材质：80g双铜　　尺寸：70×93mm

Smart Device Manual

EN Quick guide

APP download method

- Scan code: Scan the QR code to download and install the application
- Android: Search for "Keep Health" on Google Play to download and install the app
- Apple: Search for "Keep Health" through the App store to download and install the app

Note: Adapt to Android 5.0 or iOS 9.0 and above systems that support Bluetooth 4.0 BLE.

Preparation before use

For the first use, please press and hold the touch button to turn on the device. If cannot be turned on, please charge the device first.

Device and APP connection

- Long press the touch button to turn on the phone, please make sure that the Bluetooth of the phone is turned on(Android needs to turn on the GPS location permission)
- Open the Keep Health APP on the mobile phone, follow the prompts to add "Smart Watch", complete the information and settings, enter [Device-Bind Device], and select the Bluetooth code that matches the device to connect.
- After the APP is successfully connected to the device, it will automatically enter the homepage to synchronize data, and the mobile phone and watch synchronize the date, time, and language of the phone.

Device and APP connection

- Touch button: Generally, a long press of a touch button is to enter a certain function, and a short press is to switch the interface.
- Watch face: Long press the touch button on the watch face interface to enter the watch face switch interface, short press to view the watch face, long press to select the watch face. The device comes with 2 dials, you can also enter the Keep Health APP [Device interface-dial center] click to install the dial.

Application description

- Step counting: The step counting interface displays the current step count, distance, and calories. Long press to enter the secondary interface to view the number of steps, distance, and calories.
- Sleep: The sleep interface displays the length of sleep, sleep quality, deep sleep and night for full sleep data, you will automatically monitor sleep data.
- Sports: Press and hold the touch button on the sports interface to enter the sports secondary interface. Your sports are displayed by default. Short press the touch button to view, long press the touch button to select sports, you can start sports during exercise (if paused continue, and long press to end the exercise. The exercise record can be viewed in the APP [Device-More sports]. Note: More sports modes can be added in APP---device---sports mode)
- More: More interfaces Long press the touch button to enter the secondary interface.
- Stopwatch: Long press the touch button on the stopwatch interface to start timing. During timing, short press the touch button to pause/continue, long press to exit the stopwatch.
- Heart rate/Blood pressure/Oxygen/Body temperature: After wearing the device, the heart rate monitoring function will automatically. When measuring, you need to attach the heart rate sensor (or electrode sensor on the back of the device) to the skin, and keep the sensor (or electrode sensor) in contact with your body skin. The value time is between 10~60 seconds. The automatic monitoring can be turned on or off on the APP side (the automatic monitoring time is automatically measured once every 15 minutes).
- Find a mobile phone: Long press the touch button on the first mobile interface to start the mobile phone ringtone, the ringtone of the mobile phone will play a prompt tone. Note: To find the mobile phone function requires the APP to keep running in the background of the mobile phone)
- Device information: The device information interface displays the model, Bluetooth name, and version.
- Shutdown: Press and hold the touch button on the shutdown interface to shut down the device.
- Factory reset: Long press the touch button on the factory reset interface to reset the device to factory settings.

Application description

- **Application description**

The home page displays information, including: Step count, consumption, distance, outdoor exercise, exercise record, daily temperature, heart rate, sleep, blood pressure, blood oxygen, menstrual cycle, weather, world clock, women's health. You can also add and hide the corresponding modules according to your own living habits.

- **APP--Device**

The background settings of the device, including: Notification reminder, Do not disturb, Keep APP running settings in the background of the mobile phone, message information, device settings, dial center, target setting, heart rate timing detection, body temperature, sleep, sedentary reminder, drinking water reminder, women's health, search-finding, music control, camera control, firmware version, restore factory settings.

- **APP--Me**

Personal related viewing and setting, including: Personal information, family, system settings, frequently asked questions, problem feedback, about us. "Family is divided into "family account" and "person I care about". "Family Account" can add multiple members to the family, and the family account can invite family members to jointly manage member devices. "People I care about" can remotely view family data by caring about others.

Things prepare

- Use a damp cloth to wipe the surface of the device, and use mild soap and water to remove oil or dust.
- Use a damp cloth to wipe the surface of the device with strong chemical substances such as gasoline, cleaning solvents, propanol, alcohol, or insect repellent. Chemical substances will damage the seal of the device and the surface of the housing.
- Avoid your equipment from being exposed to strong impact and extreme high temperature exposure.
- The lens and the case are waterproof when they are intact. If the lens or case is damaged, the waterproof function and performance will be affected. Please do not scale the device in hot water, sea water, or chemical solution.
- Please use the original charging cable to charge the device.

Note: This equipment is not a medical device. The data and information provided are for reference only.

