

**HEALTH
WATCH**

Manual



SINJI

HEALTH WATCH



Index

| | |
|------------|----|
| English | 4 |
| Nederlands | 12 |
| Français | 20 |
| Español | 28 |
| Italiano | 36 |
| Deutsch | 44 |

1. CONTENTS OF THE PACKAGE

- Sinji Health Watch
- Charging station with charging cable
- Manual

2. TECHNICAL SPECIFICATIONS

- Bluetooth version: V4.0
- Bluetooth reach: 10 meters
- Screen: 0.95-inch OLED
- Memory: 32KB RAM + 256KB ROM
- Size: Ø 41 × 8.9mm
- Wristband: 18 × 245mm
- Battery capacity: 100mAh
- Charging time: up to 2 hours
- Standby time: up to 5 days
- Data: Local or cloud server

DISCLAIMER

The Sinji Health Watch is intended for general wellness purposes only and the data provided in the watch, the application or on the website are not intended for use in the detection, diagnosis, monitoring, management or treatment of any medical condition, disease or vital physiological processes or for the transmission of time-sensitive health information. Any health-related information found herein and in any materials or information acquired and/or accessed through Sinji Health Watch and its preloaded applications is available only for your convenience and may indicate trend changes, but should not be treated as medical advice. Users should seek any medical advice from a physician and users should not self-diagnose any ailment. Unless otherwise expressly stated or legally required, Sinji Health Watch with preloaded applications is provided with no warranties. Any information that you obtain from use of Sinji Health Watch or an application preloaded within may not be suitable, accurate, complete or reliable.

3. INSTRUCTIONS FOR USE

3.1 Charging the watch

Connect the watch to the included charging dock. Connect the cable to a USB adapter (not supplied) and connect the adapter to the mains electricity (power outlet). Alternatively, you can connect the USB cable directly to a suitable energy source such as your computer's USB port. The watch indicates a connection by showing a battery icon filling up. After about 2 hours the watch will be completely charged.

3.2 Downloading the application

If you want keep track of your records you can download the following application that saves all the measured data on your smartphone.

- Search in the Appstore or Playstore for the application: "H band".
- Press 'download' and 'install' to start using the application.
- Press 'Sign in' to set up an account or press 'No account login'. Click 'Yes' when you are asked to activate the Bluetooth functionality.
- When you have chosen to sign in with an account the application will ask to fill in personal data: gender, weight, age and height. Click 'OK' to finish.
- When you have chosen to sign in without an account, read the instructions explained in 4.OPERATING THE APPLICATION → Settings, to fill in personal data.

NOTE: The watch can also be used without the application. Please note that the measured data will not be saved.

3.3 Pairing the watch to your smartphone

- Make sure the watch is fully charged before first use.
- Press the multifunction button of the watch for a few seconds to turn the watch on. The Bluetooth on the watch is activated automatically.
- Following the instructions below, pair the watch with your mobile device.

Attention: Pairing the Bluetooth device may, depending on the mobile device to be paired, vary lightly from the steps below. In that case please follow the instructions in the manual of your mobile device.

For iOS devices

- Enter the 'Settings' menu on your mobile device. If necessary, activate the Bluetooth functionality.
- Open the "H-band"-application and press 'Click to connect device'.
- The watch will appear in the list of Bluetooth devices. If you can't find "Sinji H Watch" or "Sinji Health Watch", then search for "V06". Click the device and wait until the pairing has been carried out.

For Android devices

- Go to 'Apps' and find the 'Settings' menu. Open the menu. If necessary, activate the Bluetooth functionality.
- The device will automatically detect all Bluetooth devices in its vicinity. If it does not, please click on 'Scan' until your headset appears in the list. If you can't find "Sinji H Watch" or "Sinji Health Watch", then search for "V06".
- Click the device and wait until the pairing has been carried out. Click on 'OK' when you are asked to confirm the device.

4. OPERATING THE APPLICATION**Dashboard**

Displays today's measurements. You can switch between 'today', 'yesterday' and 'two days ago'.

Running

You can use the watch to track your running-distance. Press 'begin running' to start. Click 'confirm' when you are asked to activate the GPS functionality on your smartphone.

Attention: Please note that heavy use of the watch during high intensity activities may cause damage to the strap.

Settings

Profile: Click on the profile picture to change the photo and to fill in personal data such as nickname, gender, date of birth, weight, age, height and BMI. Click 'Save'.







My device:

- If you want the watch to briefly vibrate when you receive a call or text message, click 'Message notification' to set it to on or off.
- Click 'Alarm' to set up to 3 alarms. Click 'Save'.
- Click 'Pair device' on or off to secure the connection between the watch and the mobile device.
- Click 'BP test mode' to change your recommended blood pressure. Click 'save'.

Setting goal:

- Click 'Sport goal' to change your recommended steps per day. Click 'save'.
- Click 'Sleep mode' to change your recommended sleep per day. Click 'save'.

5. OPERATING THE WATCH

- **Activating/deactivating:** Press and hold the multifunction button until the watch enters or closes the main interface.
- **Main interface:** When the watch is set to on, press the multifunction button once to activate the main interface. You can also swipe your arm to activate the main interface.
- **Blood pressure mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to start the blood pressure test. You can see the results on your watch after about 60 seconds. If you want to reset this data, briefly press the multifunction button.
- **Heart rate mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to start the heart rate test. You can see the results on your watch after about 60 seconds.
- **Pedometer mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to see today's step count. The progress bar underneath the steps shows the percentage of the steps already taken today.
- **Distance mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to see today's travelled distance by foot.
- **Calorie mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to see today's burned calories.
- **Sleep mode:** When you activate the main interface, press the multifunction button until you see  to see the hours of sleep from last night.

6. MAIN FUNCTIONS

6.1 Body Condition Monitor

The watch will monitor your health status and gives you feedback regarding your health and condition. When the watch is used for the first time, you need to input your data in the application to setup the watch. The watch will continuously collect your body data for 24-48 hours and establish an exclusive body database for you. The watch is not able to provide feedback in less than 24 hours, so please continue wearing the watch until the database is established successfully.

