

OOQE



WATCH PRO 7

HANDLEIDING NEDERLANDS

Inhoudsopgave

Inhoud verpakking	2
Specificaties	2
Opladen van je OOQE WATCH PRO 7	3
OOQE WATCH PRO 7 aan/uitzetten	4
Downloaden bijbehorende Da Fit app	4
Koppelen met je smartphone	4
Instellen welke notificaties je ontvangt	5
Loskoppelen OOQE WATCH PRO 7	5
Verschillende handelingen	7
Functies uitgebreid overzicht	9
Overige functies via de Da Fit app	11
Waarschuwingen en aandachtspunten	14

Gefeliciteerd met je aankoop

Welkom bij OOQE! Wij wensen je heel veel plezier met je OOQE Watch Pro 7.

Het OOQE Team staat altijd klaar

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

Maak kennis met de OOQE WATCH PRO 7

De OOQE Watch Pro 7 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. De OOQE Watch Pro 7 is niet bedoeld om medische en/of wetenschappelijke gegevens te verstrekken.

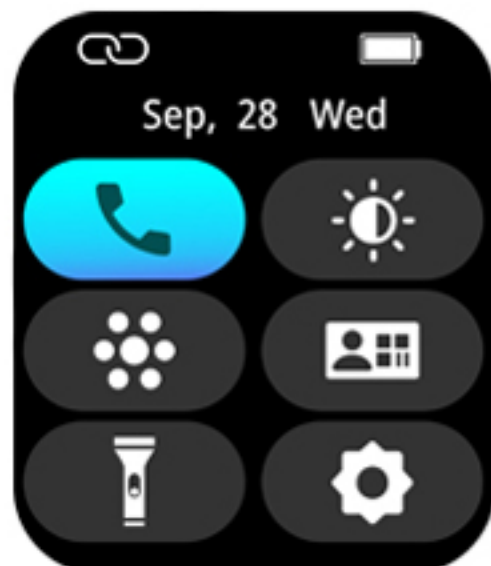
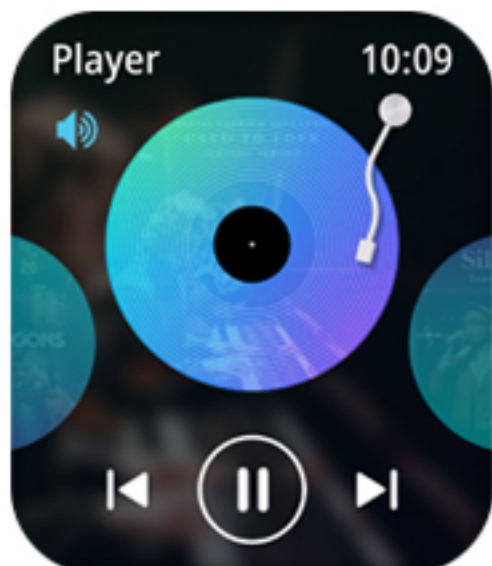
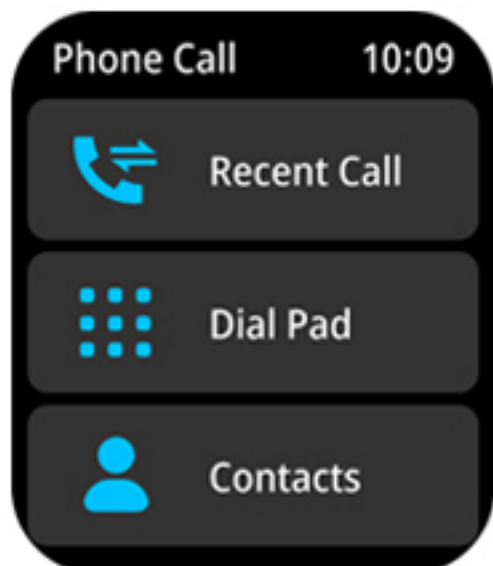
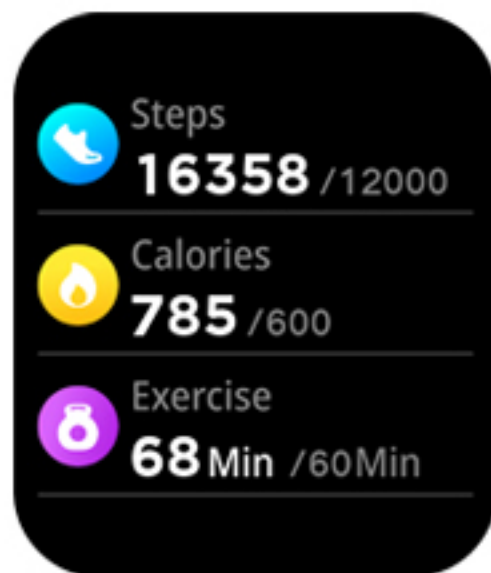


