

# OOQE



## WATCH CS PRO

## HANDLEIDING NEDERLANDS

### Inhoudsopgave

Inhoud verpakking	2
Specificaties	2
Opladen van je OOQE WATCH CS PRO	3
OOQE WATCH CS PRO aanzetten/uitzetten	4
Downloaden bijbehorende Da Fit app	4
Koppelen met je smartphone	4
Instellen welke notificaties je ontvangt	5
Loskoppelen OOQE WATCH CS PRO	5
Verschillende handelingen	7
Funcies uitgebreid overzicht	8
Overige functies via de Da Fit app	11
Waarschuwingen en aandachtspunten	14

## Bedankt voor je aankoop

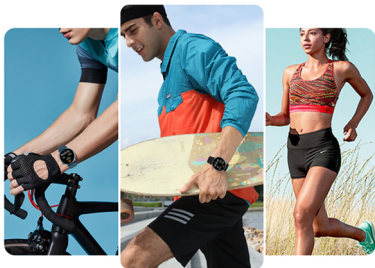
Welkom bij OOQE! Wij wensen je heel veel plezier met je OOQE Watch CS Pro.

## Het OOQE Team staat altijd klaar

Bij vragen, opmerkingen of defecten kun je ons mailen naar [info@ooqe.nl](mailto:info@ooqe.nl). Wij doen ons uiterste best om binnen 1 werkdag te reageren!

## Maak kennis met de OOQE WATCH CS PRO

De OOQE Watch CS Pro is een geavanceerde smartwatch met baanbrekende sensoren, innovaties en functies om belangrijke lichamelijke parameters te meten, je sportactiviteiten en gewicht te managen en om het dagelijkse leven overzichtelijker te maken.

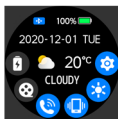
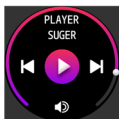
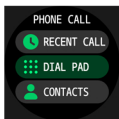
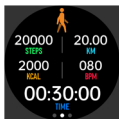
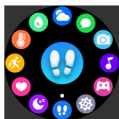


## Inhoud verpakking

- OOQE Watch CS Pro
- OOQE Watch CS Pro bandjes. De afneembare bandjes van de OOQE Watch CS Pro zijn verkrijgbaar in verschillende kleuren en materialen.
- OOQE Fastcharger
- Handleiding

## Specificaties

- Batterijvermogen: 230mAh
- Waterbestendigheid: IP67
- Diameter: 44mm
- Gewicht horlogekast: 23 gram
- Draadloze verbinding: Bluetooth 5.2
- Werkt op Android 4.4 en hoger en IOS 8.0 en hoger
- Laadtijd: 1-2 uur



## Opladen van je OOQE WATCH CS PRO

1. Bevestig de meegeleverde oplaadkabel aan een UL/CE gecertificeerde USB adapter en stop deze in een stopcontact. Gebruik een adapter met een vermogen van 5V 0,5A voor een optimale levensduur van de batterij. Als je geen USB adapter hebt, kun je de kabel ook direct aansluiten op je laptop, pc of powerbank. Deze hebben vaak een output van 0,5A.
2. Plaats de magnetische kop van de oplaadkabel op de achterkant van de Watch. Zorg ervoor dat de oplaadpunten aan de achterkant van de Watch correct zijn bevestigd met de magnetische kop.
3. Als de verbinding succesvol is, verschijnt het oplaadpictogram op het scherm.
4. Je kunt de batterijduur verlengen door de 'ENERGIEBESPARINGSMODUS' aan te zetten.



## OOQE WATCH CS PRO aanzetten/uitzetten

Houd op het beginscherm (wijzerplaat) 5 seconden lang de knop aan de rechterzijde van de Watch ingedrukt om het aan en uit te zetten.

## Downloaden bijbehorende Da Fit app

Download de "Da Fit" app in de App Store of Google Play Store. Of Scan de QR code met de camera van je smartphone en ga naar het downloadscherm van Da Fit.