Disclaimer

The Sinji Health Watch is intended for general wellness purposes only and the data provided in the watch, the application or on the website are not intended for use in the detection, diagnosis, monitoring, management or treatment of any medical condition, disease or vital physiological processes or for the transmission of time-sensitive health information. Any health-related information found herein and in any materials or information acquired and/or accessed through Sinji Health Watch and its preloaded applications is available only for your convenience and may indicate trend changes, but should not be treated as medical advice. Users should seek any medical advice from a physician and users should not self-diagnose any ailment. Unless otherwise expressly stated or legally required, Sinji Health Watch with preloaded applications is provided with no warranties. Any information that you obtain from use of Sinji Health Watch or an application preloaded within may not be suitable, accurate, complete or reliable.

6.2 Heart Rate Monitor

After wearing the watch for 30 seconds, the watch will calculate your heart rate.

6.3 Movement Monitor

The watch will calculate the amount of exercise needed every day, based on your current physical fitness. It will display the number of calories burnt, and necessary daily number of steps to stay fit.

6.4 Blood pressure test

Enter blood pressure test mode on the watch, and test your blood pressure at any time. Please ensure that

the device is at the height of your heart when measuring your rest condition for accurate data. After at most 60 seconds, your blood pressure will automatically appear.

6.5 Sleep Monitor

The watch will record and analyze the number of hours you slept. You can clearly know the time you go to sleep, go into deep sleep, light sleep, and at which time you wake up. Each sleep period shows as a separate piece of clear line graph.

6.6 Alarm function

The watch provides an alarm function; it will vibrate at your preset time without any noise to avoid any negative stimulus from suddenly waking to sound. You can switch off the alarm by pressing the multifunctional button on your watch.

The watch provides a vibration function when you receive a call or message on your phone. You can turn this option on and off in the application.

6.7 Setup

To ensure the accuracy of the measurements, please input your real personal data: gender, weight, date of birth, age, height and BMI. Click 'OK' to finish. To change the data, see the instructions explained in 4. OPERATING THE APPLICATION.

7. SAFETY INSTRUCTIONS

- Keep the product away from sharp objects.
- Don't place heavy objects on top of the product.
- Don't use any (chemical or organic) liquids with the product.
- Keep the product away from heating sources.

8. CLEANING

Clean the product with a dry cloth. Don't use any chemical liquids or oil!

9. PROBLEMS AND SOLUTIONS

1. My mobile device does not find the watch in the list of Bluetooth devices

- Check whether the watch is within a 0.5m range of the Bluetooth device. After pairing the watch to your smartphone, the Bluetooth communication range is within 10m.
- Click on 'scan' or 'search' to start another search for devices in the vicinity.
- Please make sure the device is not low on battery.
- If you use an iOS device, read the instructions explained in 3.3 Pairing the watch to your smartphone → For iOS devices.

2. I can't connect the device with the application

- Please reboot the Bluetooth or reboot the smartphone and try to pair once more.

3. I am not able to activate the watch

- The battery may be empty. Charge the battery minimally for 1 to 2 hours and try to activate the watch again.

4. The watch does not charge

- Check whether the watch has been correctly connected to the charging dock.
- Check whether the charging cable has been correctly connected to either a USB adapter and mains, or directly to a power source such as a laptop.

5. How do I update the device?

Make sure the mobile device is connected with the application. Choose 'Firmware Update'. The process will search for available updates. Please wait a few minutes for the update to be finished.

6. The data does not seem to be accurate

- The watch needs at least 24 hours to collect the minimum amount of data necessary to start the measurement. The longer you wear the watch, the more accurate the data gets.
- Please note the data transfer between phone and watch will take several seconds.

7. I want to replace my watch with the same model. How can I save the previous data?

When you have connected your new watch to the application, click 'Sync' to keep your previous data, click 'No' to remove your previous data. NOTE: This is only possible when you created an account in the application.

1. INHOUD VAN DE VERPAKKING

- Sinji Health Watch
- Laadstation met oplaadkabel
- Handleiding

2. TECHNISCHE SPECIFICATIES

- Bluetooth versie: V4.0
- Bluetooth bereik: 10 meter
- Scherm: 0.95-inch OLED
- Geheugen: 32KB RAM + 256KB ROM
- Afmeting: Ø 41 × 8.9mm
- Polsband: 18 × 245mm
- Batterij capaciteit: 100mAh
- Oplaadtijd: tot 2 uur
- Standby tijd: tot 5 dagen
- Data: Lokaal of cloud server

Disclaimer

De Sinji Health Watch is bedoeld voor welzijnsdoeleinden en de gegevens die worden verstrekt in het horloge, de applicatie of op de website zijn niet bedoeld het detecteren, diagnosticeren, bewaken en behandelen van ziekten, medische aandoeningen of belangrijke fysiologische processen, en ook niet voor het verzenden van tijdgevoelige gezondheidsgegevens. Alle gezondheid gerelateerde informatie die u in de applicatie en in materialen aantreft of informatie die u hebt verkregen en/of geopend via Sinji Health Watch en de applicatie, is alleen bedoeld voor uw gemak en het aangeven van trend veranderingen, en moet niet worden beschouwd als een medisch advies. Voor medische adviezen moeten gebruikers een arts raadplegen, met name bij veranderingen in hun levensstijl of dieet en gebruikers moeten niet zelf proberen om een diagnose te stellen voor een kwaal. Tenzij expliciet anders wordt vermeld of wettelijk wordt vereist, worden Sinji Health Watch en de applicatie niet geleverd met enige garantie. Alle informatie die u verkrijgt door het gebruiken van Sinji Health Watch of de applicatie, is mogelijk niet geschikt, nauwkeurig, volledig of betrouwbaar.

3. INSTRUCTIES VOOR GEBRUIK

3.1 Het opladen van het horloge

Verbind het horloge met het bijbehorende laadstation. Verbind de oplaadkabel via een USB-adapter (niet meegeleverd) met de netstroom (stopcontact). Als alternatieve oplaadmethode kunt u de kabel rechtstreeks met een energiebron verbinden, zoals de USB-poort van een computer. Het horloge toont aan dat er verbinding is gemaakt door het weergeven van een batterij die zich vollaadt. Na ongeveer 2 uur is het horloge volledig opgeladen.

3.2 Het downloaden van de applicatie

Als u uw gegevens wilt bijhouden dan kunt u de volgende applicatie downloaden die alle meetgegevens opslaat op uw smartphone.

