



G53

## G53 SMART WATCH USER MANUAL

PLEASE READ THE USER MANUAL BEFORE USE

English ..... 1

Deutsch.....10

French ..... 20

Español ..... 30

Italian ..... 40

Japanese ..... 50

Русский язык.....60

### G53 Smart Watch User Manual



Please read this instruction carefully before using

#### Instruction

When using the watch for the first time, please ensure that the watch has enough power. If the watch cannot be powered on due to low power, please charge it for about 2 hours. After charging, the watch will turn on automatically.

#### Component Introduction



touch screen

- Click once - screen off or on
- Double click - enter menu style
- Press on/off for a long time Sports mode

-1-

#### charging

Before using the watch, please ensure that the watch has sufficient power and automatically connect the magnetic cable to the charging position of the watch, as shown in the picture



-2-

#### Download the " DEKE Fit" APP

Android terminal: in my app Search for "DEKE Fit" to download.

IOS terminal: Search for "DEKE Fit" in the app store to download. Or scan the QR code to download.



#### How to operate

Press the button to wake up the screen

- 1) Screen swipe left: Select functional options including exercise data, heart rate, blood oxygen, sleep, music, voice assistant, weather, and gaming.
- 2) Swipe screen to the right: enter menu mode
- 3) Swipe down the screen: sound settings, more settings, menu tools, undisturbed mode, Bluetooth settings, brightness adjustment

-3-

- 4) Swipe up the screen to display information.
- 5) After the "long press screen" on the dial becomes smaller, slide the screen to the left or Slide to the right to replace the dial.



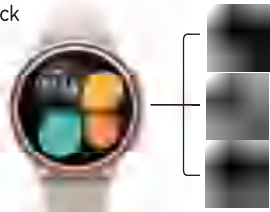
#### Key features

1. You can press a button to return, or long press to turn off and on the power. When double clicking the button to select a function option, the main dial will display and swipe the selected functions on the screen, such as exercise, exercise, SOS, etc

-4-

Call, heart rate, sleep, blood oxygen, weather, music, information, alarm clock, stress, emotions, respiratory rate, breathing training, gaming, voice assistant, hand up screen, UV, medication reminder, more, settings.

2. Next click to open sports mode



-5-

#### Q&A

##### The watch cannot be opened

Press and hold the power button for more than 3 seconds. Sometimes it may be due to low battery power. This watch won't open, so it needs to be charged in a timely manner.

##### Bluetooth disconnected or unavailable

1. Restart the watch and reconnect.
2. Please restart your phone's Bluetooth and reconnect.
3. Do not connect your phone to other devices (For more details, please go to the APP, My - Help Center)

-6-

##### Incorrect heart rate/blood oxygen measurement

- 1.The most common cause is poor contact between the watch sensor and the body.
- 2.When measuring, please make sure that the sensor is in complete contact with the wrist.
3. Due to the possibility of errors in testing individuals with different skin colors, it is necessary to test multiple times for calibration

##### Sleep data is not accurate enough

1. Sleeping monitoring is to simulate the natural state of falling asleep and getting up. When you use this function, you should wear the watch normally.
2. Wear it when you fall asleep too late or begin to sleep, which may cause errors.
3. Sleep data is not monitored during the day, and the sleep monitoring time is from 9:30 PM to the next day at noon 12:00.

For more common questions, please refer to the app [My]>[Frequently Asked Questions].

-8-

### G53 Smart Watch Bedienungsanleitung



Bitte lesen Sie die Anweisung vor dem Gebrauch sorgfältig durch

-10-

#### Anleitung

Wenn Sie eine Uhr zum ersten Mal verwenden, achten Sie bitte darauf, dass die Uhr genügend Energie verfügt. Wenn die Uhr aufgrund schwacher Batterie nicht verfügbar ist, bitte laden Sie es ca. 2 Stunden auf. Nach dem Aufladen werden die Uhr schaltet sich automatisch ein.