## Koppelen OOQE WATCH CS PRO met je smartphone

### Voor iPhone apparaten:

1. Schakel Bluetooth in op je smartphone.
2. Open de Da Fit app op je smartphone. *LET OP: Niet in bluetooth instellingen koppelen maar via de app!*
3. Ga in Da Fit naar "EEN APPARAAT TOEVOEGEN".
4. Selecteer het "OOQE CSP" icoontje.
5. Melding "Bluetooth koppelingsverzoek. OOQE CSP wil met je iPhone koppelen" verschijnt. Druk op "Koppel". Vervolgens komt de melding "Wil je toestaan dat OOQE CSP je meldingen van iPhone weergeeft". Druk op "Sta toe" als je de meldingen wilt ontvangen.
6. De Watch is nu gekoppeld met je smartphone!

### **Voor Android smartphones:**

1. Schakel Bluetooth in op je smartphone.
2. Open de Da Fit app op je smartphone. *LET OP: Niet in bluetooth instellingen koppelen maar via de app!*
3. Ga in Da Fit naar "EEN APPARAAT TOEVOEGEN".
4. Selecteer het "OOQE CSP" icoontje.
5. Druk op "Bevestig" en daarna op "Doorgaan".
6. Melding "Bluetooth-koppelerzoek. Koppelen aan OOQE CSP?" verschijnt. Druk op "Koppelen".
7. De Watch is nu gekoppeld met je smartphone!

### **Instellen welke notificaties je op de watch ontvangt**

1. Ga in Da Fit naar "Notificaties" en zorg ervoor dat de gewenste notificaties aan staan. Als de notificatie niet in de lijst staat, zet je "Overige" aan;
2. Ga op je telefoon naar instellingen en ga daarna naar meldingen. Zet hier de gewenste notificaties aan. Als je een iPhone hebt dan zet je ook 'voorvertoning' aan.

### **Loskoppelen OOQE WATCH CS PRO**

**Voor iPhone apparaten:** Open de Da Fit app en druk op "VERWIJDEREN". Bevestig de handeling. Ga vervolgens naar Instellingen > Bluetooth. Druk op de (i) naast "OOQE CSP". Vervolgens druk je op "Vergeet dit apparaat". Je bent nu losgekoppeld.

**Voor Android smartphones:** Open de Da Fit app en druk op "VERWIJDEREN". Bevestig de handeling en je bent nu losgekoppeld.

Vandaag

1

voeg de polsband toe om meer gezondheidsinformatie te krijgen

EEN APPARAAT TOEVOEGEN



STAP

2022-02-10 12:05

0 STAPPEN

VAN 7000STAPPEN

0m

0kcal

0min



Slaap

2022-02-10 12:05

-- U -- M

VAN 8U

GEEN GEGEVENS



Buiten rennen

0.00m

Kilometers

Tijd

0:00

Tempo

0 M/km

Calorieën

0 kcal



Vandaag

3



STAP

2022-02-10 12:11

0 STAPPEN

VAN 7000STAPPEN

0m

0kcal

0min



Slaap

2022-02-10 12:11

-- U -- M

VAN 8U

Bluetooth-koppelingsverzoek

'OOQE CSP' wil met je iPhone koppelen.

Annuleer

Koppel

3 BPM



2022-01-12 14:42

HARTSLAG

Licht Gewicht Aeroob Anaeroob VO<sub>2</sub> max.