CN 快速入门手册

APP下载方法

- 扫码：扫描二维码下载安装应用
- 安卓：通过Google Play商店搜索"Keep Health"下载安装应用
- 苹果：通过App store搜索"Keep Health"下载安装应用

注：适配Android 5.0 或 iOS 9.0以上支持蓝牙4.0 BLE的系统

使用前准备

初次使用请长按触摸按钮进行开机，若无法开机请使用，请先将设备进行充电。

设备与APP的连接

- 长按触摸按钮开机，请确保手机蓝牙开启（安卓需要开启GPS定位权限）
- 手机端打开Keep Health APP，按照提示添加"智能手表"，完成信息设置，进入[设备-绑定设备]，选择与设备匹配的蓝牙编码进行连接。
- APP连接设备成功后会自动进入主页同步数据，设备会同步手机的日期、时间、语言。

设备与APP的连接

- 触摸按钮：通常触摸按钮长按是进入某项功能，短按是切换界面。
- 切换表盘：表盘界面长按触摸按钮，进入表盘切换界面，短按查看表盘，长按表盘选择。APP端表盘中心点击安装。（Keep Health APP 【设备中心-表盘中心】，点击安装表盘。）

应用程序说明

- 计步：计步界面显示步数、公里数、卡路里数据。长按进入次级界面。
- 睡眠：睡眠界面显示睡眠时长、睡眠质量、深睡、全天睡眠数据，设备会自动监测睡眠数据。
- 心率/血压/血氧/体温：佩戴表盘后开启，会自动监测数据，测量时需将设备贴合人体皮肤表面并保持接触状态，长按触摸按钮，进入次级界面，查看数据，测量结束后可以一键关闭。（APP端可打开或关闭自动监测（自动监测时间为每15分钟自动测量一次）。）
- 更多：更多界面长按触摸按钮进入二级界面。
- 查找手机：长按第一界面长按触摸按钮，手机会响铃，手机会发出提示音。（注：需手机后台保持运行）
- 设备信息：设备信息界面显示型号、蓝牙名、版本。
- 关机：关机界面长按触摸按钮，即可将设备关机。
- 恢复出厂：恢复出厂界面长按触摸按钮，即可将设备恢复出厂设置。

设备保养

- 干燥的环境会加速功能老化甚至失效，保护它避免受损。
- 切勿放在腐蚀性条件下，例如高温或高湿度环境。
- 请保持设备表面完整和完整性的环境条件，如汽油、清洁溶剂、丙醇、酒精或驱虫剂。化学物质会破坏密封和外壳表面。
- 避免您的设备受到强烈的撞击，极度高温的侵蚀。
- 镜片和机壳完整的完整性是防水的。镜片或机壳的完整损坏会影响防水性能。请勿将设备放入热水、海水、化学品中浸泡。
- 请使用产品原装的充电线对设备进行充电。

注：本设备非医疗设备，所提供的数据及信息仅供参考。

APP操作说明

- **APP--主页**

主页界面：步数、公里数、卡路里数据。长按进入次级界面。

次级界面：步数、公里数、卡路里数据。长按进入三级界面。

三级界面：步数、公里数、卡路里数据。

- **APP--设备**

设备的设置：表盘

表盘：表盘界面长按触摸按钮，APP端表盘中心点击安装。

设置：设置界面长按触摸按钮进入次级界面。通知提醒、勿扰模式、APP后台保持运行、手机端表盘中心、表盘、目标设置、心率检测、体温、睡眠、久坐提醒、喝水提醒、女性健康、查找设备、音乐控制、相机控制、固件版本、恢复出厂设置。

- **APP--我的**

我的相关查看和设置，包括：

个人信息、家庭、系统设置、常见问题、问题反馈、关于我们。

"家庭"分为"家庭账号"和"关心的人"。"家庭账号"可添加成员，家庭成员设备可共同管理。"关心的人"可通过关心他人，远程查看他人的数据。

CH 快速入门手册

APP下载方法

- 扫码：扫描二维码下载安装应用
- 安卓：通过Google Play商店搜索"Keep Health"下载安装应用
- 苹果：通过App store搜索"Keep Health"下载安装应用

注：适配Android 5.0 或 iOS 9.0以上支持蓝牙4.0 BLE的系统

使用前准备

初次使用请长按触摸按钮进行开机，若无法开机请使用，请先将设备进行充电。

设备与APP的连接

- 长按触摸按钮开机，请确保手机蓝牙开启（安卓需要开启GPS定位权限）
- 手机端打开Keep Health APP 按照提示添加"智能手表"，完成信息设置，进入[设备-绑定设备]，选择与设备匹配的蓝牙编码进行连接。
- APP连接设备成功后会自动进入主页同步数据，设备会同步手机的日期、时间、语言。

设备与APP的连接

- 触摸按钮：通常触摸按钮长按是进入某项功能，短按是切换界面。
- 切换表盘：表盘界面长按触摸按钮，进入表盘切换界面，短按查看表盘，长按表盘选择。APP端表盘中心点击安装。（Keep Health APP 【设备中心-表盘中心】，点击安装表盘。）

