

Lintelek

Smart Watch User Manual

Thank you for purchasing our products, read the User Manual carefully before use

Model Number: GT01

Bind Watch

1. Activate the watch

In the following two situations the watch only displays the QR code, which needs to be connected to the "Veryfit" App to activate.

* When you first turn on the watch, it only displays the QR code. Please scan the QR code to download and install the App, and bind the watch to the App to activate.

* When you delete the device in the "Veryfit" App, the watch will only display the QR code. Please connect the watch to the App to activate

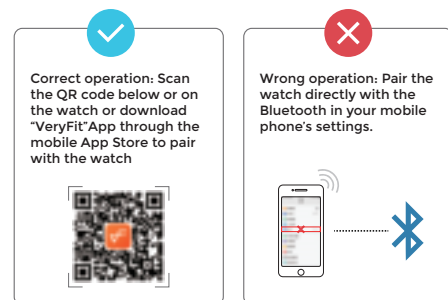


Notes: Please do not delete device in App, or the watch will be reset to factory default

01

2. Download and install the App

The steps are show as follows:



Notes: The hardware platform of the equipment system shall meet requirements



iOS 8.0 version or above



Android 4.4 system or above



Support Bluetooth 5.2

02

3. Bind process

1. Turn on the Bluetooth and GPS on your mobile phone.
2. Click "Add Device" on "Device" on the home page of "Veryfit" App.
3. Click "Watch" in the page, and hold the GT01 watch close to the phone.
4. Select product model: GT01.
5. Confirm pairing on the GT01 watch.
6. Click "Y" on the watch to complete binding.

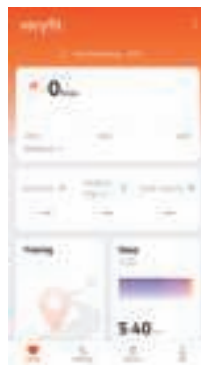
Notes: During binding process, VeryFit will prompt you to enable GPS and Bluetooth, and authorize VeryFit to get access to the GPS on you mobile phone.

03

Synchronize Data

In daily wear, the watch can detect all kinds of exercise data. The user needs to connect the watch with Bluetooth on the App before synchronous operation.

The detailed operations are shown as follows:
Open the mobile App > swipe down the page > sync prompt appear.



Notes: Please synchronize the data at least once within 7 days to avoid data loss at the watch end.

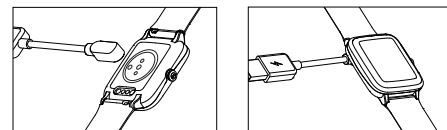
The Apple phone also needs to be connected to the paired watch in the Bluetooth setting interface of the mobile phone, so that the watch can be alerted. The steps are shown as follows: Open the OS phone > set > Bluetooth > search and click

04

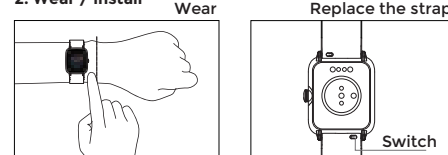
Instruction for Use

1. Charging schematic

Connect and charge the watch according to the picture. It needs to be charged to activate the watch when it is started for the first time.



2. Wear / install



Wear the device a finger's distance from the wrist bone and adjust the tightness of the wristband to a comfortable position.

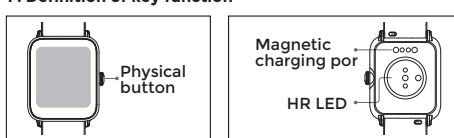
Flip the switch and take out the wristband.

Tip: Wearing too loosely may affect the accuracy of heart rate data

05

Operating Instructions

1. Definition of key function



2. Physical Button

- a) Press the physical button.
 - * Turn off reminders in the "Reminder" interface.
 - * Turn on screen when screen is off.
 - * Return to watch face when in other interfaces.
 - * Access the function list.
- b) Press and hold the physical button.
 - * To turn on the device in power-off state.
 - * In charging state, press and hold the physical button for 5 seconds to reset the program without clearing data.

06

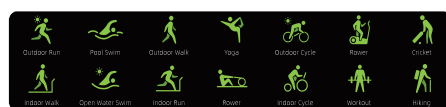
Function Introduction

1. Watch Face

- * You can switch different watch faces in the "Watch Face Store" in the "VeryFit" App, or you can download and install more watch faces.
- * The horizontal page of the watch face can also be configured in the App.
- * The configurable options are Health data, heart rate, stress level, last exercise weather and music control.