#### Einführung der Komponenten



Touchscreen

- Einmal klicken - Bildschirm aus oder an
- Doppelklick - um den Menüstil einzugeben
- Lange drücken- ein-/ ausschalten Sport-Modus

-11-

#### Aufladung

Bevor Sie die Uhr verwenden, stellen Sie bitte sicher, dass die Uhr ausreichend Strom hat und schließen Sie das Magnetkabel automatisch an die Ladeposition der Uhr an, wie im Bild gezeigt.



-12-

#### Laden Sie die "DEKE Fit"- Anwendung herunter

Android-Terminal: Suchen Sie in "Meine APP" nach "DEKE Fit" zum Herunterladen.

IOS-Terminal: Suchen Sie im App Store nach "DEKE Fit" zum Herunterladen. Oder scannen Sie den QR-Code zum Download.



#### Wie zu bedienen

Drücken Sie die Taste, um den Bildschirm zu wecken

- 1) Bildschirmwischen nach links: Wählen Sie funktionale Optionen wie Trainingsdaten, Herzfrequenz, Blutsauerstoff, Schlaf, Musik, Sprachassistent, Wetter und Gaming.
- 2) Wischen Sie den Bildschirm nach rechts: in den Menümodus wechseln
- 3) Streichen Sie den Bildschirm nach unten: Soundeinstellungen, weitere Einstellungen, Menütools, ungestörter Modus, Bluetooth-Einstellungen, Helligkeitsanpassung
- 4) Wischen Sie den Bildschirm nach oben, um Informationen anzuzeigen.

-13-

B: Nachdem der "lange Druckbildschirm" auf dem Zifferblatt kleiner geworden ist, schieben Sie den Bildschirm nach links oder schieben Sie nach rechts, um das Zifferblatt zu ersetzen.



#### Hauptmerkmale

1. Sie können eine Taste drücken, um zurückzukehren, oder lange drücken, um das Gerät auszuschalten und einzuschalten. Wenn Sie auf die Schaltfläche doppelklicken, um eine Funktionsoption auszuwählen, wird das Hauptrad angezeigt und wischen Sie die ausgewählten Funktionen auf dem Bildschirm, wie Training, Sport, SOS,

-14-

Anruf, Herzfrequenz, Schlaf, Blutsauerstoff, Wetter, Musik, Informationen, Wecker, Stress, Emotionen, Atemfrequenz, Atmungstraining, Spiele, Sprachassistent, Handhebung zur Einschaltung des Bildschirms, UV, Medikamenten Erinnerung, mehr Einstellungen.

- 2.Klicken Sie einmal die Taste unten, um den Sportmodus zu öffnen.



-15-

#### Q&A

##### Die Uhr kann nicht geöffnet werden

Halten Sie die Ein-/Aus-Taste länger als drei Sekunden gedrückt. Manchmal kann es an einer niedrigen Batterieleistung liegen. Diese Uhr öffnet sich nicht, daher muss sie rechtzeitig aufgeladen werden.

##### Bluetooth getrennt oder nicht verfügbar

1. Starten Sie die Uhr neu und verbinden Sie sie erneut.
2. Bitte starten Sie das Bluetooth Ihres Telefons neu und stellen Sie die Verbindung wieder her.

-16-

3. Verbinden Sie Ihr Telefon nicht mit anderen Geräten (Weitere Informationen finden Sie in der APP, My-Help Center)

##### Falsche Herzfrequenz-/ Blutsauerstoffmessung

1. Die häufigste Ursache ist ein schlechter Kontakt zwischen dem Uhrensensord und dem Gehäuse.
2. Achten Sie beim Messen darauf, dass der Sensor in vollem Kontakt mit dem Handgelenk steht.
3. Weil jeder Mensch einen anderen Hautton hat, kann es zu Fehlern im Test kommen, so dass es notwendig ist, mehrere Tests zur Kalibrierung durchzuführen.

