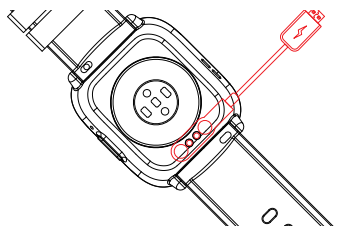
# USER MANUAL
SMART WATCH

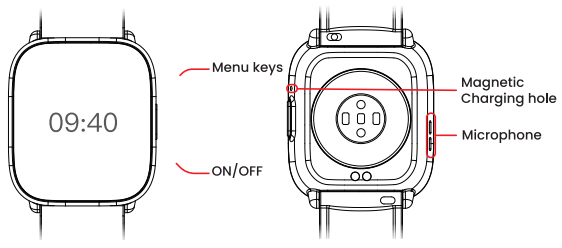
## Watch Charging & Activation

Align and fit the magnetic charger with the back of the watch until the charging prompt appears on the watch screen. Charge the watch when its battery is low. The device is an all-in-one machine.



**After receiving the watch, if it doesn't turn on, please charge it for more than 10 minutes before activating the watch.*

## Watch Appearance




## Mobile Application

Scan the QR code below to download and install the mobile app and get the most out of your smartwatch.

**Scan QR Code and Download**

## Connect the Smartwatch

**After turning on Bluetooth on your mobile phone, open the app.**
*(if the app cannot be opened, please enable location services on your phone and then open the app.)*

**Go to Device -> Click Add Device**

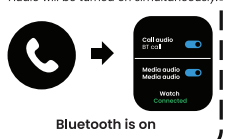
**Click Search Device and choose *Avalue WT3* from the scanning list.**

**Click Scan QR Code Binding and scan the QR code on the watch.**

**Finish**

**Audio Media Control**

**Call Audio:**
*Receive & answer calls from your smartwatch.*
**Media Audio:**
*Play audio through your smartwatch.*
*1.Media Audio can only be turned on when Call Audio is already on.*
*2.If Media Audio is turned on, turning off Call Audio will also disable Media Audio.*
*3.If Call Audio is turned on after Media Audio has been turned off, Media Audio will be turned on simultaneously.*



