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Taiwan

用戶注意：某些地區的法規內容也可以在您的設備上查看。要查看內容：

設置 > 設備信息 > 法規信息

Translation:

Notice to the User: Regulatory content can also be viewed on your device. Instructions to view content from your menu:

Settings > Device Info > Regulatory Info

低功率警語:

- 取得審驗證明之低功率射頻器材，非經核准，公司、商號或使用者均不得擅自變更頻率、加大功率或變更原設計之特性及功能。
- 低功率射頻器材之使用不得影響飛航安全及干擾合法通信；經發現有干擾現象時，應立即停用，並改善至無干擾時方得繼續使用。前述合法通信，指依電信管理法規定作業之無線電通信。低功率射頻器材須忍受合法通信或工業、科學及醫療用電波輻射性電機設備之干擾。

Translation:

Warning Statement for Low Power Radios:

- Without permission granted by the NCC, no company, enterprise, or user is allowed to change the frequency of an approved low power radio-frequency device, enhance its transmitting power or alter original characteristics or performance.
- The use of low power RF devices must not affect flight safety or interfere with legal communications: when interference is found, it should be immediately stopped and ameliorated not to interfere before continuing to use it. The legal communications mentioned here refer to radio communications operating in accordance with the provisions of the Telecommunication Law. Low power RF devices need to bear with interference from legal communications or industrial, scientific and medical radio wave radiating equipment

電池警語：

此裝置使用鋰電池。

若未遵照下列準則，則裝置內的鋰離子電池壽命可能會縮短或有損壞裝置、發生火災、化學品灼傷、電解液洩漏及 / 或受傷的風險。

- 請勿拆解、鑿孔或損壞裝置或電池。
- 請勿取出或嘗試取出使用者不可自行更換的電池。
- 請勿將電池曝露於火焰、爆炸或其他危險中。
- 請勿使用尖銳物品取出電池。

Translation:

Battery warning:

This device uses a lithium-ion battery.

If the following guidelines are not followed, the life of the lithium-ion battery in the device may be shortened or there is a risk of damage to the device, fire, chemical burn, electrolyte leakage and / or injury.

- Do not disassemble, puncture or damage the device or battery.
- Do not remove or try to remove the battery that the user cannot replace.
- Do not expose the battery to flames, explosions or other hazards.
- Do not use sharp objects to remove the battery.

Vision Warning

使用過度恐傷害視力

警語

- 使用過度恐傷害視力

注意事項

- 使用 30 分鐘請休息 10 分鐘。未滿 2 歲幼兒不看螢幕，2 歲以上每天看螢幕不要超過 1 小時

Translation:

Excessive use may damage vision

Warning:

- Excessive use may damage vision

Attention:

- Rest for 10 minutes after every 30 minutes.
- Children under 2 years old should stay away from this product. Children 2 years old or more should not see the screen for more than 1 hour a day.

Taiwan RoHS

設備名稱：無線活動追蹤器 Part Name: Wireless Activity Tracker		限用物質及其化學符號 Restricted Substances and its chemical symbols				
Model FB421	鉛 (Pb)	汞 (Hg)	鎘 (Cd)	六價鉻 (Cr ⁶⁺)	多溴聯苯 (PBB)	多溴二苯醚 (PBDE)
錶帶和錶扣 (Strap and Buckle)	○	○	○	○	○	○
電子 (Electronics)	--	○	○	○	○	○
外殼 (Housing)	○	○	○	○	○	○
充電線 (Charging Cable)	○	○	○	○	○	○
備考1. “超出0.1 wt %” 及 “超出0.01 wt %” 係指限用物質之百分比含量超出百分比含量基準值 備考2. “○” 係指該項限用物質之百分比含量未超出百分比含量基準值。 備考3. “-” 係指該項限用物質為排除項目。						

United Arab Emirates

TDRA – United Arab Emirates

Dealer ID: DA35294/14

TA RTTE: ER98025/21

Model: FB421

Type: Wireless Activity Tracker

United Kingdom

Notice to the User: Regulatory content for this region can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Simplified UK Declaration of Conformity

Hereby, Fitbit LLC declares that the radio equipment type Model FB421 is in compliance with Radio Equipment Regulations 2017. The full text of the UK declaration of conformity is available at the following internet address: www.fitbit.com/legal/safety-instructions



Vietnam



About the Battery

This unit contains a non-replaceable internal lithium-ion battery. The battery can burst or explode, releasing hazardous chemicals. To reduce the risk of fire or burns, do not disassemble, crush, puncture or dispose of in fire or water.

CAUTION: Risk of explosion if battery is replaced by an incorrect type. Dispose of used batteries according to the instructions.

- The battery must be recycled or disposed of properly
- Use the battery only in the specified equipment

- Do not leave the battery in an extremely high temperature environment that may result in an explosion or the leakage of flammable liquid or gas
- Do not subject battery to extremely low air pressure that may result in an explosion or the leakage of flammable liquid or gas

IP Rating

Notice to the User: Regulatory content can also be viewed on your device. To view the content:

Settings > Device Info > Regulatory Info

Model FB421 has a water resistance rating of IPX8 under IEC standard 60529, up to a depth of 50 meters.

Model FB421 has a dust ingress rating of IP6X under IEC standard 60529 which indicates the device is dust-tight.

Safety Statement

This equipment has been tested to comply with safety certification in accordance with the specifications of: EN62368-1:2014 + A11:2017, BS EN62368-1:2014 + A11:2017.

Regulatory Markings

Device regulatory markings can be viewed on your device by removing the band. Markings are located in the band attach area.

밴드 포켓 보기