-17-

##### Schlafdaten sind nicht genau genug

1. Schlafüberwachung simuliert den natürlichen Zustand des Einschlafens und Aufwachens. Wenn Sie diese Funktion verwenden, sollten Sie eine Uhr normal tragen.
- 2.Tragen Sie es, wenn Sie zu spät ins Bett gehen oder anfangen zu schlafen, was zu Fehlern führen kann.
3. Schlafdaten werden tagsüber nicht überwacht, und die Schlafüberwachungszeit beträgt von 9:30 Uhr bis 12:00 Uhr am nächsten Tag. Weitere häufig gestellte Fragen finden Sie in der App [Meine]>[Häufig gestellte Fragen].

-18-

### G53 Montre Connectée Manuel de l'Utilisateur



Veuillez lire attentivement ce manuel avant utilisation

-20-

#### Introduction

Lorsque vous utilisez votre montre pour la première fois, assurez-vous qu'elle dispose de suffisamment de puissance. Si la montre ne peut pas être allumée en raison d'une alimentation insuffisante, veuillez la charger pendant environ 2 heures. Après le chargement, la montre s'allumera automatiquement.

#### Introduction aux composants



Écran tactile

- Cliquez une fois - Éteignez ou allumez l'écran
- Double-cliquez - Entrez le style de menu
- Appui long - Allumer/Fermer Mode sportif

-21-

#### Charge

Avant d'utiliser la montre, assurez-vous que la montre a suffisamment de puissance et connectez automatiquement le câble magnétique à la position de charge de la montre comme indiqué sur l'image.



-22-

#### Téléchargez l'APP "DEKE Fit"

Terminal Android: Recherchez "DEKE Fit" dans mon App pour télécharger.

Terminal iOS: Recherchez "DEKE Fit" dans App Store pour télécharger. Ou téléchargez-le en scannant le code QR.



-23-

Appels, fréquence cardiaque, sommeil, oxygène dans le sang, météo,musique, messages, réveil, stress, humeur, rythme respiratoire, entraînement respiratoire, jeux, assistant vocal, écran lumineux en levant le poignet, UV, rappel de médicaments, etc.

2. Appuyez une fois sur le bouton ci-dessous activera le mode sport.



-25-

#### Q&A

##### La montre ne peut pas être allumée

Maintenez le bouton d'alimentation enfoncé pendant plus de 3 secondes. Parfois, il est possible que la batterie soit faible. La montre ne s'allume pas, alors Chargez-la à temps.

##### Bluetooth est déconnecté ou indisponible

1. Redémarrez la montre et reconnectez-la.
2. Veuillez redémarrer le Bluetooth de votre téléphone, puis reconnectez-le.
3. Ne connectez pas votre téléphone à un autre.

-26-

(Pour plus de détails, veuillez vous rendre sur l'APP, mon centre d'aide)

##### Mesure incorrecte de la fréquence cardiaque / l'oxygène dans le sang

1. La raison la plus courante est un mauvais contact entre le capteur de la montre et le corps.
2. Lors de la mesure, veuillez noter que le capteur est en contact complet avec votre poignet.
3. Étant donné que la couleur de la peau de chacun est différente, il peut y avoir des erreurs dans le test, il est donc nécessaire d'effectuer plusieurs tests pour l'étalonnage.

-27-

##### Les données de sommeil ne sont pas assez précises.

1. La surveillance du sommeil est un état naturel qui simule l'endormissement et le réveil. Lorsque vous utilisez cette fonction, vous devez porter la montre normalement.
2. Cela peut conduire à des erreurs lorsque vous vous couchez trop tard ou que vous le portez après vous être endormi.
3. Pendant la journée, les données de sommeil ne sont pas surveillées, le temps de surveillance du sommeil est de 21h30 à 12h00 le lendemain.

-28-

Pour plus de questions fréquemment posées, consultez app [Mon] > [FAQ].