- Zoek in de Appstore of Playstore naar de applicatie: "H Band".
- Druk op 'downloaden' en 'installeren' om van de applicatie gebruik te kunnen maken.
- Druk op 'Sign in' om een account aan te maken of druk op 'No account login'. Klik op 'Yes' indien u wordt gevraagd om de Bluetooth functionaliteit in te schakelen.
- Indien u hebt gekozen om zich aan te melden met een account dan vraagt de applicatie om uw persoonlijke gegevens in te vullen: geslacht, gewicht, leeftijd en lengte. Klik op 'Ok' om verder te gaan.
- Indien u hebt gekozen om zich aan te melden zonder account, lees dan de instructies uitgelegd in 4.HET BEDIENEN VAN DE APPLICATIE → Settings, om uw persoonlijke gegevens in te vullen.

OPMERKING: Het horloge kan ook zonder de applicatie worden gebruikt. Houdt u er rekening mee dat de meetgegevens niet worden opgeslagen.

3.3 Het koppelen van het horloge met uw smartphone

- Zorg ervoor dat het horloge volledig is opgeladen voor het eerste gebruik.
- Houd de multifunctionele knop van het horloge een paar seconden ingedrukt om het horloge aan te zetten. De Bluetooth op het horloge wordt automatisch geactiveerd.
- Koppel het horloge aan uw smartphone via onderstaande instructies.

Let op: het koppelen van het Bluetooth apparaat kan, afhankelijk van het mobiele apparaat dat u wilt koppelen enigszins verschillen van onderstaande stappen. Volg in dat geval de instructies uit de handleiding van uw mobiele apparaat.

Voor iOS apparaten

- Ga naar het menu 'Instellingen' of 'Settings'. Schakel indien nodig de Bluetooth functionaliteit in.
- Open de "H Band"-applicatie en druk op "Click to connect device".
- In de lijst met Bluetooth apparaten verschijnt nu het horloge. Als u "Sinji H Watch" of "Sinji Health Watch" niet kunt vinden, zoek dan naar "VO6". Klik het apparaat aan en wacht tot de verbinding is gemaakt.

Voor Android apparaten

- Ga naar 'Apps' en zoek vervolgens naar het 'Instellingen' of 'Settings' menu. Open dit menu. Schakel indien nodig de Bluetooth functionaliteit in.
- Het apparaat zal automatisch zoeken naar apparaten met Bluetooth in de buurt. Mocht dit niet gebeuren, klik dan op 'Scannen' totdat het horloge in de lijst verschijnt. Als u "Sinji H Watch" of "Sinji Health Watch" niet kunt vinden, zoek dan naar "VO6".
- Klik het apparaat aan en wacht tot de verbinding tot stand is gebracht. Indien u de vraag krijgt om het apparaat te bevestigen klik dan op 'Ok'.

4. HET BEDIENEN VAN DE APPLICATIE

Dashboard

Weergeeft de huidige metingen. U kunt schakelen tussen 'today' (vandaag), 'yesterday' (gisteren) en 'two days ago' (twee dagen geleden).

Running

U kunt het horloge gebruiken om uw hardlooppafstand te meten. Druk op 'begin running' om te beginnen. Klik op 'confirm' indien u wordt gevraagd om uw gps-functionaliteit op uw smartphone te activeren.

Let op: Houd u er rekening mee dat intensief gebruik van het horloge tijdens activiteiten met een hoge intensiteit schade aan de polsband kan veroorzaken.

Settings

Profile: klik op de profielfoto om de foto te veranderen, en om uw persoonlijke gegevens in te vullen zoals profielnaam, geslacht, geboortedatum, gewicht, leeftijd, lengte en BMI. Klik op 'Save' om op te slaan.



My device:





- Indien u wenst dat het horloge kort vibreert bij een inkomende oproep of een bericht, klik op 'Message notification' om deze functie in of uit te schakelen.
- Klik op 'Alarm' om (tot en met) 3 wekkers te zetten. Klik op 'Save'.
- Klik op 'Pair device' aan of uit om de verbinding tussen het horloge en uw mobiele apparaat vast te zetten.
- Klik op 'BP test mode' om uw aanbevolen bloeddruk aan te passen. Klik op 'Save'.

Setting goal:

- Klik op 'Sport goal' om uw aanbevolen stappen per dag aan te passen. Klik op 'Save'.
- Klik op 'Sleep mode' om uw aanbevolen slaap per dag aan te passen. Klik op 'Save'.

5. HET BEDIENEN VAN HET HORLOGE

- Aan- of uitzetten: Houd de multifunctionele knop ingedrukt totdat het hoofdscherm aan- of uit gaat.
- Hoofdscherm: Wanneer het horloge aan staat, druk één keer op de multifunctionele knop om het hoofdscherm te activeren. U kunt ook uw arm bewegen om het hoofdscherm te activeren.
- Bloeddrukmeter: Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om de bloeddrukmeter te starten. U kunt de resultaten op uw horloge zien na ongeveer 60 seconden. Als u deze gegevens opnieuw wilt instellen drukt u kort op de multifunctionele knop.
- Hartslagmeter: Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om de hartslagmeter te starten. U kunt de resultaten op uw horloge zien na ongeveer 60 seconden.

- **Stappenteller:** Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om uw stappen van vandaag te zien. De voortgangsbalk onder de stappen toont het percentage van de tot nu toe genomen stappen.
- **Afstand-modus:** Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om uw afgelegde afstand te voet van vandaag te zien.
- **Calorieën-modus:** Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om uw verbrande calorieën van vandaag te zien.
- **Slaap-monitor:** Wanneer u het hoofdscherm activeert, druk op de multifunctionele knop totdat u  ziet om het aantal slaapuren van de laatste nacht te zien.

6. HOOFDFUNCTIES

6.1 Body Condition Monitor

Het horloge monitort uw welzijnsstatus en geeft u feedback over uw gezondheid en conditie. Wanneer het horloge voor de eerste keer gebruikt wordt, wordt u gevraagd om uw persoonlijke gegevens in te stellen in de applicatie voor het instellen van het horloge. Het horloge zal 24-48 uur continu uw welzijnsgegevens verzamelen om een exclusieve lichaamsdatabase vast te stellen. Het horloge is niet in staat om feedback te geven in minder dan 24 uur, dus draag het horloge totdat de database met succes tot stand is gebracht.