BP

2022-01-17 19:19

126/81

MMHG

SPP/DBP



EEN APPARAAT TOEVOEGEN

2



OOQE CSP

FG-44-24-37-10-39

Zoeken

OOQE CSP

4

Verboden

FG-44-24-37-10-39

97%

Verwijder apparaat



WIJZERPLATEN



NOTIFICATIES



ALARMEN



SLUITER



OVERIGE



UPGRADE





## Verschillende handelingen op OOQE WATCH CS PRO

- **Scherf aan:** Druk op het knopje aan de rechterkant van de Watch. Of til je arm op (pols omdraaien) en het scherm gaat dankzij de Smart Sensor automatisch aan.
- **Wijzerplaat wijzigen:** Houd de wijzerplaat 2 seconden ingedrukt en veeg naar links of rechts om de wijzerplaat te veranderen. Via de Da Fit app heb je toegang tot 100+ wijzerplaten.
- **Wijzerplaat personaliseren:** Open Da Fit en ga naar wijzerplaten. Druk op "BEWERKEN" onder wijzerplaat 7 en druk vervolgens op "KIES UIT ALBUM". Kies een foto uit je fotoalbum. Je kunt de kleur van de tijdsweergave veranderen en ook de stappenteller, slaapanalyse en hartslagmeter toevoegen aan je wijzerplaat. Druk op "opslaan". De gekozen foto is nu je achtergrond. Ga aan de slag en maak je eigen persoonlijke wijzerplaat!
- **Terugkeren naar beginscherf (wijzerplaat):** Druk kort op de Watch knop of veeg terug totdat de wijzerplaat verschijnt.
- **Menu:** Veeg naar rechts om de app lijst menu te openen. Hier heb je een overzicht van de verschillende functies van de Watch. Door omhoog en omlaag te vegen, kun je door dit menu navigeren. Druk op de gewenste functie en voer het uit. Je kunt ook vanaf het beginscherf (wijzerplaat) naar links vegen om de functies direct in te zien en uit te voeren.
- **Menu weergave veranderen:** In plaats van de lijst weergave kun je ook kiezen voor een cirkel weergave. Dit doe je door via het beginscherf (wijzerplaat) omlaag te vegen en op het instellingen icoontje  te drukken. Druk op "MENU WEERGAVE" en kies "CIRCEL WEERGAVE".

- **Instellingen:** Om bij de instellingen te komen, veeg je naar beneden. Hier kun je de Watch op "Niet storen" en "Energie bespaar modus" zetten, de helderheid aanpassen en de trilfunctie in- of uitschakelen. *LET OP: een hoge helderheid verkort de batterijduur.* Door op  te drukken krijg je toegang tot de volgende functies: STOPWATCH, ALARM, TIMER, RESET.
- **TELEFOON:** Zet "TELEFOON" aan om de telefoon functie van de Watch in te schakelen. Je kan nu bellen, gebeld worden, opnemen en ophangen op de Watch. Zet de functie uit als je via je telefoon wilt bellen.
- **BLUETOOTH AUDIO:** Zet "BLUETOOTH AUDIO" aan als je audio zoals muziek en video's op de Watch wilt beluisteren. Zet het uit als je audio via je telefoon wilt beluisteren.

## Functies OOQE WATCH CS PRO uitgebreid overzicht

- **ACTIVITY TRACKER:** Druk op het "ACTIVITY TRACKER" icoontje om het aantal gezette stappen te zien. Veeg naar boven om het aantal verbrande calorieën en de afgelegde afstand (km) te zien. Veeg nog meer naar boven om de voortgang gedurende de gehele dag en de gehele week te bekijken.
- **SLAAPANALYSE:** Druk op het "SLAAPANALYSE" icoontje om het totaal aantal geslapen uren te zien. Veeg naar boven om de slaapanalyse in te zien: totale slaap, duur lichte slaap en duur diepe slaap. Veeg nog meer naar boven om de voortgang gedurende de afgelopen 24 uur en de hele week te bekijken.
- **HARTSLAG:** Druk op het "HARTSLAG" icoontje en wacht totdat de meting is afgerond. Veeg naar boven

om de analyse van je waarde in te zien.