2. Exercise

- a) 14 exercise modes: Outdoor run/ Indoor run/ Outdoor walk/ Indoor walk/ Outdoor cycle/ Indoor cycle/ Hiking/Cricket/ Pool swim/ Open water swim/ Yoga/ Rower/ Elliptical workout. You may choose to hide or display exercise types in the "VeryFit" App.



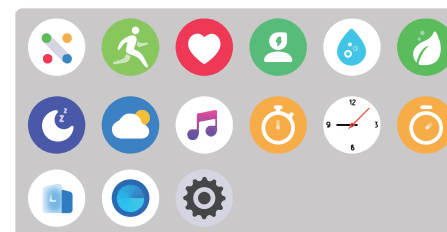
- b) The GT01 intelligent exercise recognition function is able to tell if the user is running or walking. This function can be enabled or disabled in the App.

07

- c) The GT01 exercise summary includes a variety of exercise data, and detailed data can be viewed in the "VeryFit" App.
- d) Due to the responsibility of user experience and protection of the watch, the watch cannot enter exercise mode when the battery is below 10%.

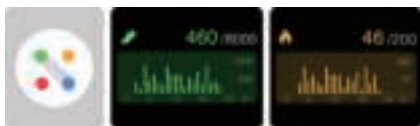
3. Application List

On the watch face, press the physical button to enter the Application interface (order: left to right, top to bottom): Health data, exercise, heart rate detection, stress level detection, blood oxygen level detection, breath training, sleep records, weather, music control, stop watch alarm clock, timer, exercise records, find phone, settings.



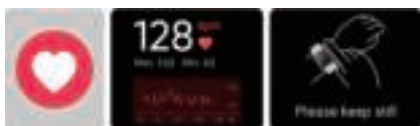
08

3.1 Health Data



The watch supports the viewing of daily goals (number of steps, calories, distance, active time, and number of walks achieved) and your hourly progress towards those goal. You can also set your menstrual cycle in the App and check on the watch which stage of the cycle you are currently in. At the set time, you will receive an alert that your period is due.

3.2 Heart Rate



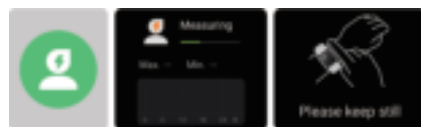
- a) The watch supports 24-hour continuous heart rate measurement and viewing of all-day measurement data.

09

You can select the measurement frequency, and enable or disable this in the App settings.

- b) Please be patient while waiting for the heart rate measurement every time you access the Application. Keep your arms and wrists still during the measurement.
- c) The watch will record your resting heart rate data in the month, which reflects your heart rate when the body and mind are relatively calm and still.

3.3 Stress



- a) The watch supports 24-hour continuous stress level measurement and viewing of all-day measurement data. You can select the measurement frequency, and enable or disable this in the App settings.
- b) Please be patient while waiting for the stress level measurement every time you access the Application. Keep your arms and wrists still during the measurement.

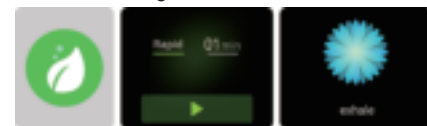
10

3.4 Blood Oxygen



- a) Please be patient while waiting for the blood oxygen level measurement every time you access the Application. Keep your arms and wrists still during the measurement.
- b) The blood oxygen level test supports viewing of the highest and lowest values of the day, and the measurement data throughout the day.

3.5 Breath Training

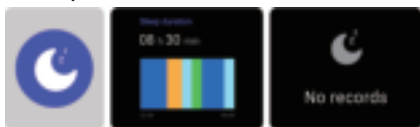


- a) Breath training can adjust your breathing frequency, which is divided into three levels: rapid, normal and soothing.

11

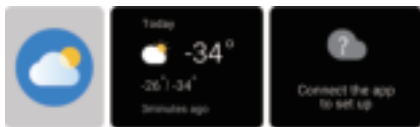
- b) Click "Start" to directly access the breath training animation. Adjust your breathing according to the vibration frequency and animation; reasonable breathing adjustments can help soothe your emotions.