Disclaimer

De Sinji Health Watch is bedoeld voor welzijnsdoelinden en de gegevens die worden verstrekt in het horloge, de applicatie of op de website zijn niet bedoeld het detecteren, diagnosticeren, bewaken en behandelen van ziekten, medische aandoeningen of belangrijke fysiologische processen, en ook niet voor het verzenden van tijdgevoelige gezondheidsgegevens. Alle gezondheid gerelateerde informatie die u in de applicatie en in materialen aantreft of informatie die u hebt verkregen en/of geopend via Sinji Health Watch en de applicatie, is alleen bedoeld voor uw gemak en het aangeven van trend veranderingen, en moet niet worden beschouwd als een medisch advies. Voor medische adviezen moeten gebruikers een arts raadplegen, met name bij veranderingen in hun levensstijl of dieet en gebruikers moeten niet zelf proberen om een diagnose te stellen voor een kwaal. Tenzij expliciet anders wordt vermeld of wettelijk wordt vereist, worden Sinji Health Watch en de applicatie niet geleverd met enige garantie. Alle

informatie die u verkrijgt door het gebruiken van Sinji Health Watch of de applicatie, is mogelijk niet geschikt, nauwkeurig, volledig of betrouwbaar.

6.2 Heart Rate Monitor

Na het dragen van het horloge voor 30 seconden kan het horloge uw hartslag meten.

6.3 Movement Monitor

Het horloge calculeert de hoeveelheid lichaamsbeweging die dagelijks nodig is, op basis van uw huidige fysieke conditie. Het geeft het aantal verbrande calorieën weer, en de benodigde hoeveelheid dagelijkse stappen om fit te blijven.

6.4 Blood pressure test

Schakel de bloeddruk testmodus in op het horloge en test uw bloeddruk op elk gewenst moment. Zorg bij het meten van uw rusttoestand dat het apparaat zich op de hoogte van uw hart bevindt voor nauwkeurige gegevens. Na hooguit 60 seconden wordt uw bloeddruk automatisch weergegeven.

6.5 Sleep Monitor

Het horloge registreert en analyseert het aantal slaapuren. U kunt teruglezen om welke tijd u ging slapen, wanneer u in diepe slaap was, lichte slaap en om welke tijd u wakker werd. Elke slaaperiode wordt weergegeven in een aparte duidelijke lijngrafiek.

6.6 Alarm Function

Het horloge biedt een alarmfunctie; het zal trillen op de vooraf ingestelde tijd zonder enig lawaai om negatieve stimulans te voorkomen door het plotseling wakker worden door geluid. U kunt het alarm uitschakelen door op de multifunctionele knop van uw horloge te drukken. Het horloge het een trilfunctie wanneer u een oproep of bericht op uw telefoon ontvangt. U kunt deze optie in- en uitschakelen in de applicatie.

6.7 Setup

Om de nauwkeurigheid van de gegevens te waarborgen, is het wenselijk om uw echte persoonlijke gegevens in te voeren: geslacht, gewicht, geboortedatum, leeftijd, lengte en BMI.

Klik op 'Ok' om af te ronden. Om uw persoonlijke gegevens aan te passen, lees de instructies in 4.HET BEDIENEN VAN DE APPLICATIE.

7. VEILIGHEIDSINSTRUCTIES

- Houd het product op afstand van scherpe objecten.
- Plaats geen zware voorwerpen bovenop het product.
- Gebruik het product niet in combinatie met (chemische of organische) vloeistoffen.
- Houd het product op afstand van warmtebronnen.

8. REINIGING

Maak het product schoon met een droge doek. Gebruik geen chemische vloeistoffen of olie!

9. HULP BIJ PROBLEMEN

9.1 Mijn mobiele apparaat vindt het horloge niet in de lijst met Bluetooth apparaten

- Controleer of het horloge zich binnen het bereik van 0,5 meter bevindt. Na het verbinden van uw horloge aan de smartphone is het Bluetooth communicatie bereik binnen 10 meter.
- Klik op 'scannen' of 'zoeken' om opnieuw naar apparaten in de buurt te zoeken.
- Controleer of de batterij niet bijna leeg is.
- Als uw gebruikt maakt van een iOS appraat, lees de instructies uitgelegd in 3.3 Het koppelen van het horloge met uw smartphone → Voor iOS apparaten.

9.2 Ik kan het apparaat niet met de applicatie verbinden

- Herstart de Bluetooth functionaliteit of herstart uw smartphone en probeer nogmaals te koppelen.

9.3 Ik kan het horloge niet activeren

- Mogelijk is de batterij leeg. Laad de batterij minimaal 1 tot 2 uur op en probeer nogmaals het horloge te activeren.

9.4 Het horloge wil niet opladen

- Controleer of het horloge correct is verbonden met het laadstation.
- Controleer of de oplaadkabel correct is verbonden met een USB-adapter en de netstroom of rechtstreeks met een energiebron zoals uw laptop.

9.5 Hoe moet ik het apparaat updaten?

- Zorg ervoor dat het mobiele apparaat is verbonden met de applicatie kies 'Firmware Update'. Het proces zal zoeken naar beschikbare updates. Wacht een aantal minuten totdat de update is afgerond.

9.6 De meetgegevens lijken niet te kloppen

- Het horloge heeft minimaal 24 uur nodig om alle gegevens te verzamelen die nodig zijn om te meten. Hoe langer u het horloge draagt, hoe nauwkeuriger de gegevens worden.
- Let op dat de overdracht van de gegevens tussen de telefoon en het horloge enkele seconden kan duren.

9.7 Ik wil mijn horloge vervangen voor een ander horloge van hetzelfde model. Hoe kan ik de vorige gegevens bewaren?

- Wanneer u uw nieuwe horloge hebt aangesloten op de applicatie, klik op 'Sync' om uw vorige gegevens te bewaren, klik op 'No' om uw vorige gegevens te verwijderen. Let op: Dit is alleen mogelijk als u een account in de applicatie hebt aangemaakt.