- **SPORT APP:** Druk op het "SPORT APP" icoontje en selecteer één van de 100+ sport programma's. Kies het gewenste sportprogramma en begin met je sport activiteit. De Watch meet nu je sportprestatie: het aantal stappen, de afgelegde afstand (km), het aantal verbrande calorieën (kcal) en je bloeddruk (Bpm) gedurende de training. Veeg naar links om de Sport Intensity Meter te openen, waar je inzicht krijgt in de intensiteit van je training. Veeg het scherm nog een keer naar links als je de sport activiteit wilt beëindigen.
- **BLOEDDRUK:** Druk op het "BLOEDDRUK" icoontje . Wacht totdat de meting is voltooid. Veeg naar boven om een inzicht te krijgen in je gemeten waarde en de bloeddrukmetingen van de gehele week inzien.
- **SATURATIE:** Druk op het "SATURATIE" icoontje. Wacht totdat de meting is voltooid. Veeg naar boven om een inzicht te krijgen in je gemeten waarde.
- **STRESS:** Druk op het "STRESS" icoontje om met behulp van de stress app je stress niveau te meten.
- **SPRAAK ASSISTANT:** Druk op "SPRAAK ASSISTANT" icoontje en druk op het scherm om spraakopdrachten in te spreken. Wanneer je bijvoorbeeld iemand direct wilt bellen, spreek je "Bel (naam contact)" in. Zo kun je je vrienden/familie direct bellen, zonder iets aan te raken en alleen met spraak. Ook kun je hier algemene informatie opvragen zoals de weersverwachting. Een ander voordeel van een spraakopdracht is het razend-snel navigeren wanneer je geen tijd hebt om alles handmatig te doen. Druk op Spraak Assistant en zeg: "Navigeer naar" gevolgd door waar je naartoe wilt. Kies op Kaarten/Maps of je wilt rijden, lopen of het OV wilt

gebruiken. Kies een route en druk op start. Of zeg "Navigeer autoroute naar ..(Plaatsnaam).. " om direct de route in te zien en te starten.

- **BERICHTEN:** Veeg naar boven om "BERICHTEN" in te zien. Hier komen de berichten en meldingen van WhatsApp, Facebook, Instagram, gemiste oproepen, nieuwsmeldingen en andere gekozen apps binnen.
- **WEER:** Druk op het "WEER" icoontje. Veeg naar boven om het weer van de komende dagen/week te zien.
- **FOTO:** Druk op het "FOTO" icoontje. Open de Da Fit app en druk op "SLUITER". Wanneer je nu met je hand schudt, of op de watch drukt, wordt er een foto met je telefoon gemaakt. Je kunt nu met de Watch op afstand groepsfoto's maken met jezelf ertussen!
- **OOQE PLAYER:** Selecteer het "OOQE PLAYER" icoontje. Je kunt nu je muziek, video's en films bedienen via de Watch.
- **TELEFOON:** Druk op het "TELEFOON" icoontje. Hier kun je nummers intoetsen, bellen, contacten importeren en recente oproepen inzien.
- **ONTSPAN:** Selecteer het "ONTSPAN" icoontje. Reguleer je adem om stress te verminderen door de instructies in deze app te volgen.
- **SPELLETJES:** Selecteer het "SPELLETJES" icoontje om een aantal ingebouwde spelletjes te spelen.
- **INSTELLINGEN:** Selecteer "INSTELLINGEN". Hier heb je toegang tot o.a. de volgende functies: Stopwatch, Alarm, Timer, Menu Weergave, Telefoon, Reset TEL, Reset Watch en Helderheid instellen.


## Overige functies via de Da Fit app



### Metingen

- **STAPPEN:** Druk op “STAPPEN” icoontje om een gedetailleerd overzicht van het aantal gemaakte stappen, de afgelegde afstand en de totale tijd in te zien. Je kunt hier de gegevens voor de dag, week en maand inzien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde stappen in het verleden met de bijbehorende datum.
- **SLAAP:** Druk op “SLAAP” icoontje om je slaapanalyse in te zien. Hier zie je o.a. hoe lang je diepe slaap en lichte slaap is en de score van je slaapkwaliteit. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde slaapmetingen in het verleden met de bijbehorende datum.
- **HARTSLAG:** Druk op “HARTSLAG” icoontje om een gedetailleerde weergave en analyse van je hartslag metingen in te zien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle metingen die verricht zijn met de datum en tijd van de meting.
- **BP:** Druk op het “BP” icoontje om een gedetailleerd overzicht en analyse van je bloeddruk metingen in te zien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde bloeddrukmetingen in het verleden met de bijbehorende datum en tijd.
- **BLOEDZUURSTOF:** Druk op het “BLOEDZUURSTOF” icoontje om een gedetailleerd overzicht en een staaf diagram van je bloedzuurstof metingen in te zien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde bloedzuurstofmetingen in het

verleden met de bijbehorende datum en tijd.

- **STRESS:** Druk op het "STRESS" icoontje om een gedetailleerd overzicht en analyse van je stressmetingen in te zien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde stressmetingen in het verleden met de bijbehorende datum en tijd.