3.6 Sleep



- a) The watch will automatically record your sleep data when you sleep with the watch. You can view your most recent sleep record and a display of your sleep quality in various sleep stages.

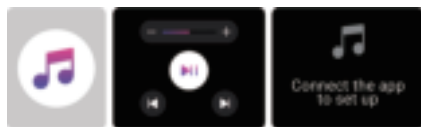
3.7 Weather



12

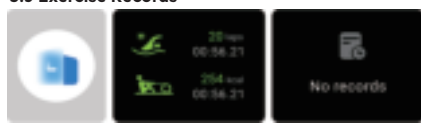
- a) Supports three-day weather viewing. You can view today "current weather", and maximum and minimum weather values and the "maximum and minimum weather values" for the next two days.

3.8 Music



- a) When the watch is connected to the App, you may use the watch to control these functions on your phones music play: "next/ previous track", "play/ pause" and "increase/decrease volume".
- b) You may choose to display or hide this function in the App settings.

3.9 Exercise Records



13

- a) You can view your most recent 50 exercise records on the watch, including detailed exercise data. You can also view the exercise records in the App.

3.10 Find Phone



- a) You can make your phone ring using the watch when the watch is connected to the App.
- b) Click the icon to stop the ringing.
- c) You may choose to display or hide this function in the App settings.

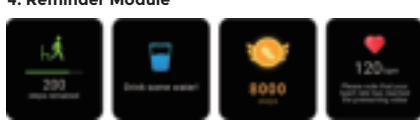
3.11 Settings



14

- a) You can configure the wrist-up wake screen function, real-time heart rate, and do not disturb switch on the watch.
- b) You can switch locally stored watch faces on the watch.
- c) You can set the watch brightness and screen timeout duration on the watch. You can also set a switch to reduce the brightness at night.
- d) You can choose to turn off, restart, or restore the watch to factory settings on the watch (all the data in the watch will be deleted after restoring to factory settings, and the watch will no longer be linked to your phone).

4. Reminder Module



The watch supports multiple reminder modes, including message reminders, incoming call reminders, movement reminders, hydration reminders, exercise target reminders, exercise heart rate warning reminders, etc.

15

Frequently Asked Questions

Q1. Why can't I connect the watch via Bluetooth?

- A. Make sure your phone is running Android 4.4 or above, or iOS 8.0 or above.
- B. Make sure you have installed the latest version of the Veryfit App.
- C. Make sure Bluetooth is enabled on the watch. When you turn on the screen, the Bluetooth icon should be visible in the top-left corner.
- D. Make sure your phone's Bluetooth is enabled and working. Try closing all Apps, disable and re-enable Bluetooth, and then connect again.
- F. Make sure the watch's screen is on during the pairing process, otherwise pairing may fail.

Q2. Why does Bluetooth keep disconnecting?

- A. Make sure the distance between the phone and watch does not exceed 7m, otherwise the signal may be too weak.
- B. Make sure there is nothing between the phone and watch that might obstruct the Bluetooth signal, such as your body or metal objects such as jewelry.
- C. Make sure the watch battery has enough power to use Bluetooth and turn on the screen.
- D. Make sure your phone's Bluetooth is working. Try closing all Apps, and then disable and re-enable Bluetooth.

16

- F. If the Veryfit App is running in the background, iOS may close the App automatically, which can cause Bluetooth to disconnect.
- G. Bluetooth may automatically disconnect if your phone is in power saving mode or if you are using a phone manager App. Please check your phone settings and then try again.

Q3. How do I use incoming call notifications?

- A. Ensure that the watch is connected to your phone via Bluetooth.
- B. You can only use the watch to reject calls; answering or initiating calls is currently not supported.
- C. If the caller is not in your contacts, the phone number will be displayed.

More detailed questions can be answered with Lintelek customer service.

✉ info@lintelek.com

🌐 www.lintelek.com

17

Smart Watch Gebruikshandleiding

Bedankt voor de aanschaf van een van onze producten. Lees de gebruikershandleiding eerst zorgvuldig door voordat je gebruik gaat maken van het horloge met

typenummer: GT01

De watch verbinding laten maken

1. De watch activeren

Maak verbinding met de app 'Veryfit' middels de QR-code in de volgende twee situaties:

* Wanneer je de watch voor het eerst aanzet, is alleen de QR-code te zien. Scan de QR-code om de app te downloaden en te installeren, en laat de watch voor het activeren verbinding zoeken met de app.