-29-



After-sales service  
E-mail: eu@vippsg.com



## G53 Reloj Inteligente

### Manual del Usuario



Por favor lea atentamente esta instrucci3nt antes de usar.

Llamar, frecuencia cardíaca, sueño, oxígeno en sangre, clima, música, información, despertador, estrés, Estado de ánimo, tasa de respiración, ejercicios de respiración, juegos, asistentes de voz, levantar para activar, rayo ultravioleta, recordatorios de medicamentos, más, ajustes.

2. Haga clic en el botón siguiente para abrir el modo de deportes

## G53 Smartwatch

### Manuale Utente



Si prega di leggere con attenzioni il manuale prima dell'uso

chiamata, frequenza cardiaca, sonno, ossigeno nel sangue, meteo, musica, messaggi, sveglia, stress, emozioni, frequenza respiratoria, allenamento respiratorio, gioco, assistente vocale, ruota il polso per attivare, UV, promemoria di farmaci, altro, impostazioni.

2. Fare clic sul secondo pulsante per aprire la modalità sport.

## G53通話機能付きスマートウォッチ取扱説明書



本製品をご利用の前に、必ずこの取扱説明書をお読みください。

通話、心拍数、睡眠、血中酸素、天気、音楽、情報、目覚まし時計、ストレス、情緒、呼吸率、呼吸訓練、ゲーム、音声アシスタント、手を上げて画面を明るくし、紫外線、薬を飲んで注意し、より多く、設置する。

2.下ボタンをクリックして、運動モードを開きます



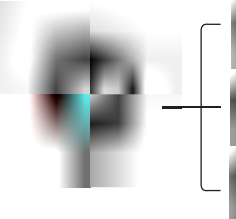
## G53 Руководство пользователя умных часов



Перед использованием внимательно прочитайте инструкцию.

Звонки, частота сердечных сокращений, сон, кислород в крови, погода, музыка, информация, будильник, стресс, настроение, скорость дыхания, дыхательные тренировки, игры, голосовые помощники, поднятые руки на яркий экран, ультрафиолет, предупреждение о приеме лекарств, больше, настройки.

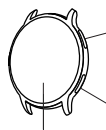
2.Нажмите кнопку вниз, чтобы открыть режим движения



### Instrucciones

Cuando use un reloj por primera vez, asegúrese de que el reloj esté lleno.Suficiente motivación. Si el reloj no tiene electricidad debido a la falta de electricidat Encendido por ley, por favor cargue durante aproximadamente 2 horas. Después de cargar, el reloj se encenderá automáticamente.

### Introducción de componentes



Pantalla táctil

Haga clic una vez – apague la pantalla o brille la pantalla  
Doble clic – entrar en el estilo del menú  
Pulsación larga para encender/apagar  
Modo deportivo

### Q&A

#### El reloj no se puede abrir

Presione el botón de encendido durante más de 3 segundos.  
A veces puede ser que la batería sea baja. Este reloj no se puede abrir, por lo que hay que cargarlo a tiempo.

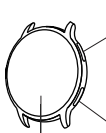
#### Bluetooth desconectado o no disponible

1. Reinicie el reloj y vuelva a reconecte.
2. Reinicie el Bluetooth de su teléfono y luego vuelva a conectarse.
3. No conecte su teléfono a otros (para más detalles, vaya a la app, la mía – Centro de ayuda)

### Istruzioni

Quando si usa l'orologio per la prima volta, accertarsi che l'orologio abbia una carica sufficiente. Se l'orologio non può essere acceso a causa di una carica insufficiente, caricarlo per circa 2 ore. Dopo la carica, l'orologio si accenderà automaticamente.

### Introduzione del componente



Touch screen

Fare clic una volta – schermo spento o acceso  
Doppio clic – inserisci lo stile del menu  
Premere per lungo tempo – on/off  
Modalità sport

### Q&A

#### L'orologio non può essere aperto

Tenere premuto il pulsante di accensione per più di 3 secondi.  
A volte può essere dovuto a bassa potenza della batteria, l'orologio non si apre, quindi deve essere caricato in modo tempestivo.