1. CONTENU DU PAQUET

- Sinji Health Watch
- Station de chargement avec câble de chargement
- Manuel

2. SPÉCIFICATIONS TECHNIQUES

- Bluetooth : version V4.0
- Distance Bluetooth : 10 mètres
- Écran : 0.95-inch (2.413cm) OLED
- Mémoire : 32KB RAM + 256KB ROM
- Taille : Ø 41 × 8.9mm
- Bracelet : 18 × 245mm
- Capacité de la batterie : 100mAh
- Temps de charge : jusqu'à 2 heures
- Temps de veille : jusqu'à 5 jours
- Données : Locales ou serveur cloud

Décharge de responsabilité

La Sinji Health Watch est uniquement destinée à des fins de bien-être et les données fournies sur la montre, sur l'application ou sur le site internet ne sont pas destinées à la détection, au diagnostic, à la surveillance, à la gestion ou au traitement d'une affection médicale, d'une maladie ou de processus physiologiques vitaux ni à la transmission d'informations sanitaires temporaires. Toute information relative à la santé contenue dans ce document et dans tout matériel ou toute information obtenue et/ou accessible par Sinji Health Watch et ses applications préchargées est disponible uniquement pour votre confort et peut indiquer des changements de tendance, mais ne doit en aucun cas être traitée comme un avis médical. Il est conseillé aux utilisateurs de demander l'avis d'un médecin et les utilisateurs ne doivent en aucun cas émettre d'auto-diagnostic. Sauf indication contraire expresse ou légalement exigée, la Sinji Health Watch avec ses applications préchargées est fournie sans garantie. Toute information obtenue lors de l'utilisation de la Sinji Health Watch ou d'une application préchargée peut ne pas être appropriée, exacte, complète ou fiable.

3. INSTRUCTIONS D'UTILISATION

3.1 Charger la montre

Connectez la montre au dock de chargement inclus. Connectez le câble à un adaptateur USB (non fourni) et connectez l'adaptateur au réseau électrique (prise de courant). Alternativement, vous pouvez connecter le câble USB directement à une source d'énergie appropriée tel que le port USB de votre ordinateur. La montre indique une connexion grâce à l'icône d'une batterie en charge. Au bout de 2 heures, la montre sera complètement chargée.

3.2 Télécharger l'application

Si vous voulez garder une trace de vos enregistrements, vous pouvez télécharger l'application suivante qui sauvegardera toutes les données mesurées sur votre smartphone.

- Dans l'Appstore ou le Playstore, cherchez l'application : « H band ».
- Cliquez sur « télécharger » et « installer » pour commencer à utiliser l'application.
- Cliquez sur « Sign in » pour créer un compte ou sur « No account login ». Cliquez sur « Yes » lorsque l'on vous demandera si vous voulez activer le Bluetooth.
- Si vous avez choisi de créer un compte, l'application vous demandera des renseignements personnels : genre, poids, âge et taille. Cliquez sur « OK » pour terminer.
- Si vous avez choisi de vous connecter sans compte, lisez les instructions données dans 4. FONCTIONNEMENT DE L'APPLICATION → Settings, pour renseigner vos données personnelles.

NOTE : La montre peut également être utilisée dans l'application. Veuillez noter que les données mesurées ne seront pas enregistrées.

3.3 Appairer la montre avec votre smartphone

- Assurez-vous que la montre soit complètement chargée avant toute première utilisation.
- Appuyez sur le bouton multifonctions de la montre pendant quelques secondes pour allumer la montre. Le Bluetooth est automatiquement activé sur la montre.
- En suivant les instructions ci-dessous, appairez la montre avec votre téléphone portable.

Attention : Appairer l'appareil Bluetooth peut, en fonction de votre téléphone à appairer, différer légèrement des étapes ci-dessous. Dans ce cas, veuillez suivre les instructions du manuel de votre téléphone.

Pour les appareils iOS

- Entrez dans le menu « Paramètres » sur votre téléphone. S'il n'est pas déjà activé, activez le Bluetooth.
- Ouvrez l'application « H-band » et cliquez sur « Click to connect device ».
- La montre apparaîtra dans la liste des appareils Bluetooth. Si vous ne trouvez pas « Sinji H Watch » ou « Sinji Health Watch », cherchez « V06 ». Cliquez sur l'appareil et attendez que l'appairage ait fini de s'effectuer.

Pour les appareils Android

- Allez dans « Applications » et trouvez le menu « Paramètres ». Ouvrez le menu. S'il n'est pas déjà activé, activez le Bluetooth.
- L'appareil détectera automatiquement tous les appareils Bluetooth à proximité. Si ce n'est pas le cas, veuillez cliquer sur « Actualiser » jusqu'à ce que votre appareil apparaisse dans la liste. Si vous ne trouvez pas « Sinji H Watch » ou « Sinji Health Watch », cherchez « V06 ».
- Cliquez sur l'appareil et attendez que l'appairage ait fini de s'effectuer. Cliquez sur « OK » lorsqu'il vous sera demandé de confirmer l'appareil.

4. FONCTIONNEMENT DE L'APPLICATION

Dashboard

Affiche vos mesures du jour. Vous pouvez mettre « aujourd'hui », « hier » ou « il y a deux jours ».

Running

Vous pouvez utiliser la montre pour calculer votre distance de course. Cliquez sur « begin running » lorsqu'il vous sera demandé d'activer le GPS sur votre smartphone.

Attention : Veuillez noter qu'une utilisation intense de la montre pendant des activités sportives intenses peut endommager le bracelet.

Settings

Profil : Cliquez sur l'image de profil pour changer la photo et renseigner vos données personnelles telles que vos nom, genre, date d'anniversaire, poids, âge, taille et IMC. Cliquez sur « Sauvegarder ».



My device :





- Si vous voulez que la montre émette une vibration lorsque vous recevez un appel ou un SMS, cliquez sur « Message notification » pour le programmer sur on ou off.
- Cliquez sur « Alarm » pour programmer 3 alarmes. Cliquez sur « Save ».
- Cliquez sur « Pair device » on ou off pour sécuriser la connexion entre la montre et le téléphone.
- Cliquez sur « BP test mode » pour changer votre tension artérielle recommandée. Cliquez sur « Save ».

Setting goal :

- Cliquez sur « Sport goal » pour changer vos pas par jour recommandés. Cliquez sur « Save ».
- Cliquez sur « Sleep mode » pour changer votre repos recommandé par jour. Cliquez sur « Save ».