* Wanneer je het apparaat in de app 'Veryfit' wilt, zal de watch alleen de QR-code tonen. Laat de watch voor het activeren verbinding zoeken met de app.

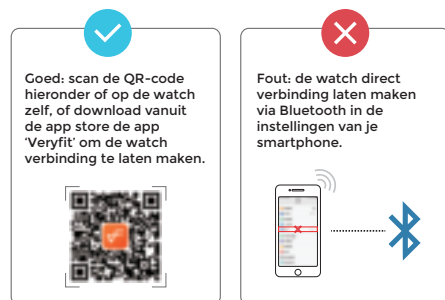


Opmerking: pas op dat je het apparaat niet uit de app wist, want dan komt de watch weer in de standaardinstelling te staan.

01

2. De app downloaden en installeren

Hierbij kunnen de volgende stappen worden getoond:



Opmerking: het platform voor de hardware van het systeem moet minimaal van de volgende versie zijn:



iOS versie 8.0 of hoger



Androidsysteem 4.4 of hoger



Bluetooth 5.2 of hoger

02

3. Verbinding maken

- Zorg dat op je smartphone de functies voor Bluetooth en GPS aanstaan.
- Klik op de homepage van de app 'Veryfit' bij "Apparaten" op "Apparaat toevoegen".
- Klik op deze pagina op "Watch" en houd de GT01 daarbij dichtbij de smartphone.
- Selecteer het model: de GT01.
- Bevestig dat er verbinding mag worden gemaakt met de watch GT01.
- Klik op de watch op "✓" om het verbinden te voltooien.

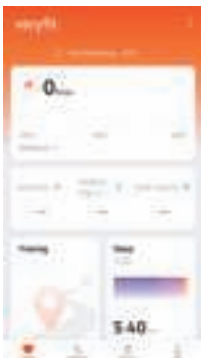
Let op! Bij het maken van de verbinding zal VeryFit je vragen GPS en Bluetooth aan te zetten en VeryFit toegang te geven tot de GPS op je smartphone.

03

Gegevens synchroniseren

Bij dagelijks gebruik kan de watch allerlei gegevens over eerdere trainingen verzamelen. De gebruiker moet de watch op de app verbinding laten maken met Bluetooth om alles te kunnen synchroniseren.

Wat er daarbij precies gebeurt, kun je op de volgende manier laten weergeven: Open op je smartphone de app > Veeg omlaag over de pagina > en dan verschijnt de prompt Sync.



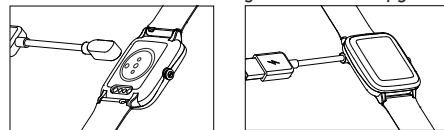
Let op! De gegevens moet je zeker eenmaal per week laten synchroniseren, om te voorkomen dat ze op de watch verloren gaan. Apple iPhones moeten eveneens worden verbonden met de watch, zodat deze kan worden opgeroepen nadat hij via het menu voor het instellen van Bluetooth is aangesloten. Hierbij worden de volgende stappen getoond: Ga naar het besturingssysteem > Instellen > Bluetooth > Zoeken en klikken

04

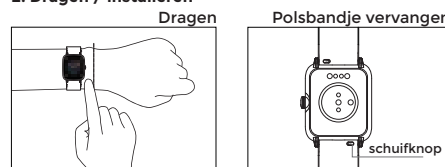
Gebruiksaanwijzing

1. Laden in het kort

De watch verbinding laten maken en opladen zoals getoond op de afbeelding. De watch moet om te kunnen functioneren voor het eerste gebruik worden opgeladen.



2. Dragen / installeren



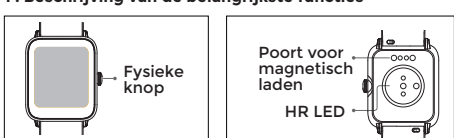
Doe de watch zo om je pols dat deze een vingerbreed van het polsgewricht af blijft. Stel het polsbandje zo in dat het strak genoeg maar toch comfortabel zit.

Tip: het hartritme kan minder accuraat gemeten worden, als de watch te los zit.

05

Bedieningsinstructies

1. Beschrijving van de belangrijkste functies



2. Fysieke knop

a) Druk op de fysieke knop.