Inhoud verpakking

- OOQE Watch Pro 7
- OOQE Watch Pro 7 bandjes. De afneembare bandjes van de OOQE Watch Pro 7 zijn verkrijgbaar in verschillende kleuren en materialen.
- OOQE Fastcharger
- Handleiding

Specificaties

- Batterijvermogen: 280mAh
- Waterbestendigheid: IP67
- Diameter: 44mm
- Gewicht horlogekast: 34 gram
- Draadloze verbinding: Bluetooth 5.3
- Werkt op Android 4.4 en hoger en iOS 8.0 en hoger
- Laadtijd: 1-2 uur



Opladen van je OOQE WATCH PRO 7

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. Wanneer de Watch volledig is opgeladen, gaat het 5-8 dagen mee met een gemiddeld gebruik. Ook kun je je batterijduur verlengen door de 'BATTERIJ BESPAREN' modus aan te zetten.



OOQE WATCH PRO 7 aan/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 PRO 7 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 WP7" icoontje.
5. Melding "Bluetooth koppelingsverzoek. OOQE WP7 wil met je iPhone koppelen" verschijnt. Druk op "Koppel". Vervolgens komt de melding "Wil je toestaan dat OOQE WP7 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 WP7" icoontje.
5. Druk op "Bevestig" en daarna op "Doorgaan".
6. Melding "Bluetooth-koppelerzoek. Koppelen aan OOQE WP7?" 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 PRO 7

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 WP7". 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 **0** STAPPEN
2022-02-10 12:08 VAN 7000STAPPEN

0m 0kcal 0min

Slaap -- U -- M
2022-02-10 12:08 VAN 8U

GEEN GEGEVENS

Buiten rennen **0.00**m
.. Kilometers

Tijd
0U0M **Tempo**
0 M/km **Calorieën**
0 kcal

EEN APPARAAT TOEVOEGEN 2

OOQE WP7

F6:44:24:37:10:39

Zoeken

Vandaag 3

STAP **0** STAPPEN
2022-02-10 12:11 VAN 7000STAPPEN

0m 0kcal 0min

Slaap -- U -- M
2022-02-10 12:11 VAN 8U

GEEN GEGEVENS

HARTSLAG **3**BPM
2022-01-12 14:42 HARTSLAG

Licht
Gewicht
Aeroob
Anaeroob
V_{O₂} max.

BP **126/81**MMHG
2022-01-17 19:19 SBP/DBP

OOQE WP7 4

Verbonden

F6:44:24:37:10:39

97%

Verwijder apparaat

WIJZERPLATEN

NOTIFICATIES

ALARMEN

SLUITER

OVERIGE

UPGRADE

Verschillende handelingen op OOQE WATCH PRO 7

- **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. Je kunt de Smart Sensor ook uitschakelen via de instellingen.
- **Wijzerplaat wijzigen:** Houd de wijzerplaat 2 seconden ingedrukt en veeg naar links of rechts om de wijzerplaat te veranderen. Je kunt ook het knopje aan de rechterkant van de Watch draaien om de wijzerplaat te wijzigen. Via de Da Fit app heb je toegang tot 100+ wijzerplaten: Open de DaFit app en druk op "Kijk Face Gallery". Kies een wijzerplaat en druk op "onmiddellijk downloaden". Wacht tot de wijzerplaat is gedownload.
- **Wijzerplaat personaliseren:** Open Da Fit en ga naar "Wijzerplaten". Druk op "BEWERKEN" en kies een vooraf ingestelde afbeelding, maak direct een foto van iets wat je leuk vindt, of 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.
- **Quick App menu:** Als je op het beginscherf naar rechts veegt, komt het Quick App menu tevoorschijn. Hier zie je in een oogopslag de laatst geopende apps.
- **Menu:** Veeg op het beginscherf twee keer naar rechts om het menu met apps te openen. Hier heb je een overzicht van de verschillende functies van de Watch. Door