#### Bluetooth disconnesso o non disponibile

1. Riavviare l'orologio e riconnettersi.
2. Riavviare il Bluetooth del telefono e riconnettersi.
3. Non collegare il telefono ad altri dispositivi.  
(Per maggiori dettagli, si prega di andare alla APP, My – Help Center)

### 操作説明

初めてご利用になる前に、電池が十分に充電されていることを確認してください。  
電源が足りない場合、本製品が起動しないことがありますので、ご注意ください。  
初回充電時間は約2時間です。満充電になると、自動的に電源が入ります。

### コンポーネントの概要



タッチスクリーン

1回クリック=スクリーンを消すか、ハイライトします  
ダブルクリック=メニュースタイルへ オン/オフを長時間押す  
運動モード

### よくある質問

#### ウォッチの電源が入っていない場合

パワーボタンを3秒以上長押ししてください。  
バッテリー残量が少なくなり、ウォッチの電源が入なくなることがありますので、時間をおいて充電してください。

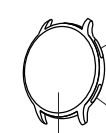
#### Bluetoothが切断された、または使用できない場合

1. ウォッチを再起動し、もう一度接続してください。
2. 携帯電話のBluetoothを再起動し、再接続してください。

### Инструкции

При первом использовании часов убедитесь, что у вас достаточно электричества. Если часы не могут подключиться из - за низкой мощности. Заряжайте его около 2 часов, и часы автоматически включатся.

#### Введение компонентовНажмите один раз - выкл



Сенсорный экран

ючите или выключите экран  
Двойной щелчок - входной стиль меню  
Длительное включение / выключение  
Модель движения

### Q&A

#### Этот стол не открывается.

Нажмите кнопку питания более 3 секунд. Иногда это может быть низкая зарядка батареи. Часы не работают. Поэтому заряжайте вовремя.

#### Bluetooth отключен или недоступен

- 1.Перезапустите часы и соедините заново
2. Пожалуйста, перезапустите мобильный Bluetooth и соедините его заново
- 3.Не подключайте свой телефон к другим

### Carga

Antes de usar el reloj, asegúrese de que el reloj tenga suficiente potencia y se conecte automáticamente el cable magnético a la posición de carga del reloj, que se puede ver en la figura.

### Descargue la APP"DEKE Fit"

Terminal Android: Busque y descargue "DEKE Fit" en "APP Store".  
Terminal IOS: Busque y descargue "DEKE Fit" en "App Store". O escanee el código QR para descargar.



#### Medición incorrecta de la frecuencia cardíaca / oxígeno en sangre

1. La razón más común es el mal contacto entre el sensor del reloj y el fuselaje.
2. Al medir, preste atención al contacto completo del sensor con la muñeca.
3. Debido a que puede haber errores en las diferentes pruebas de color de piel de cada persona, es necesario realizar varias pruebas más para calibrar.



#### Los datos del sueño no son lo suficientemente precisos

### Carica

Prima di utilizzare l'orologio, assicurarsi che l'orologio abbia una carica sufficiente, mettere il cavo magnetico alla posizione di ricarica dell'orologio, come nell'immagine.

### Scaricare APP"DEKE Fit"

Android: Cercare "DEKE Fit" sul"Myapp"e scaricarlo.  
IOS: Cercare "DEKE Fit" sul " App Store " e scaricarlo. O scaricare l'App tramite la scansione del QR code.



#### Misurazione errata della frequenza cardiaca/ossigeno nel sangue

- 1.La causa più comune è lo scarso contatto tra il sensore dell'orologio e il corpo.
- 2.Durante la misurazione, assicurarsi che il sensore sia in completo contatto con il polso.
3. A causa della possibilità di errori nel test di individui con diversi colori della pelle, è necessario testare più volte per la calibrazione.