* Schakel in het menu "Herinneren" de functie herinneren uit.

* Schakel het scherm in.

* Ga vanuit andere menu's terug naar het begreenscherm.

* Toegang tot de lijst met functies.

b) Druk op de fysieke knop en houdt die ingedrukt.

* Om het apparaat uit te schakelen.

* Om het programma te resetten zonder gegevens te wissen terwijl de watch wordt opgeladen, moet je op de fysieke knop drukken en die 5 seconden lang ingedrukt houden.

06

De functies

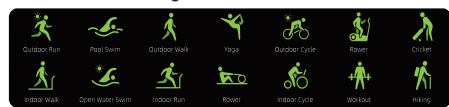
1. Vormgeving van de watch

* Voor de vormgeving van je watch kun je wisselen tussen verschillende mogelijkheden die je via de app 'Veryfit' kunt ophalen in de "Watch Face Store". Je kunt daarvoor meerdere varianten downloaden en installeren.

* De horizontale pagina van de watch kan ook in de app worden geconfigureerd. Bij de opties die geconfigureerd kunnen worden gaat het om gegevens over de conditie in het algemeen, de hartslag, het stressniveau, de laatste lichaamstraining, het weer en muziek.

2. Lichaamstraining

a) 14 trainingstanden: buiten hardlopen/binnen hardlopen /buiten wandelen/binnen wandelen/buiten fietsen/fietsen op de hometrainer/snelwandelen/cricket/zwemmen in baden/zwemmen in openwater/yoga/roeien/crosstrainer/workout. Je kunt in de app 'Veryfit' zelf bepalen of je de verschillende trainingstypen zichtbaar wilt maken of verborgen wilt houden.



b) De GT01 heeft een functie waarmee hij slim kan herkennen welk type training de gebruiker op dat moment doet, of hij bijvoorbeeld wandelt of hardloopt. Deze functie kan in de app in- en uitgeschakeld worden.

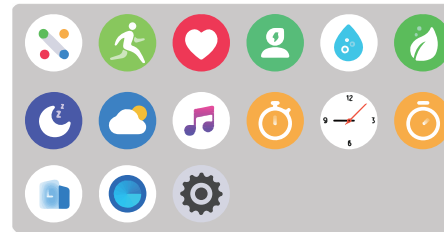
07

c) De lijst met trainingstypen van de GT01 omvat data voor allerlei trainingen die in detail bekeken kunnen worden in de app 'Veryfit'.

d) Om te zorgen dat de ervaringen van de gebruiker bewaard blijven en ter bescherming van de watch, kan deze niet in de trainingsstand worden gezet als de batterij voor nog geen 10% geladen is.

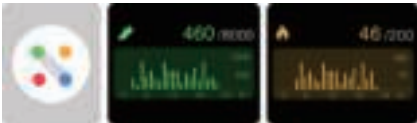
3. Lijst met toepassingen

Druk op de behuizing van de watch op de fysieke knop om naar het menu Toepassingen te gaan (in de volgorde van links naar rechts en van boven naar beneden): gegevens over de conditie in het algemeen, eerdere trainingen, de hartslag, het stressniveau, zuurstofopname, ademtraining, slaapgegevens, het weer, muziek, een stopwatch, wekkerfunctie, een timer, training gegevens, toestel opsporen, instellingen.



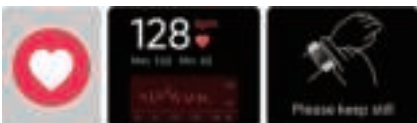
08

3.1 gegevens over de conditie in het algemeen



De watch ondersteunt het bijhouden van de hoeveelheid per dag uit te voeren trainingen (aantal stappen, calorieën, afstanden, tijden per activiteit en het aantal gemaakte wandelingen) en hoe ver je daarmee per uur vordering maakt. Als vrouw kun je ook je menstruatiecyclus in de app instellen en op de watch instellen in welke fase van de cyclus je je op dat moment bevindt. Als de ingestelde tijd daar is, ontvang je een waarschuwing dat de periode aanbreekt.

3.2 de hartslag



a) De watch ondersteunt een ononderbroken 24-uursmeting van het hartritme en het bekijken van de meetgegevens over de hele dag.