应用程序说明

- 计步：计步界面显示步数、公里数、卡路里数据。长按进入次级界面。
- 睡眠：睡眠界面显示睡眠时长、睡眠质量、深睡、全天睡眠数据，设备会自动监测睡眠数据。
- 心率/血压/血氧/体温：佩戴表盘后开启，会自动监测数据，测量时需将设备贴合人体皮肤表面并保持接触状态，长按触摸按钮，进入次级界面，查看数据，测量结束后可以一键关闭。（APP端可打开或关闭自动监测（自动监测时间为每15分钟自动测量一次）。）
- 更多：更多界面长按触摸按钮进入二级界面。
- 查找手机：长按第一界面长按触摸按钮，手机会响铃，手机会发出提示音。（注：需手机后台保持运行）
- 设备信息：设备信息界面显示型号、蓝牙名、版本。
- 关机：关机界面长按触摸按钮，即可将设备关机。
- 恢复出厂：恢复出厂界面长按触摸按钮，即可将设备恢复出厂设置。

设备保养

- 干燥的环境会加速功能老化甚至失效，保护它避免受损。
- 切勿放在腐蚀性条件下，例如高温或高湿度环境。
- 请保持设备表面完整和完整性的环境条件，如汽油、清洁溶剂、丙醇、酒精或驱虫剂。化学物质会破坏密封和外壳表面。
- 避免您的设备受到强烈的撞击，极度高温的侵蚀。
- 镜片和机壳完整的完整性是防水的。镜片或机壳的完整损坏会影响防水性能。请勿将设备放入热水、海水、化学品中浸泡。
- 请使用产品原装的充电线对设备进行充电。

注：本设备非医疗设备，所提供的数据及信息仅供参考。

JP クイックスタートガイド

APPダウンロード方法

- スキャンコード：QRコードをスキャンして、アプリをダウンロードしてインストールする
- Android：Google Play で "Keep Health" を検索して、アプリをダウンロードしてインストールする
- iOS：App Store で "Keep Health" を検索して、アプリをダウンロードしてインストールする

注：Bluetooth 4.0以上をサポートするAndroid5.0以上で(iOS9.0以)搭載のシステムに適合します。

使用前の準備

初めて使用する場合、タッチボタンを長押ししてデバイスの電源をオンにしてください。電源がつかない場合は、最初にデバイスを充電してください。

デバイスとAPPの接続

- タッチボタンを長押しして電源をオンにします。電話のBluetoothがオンになっていることを確認してください（AndroidはGPS位置情報の許可をオンにする必要があります）
- 携帯電話で Keep Health APP を開き、ガイドーンの指示に従って「スマートウォッチ」を追加し、情報を完了し、[デバイス-ペアリングデバイス]を選択し、デバイスに一致するBluetoothコードを選択します。
- APPがペアリングに成功すると、APPは自動的にホームページに入り、データを同期します。携帯電話と時計は、日付、言語を自動的に同期します。

機器とAPPの接続

- タッチボタン：通常、タッチボタンを長押しすると特定の機能に入ります。短押しすると インターフェースの切り替えが行います。
- ウォッチフェイス：ウォッチフェイスインターフェイスでウォッチフェイスを長押し、ウォッチフェイスを選択します。ウォッチフェイスを表示するには短押しします。ウォッチフェイスを選択するには長押しします。時計には2つのダイヤルがあります。Keep Health APP【デバイスセンター-ダイヤルセンター】をクリックしてダイヤルをインストールすることもできます。

機器のアプリケーション説明

- 歩数：歩数インターフェイスは、現在の歩数、距離、カロリーを表示します。長押しすると、セカンダリインターフェイスに入ります。
- 睡眠：睡眠インターフェイスは、睡眠時間、睡眠の質、深睡眠、一日の睡眠データを表示します。デバイスは睡眠データを自動的に監視します。
- 心拍数/血圧/血中酸素/体温：インターフェイスが開始されると、心拍数が自動的に測定されます。測定するときは、センサー（または背面の電極センサー）を肌に貼り付け、センサー（または電極センサー）が皮膚と接触した状態を維持します。値の間隔は10～60秒です。APP側で自動モニターをオンまたはオフにすることができます（自動監視間隔は15分ごとに自動的に測定されます）。
- 携帯電話の検索：携帯電話の検索インターフェイスでタッチボタンを長押しし、携帯電話の着信音を鳴らします。携帯電話のリマインダーが鳴ります。（注：携帯電話のバックグラウンドで実行し続ける必要があります）
- 通知：インターフェイスでタッチボタンを長押しすると、メッセージ情報、メッセージ通知、着信情報、SMS、通話、Qq通知、Wechat通知、Facebook通知、Twitter通知、Whatsapp通知、Skype通知、Instagram通知、Linkedin通知、その他の通知を表示します。
- 電源オフ：電源オフインターフェイスで長押しすると、デバイスをシャットダウンします。
- 工場出荷時のリセット：工場出荷時のインターフェイスでタッチボタンを長押しすると、デバイスを工場出荷時の設定にリセットします。