omhoog en omlaag te vegen, of door het knopje aan de rechterkant te draaien, kun je door dit menu navigeren. Druk op de gewenste functie en voer het uit. Je kunt ook op het beginscherm naar links vegen om de functies direct in te zien en uit te voeren. Als je naar links blijft vegen tot je op het laatste scherm komt, kun je door op het plusje (+) te drukken de gewenste functies toevoegen. Je kunt functies verwijderen door ze 2 seconden ingedrukt te houden en vervolgens op het minnetje (–) te drukken.

- **Menu weergave veranderen:** Veeg op het beginscherm omlaag en druk op icoontje . Hier kun je kiezen uit 5 verschillende soorten menu weergaves. Kies er eentje die jij handig vindt.
- **Basis Instellingen menu:** Veeg naar beneden om bij de basis instellingen te komen, zoals belfunctie in- en uitschakelen, helderheid aanpassen (LET OP: een hoge helderheid verkort de batterijduur), menu weergave wijzigen, flashlight aanzetten en naar (uitgebreide) instellingen gaan.
- **Instellingen** : Hier kun je de schermtijd aanpassen, de Smart Sensor aan- en uitzetten, geluid en trilfunctie aanpassen, slaapmodus aan- en uitzetten, batterij bespaarmodus activeren, telefoon instellingen wijzigen, opnieuw opstarten, uitschakelen en resetten.
- **TELEFOON:** Zet "TELEFOON" aan om de telefoon functie van de Watch in te schakelen. Je kunt nu bellen, gebeld worden, opnemen en ophangen op de Watch. Zet de functie uit als je via je telefoon wilt bellen.
- **MEDIA AUDIO:** Zet "MEDIA AUDIO" aan als je audio zoals muziek en video's op de Watch wilt beluisteren. Zet het uit als je audio op het gekoppelde apparaat (telefoon, speaker, oordopjes etc.) wilt afspelen.

Functies OOQE WATCH PRO 7 - Uitgebreid overzicht

- **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.
- **ACTIVITY TRACKER:** Hier kun je het aantal gezette stappen zien. Veeg naar boven om het aantal verbrande calorieën en andere gegevens te zien. Veeg nog meer naar boven om de voortgang gedurende de gehele dag en de gehele week te bekijken.
- **SLAAPANALYSE:** Bekijk hier het totaal aantal geslapen uren. Veeg naar boven om de slaapanalyse in te zien. Een uitgebreide slaapanalyse kun je in de app vinden.
- **OPROEP:** Hier kun je nummers intoetsen, bellen, contacten importeren / direct bellen en recente oproepen inzien.
- **SPRAAK ASSISTANT:** Druk op het scherm en spreek spraakopdrachten in. Je kunt bijvoorbeeld iemand direct bellen, de weersverwachting opvragen of razendsnel navigeren.
- **HARTSLAGMETER:** Druk op het "HARTSLAGMETER" icoontje en wacht totdat de meting is afgerond. Veeg naar boven om de analyse van je waarde in te zien. De uitgebreide analyse kun je in de app bekijken.
- **SPORT APP:** Kies het gewenste sportprogramma en begin met je sport activiteit. De Watch meet nu je sportprestaties: aantal stappen, afgelegde afstand (km), aantal verbrande calorieën (kcal) en je bloeddruk (Bpm) gedurende de training. Veeg naar boven om de Sport Intensity Meter te openen, waar je inzicht krijgt in de intensiteit van je training. Als je de sport activiteit

wilt beëindigen of pauzeren, veeg je het scherm naar rechts.