5. FONCTIONNEMENT DE LA MONTRE

- **Activer / Désactiver :** Maintenez le bouton multifonctions enfoncé jusqu'à ce que la montre ouvre ou ferme l'interface principale.
- **Interface principale :** Lorsque la montre est en mode on, appuyez une fois sur le bouton multifonctions pour activer l'interface principale. Vous pouvez aussi faire glisser votre bras pour activer l'interface principale.
- **Mode tension artérielle :** Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour commencer le test de tension artérielle. Vous pouvez voir les résultats sur votre montre au bout de 60 secondes. Si vous voulez réinitialiser cette donnée, appuyez brièvement sur le bouton multifonctions.
- **Mode rythme cardiaque :** Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour commencer le test de rythme cardiaque. Vous pouvez voir les résultats sur votre montre au bout de 60 secondes.

- **Mode podomètre** : Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour voir votre compte de pas de la journée. La barre de progression sous les pas indique le pourcentage de pas déjà effectué ce jour-là.
- **Mode distance** : Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour voir la distance parcourue à pied ce jour-là.
- **Mode calorie** : Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour voir les calories brûlées ce jour-là.
- **Mode repos** : Lorsque vous activez l'interface principale, appuyez sur le bouton multifonctions jusqu'à voir  pour voir le nombre d'heures de sommeil la nuit passée.

6. FONCTIONS PRINCIPALES

6.1 Moniteur de condition physique

La montre va surveiller votre état de santé et vous donner un compte-rendu sur votre état de santé et votre condition physique. Lorsque la montre est utilisée pour la première fois, vous devez saisir vos données dans l'application pour configurer la montre. La montre recueillera continuellement vos données corporelles pendant 24-48 heures et établira une base de données exclusive pour vous. La montre n'est pas en mesure de vous fournir un compte-rendu en moins de 24 heures, veuillez donc continuer à la porter jusqu'à ce que la base de données soit établie avec succès.

Décharge de responsabilité

La Sinji Health Watch est uniquement destinée à des fins de bien-être et les données fournies sur la montre, sur l'application ou sur le site internet ne sont pas destinées à la détection, au diagnostic, à la surveillance, à la gestion ou au traitement d'une affection médicale, d'une maladie ou de processus physiologiques vitaux ni à la transmission d'informations sanitaires temporaires. Toute information relative à la santé contenue dans ce document et dans tout matériel ou toute information obtenue et/ou accessible par Sinji Health Watch et ses applications préchargées est disponible uniquement pour votre confort et peut indiquer des changements de tendance, mais ne doit en aucun cas être traitée comme un avis médical. Il est conseillé aux utilisateurs de demander l'avis d'un médecin et les utilisateurs ne doivent en aucun cas émettre d'auto-diagnostic. Sauf indication contraire expresse ou légalement exigée, la Sinji Health Watch avec ses applications préchargées est fournie sans

garantie. Toute information obtenue lors de l'utilisation de la Sinji Health Watch ou d'une application préchargée peut ne pas être appropriée, exacte, complète ou fiable.

6.2 Moniteur de Rythme Cardiaque

Après avoir porté la montre pendant 30 secondes, la montre calculera votre rythme cardiaque.

6.3 Moniteur de Mouvement

La montre va calculer la quantité d'exercice nécessaire chaque jour, basé sur votre condition physique actuelle. Elle affichera le nombre de calories brûlées, et le nombre de pas quotidiens nécessaires pour rester en forme.

6.4 Test de tension artérielle

Entrez dans le mode test de tension artérielle sur la montre, et testez votre tension artérielle à tout moment. Veuillez-vous assurer que l'appareil soit au niveau de votre cœur lors de la mesure de votre état au repos pour obtenir des données précises. Après 60 secondes maximum, votre tension artérielle apparaîtra automatiquement.

6.5 Moniteur de sommeil

La montre enregistrera et analysera votre nombre d'heures de sommeil. Vous pouvez savoir précisément à quelle heure vous partez dormir, quand vous entrez en sommeil profond, sommeil léger, et à quelle heure vous vous réveillez. Chaque phase de sommeil est indiquée clairement sur un graphique.

6.6 Fonction alarme

La montre propose une fonction alarme ; elle vibrera à l'heure prédéfinie, n'émettant aucun son pour éviter tout stimulus négatif d'un réveil sonore soudain. Vous pouvez éteindre l'alarme en pressant le bouton multifonctions sur votre montre.

La montre propose une fonction vibration lorsque vous recevez un appel ou un message sur votre téléphone. Vous pouvez activer ou désactiver cette option dans l'application.

6.7 Paramétrage

Afin d'assurer la précision des mesures, veuillez renseigner vos véritables données personnelles : genre, poids, date d'anniversaire, âge, taille et IMC. Cliquez sur « OK » pour terminer. Pour modifier les données, voyez les instructions indiquées dans 4. FONCTIONNEMENT DE L'APPLICATION.

7. INSTRUCTIONS DE SÉCURITÉ

- Maintenir le produit éloigné de tout objet pointu.
- Ne pas placer d'objets lourds sur le produit.
- N'utiliser aucun liquide (chimique ou organique) sur le produit.
- Maintenir le produit éloigné de toute source de chaleur.

8. NETTOYAGE

Nettoyez l'objet avec un tissu sec. N'utilisez aucun liquide chimique ni de l'huile !

9. PROBLÈMES ET SOLUTIONS

1. Mon portable ne trouve pas la montre dans la liste des appareils Bluetooth

- Vérifiez que la montre soit à 0.5m de distance de l'appareil Bluetooth. Après avoir appairé la montre avec votre smartphone, la portée du Bluetooth est de 10m.
- Cliquez sur « Actualiser » ou « Recherche » pour commencer une nouvelle recherche d'appareils à proximité.
- Veuillez-vous assurer que la batterie de l'appareil ne soit pas trop faible.
- Si vous utilisez un appareil iOS, lisez les instructions expliquées en 3.3 Appairer la montre avec votre smartphone → Pour les appareils iOS.

2. Je n'arrive pas à connecter l'appareil sur l'application

- Veuillez réinitialiser le Bluetooth ou le téléphone, puis retentez l'appairage.

3. Je n'arrive pas à activer la montre

- La batterie est peut-être vide. Chargez la batterie pendant minimum 1 à 2 heures et réessayez d'activer la montre.

4. La montre ne charge pas

- Vérifiez que la montre soit correctement connectée au dock de chargement.
- Vérifiez que le câble de chargement soit correctement connecté à l'adaptateur USB, ou directement à une source d'énergie telle votre ordinateur.