### 充電

ご利用の前に、バッテリーが完全に充電されていることを確認してください。  
充電は、同梱の磁気充電器を写真のように本体の充電接点に接続してください。

### App「"DEKE Fit"」をダウンロード

Androidの場合:アプリストアで「" DEKE Fit "」を検索し、Appをダウンロードすることもできます。  
IOSの場合:App Storeで " DEKE Fit "」を検索し、App をダウンロードすることもできます。下記の QRコードをスキャンし、専用のAppをダウンロードすることができます。



3. お手持ちの携帯電話を他の機器に接続することは避けてください。



#### 心拍数/血中酸素測定が正しくない

- 1.最も一般的な理由は、腕時計センサーと本体との接触不良である。
- 2.測定する時、センサーが手首に完全に接続していることに注意してください。
- 3.各人の肌の色によってテストに誤差がある可能性があるため、何度もテストしてキャリブレーションを行う必要がある



#### 睡眠データが正しく表示されていません。

- 1.睡眠モニターは、入眠と覚醒の自然な状態を

### Зарядка

Перед использованием часов. Убедитесь, что часы имеют достаточное питание и автоматически подключают магнитный кабель к месту зарядки часов, как показано на рисунке

### Скачать приложение ""DEKE Fit""

Терминал Android: в моем приложении Поиск "DEKE Fit" скачать.  
Терминал iOS: поиск загрузки "DEKE Fit" в магазине приложений. Или сканировать QR - код для загрузки.



#### Неправильное измерение сердечного ритма / кислорода

- 1.Наиболее распространенной причиной является плохой контакт между датчиками часов и физиологием.
- 2.При измерении обратите внимание, что датчик находится в полном контакте с запястьем.
- 3.Из - за возможных ошибок в тестах на разные цвета кожи у каждого человека требуется несколько дополнительных тестов для калибровки  
Данные о сне неточны



#### Данные о сне неточны.

- 1.Мониторинг сна - это естественное состояние, которое имитирует сон и вставание. Когда вы используете эту функцию, вы должны регулярно носить часы.

### Cómo operar

A Presione el botón para despertar la pantalla

- 1) Desliza la pantalla hacia la izquierda: seleccione las opciones funcionales, incluidos datos de movimiento, frecuencia cardíaca, oxígeno en sangre, sueño, música, asistente de voz, clima, juegos.
- 2) Desliza la pantalla hacia la derecha: ingrese al modo menú
- 3) Desliza la pantalla hacia abajo: configuración de sonido, más configuración, herramientas de menú, modo sin molestias, configuración bluetooth, ajuste de brillo
- 4) Deslice la pantalla hacia arriba: muestra información.



1. El monitoreo del sueño es un estado natural que simula dormir y levantarse. cuando utilice esta función, debes usar un reloj normalmente.
2. Póngase esto cuando duerma demasiado tarde o comience a dormir, lo que puede causar errores.
3. Los datos del sueño no se monitorean durante el día, y el tiempo de monitoreo del sueño es de 21: 30 a 12: 00 al día siguiente.  
Para más preguntas frecuentes, consulte la aplicación [Mi] > [Preguntas Frecuentes].

### Come operare

- Premere il pulsante per attivare lo schermo.
- 1) Scorre lo schermo a sinistra: Selezionare le opzioni funzionali tra cui dati di esercizio, frequenza cardiaca, ossigeno nel sangue, sonno, musica, assistente vocale, meteo e gioco.
  - 2) Scorre lo schermo verso destra: entra nella modalità menu.
  - 3) Scorre lo schermo verso il basso: impostazioni audio, più impostazioni, strumenti del menu, modalità non disturbare, impostazioni Bluetooth, regolazione della luminosità.
  - 4) Scorre lo schermo verso l'alto: visualizzare le informazioni.