Doelen instellen: Je kunt bij de sportprogramma's ook specifieke doelen instellen. Druk op het icoontje  naast de sport programma om tijdsdoelen, caloriedoelen, afstandsdoelen of open doelen in te stellen.

- **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 in te zien. Deze kun je ook in de app bekijken.

- **SATURATIE:** Druk op het "SATURATIE" icoontje. Wacht totdat de meting is voltooid. Veeg naar boven om een inzicht te krijgen in je gemeten waarde.

- **WEER:** Bekijk het weer van vandaag en veeg naar boven voor het weer van de komende dagen/week.

- **FOTO:** Ga naar "FOTO". Open de Da Fit app en druk op "SLUITER". Wanneer je nu met je hand schudt, of op de watch drukt, maakt je telefoon een foto. Je kunt nu met de Watch op afstand groepsfoto's maken met jezelf er-tussen!

- **OOQE PLAYER:** Je kunt hier je muziek, video's en films bedienen en beluisteren op de Watch. Als je je audio wilt afspelen op het gekoppelde apparaat en niet op de Watch, ga dan naar Instellingen > Telefoon en zet "Media Audio" uit.

- **ONTSPANNEN:** Kies tussen de adem reguleer programma's voor stress vermindering en in slaap vallen. Reguleer je adem om stress te verminderen door de instructies in dit programma te volgen.

- **SPEL:** Speel een ingebouwd spelletje.


- **INSTELLINGEN:** Hier kun je allerlei instellingen aanpassen.

Overige functies via de Da Fit app




Vandaag

- **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 hartslagmetingen 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 bloeddrukmetingen 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 staafdiagram van je bloedzuurstofmetingen in te zien. Wanneer je op het icoontje  rechtsboven drukt, zie je alle geregistreerde bloedzuurstofmetingen in het verleden met de bijbehorende datum en tijd.

- **Fysiologische cyclus (alleen voor vrouwen):** Druk op “Fysiologische Cyclus” icoontje voor een inzicht in en voorspelling van je fysiologische cyclus.
- **Gewicht:** Druk op “Gewicht” icoontje om inzicht in je gewicht te krijgen over tijd. Hier zie je ook je BMI score en of deze een gezonde waarde representeert. Wanneer je rechtsboven op het icoontje  klikt, zie je alle geregistreerde gewichtsmetingen in het verleden.



Training & ontspanning

- **Klas:** Selecteer allerlei programma’s waarmee je tot rust komt. Hier heb je toegang tot programma’s die je stress kunnen verminderen en je slaap kunnen verbeteren. Probeer ze uit!
- **Training:** Hier kun je de GPS koppeling voor je buitenactiviteiten aanzetten en real time data verkrijgen. Selecteer tussen rennen, lopen of fietsen. Via “bekijk trainingsgegevens” krijg je een gedetailleerde analyse van je sport activiteiten. Ook worden alle trainingen uit het verleden opgeslagen zodat je inzicht krijgt in je vooruitgang.
Doelen instellen: Via het  icoontje kun je trainingsdoelen instellen.



Instellingen

- **WIJZERPLATEN:** Selecteer en upload een nieuwe wijzerplaat. Druk op “Kijk Face Gallery” om toegang te krijgen tot 100+ wijzerplaten! Je kunt ook je eigen wijzerplaat maken door op “bewerken” te drukken.
- **NOTIFICATIES:** Selecteer “NOTIFICATIES” om een keuze te maken van 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:** Je kunt hier alarmmomenten instellen. Druk op plus (+) om meerdere alarmmomenten in te stellen.
- **Wereldklok:** Je kunt hier tot 6 wereldklokken van 6 verschillende steden toevoegen.
- **SLUITER:** Maak foto's op afstand via de Watch.
- **FAVORIETE CONTACTEN:** Je kunt hier 8 contacten uit je contactenlijst toevoegen. Selecteer de gewenste contacten en druk op "Bevestig" rechtsboven. Ze zijn nu aan je contactenlijst in de app toegevoegd. Druk op "Bevestig" om ze 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.
- **OVERIGE:**
 - 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 dan 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): Stel herinneringen voor menstruatiedagen in.

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.