APPの操作手順

- **APP--ホームページ**

ホームページには、次のような情報が表示されます。

歩数、公里数、距離、消費カロリー、屋外運動、運動記録、毎日の温度、心拍数、睡眠、血圧、血中酸素、生理サイクル、天気、世界時計、女性健康。

ホームページに表示されるモジュールは、ご自分の生活習慣に合わせて追加または非表示にすることもできます。

- **APP--装置**

ユーザー設定デバイスのバックグラウンド設定：

スマートデバイスとAPPのバックグラウンドでの実行、携帯電話のウィジェットでのAPPの実行、メッセージ情報、デバイス設定、ダイヤルセンター、ウィジェット、目標設定、心拍数チェック、体温チェック、睡眠、長時間の座位の通知、女性の健康、検索検索、音楽コントロール、カメラコントロール、ファームウェアバージョン、工場出荷時の設定の復元。

- **APP--私の**

アカウントに関連する表示と設定には、次のものが含まれます。個人情報、家族、システム設定、よくある質問、問題のフィ

DE Schnellstartanleitung

Schnellstartanleitung

- Code anzeigen: Scannen Sie den QR-Code, um die Anwendung herunterzuladen und zu installieren
- Android: Suchen Sie bei Google Play nach "Keep Health", um die App herunterzuladen und zu installieren
- Apple: Suchen Sie in App Store nach "Keep Health", um die App herunterzuladen und zu installieren

Hinweis: Anpassung an Systeme mit Android 5.0 oder iOS 9.0 und höher, die Bluetooth 4.0 BLE unterstützen.

Vorbereitung vor Gebrauch

Halten Sie bei der ersten Verwendung die Touch-Taste gedrückt, um das Gerät einzuschalten. Wenn es nicht geschaltet werden kann, laden Sie bitte zuerst das Gerät auf.

Geräte– und APP–Verbindung

- Drücken Sie lange auf die Touch-Taste, um das Telefon einzuschalten. Bitte stellen Sie sicher, dass das Bluetooth des Telefons eingeschaltet ist (Android muss die GPS–Standort–berechtigung aktivieren).
- Öffnen Sie die Keep Health APP auf dem Mobiltelefon, befolgen Sie die Anweisungen und fügen "Smartwatch" hinzu, vervollständigen die Informationen und Einstellungen, geben Sie [Device-Bind Device] ein und wählen Sie den Bluetooth–Code aus, der dem zu verbindenden Gerät entspricht.
- Nachdem die APP erfolgreich mit dem Gerät **verbunden** ist, wird sie automatisch die Startseite aufrufen, um Daten zu synchronisieren, und das Gerät synchronisiert automatisch Datum, Uhrzeit und Sprache des Telefons.

Bedienungsanleitung der Geräte

- Touch–Taste: Im Allgemeinen dient ein langer Druck auf eine bestimmte Funktion Zum Aufrufen einer bestimmten Funktion und ein kurzer Druck zum Umschalten der Schnittstelle.
- Zifferblatt wechseln: Drücken Sie lange auf die Touch–Taste auf der Zifferblattschnittstelle, um die Zifferblattauswahlschnittstelle zu aufrufen, kurzes Drücken, um das Zifferblatt zu sehen, lange Drücken, um das Zifferblatt auszuwählen. Das Gerät wird mit 2 Zifferblättern geliefert. Sie können auch die Keep Health APP [Device interface–dial center] aufrufen und klicken, um das Zifferblatt zu installieren.

Anwendungsbeschreibung

- Schrittzählung: Die Schrittzählungsschnittstelle zeigt die Anzahl der Schritte an. Drücken Sie lange auf die Touch–Taste, um die sekundäre Schnittstelle zu aufrufen. Sie können die Anzahl der Schritte, die Distanz und die Kalorien anzeigen.
- Schlaf: Die Schlafoberfläche zeigt die Schlafdauer der letzten Nacht an. Tragen Sie das Gerät nachts und es wird Ihren Schlaf automatisch überwacht automatisch die Schlafdaten.
- Herzfrequenz/Blutdruck/Sauerstoff/Körpertemperatur: Nachdem die Schrittmesse 2 Sekunden lang verweilt, startet die Messung automatisch. Beim Messen müssen Sie den Herzfrequenzsensor (oder den Elektrodensensor auf der Rückseite des Geräts) an Ihren Hautgeben befestigen, es bleiben halten, Ihre Stimmung entspannt und Ihren Körper ruhig halten. Die Wertezeit beträgt zwischen 10~60 Sekunden. Die automatische Überwachung kann auf der APP–Seite ein– oder ausgeschaltet werden (die automatische Überwachungszeit wird automatisch alle 15 Minuten gemessen).
- Sport: Halten Sie die Touch–Taste auf der Sport–Oberfläche gedrückt, um die Sportsekundärschnittstelle zu aufrufen. Standardmäßig werden Ihr Sportarten angezeigt. Drücken Sie kurz die Touch–Taste, um sie anzuzeigen, und drücken Sie lange, um Sport auszuwählen. Sie können Sport während des Trainings kurz auf die Touch–Taste, um die Übung anzuhalten/fortzusetzen, und drücken Sie lange, um das Training zu beenden (wenn Sie Sport ausgewählt und dann die Mitten Training gedrückt, Bitte Weitere Sportmodi können in APP – Gerät – Mehr – Sportmodus bearbeitet werden.)
- Mehr: Mehr Schnittstellen Drücken Sie lange auf die Touch–Taste, um die sekundäre Schnittstelle aufzurufen.
- Stoppuhr: Drücken Sie lange auf die Touch–Taste auf der Stoppuhrschnittstelle, um den Timer zu starten. Während des Timens, drücken Sie kurzes auf die Touch–Taste, um die Stoppuhr zu pausieren/fortzusetzen, lange drücken, um die stoppuhr zu verlassen.