5. Comment mettre à jour l'appareil ?

Assurez-vous que l'appareil mobile soit connecté sur l'application. Choisissez « Firmware Update ». Cela va rechercher de nouvelles mises à jour disponibles. Veuillez patienter quelques minutes le temps que la mise à jour se termine.

6. Les données ne semblent pas exactes

- La montre nécessite au moins 24 heures pour collecter la quantité minimum de données nécessaires pour commencer les mesures. Plus longtemps vous portez la montre, plus les données seront précises.
- Veuillez noter que le transfert des données entre le téléphone et la montre peut prendre plusieurs secondes.

7. Je veux remplacer ma montre pour le même modèle. Comment conserver les données précédentes ?

Lorsque vous avez connecté votre nouvelle montre sur l'application, cliquez sur « Sync » pour conserver vos données précédentes, cliquez sur « No » pour les effacer. NOTE : Cela est possible uniquement à condition de créer un compte dans l'application.

1. CONTENIDO DEL PAQUETE

- Sinji Health Watch
- Cargador con cable de recarga
- Manual

2. ESPECIFICACIONES TÉCNICAS

- Versión de Bluetooth: V4.0
- Alcance de Bluetooth: 10 metros
- Pantalla: OLED de 0.95 pulgadas
- Memoria: 32KB RAM + 256KB ROM
- Tamaño: Ø 41 × 8.9mm
- Correa: 18 × 245mm
- Capacidad de la batería: 100mAh
- Tiempo de recarga: hasta 2 horas
- Autonomía en standby: hasta 5 días
- Datos: servidor local y o la nube

Aviso legal

El Sinji Health Watch sólo está concebido para el mantenimiento del bienestar general, y los datos ofrecidos por el reloj, la aplicación o la web no deben considerarse como determinantes en la detección, diagnóstico, monitorización, administración ni tratamiento de ninguna patología médica, de procesos fisiológicos o psicológicos vitales, ni para la transmisión de información urgente o delicada sobre el estado de salud personal. Cualquier información relacionada con la salud ofrecida aquí y en los materiales y datos obtenidos a través del Sinji Health Watch y sus aplicaciones preinstaladas es proporcionada para su comodidad y puede indicar cambios en las tendencias de los valores medidos, pero no debe ser considerada como opinión médica. El usuario debería acudir en todo caso a un profesional médico y no autodiagnosticarse ninguna dolencia. A menos que se afirme expresamente lo contrario o sea legalmente obligatorio, el Sinji Health Watch con sus aplicaciones preinstaladas no ofrece garantías. La información que obtenga del uso del Sinji Health Watch o de sus aplicaciones preinstaladas podría no ser adecuada, precisa, completa o fiable.

3. INSTRUCCIONES DE USO

3.1 Cargar el reloj

Conecte el reloj a la base de recarga incluida. Conecte el cable a un adaptador USB (no suministrado en el paquete) y conecte el adaptador a la red eléctrica (un enchufe). Como alternativa, puede conectar el cable USB directamente a una fuente de potencia apropiada, como el puerto USB de un ordenador. El reloj indicará que está conectado mostrando un icono en forma de pila recargándose. Tras unas dos horas, el reloj estará completamente cargado.

3.2 Descargar la aplicación

Si desea hacer seguimiento de sus datos, puede descargarse la siguiente aplicación, que guarda todas las mediciones registradas en su teléfono móvil.

- Busque en la Appstore o la Playstore la aplicación: "H band".
- Pulse 'Descargar' e 'Instalar' para comenzar a utilizar la aplicación.
- Pulse 'Sign in' para crear una cuenta o presione 'No account login'. Haga clic en 'Yes' cuando se le pida activar la función Bluetooth.
- Si ha escogido iniciar sesión con una cuenta, la aplicación le pedirá que introduzca algunos datos personales: género, peso, edad y altura. Haga clic en 'OK' para terminar.
- Si ha escogido iniciar sesión sin cuenta, lea las instrucciones explicadas en 4. UTILIZAR LA APLICACIÓN → Settings, para introducir sus datos personales.

NOTA: El reloj también puede utilizarse sin la aplicación. En este caso, tenga en cuenta que los datos medidos no se guardarán.

3.3 Sincronizar el reloj con su teléfono móvil

- Asegúrese de que el reloj está completamente cargado antes de usarlo.
- Pulse el botón multifunción del reloj durante unos pocos segundos para encenderlo. El Bluetooth del reloj se activará automáticamente.
- Siga las instrucciones ofrecidas a continuación para sincronizar el reloj con su dispositivo móvil.

Atención: Al sincronizar el Bluetooth, dependiendo del tipo de dispositivo móvil, los pasos a seguir pueden variar ligeramente. En ese caso, atienda a las instrucciones del manual de su dispositivo.

Para dispositivos iOS

- Entre en el menú 'Configuración' de su dispositivo móvil. Si es necesario, active la función Bluetooth.
- Abra la aplicación "H-band" y pulse 'Click to connect device'.
- El reloj aparecerá en la lista de dispositivos Bluetooth. Si no encuentra "Sinji H Watch" o "Sinji Health Watch", busque "V06". Haga clic en el dispositivo y espere a que la sincronización se haya completado.

Para dispositivos Android

- Vaya a 'Apps' y diríjase al menú 'Configuración'. Abra el menú. Si es necesario, active la función Bluetooth.
- El dispositivo detectará automáticamente todos los equipos con Bluetooth cercanos. Si no lo hace, haga clic en 'Buscar' hasta que su dispositivo aparezca en la lista. Si no encuentra "Sinji H Watch" o "Sinji Health Watch", busque "V06".
- Seleccione el dispositivo y espere hasta que la sincronización se haya completado. Pulse 'OK' cuando se le pida que confirme el dispositivo.

4. UTILIZAR LA APLICACIÓN

Dashboard

Muestra las mediciones de hoy. Puede cambiar los datos mostrados a 'today' (hoy), 'yesterday' (ayer), 'two days ago' (hace dos días).

Running

Puede utilizar el reloj para hacer seguimiento de la distancia recorrida. Pulse 'running' para iniciar la función. Haga clic en 'confirm begin' cuando se le pida activar la función GPS de su teléfono móvil.

Atención: Tenga en cuenta que el uso del reloj durante sesiones deportivas de alta intensidad puede deteriorar la correa.

Settings

Perfil:

Haga clic en la imagen de perfil para cambiar la foto e introducir sus datos personales: nick, sexo, fecha de nacimiento, peso, altura e IMC (Índice de Masa Corporal). Haga clic en 'Guardar'.