**Bluetooth is on**

## Touch

## Function Introduction

**Dial Switch:**
Long press for 2 seconds on the home screen to enter the dial switch interface. Slide left and right to browse through available dials, then click to select.
**Control Center:**
Overview includes Do Not Disturb mode, Power Saving mode, brightness adjustment, settings, find phone, system information, flashlight, and Bluetooth call.
**Movement Data:**
Displays daily steps, distance, and calories burned, as well as weekly step count. Set target goals for steps, distance, and calories via the App.
**Sports:**
Choose from 8+1 sport modes (Walking, Running, Mountaineering, Cycling, Rope Skipping, Basketball, Badminton, Football, optional Yoga as a substitute). Tap the icon to start a workout. App supports 110+ sport modes.
**Sport Record:**
Stores the latest 10 historical sport records, showing duration, heart rate, and calories burned during each session.
**Heart Rate:**
Upon entering the heart rate measurement screen, the green light at the bottom will illuminate to start the measurement. After 45 seconds, a vibration will alert you that the measurement is complete. The screen will then display your current heart rate zone and a 24-hour heart rate curve.
**Sleep:**
Displays the current day's sleep data and the last seven days' sleep monitoring data, updated daily and synchronized with the app. Monitoring period: 21:30 to 12:00.
**Blood Pressure:**
Upon entering the blood pressure screen, the green light at the bottom illuminates to start the measurement. After 45 seconds, a vibration will alert you that the measurement is complete. This measurement utilizes PPG technology.
**Blood Oxygen:**
Upon entering the blood oxygen screen, the red light at the bottom illuminates to start the measurement. After 45 seconds, a vibration will alert you that the measurement is complete. This uses PPG technology and displays the user's current blood oxygen levels.
**Female Health Tracking:**
Connect your smartwatch to the mobile app and activate Cycle Tracking to effortlessly monitor your cycle directly from your smartwatch.
**Music:**
Ensure that the watch remains connected to the app so you can control music playback, adjust volume, and skip songs conveniently from your watch.
**Weather:**
Connect your watch to the app with location permission enabled to view real-time temperature and weather conditions.
**Alarm Clock:**
Ensure that the watch stays connected to the app to set single or recurring alarms. Up to 5 alarms can be configured.
**Stopwatch:**
Start, pause, and reset timing. Stores up to 99 data entries.
**Timer:**
The system features preset timing durations which you can click to start timing immediately, or click the "Custom" button to set your own duration. Click the start button to initiate timing, pause to temporarily halt timing, and reset to return the timer to zero.
**Message Notification:**
Receive message notifications when this is enabled on the App. Stores up to the last 15 messages.
**Find My Phone:**
Keep your smartwatch connected to the app and tap "Find my phone." Your phone will ring, and the watch will confirm successful phone retrieval. If the watch is not connected to the app, it will indicate the disconnection status.
**Settings:**
Configure screen display, brightness duration control, palm brightening, language, vibration strength, menu style, battery, QR code, and system settings.
**Alipay:**
Bind with mobile Alipay via QR code. Double-click the home screen to display Alipay payment code; option to unbind.
**Breath Training:**
Choose 1 or 2-minute breath training sessions. Follow visual cues to inhale and exhale.
**Drinking Reminder:**
Enable through App settings to set start time, end time, and reminder intervals.
**Sedentary Reminder:**
Enable through App settings to set start time, end time, and Do Not Disturb periods.
**Calculator:**
Supports up to 7-digit input and displays up to 8-digit results.
**Calendar:**
Displays current year, month, and day. Slide down to view the calendar.
**Frequent Contacts:**
Add frequently used contacts in the app's frequent contacts section. Up to 10 contacts can be synced automatically with the device.

## Frequently Asked Questions and Troubleshooting

**Sleep Data Accuracy:**

A. Sleep monitoring simulates natural sleep patterns. Ensure consistent wear to improve accuracy.
B. Errors may occur if you sleep too late or don't wear the watch to bed.
C. Sleep data is not monitored during daytime. Monitoring period is from 9:30 PM to 12:00 noon the next day.

For more FAQs, please refer to [My > FAQ] section in the App.

**Fail to Start the Watch:**

Press the power switch for more than 3 seconds. If the battery level is low, please charge the battery promptly.
**Bluetooth Connection Issues:**

A. If Bluetooth is not connecting, restart your mobile phone's Bluetooth and try connecting again.
B. Avoid connecting your mobile phone to other Bluetooth devices simultaneously.
C. Make sure your mobile phone operating system is up to date.

**Inaccurate Heart Rate / Blood Oxygen / ECG Measurement:**

A. Inaccuracy may be due to poor contact between the watch sensor and your wrist.
B. Ensure the sensor contacts your wrist properly.
C. Keep your body still and the watch snugly attached to your wrist during measurement.

## Bluetooth Data Transmission

When connected to a mobile phone, the device synchronizes data such as weather updates, notification messages, and sports health data through Bluetooth in real-time. This data will not sync if the Bluetooth connection is dropped or turned off.

**Notice:**

- **Charging Environment:** Avoid charging in humid or wet environments.
- **Maintenance:** Regularly clean the back of the watch and the surface of the wireless charger with a clean flannel to ensure proper contact and normal charging functionality.
- **Power Adapter:** This product does not include a power adapter. For safety reasons, use a computer USB interface or select a power adapter with an output of no more than 5V=1A. Purchase adapters from reputable sources to avoid risks such as bursting or fire.