FR Manuel de démarrage rapide

Méthode de téléchargement de l'application

- Scan code : Scannez le code QR pour télécharger et installer l'application
- Android : recherchez « Keep Health » sur Google Play pour télécharger et installer l'application
- iOS : recherchez « Keep Health » dans l'App Store pour télécharger et installer l'application

Remarque : Adaptez-vous aux systèmes Android 5.0 ou iOS 9.0 et versions ultérieures prenant en charge Bluetooth 4.0 BLE.

Préparation avant utilisation

Pour la première utilisation, veuillez appuyer et maintenir le bouton tactile pour allumer l'appareil. Si ne peut pas être allumé, veuillez d'abord charger l'appareil.

Connexion de l'appareil et de l'APP

- Appuyez longuement sur le bouton tactile pour allumer le téléphone, assurez-vous que le Bluetooth du téléphone est activé (Android doit activer l'autorisation de localisation GPS)
- Ouvrez l'application Keep Health sur le téléphone mobile, suivez les instructions sur la page du guide pour terminer « Montre intelligente », terminer les informations et les réglages, entrez [Device-Bind Device] et sélectionnez le code Bluetooth qui correspond à l'appareil à connecter.
- Une fois l'application connectée avec succès à l'appareil, elle entrera automatiquement sur la page d'accueil pour synchroniser les données, et le téléphone mobile et la montre synchronisent automatiquement la date, l'heure et la langue du téléphone.

Instructions d'utilisation de l'équipement

- Bouton tactile : généralement, un appui long sur un bouton tactile est pour entrer dans une certaine fonction et un appui court permet de changer d'interface.
- Cadran de la montre : Appuyez longuement sur le bouton tactile de l'interface du cadran de la montre pour accéder à l'interface de commutation du cadran de la montre, appuyez brièvement pour afficher le cadran de la montre, appuyez longuement pour sélectionner
- Le cadran de la montre, « Appareil ainsi fait avec 2 cadrans, vous pouvez également accéder à l'application Keep Health [Interface-dial center] cliquez pour installer le cadran.
- Sports : appuyez longuement sur le bouton tactile de l'interface des sports pour accéder à l'interface secondaire des sports. Vos sports sont affichés par défaut. Appuyez brièvement sur le bouton tactile pour voir, appuyez longuement pour commencer. Appuyez brièvement sur le bouton tactile pour pause pendant l'exercice (si non pause continuer), et appuyez longuement pour terminer l'exercice. Vous pouvez consulter les dernières trois minutes d'exercice. Remarque : (plusieurs modes de sport peuvent être modifiés dans l'application — appareil — plus — mode sport)
- Plus : Plus d'interfaces Appuyez longuement sur le bouton tactile pour accéder à l'interface secondaire.
- Sommeil : L'interface de veille affiche la durée du sommeil de la nuit dernière. Portez l'appareil la nuit et il surveillera automatiquement votre sommeil automatiquement les données de sommeil.
- Fréquence cardiaque/pression artérielle/oxygène/température : après que l'interface pendant 2 secondes, la mesure démarre automatiquement. Lors de la mesure, vous devez coller le capteur de fréquence cardiaque (ou le capteur d'électrode à l'arrière de l'appareil à votre poignet, le garder confortable, garder votre humeur détendue et votre corps immobile. Le temps de valeur est compris entre 10 et 60 secondes. La surveillance automatique peut être activée ou désactivée côté APP. Le temps de surveillance automatique est automatiquement mesuré une fois toutes les 15 minutes).
- Chronomètre : appuyez longuement sur le bouton tactile pour accéder à l'interface secondaire du chronométrage. Pendant le chronométrage, appuyez brièvement sur le bouton tactile pour mettre en pause/continuer, appuyez longuement pour quitter le chronométrage.
- Rechercher un téléphone mobile : appuyez longuement sur le bouton tactile de l'interface de recherche de mobile pour lancer la recherche d'un téléphone mobile, et le téléphone mobile émettra un son de rappel. Rappel du téléphone mobile. (application doit continuer à fonctionner en arrière-plan du téléphone mobile)
- Informations sur l'appareil : l'interface d'informations sur l'appareil affiche le modèle, le nom Bluetooth et la version.
- Arrêt : appuyez sur le bouton tactile de l'interface d'arrêt et maintenez-le enfoncé pour éteindre l'appareil.
- Réinitialisation d'usine : appuyez longuement sur le bouton tactile de l'interface de réinitialisation d'usine pour réinitialiser l'appareil aux paramètres d'usine.