#### I dati sul sonno non sono sufficientemente accurati

1. Il monitoraggio del sonno simula lo stato naturale dell'addormentamento e del risveglio. Quando si utilizza questa funzione, l'orologio deve essere indossato normalmente.
2. Se si dorme troppo tardi o lo si indossa dopo essersi addormentati, si possono verificare errori.
3. I dati sul sonno non vengono monitorati durante il giorno. Il monitoraggio del sonno avviene dalle 21:30 alle 12:00 del giorno successivo.

Per ulteriori domande frequenti, consultare l'APP [My] > [FAQ].

### 操作方法

- Aボタンを押してスクリーンを起動する
- 1)画面を左にスライド:運動データ、心拍数、血中酸素、睡眠、音楽、音声アシスタント、天気、ゲームなどの機能オプションを選択します。
  - 2)画面を右にスライド:メニューモードに入る
  - 3)画面を下にスライド:サウンド設定、その他の設定、メニューツール、ノイズフリーモード、Bluetooth設定、輝度調整
  - 4)画面を上スにスライド:情報を表示します。
- B: 文字盤の「長押し画面」文字盤が小さくなったら、画面を左にスライドするか、右にスライドすると、文字盤を交換できます。

睡眠データが正確ではありません  
擬して設計されています。  
入眠と覚醒の自然な状態を再現しています。 この機能を使用するときは、時計を普通に装着してください。  
2. 眠るのが遅すぎるときや、眠り始めたときに装着すると、エラーになることがあります。  
3. 日中は睡眠データの監視は行わず、夜9時30分から翌日昼12時までの睡眠を監視しています。  
FAQの詳細については、APP[My]>[FAQ]を参照してください。

### Как действовать

Нажмите кнопку, чтобы разбудить экран  
1) Экран сколзит влево: выберите функциональные опции, которые включают данные о движении, частоту сердечных сокращений, кислород в крови, сон, музыку, голосовых помощников, погоду, игры.  
2) Переместить экран вправо: войти в режим меню  
3) Передвинуть экран вниз: настройки звука, больше настроек, инструменты меню, режим без помех, настройки Bluetooth, настройки яркости  
4) Скользящий экран вверх: Показать информацию.  
B: После того, как циферблат « Длинный нажатие на экран» на циферблате становится меньше, он перемещает экран влево или Скользя вправо, можно заменить циферблат.

B: "Mantenga presionada la pantalla" en la esfera del reloj. Después de que la esfera del reloj se haga más pequeña, deslice la pantalla hacia la izquierda o Deslízate hacia la derecha para cambiar las esferas del reloj.



### Funciones clave

1. Puede presionar un botón para regresar o presionar prolongadamente para apagar y encender. Al hacer doble clic en el botón para seleccionar una opción de función, se muestra el dial principal y la función seleccionada en la pantalla deslizando, como ejercicio, deportes, SOS

B: "Premere a lungo lo schermo" sull'orologio, quando il quadrante diventa più piccolo, scorrere lo schermo verso sinistra o verso destra per cambiare il quadrante.



### Funzioni dei pulsanti

1. È possibile premere il primo pulsante per tornare indietro o premere a lungo per spegnere e accendere l'orologio. Quando viene visualizzato il quadrante principale, premere brevemente per selezionare la funzione e far scorrere lo schermo verso l'alto e verso il basso per selezionare altre funzioni, ad esempio allenamento, sport, SOS,

### 主な機能

- 1.ボタンを押して戻るか、長押しで電源を切り、オンにすることができます。キーをダブルクリックして機能オプションを選択すると、マスターダイヤル表示、スライド画面で選択された機能（トレーニング、運動、SOS、

### Ключевые функции

- 1.Вы можете нажать кнопку назад или долго, чтобы выключить и включить питание. Двойной щелчок клавиши для выбора функциональных параметров, когда основной набор отображается, и скользящий экран выбирает функции, такие как упражнения, спорт, SOS