## Precautions

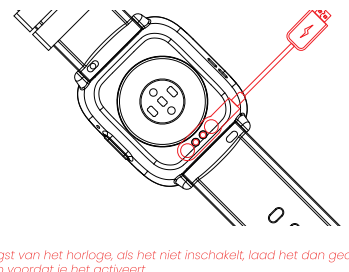
**Notice:**

- Avoid charging in humid or wet environments. Clean watch and charger with a clean flannel regularly for proper charging.
- Use a power adapter with an output of no more than 5V=1A to charge safely.
- Measurement results are for reference only; not intended for medical use. Follow medical advice for health concerns.
- IP67 waterproof rating; not suitable for diving or prolonged water exposure. Avoid use in hot water/sauna environments to prevent damage.
- Manual contents subject to change without notice; functions may vary with software versions.

# Gebruiksaanwijzing
SMART WATCH

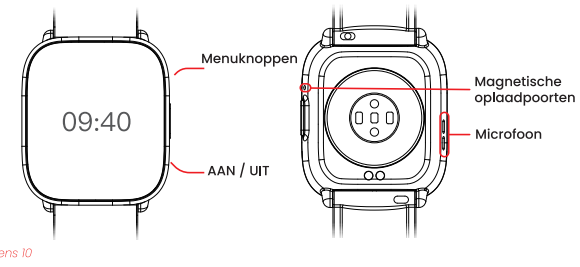
## Opladen en activering van de horloge

Plaats en sluit de magnetische oplader aan op de achterkant van het horloge totdat het oplaadscherm op het horloge verschijnt. Laad het horloge op wanneer de batterij bijna leeg is. Het apparaat is een alles-in-één formule



*Na ontvangst van het horloge, als het niet inschakelt, laad het dan gedurende minstens 10 minuten op voordat je het activeert.*

## Watch Appearance




## Mobiele applicatie

Scan de QR-code hieronder om de mobiele app te downloaden en te installeren, zodat je het maximale uit je smartwatch kunt halen.

**Scan de QR-code en download de app.**

## Verbind de smartwatch

**Na het inschakelen van Bluetooth op je mobiele telefoon, open je de app**
*(Als de app niet geopend kan worden, schakel dan de locatiediensten in op je telefoon en open vervolgens de app.)*

**Ga naar Apparaat -> Klik op Apparaat toevoegen**

**Klik op Apparaat zoeken en kies *Avalue WT3* uit de scanlijst.**

**Klik op Scan QR-code koppeling en scan de QR-code op het horloge**

**Voltooi**

**Bediening van audiobestanden**

**Gespreksaudio:**
*Ontvang en beantwoord oproepen vanaf je smartwatch.*
**Media Audio:**
*Speel audio af via je smartwatch.*
*1.Media-audio kan alleen worden ingeschakeld als gespreksaudio al is ingeschakeld.*
*2.Als Media-audio is ingeschakeld en gespreksaudio wordt uitgeschakeld, wordt ook Media-audio uitgeschakeld.*
*3.Als gespreksaudio wordt ingeschakeld nadat media-audio is uitgeschakeld, wordt media-audio tegelijkertijd ingeschakeld.Audio will be turned on simultaneously.*