Instructions d'utilisation de l'application

- **APP--Accueil**

La page d'accueil affiche des informations, notamment : Nombre de pas, kilomètres, consommation d'énergie, air, niveau d'oxygène, température corporelle, fréquence cardiaque, sommeil, tension artérielle, oxygène dans le sang, cycle menstruel, météo, horloge mondiale, santé des femmes. Vous pouvez également ajouter et masquer les modules correspondants en fonction de vos propres habitudes de vie.

- **APP--Dispositif**

Les paramètres d'arrière-plan de l'appareil, notamment : Liaison et détection de l'appareil intelligent et de l'APP, paramètres d'exécution de l'APP en arrière-plan du téléphone mobile, informations sur les messages, paramètres du centre de numérisation, réglage de la cible, détection de la fréquence cardiaque, détection de la température corporelle, sommeil, rappel sédentaire, rappel de boire, santé des femmes, santé, recherche d'appareil, contrôle de la musique, contrôle de la caméra, version du micrologiciel, restauration des paramètres d'usine.

- **APP--Me**

Affichage et paramètres liés au compte, y compris : informations personnelles, famille, paramètres système, foire aux questions, commentaires sur les problèmes, à propos de nous. « La famille est divisée en « compte familial » et « personne que je soigne ». Le « compte familial » peut ajouter plusieurs membres pour gérer plusieurs appareils membres à toute famille, et le compte familial peut inviter des membres de la famille à gérer conjointement. Les « personnes que je soigne » peuvent consulter à distance les données familiales en se soucient des autres.

Les choses se préparent

- Ne rayez pas l'écran et le capteur de l'appareil et protégez-le des dommages.
- Utilisez un chiffon humide pour essuyer la surface de l'appareil et utilisez un savon doux et de l'eau pour enlever l'huile ou la poussière.
- Ne laissez pas l'appareil à un environnement contenant des substances chimiques fortes, telles que de l'essence, des solvants de nettoyage, du propanol, de l'alcool ou un répulsif contre les insectes. Les substances endommageront le joint de l'appareil et la surface du boîtier.
- Evitez que votre équipement soit exposé à des chocs violents et à des températures extrêmement élevées.
- L'objectif et le boîtier sont étanches lorsqu'ils sont intacts. Après les dommages à l'objectif ou au boîtier, la fonction et la performance seront affectées. Veuillez ne pas tremper l'appareil dans de l'eau chaude, de l'eau de mer ou une solution chimique.
- Veuillez utiliser le câble de charge d'origine pour charger l'appareil.

Remarque : cet équipement n'est pas un dispositif médical. Les données et informations fournies sont à titre indicatif.

ES Manual de inicio rápido

Método de descarga de la aplicación

- Código de escaneo: escanee el código QR para descargar e instalar la aplicación
- Android: buscar "Keep Health" en Google Play para descargar e instalar la aplicación
- Apple: buscar "Keep Health" en la tienda de aplicaciones para descargar e instalar la aplicación

Nota: Adaptarse a los sistemas Android 5.0 o iOS 9.0 y superiores que admiten Bluetooth 4.0 BLE.

Preparación antes de usar

Para el primer uso, mantenga presionado el botón tácil para encender el dispositivo. Si no se puede encender, primero cargue el dispositivo.

Conexión de dispositivo y aplicación

- Mantenga presionado el botón tácil para encender el teléfono, asegúrese de que el Bluetooth del teléfono está encendido (Android necesita activar el permiso de ubicación GPS)
- Abra la aplicación Keep Health en el teléfono móvil, siga las instrucciones en la página de la guía para completar el registro y la configuración de la aplicación, ingrese [Dispositivo-Dispositivo] y seleccione el código Bluetooth que coincide con el dispositivo que desea conectar.
- Después de que la APLICACIÓN se conecte correctamente al dispositivo, ingresará automáticamente a la página de inicio para sincronizar los datos, y el teléfono móvil y el reloj sincronizan automáticamente la fecha, la hora y el idioma del teléfono.