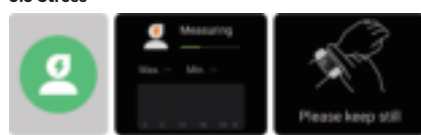
09

Je kunt zelf selecteren hoe vaak er een meting wordt gedaan en dit in- en uitschakelen in de instellingen van de app.

b) Heb met het meten van het hartritme elke keer dat je naar deze toepassing gaat s.v.p. enig geduld en wacht tot het is opgestart. Tijdens de meting moet je je armen en polsen stilhouden.

c) De watch houdt per maand bij wat je hartritme is als je in rust bent, dus als je lichamenlijk en geestelijk relatief kalm bent en stilstaat.

3.3 Stress

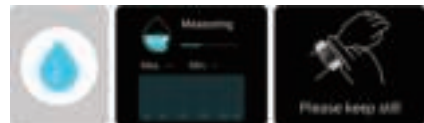


a) De watch ondersteunt een ononderbroken 24-uursmeting van het hartritme en het bekijken van de meetgegevens over de hele dag. Je kunt zelf selecteren hoe vaak er een meting wordt gedaan en dit in- en uitschakelen in de instellingen van de app.

b) Heb met het meten van het hartritme elke keer dat je naar deze toepassing gaat s.v.p. enig geduld en wacht tot het is opgestart. Tijdens de meting moet je je armen en polsen stilhouden.

10

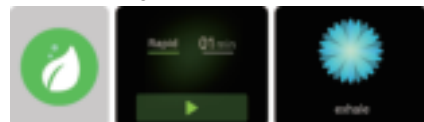
3.4 Zuurstofopname



a) Heb met het meten van de zuurstofopname elke keer dat je naar deze toepassing gaat s.v.p. enig geduld en wacht tot het is opgestart. Tijdens de meting moet je je armen en polsen stilhouden.

b) De functie voor het testen van het niveau van de zuurstofopname in het bloed omvat ook de mogelijkheid de hoogste en laagste waarde van die dag te bekijken, evenals alle meetgegevens daarvan voor die dag.

3.5 Ademtraining



a) Door ademtraining kun je het ritme van je ademhaling bijstellen. Daarvoor zijn er drie niveaus: snel, normaal en traag.

11

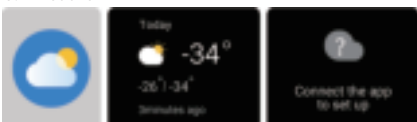
b) Klik op 'Start' om direct naar de animatie van de ademtraining te gaan. Stel je ademhaling bij aan de hand van de trillfrequentie en de animatie; door je ademhaling in zekere mate bij te stellen, kun je je emoties beter opvangen.

3.6 Slaapstand



a) Als je gaat slapen met de watch om, zal deze de gegevens van je slaap automatisch registreren. Je kunt de gegevens van de laatste keer dat je sliep bekijken en de kwaliteit van de slaap in verschillende fasen daarvan laten weergeven.

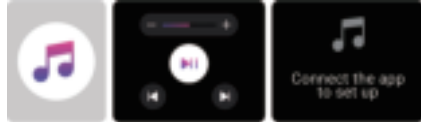
3.7 Weather



12

a) Ondersteunt het bekijken van het weer van drie dagen. Je kunt op elke gewenste dag kijken naar het "weer op dit moment", naar de minimum- en maximum temperatuur van die dag en naar de "minimum- en maximumtemperatuur" voor de komende twee dagen.

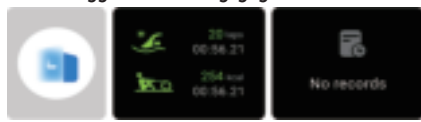
3.8 Muziek



a) Wanneer de watch verbonden is met de app kun je hem gebruiken om de volgende functies op de muziekspeler van je smartphone te bedienen: "volgend/vorig nummer", "afspelen / pauzeren" en "volume verhogen/verlagen".

b) Je kunt via de instellingen van de app zelf bepalen of je deze functie zichtbaar wilt maken of verborgen wilt houden.

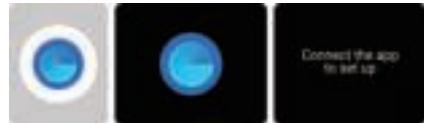
3.9 vastleggen van trainingsgegevens



13

a) Je kunt de gegevens bekijken van de 50 laatst gedane trainingen die op de watch zijn vastgelegd, inclusief meer gedetailleerde gegevens. De vastgelegde trainingsgegevens kun je ook bekijken in de app.