**Bluetooth is ingeschakeld**

## Aanraak bediening

## Function Introduction

**Wijzerplaatwissel:**
Houd 2 seconden lang ingedrukt op het startscherm om naar de wijzerplaatwissel-interface te gaan. Veeg links en rechts om door beschikbare wijzerplaten te bladeren, klik vervolgens om te selecteren.
**Bedieningscentrum:**
Het overzicht omvat de modus niet storen, de modus energiebesparing, helderheidsaanpassing, instellingen, telefoon zoeken, systeeminformatie, zaklamp en Bluetooth-oproep.
**Bewegingsgegevens:**
Toont dagelijkse stappen, afstand en verbrande calorieën, evenals het wekelijkse aantal stappen. Stel doelen in voor stappen, afstand en calorieën via de app.
**Sporten:**
Kies uit 8+1 sportprogramma's (wandelen, hardlopen, bergbeklimmen, fietsen, touwtjespringen, basketbal, badminton, voetbal, optioneel yoga als vervanging). Tik op het pictogram om een training te starten. De app ondersteunt meer dan 110 sportprogramma's.
**Sportrecord:**
Bewaart de geschiedenis van de laatste 10 sportrecords, waarbij de duur, hartslag en verbrande calorieën tijdens elke sessie worden weergegeven.
**Hartslag:**
Bij het aanzetten van het hartslagmeetscherm zal het groene licht onderaan oplichten om de meting te starten. Na 45 seconden volgt een trilling om aan te geven dat de meting is voltooid. Vervolgens wordt je huidige hartslag en een 24-uurs hartslagcurve op het scherm weergegeven.
**Slaap:**
Toont de slaapgegevens van de huidige dag en de slaapmonitoringgegevens van de laatste zeven dagen, dagelijks bijgewerkt en gesynchroniseerd met de app. Monitoringperiode: 21:30 tot 12:00 uur.
**Bloeddruk:**
Bij het aanzetten van het bloeddrukmeetscherm zal het groene licht onderaan oplichten om de meting te starten. Na 45 seconden volgt een trilling om aan te geven dat de meting is voltooid. Deze meting maakt gebruik van PPG-technologie.
**Bloedzuurstof:**
Bij het aanzetten van het bloedzuurstofmeetscherm zal het rode licht onderaan oplichten om de meting te starten. Na 45 seconden volgt een trilling om aan te geven dat de meting is voltooid. Dit maakt gebruik van PPG-technologie en toont de huidige bloedzuurstofniveaus van de gebruiker.
**Vrouwelijke gezondheidstracking:**
Verbind je smartwatch met de mobiele app en activeer Cyclus Tracking om moeiteloos je cyclus rechtstreeks vanaf je smartwatch te volgen.
**Muziek:**
Zorg ervoor dat het horloge verbonden blijft met de app, zodat je muziek kunt afspelen, het volume kunt aanpassen en nummers kunt overslaan vanaf je horloge.
**Weer:**
Verbind je horloge met de app en sta locatie delen toe om realtime temperatuur en weersomstandigheden te bekijken.
**Alarmklok:**
Zorg ervoor dat het horloge verbonden blijft met de app om enkele of terugkerende alarmtijden in te stellen. Tot 5 alarmtijden kunnen worden geconfigureerd.
**Stopwatch:**
Start, pauzeer en reset de timing. Bewaart tot 99 gegevensvermeldingen.
**Timer:**
Het systeem heeft vooraf ingestelde tijdsduur die je direct kunt starten door erop te klikken, of klik op de knop "Aangepast" om je eigen duur in te stellen. Klik op starten om te beginnen met timen, pauzeer om de timing tijdelijk te stoppen, en reset om de timer terug te zetten naar nul.
**Berichtmeldingen:**
Ontvang berichtmeldingen wanneer dit is ingeschakeld in de app. Bewaart tot de laatste 15 berichten.
**Zoek mijn telefoon:**
Houd je smartwatch verbonden met de app en tik op "Zoek mijn telefoon". Je telefoon zal overgaan en het horloge bevestigt dat de telefoon is gevonden. Als het horloge niet verbonden is met de app, geeft het de ontkoppelingsstatus aan.
**Instellingen:**
Configureer schermweergave, helderheidsduurcontrole, palmverlichting, taal, trillingssterkte, menustijl, batterij, QR-code en systeeminstellingen.
**Alipay:**
Koppel met mobiel Alipay via QR-code. Dubbelklik op het startscherm om de Alipay-betalingscode weer te geven; optie om te ontkoppelen.
**Ademhalingstraining:**
Kies 1- of 2-minuten ademhalingssessies. Volg visuele aanwijzingen om in te ademen en uit te ademen.
**Drinkherinnering:**
Activeer via app-instellingen om starttijd, eindtijd en herinneringsintervallen in te stellen.
**Zit-herinnering:**
Activeer via app-instellingen om starttijd, eindtijd en periodes van Niet storen in te stellen.
**Rekenmachine:**
Ondersteunt invoer tot 7 cijfers en toont resultaten tot 8 cijfers.
**Kalender:**
Toont het huidige jaar, maand en dag. Veeg naar beneden om de kalender te bekijken.
**Veelgebruikte contacten:**
Voeg veelgebruikte contacten toe in de sectie Veelgebruikte contacten van de app. Maximaal 10 contacten kunnen automatisch worden gesynchroniseerd met het apparaat.