Instrucciones de operación del equipo

- Botón tácil: generalmente, una presión prolongada de un botón tácil es para ingresar a una función específica, y una presión corta es para cambiar la interfaz.
- Carátula de reloj del reloj: mantenga presionado el botón tácil en la interfaz de la carátula del reloj para ingresar a la interfaz de cambio de la carátula del reloj, presione brevemente para ver la carátula del reloj, presione prolongadamente para seleccionar la carátula del reloj. El dispositivo viene con 2 dialas, también puede agregar a la aplicación Keep Health [centro de marcado de interfaz
- Deportes: mantenga presionado el botón tácil en la interfaz de deportes para ingresar a la interfaz de deportes secundaria. Tus deportes se muestran por defecto. Presione brevemente el botón tácil para ver, presione prolongadamente para comenzar a hacer ejercicio. Presione brevemente el botón tácil durante el ejercicio para pausar (continuar si presiona prolongadamente para finalizar el ejercicio. Puede ver el ejercicio en la aplicación (Dispositivo-más deportes). Nota: Se pueden editar más modos deportivos en la aplicación — dispositivo — más — modo deportivo.
- Más: Más interfaces Mantenga pulsado el botón tácil para acceder a la interfaz secundaria.
- Cronómetro: mantenga presionado el botón tácil en la interfaz del cronómetro para iniciar el cronómetro. Durante el cronómetro, presione brevemente el botón tácil para pausar / continuar, presione prolongadamente para salir del cronómetro.
- Buscar un teléfono móvil: mantenga presionado el botón tácil en la interfaz de búsqueda móvil para comenzar a buscar un teléfono móvil, y el teléfono móvil emitirá un sonido de alerta. Recordatorio de búsqueda del teléfono móvil. (La aplicación debe seguir que la APLICACIÓN siga ejecutándose en el fondo del teléfono móvil)
- Información del dispositivo: la interfaz de información del dispositivo muestra el modelo, el nombre de Bluetooth y la versión.
- Apagar: Mantenga presionado el botón tácil en la interfaz de apagado para apagar el dispositivo.
- Restablecimiento de fábrica: mantenga presionado el botón tácil en la interfaz de restablecimiento de fábrica para restablecer el dispositivo a la configuración de fábrica

Instrucciones de funcionamiento de la aplicación

- **APP--Hogar**

La página de inicio muestra información, que incluye: Recuento de pasos, consumo, distancia, ejercicio al aire libre, registro de ejercicio, temperatura corporal, frecuencia cardíaca, sueño, presión arterial, oxígeno en sangre, ciclo menstrual, agua, registro de pasos, salud de la mujer. También puede sumar / ocultar los módulos correspondientes según sus propios hábitos de vida.

- **APP--Dispositivo**

La configuración de fondo del dispositivo, que incluye: Vinculación y desvinculación de dispositivos inteligentes y aplicaciones, ejecución de aplicaciones en segundo plano del fondo del teléfono móvil, notificación de mensajes, configuración del dispositivo, centro de marcación, configuración de objetivos, detección de la frecuencia cardíaca, detección de la temperatura corporal, temperatura corporal, sueño, sedentario, recordatorio de agua potable, mujeres sanas, equipo de búsqueda, control de música, control de la cámara, versión de firmware, restablecimiento de la configuración de fábrica.

- **APP--Me**

Visualización y configuración relacionadas con la cuenta, que incluyen: Información personal, familia, configuración del sistema, preguntas frecuentes, comentarios sobre problemas, sobre nosotros. "La familia se divide en "cuenta familiar" y "personas que me preocupan". La "cuenta familiar" puede agregar varios miembros para administrar varios dispositivos de miembros a toda familia, y mother a los tutores a administrar conjuntamente los dispositivos de los miembros. "Las personas que me importan" pueden ver los datos familiares de forma remota si se preocupan por los demás.

Las cosas se preparan

- No raye la pantalla ni el sensor del dispositivo y protéjalo de daños.
- Utilice un paño húmedo para limpiar la superficie del dispositivo y use jabón suave y agua para eliminar el aceite o el polvo.
- No exponga el dispositivo a entornos con sustancias químicas fuertes, como gasolina, disolventes de limpieza, propanol, alcohol o repelente de insectos. Las sustancias químicas dañarán el sello del dispositivo y la superficie de la carcasa.
- Evite que su equipo quede expuesto a golpes violentos y exposición a temperaturas extremadamente altas.
- La lente y el estuche son impermeables cuando están intactos. Después de un deterioro o rotura, el rendimiento y el rendimiento a prueba de agua se verá afectado. No sumerja el dispositivo en agua caliente, agua de mar o solución química.
- Utilice el cable de carga original para cargar el dispositivo.

Nota: este equipo no es un dispositivo médico. Los datos y la información proporcionada son solo para referencia.

I Manuale di avvio rapido

Metodo di download dell'APP

- Scansione del codice: Scansiona il codice QR per scaricare e installare l'applicazione
- Android: cerca "Keep Health" su Google Play per scaricare e installare l'app
- Apple: cerca "Keep Health" sull'App Store per scaricare e installare l'app

Nota: adattarsi a sistemi Android 5.0 o iOS 9.0 e versioni successive che supportano Bluetooth 4.0 BLE

Preparazione prima dell'uso

Per il primo utilizzo, tieni premuto il pulsante a sfioramento per accendere il dispositivo. Se non può essere acceso, caricare prima il dispositivo.