- **TRAINING:** Druk op "TRAINING" en open de GPS om nauwkeurige metingen van je buitenactiviteit (rennen, joggen, wandelen etc.) in te zien. Druk op "Bekijk traininggegevens" om de metingen en analyses van de verschillende sport programma's die je in het verleden hebt uitgevoerd in te zien. Sportprogramma's kan je selecteren op de Watch door naar "SPORT APP" te gaan en het betreffende sportprogramma te starten.



## Instellingen

- **WIJZERPLATEN:** Selecteer "WIJZERPLATEN" om een nieuwe wijzerplaat te selecteren en te uploaden. Druk op "Kijk Face Gallery" om toegang te krijgen tot 100+ wijzerplaten! Je kunt ook je eigen wijzerplaat maken door onder wijzerplaat 7 op "bewerken" te drukken.

- **NOTIFICATIES:** Selecteer "NOTIFICATIES" om een keuze te maken vanuit welke apps je meldingen en berichten wilt ontvangen op de Watch. *LET OP: Op je telefoon moeten de notificaties voor deze apps ook aan staan. Zie bladzijde 5 voor instructies.*

- **ALARMEN:** Selecteer "ALARMEN" om 1, 2 of 3 alarm momenten in te stellen.

- **SLUITER:** Selecteer "SLUITER" om een foto op afstand te maken.

• **FAVORIETE CONTACTEN:** Druk op “FAVORIETE CONTACTEN”. Je kunt hier 8 contacten uit je contactenlijst toevoegen. Selecteer de gewenste contacten en druk op “Bevestig” rechtsboven. De contacten zijn nu aan je contactenlijst in de app toegevoegd. Druk op “Bevestig” om deze contacten naar je Watch te uploaden. Wanneer je nu op je Watch naar “CONTACTEN” gaat, zie je deze contacten staan en kun je ze direct bellen via de Watch.

• **ZOEK NAAR APPARAAT:** Druk hierop om je Watch te vinden. Deze geeft een deuntje en begint te trillen.

• **OVERIGE:** Druk op “OVERIGE” om een aantal extra functies te selecteren:

- Herinneringen om te bewegen inschakelen

- Hartslag gehele dag inschakelen

- Batterijbesparing inschakelen

- Niet storen: Stel een tijd in waarin je niet gestoord wilt worden. Je Watch gaat op het door jou gekozen tijdsbestek op stil en je kunt niet meer gebeld worden op de Watch.

- Taal: Selecteer de gewenste taal

- Eenheid kiezen

- Automatische vergrendeling: Selecteer na hoeveel seconden het scherm vergrendelt. *LET OP: Korte vergrendelingstijd is beter voor de batterijduur.*

- Resetten

- Drink water herinnering en frequentie inschakelen

- Weer in- en uitschakelen

- Herinneringen fysiologische cyclus (voor vrouwen) inschakelen. Hier kun je herinneringen over menstruatie dagen instellen.

## Waarschuwingen en aandachtspunten

- Voor het opladen van de Watch, raden we het aan om een USB adapter met een vermogen van maximaal 5V 0,5A (500mA) te gebruiken. Adapters met een hogere output kunnen de levensduur van de batterij verkorten. Je kunt het ook op je laptop of pc opladen, deze hebben meestal een output van 0,5A.
- Maak de Watch regelmatig schoon, vooral de onderkant. Houd de Watch hierbij wel zo droog mogelijk.
- Vermijd harde stoten en extreme hitte.
- De Watch niet demonteren of proberen te repareren.
- De Watch niet gebruiken voor medische doeleinden. Raadpleeg je arts voor medische hulp.

## EU- CONFORMITEIT

### Naleving van de EMC- richtlijn:

Dit product voldoet aan de voorwaarden voor bescherming zoals opgenomen in de EU richtlijn 2014/30/EU van de Europese Commissie inzake harmonisering van de wetgeving van Lidstaten met betrekking tot elektromagnetische compatibiliteit.

### ROHS richtlijn:

Dit product voldoet aan de Europese Richtlijnen op het gebied van gevaarlijke stoffen.