## Veelgestelde vragen en Probleemoplossing

**Nauwkeurigheid van Slaapgegevens:**

Slaapmonitoring bootst natuurlijke slaappatronen na. Zorg voor consistent dragen om de nauwkeurigheid te verbeteren.
Fouten kunnen optreden als je te laat slaapt of het horloge niet draagt tijdens het slapen.
Slaapgegevens worden niet bewaart overdag. Monitoringperiode is van 21:30 uur tot 12:00 uur de volgende dag.

Voor meer veelgestelde vragen, raadpleeg alstublieft de [Mijn > FAQ] sectie in de App.
**Veelgestelde vragen en probleemoplossing**
Houd de aan/uit-knop meer dan 3 seconden ingedrukt. Als het batterijniveau laag is, laad dan het batterij snel op.
**Problemen met Bluetooth-verbinding:**
Als Bluetooth niet verbindt, herstart dan de Bluetooth op je mobiele telefoon en probeer opnieuw te verbinden.
Voorkom dat je mobiele telefoon tegelijkertijd verbonden is met andere Bluetooth-apparaten.
Zorg ervoor dat het besturingssysteem van je mobiele telefoon up-to-date is.
**Onnauwkeurige hartslag / bloedzuurstof / ECG-meting:**
De onnauwkeurigheid kan te wijten zijn aan slecht contact tussen de sensor van het horloge en je pols.
Zorg ervoor dat de sensor goed contact maakt met je pols.
Houd je lichaam stil en zorg ervoor dat het horloge stevig om je pols zit tijdens de meting.

## Bluetooth gegevensoverdracht

Wanneer verbonden met een mobiele telefoon, synchroniseert het apparaat gegevens zoals weerupdates, meldingsberichten en gezondheidsgegevens van sporten in realtime via Bluetooth. Deze gegevens worden niet gesynchroniseerd als de Bluetooth-verbinding wordt verbroken of uitgeschakeld.

**Let op:**

**Laadomgeving:** Vermijd opladen in vochtige of natte omgevingen.
**Onderhoud:** Maak regelmatig de achterkant van het horloge en het oppervlak van de draadloze oplader schoon met een schone doek om ervoor te zorgen dat er goed contact is en normale oplaadfunctionaliteit.
**Voedingsadapter:** Dit product bevat geen voedingsadapter. Gebruik voor veiligheidsredenen een USB-interface van een computer of selecteer een voedingsadapter met een uitvoer van niet meer dan 5V=1A. Koop adapters bij betrouwbare bronnen om risico's zoals barsten of brand te vermijden.

## Voorzorgsmaatregelen

**Let op:**

- Vermijd opladen in vochtige of natte omgevingen. Reinig het horloge en de oplader regelmatig met een schone doek voor een correcte oplaadfunctionaliteit.
- Gebruik een voedingsadapter met een uitgang van niet meer dan 5V=1A om veilig op te laden.
- De meetresultaten zijn alleen ter referentie en zijn niet bedoeld voor medisch gebruik. Volg medisch advies bij gezondheidsproblemen.
- IP67 waterdichtheidsclassificatie; niet geschikt voor duiken of langdurige blootstelling aan water. Vermijd gebruik in heet water/sauna om schade te voorkomen.
- De inhoud van de handleiding kan zonder kennisgeving worden gewijzigd; functies kunnen variëren afhankelijk van de softwareversies.