Connessione dispositivo e APP

- Premere a lungo il pulsante a sfioramento per accendere il telefono, assicurarsi che il Bluetooth del telefono sia acceso (Android deve attivare l'autorizzazione alla posizione GPS)
- Apri l'APP Keep Health sul telefono cellulare, segui le istruzioni della pagina della guida per completare la registrazione e l'impostazione dell'APP, inserisci [Device-Bind Device] e selezione il codice Bluetooth che corrisponde al dispositivo da connettere.
- Dopo che l'APP è stata collegata correttamente al dispositivo, entrerà automaticamente nella homepage per sincronizzare i dati e il dispositivo sincronizzerà automaticamente la data, l'ora e la lingua del telefono.

Istruzioni per l'uso dell'attrezzatura

- Pulsante a sfioramento in genere, una pressione prolungata di un pulsante a sfioramento serve per accedere a una determinata funzione e una pressione breve serve per cambiare l'interfaccia.
- Cambio quadrante: premere a lungo il pulsante a sfioramento nell'interfaccia del quadrante del orologio per accedere all'interfaccia di commutazione del quadrante, premere brevemente per visualizzare il quadrante, premere a lungo per selezionare il quadrante. Il dispositivo viene fornito con 6 quadranti, può anche accedere all'interfaccia di commutazione del quadrante dell'APP (impostazione dell'APP) [Device-Bind Device] e selezione il codice Bluetooth che corrisponde al dispositivo da connettere.
- Sonno: l'interfaccia del sonno mostra la durata del sonno della notte scorsa. Indossa il dispositivo di notte per sostituirlo, il dispositivo monitorerà automaticamente i dati del sonno.
- Sport: tieni premuto il pulsante a sfioramento sulla pagina dello sport per accedere alla pagina secondaria di selezione sport. Per impostazione predefinita vengono visualizzati quattro sport. Premere brevemente il pulsante a sfioramento per visualizzare, premere a lungo per iniziare l'allenamento. Premere brevemente il pulsante a sfioramento durante l'allenamento per sospendere (se non si preme a lungo per terminare l'esercizio). Il record dell'allenamento verrà salvato dopo tre minuti di esercizio. Nota: è possibile modificare più modalità sportive in APP---device---more---modalità sport)
- Altro: Altre interfacce Premere a lungo il pulsante a sfioramento per accedere all'interfaccia secondaria.
- Cronometro: premere a lungo il pulsante a sfioramento sull'interfaccia del cronometro per avviare il cronometro. Durante il cronometro, premere brevemente il pulsante a sfioramento per mettere in pausa/continuare, premere a lungo per uscire dal cronometro.
- Trova un telefono cellulare: premi a lungo il pulsante a sfioramento sull'interfaccia di ricerca mobile per iniziare a cercare un telefono cellulare, il telefono cellulare riprodurrà un segnale acustico. Nota: per chiusa la funzione di telefono cellulare è necessario che l'APP sia in funzione in background sul telefono cellulare)
- Informazioni sul dispositivo: l'interfaccia delle informazioni sul dispositivo visualizza il modello, il nome Bluetooth e la versione.
- Spegimento: tenere premuto il pulsante a sfioramento sull'interfaccia di spegimento per spegnere il dispositivo.
- Ripristino delle impostazioni di fabbrica: premere a lungo il pulsante a sfioramento sull'interfaccia di ripristino delle impostazioni di fabbrica per ripristinare il dispositivo alle impostazioni di fabbrica

Istruzioni per l'uso dell'APP

- **APP--Casa**

La home page visualizza informazioni, tra cui: Conteggio dei passi, consumo, distanza, esercizio all'aperto, registro degli esercizi, temperatura corporea, frequenza cardiaca, ossigeno, pressione sanguigna, ossigeno nel sangue, promemoria dell'acqua, registro dei passi, salute delle donne. Può anche aggiungere / nascondere i moduli corrispondenti in base alle tue abitudini di vita.

- **APP--Dispositivo**

Le impostazioni in background del dispositivo, tra cui: Associazione e dissociazione di dispositivi intelligenti e applicazioni, l'esecuzione dell'APP dallo sfondo del telefono cellulare, notifiche dei messaggi, impostazione del dispositivo, centro di marcatura, impostazione degli obiettivi, rilevamento della frequenza cardiaca, rilevamento del tempo della temperatura corporea, schermo che gira il polso, promemoria sedentario, promemoria per bere acqua, donne sane, ricerca del dispositivo, musica, controllo della fotocamera, versione del firmware, ripristino delle impostazioni di fabbrica.

- **APP--Me**

Visualizzazione e impostazione relative all'account, tra cui: informazioni personali, famiglia, impostazioni di sistema, domande frequenti, feedback sui problemi, informazioni su noi. "La famiglia è divisa in "conto famiglia" e "persone a cui tengo". "Account famiglia" può aggiungere più membri per gestire più dispositivi di famiglia, e la mamma può gestire più dispositivi di membri. "Le persone a cui tengo" possono visualizzare in remoto i dati della famiglia prendendosi cura degli altri.

Le cose si preparano

- Non graffiare il display e il sensore del dispositivo e proteggerlo da eventuali danni.
- Utilizzare un panno umido per pulire la superficie del dispositivo e utilizzare sapone e sapone neutro per