3.10 Toestel opsporen



a) Je kunt je telefoontoestel laten rinkelen met gebruikmaking van je watch, als deze verbonden is met de app.

b) Klik op de pictogram om hem te laten ophouden met rinkelen.

c) Je kunt via de instellingen van de app zelf bepalen of je deze functie zichtbaar wilt maken of verborgen wilt houden.

3.11 Instellingen



14

a) Je kunt de functie configureren om het scherm te laten oplichten door je pols omhoog te houden, evenals die voor het direct meten van het hartritme en de functie voor de schakelaar voor "niet storen" die ook op de watch zit.

b) Je kunt wisselen naar een andere op je watch opgeslagen vormgeving.

c) Je kunt de helderheid van het scherm op je watch instellen en hoe lang het scherm telkens getoond wordt. Er is ook een schakelaar om het licht van het scherm bij duisternis minder fel te laten schijnen.

d) Je kunt ervoor kiezen om de instellingen van je watch uit te zetten of te herstarten, en om helemaal terug te gaan naar de standaardinstellingen (in dat geval worden alle gegevens op je watch gewist en is je watch niet langer verbonden met je smartphone).

4. Module voor herinneren



De watch ondersteunt verschillende mogelijkheden om je aan dingen te herinneren, zoals herinneringen aan berichten, herinneringen aan een inkomende telefoontjes, om in beweging te komen, om je op je vochtigheidsgraad te wijzen, te wijzen op de te behalen trainingsscore, te waarschuwen voor je hartslag etc.

15

Veelgestelde vragen

V1. Waarom kan ik via Bluetooth geen verbinding krijgen met de watch?

A. Kijk of je smartphone wel draait op Android 4.4 of hoger, of op iOS 8.0 of hoger.

B. Kijk of je wel de nieuwste versie van de Veryfit app hebt geïnstalleerd.

C. Make sure Bluetooth is enabled on the watch When you turn on the screen, the Bluetooth icon should be visible in the top-left corner.

D. Kijk of Bluetooth op de watch inderdaad is ingeschakeld. Als je het scherm aanzet moet het pictogram van Bluetooth in de linkerbovenhoek te zien zijn.

F. Zorg ervoor dat het scherm van de watch tijdens het aansluiten aanstaat, anders kan de aansluiting mislukken.

V2. Waarom verbreekt Bluetooth steeds de verbinding?

A. Zorg ervoor dat de afstand tussen de smartphone en de watch niet meer bedraagt dan 7 meter, omdat het signaal anders misschien te zwak wordt.

B. Zorg ervoor dat zich tussen de smartphone en de watch niets bevindt dat het Bluetooth-signaal kan blokkeren, zoals jijzelf met je eigen lichaam of voorwerpen waar metaal in zit, zoals sieraden.

C. Kijk of de batterij van de watch nog voldoende is opgeladen om Bluetooth te kunnen gebruiken en het scherm te kunnen aanzetten.

D. Kijk of Bluetooth op je smartphone wel gewoon functioneert. Kijk wat er gebeurt wanneer je alle apps sluit, Bluetooth uitschakelt en dan weer inschakelt.

F. Wanneer de app 'Veryfit' op de achtergrond draait, kan iOS de app automatisch sluiten waardoor Bluetooth de verbinding verbreekt.

C. Bluetooth kan de verbinding automatisch verbreken als je smartphone in de energiezuinige stand staat of als je voor het beheven van je telefoon gebruikmaakt van een app. Controleer je telefooninstellingen en probeer het dan opnieuw.

V3. Hoe ga ik om met meldingen van inkomende telefoontjes?

A. Controleer of de watch via Bluetooth verbinding heeft met je smartphone.

B. Je kunt de watch alleen gebruiken om binnenkomende gesprekken te weigeren; dit beantwoorden of beginnen van gesprekken wordt op dit moment nog niet ondersteund.

C. Als de beller niet een van je vaste contacten is, zal zijn of haar telefoonnummer worden getoond.

Voor meer gedetailleerde vragen kun je contact opnemen met de klantenservice van Lintelek

✉ info@lintelek.com

🌐 www.lintelek.com

16

17