My device:






- Si desea que el reloj vibre al recibir una llamada o un mensaje de texto, haga clic en 'Message notification' para activar o desactivar la función.
- Haga clic en 'Alarm' para establecer hasta 3 alarmas. Haga clic en 'Save'.
- Haga clic para activar o desactivar 'Pair device' para asegurar la conexión entre el reloj y su dispositivo móvil.
- Haga clic en 'BP test mode' para cambiar la presión sanguínea recomendada. Haga clic en 'Save'.

Setting goal:

- Haga clic en 'Sport goal' para cambiar los pasos diarios recomendados. Haga clic en 'Save'.
- Haga clic en 'Sleep mode' para cambiar el tiempo de sueño diario recomendado. Haga clic en 'Save'.

5. UTILIZAR EL RELOJ

- Activar/desactivar: Pulse y mantenga presionado el botón multifunción hasta que el reloj abra o cierre la pantalla principal.
- Pantalla principal: Con el reloj activado, pulse el botón multifunción una vez para activar la pantalla principal. También puede activarla agitando el brazo.
- Modo Presión Sanguínea: Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para iniciar el test de presión sanguínea. Podrá ver los resultados en el reloj tras unos 60 segundos. Si desea resetear los datos, pulse brevemente el botón multifunción.

- **Modo Ritmo Cardíaco:** Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para iniciar el test de ritmo cardíaco. Podrá ver los resultados en el reloj tras unos 60 segundos.
- **Modo Podómetro:** Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para ver los pasos que ha dado hoy. La barra de progreso debajo de los pasos muestra el porcentaje de pasos ya efectuados en el día de hoy.
- **Modo Distancia:** Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para ver la distancia recorrida hoy a pie.
- **Modo Calorías:** Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para ver las calorías quemadas hoy.
- **Modo Sueño:** Con la pantalla principal activada, pulse el botón multifunción hasta que aparezca  para ver las horas de sueño de la noche anterior.

6. FUNCIONES PRINCIPALES

6.1 Monitor de Estado Corporal

El reloj monitorizará el estado de su salud y le proporcionará información relativa a su salud y forma física. Al utilizarlo por primera vez, necesitará introducir sus datos en la aplicación para configurar el reloj. El dispositivo recogerá continuamente sus datos corporales durante 24-48 horas y creará una base de datos exclusiva para usted. El reloj no puede proporcionar información en menos de 24 horas, así que llévelo puesto de forma permanente hasta que la base de datos se haya generado con éxito.

Aviso legal

El Sinji Health Watch sólo está concebido para el mantenimiento del bienestar general, y los datos ofrecidos por el reloj, la aplicación o la web no deben considerarse como determinantes en la detección, diagnóstico, monitorización, administración ni tratamiento de ninguna patología médica, de procesos fisiológicos o psicológicos vitales, ni para la transmisión de información urgente o delicada sobre el estado de salud personal. Cualquier información relacionada con la salud ofrecida aquí y en los materiales y datos obtenidos a través del Sinji Health Watch y sus aplicaciones preinstaladas es proporcionada para su comodidad y puede indicar cambios en las tendencias de los valores medidos, pero no debe ser considerada

como opinión médica. El usuario debería acudir en todo caso a un profesional médico y no autodiagnosticarse ninguna dolencia. A menos que se afirme expresamente lo contrario o sea legalmente obligatorio, el Sinji Health Watch con sus aplicaciones preinstaladas no ofrece garantías. La información que obtenga del uso del Sinji Health Watch o de sus aplicaciones preinstaladas podría no ser adecuada, precisa, completa o fiable.

6.2 Monitor de Ritmo Cardíaco

Después de llevar el reloj durante 30 segundos, el dispositivo calculará su ritmo cardíaco.

6.3 Monitor de Movimientos

El reloj calculará la cantidad de ejercicio diario necesario según su forma física actual. Le mostrará el número de calorías quemadas y el número de pasos diarios necesarios para mantenerse en forma.

6.4 Test de Presión Sanguínea

Entre en el Modo Presión Sanguínea del reloj y compruebe su presión sanguínea en cualquier momento. Por favor, asegúrese de que el dispositivo se encuentra a la altura de su corazón cuando mida su estado en reposo para que los datos sean precisos. Después de unos 60 segundos, aparecerá automáticamente su presión sanguínea.

6.5 Monitor de Sueño

El reloj registrará y analizará el número de horas que duerme. Podrá saber con claridad a qué hora se ha ido a dormir, el tiempo que pasa en sueño profundo y ligero, y a qué hora se despierta. Cada periodo de sueño se muestra por separado en una gráfica.

6.6 Función Alarma

El reloj cuenta con función de alarma. Vibrará a la hora preestablecida sin ningún ruido para evitar cualquier estímulo negativo que le haga despertar de repente al oírlo. Puede desactivar la alarma presionando el botón multifunción de su reloj.

El reloj cuenta con función de vibración cuando reciba una llamada o un mensaje de texto en su teléfono. Puede activar y desactivar esta opción en la aplicación.

6.7 Configuración

Para asegurar la precisión de las mediciones, introduzca sus datos personales reales: sexo, peso, fecha de nacimiento, edad, estatura e IMC. Haga clic en 'OK' para finalizar. Para cambiar los datos, consulte las instrucciones explicadas en 4. UTILIZAR LA APLICACIÓN.

7. INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

- Mantenga el dispositivo lejos de objetos afilados.
- No coloque objetos pesados encima del dispositivo.
- No aplique ningún líquido (químico u orgánico) sobre el dispositivo.
- Mantenga el dispositivo lejos de fuentes de calor.

8. LIMPIEZA

Limpie el dispositivo con un paño húmedo. ¡No utilice líquidos químicos ni aceites!

9. PROBLEMAS Y SOLUCIONES

1. Mi dispositivo móvil no encuentra el reloj en la lista de dispositivos Bluetooth

- Compruebe que el reloj se encuentra a un rango de 0.5 metros del dispositivo Bluetooth. Después de sincronizar el reloj con su teléfono móvil, el alcance de la conexión Bluetooth será de 10 metros. Haga clic en 'Scan' o 'Buscar' para iniciar una nueva búsqueda de dispositivos cercanos.
- Asegúrese de que el dispositivo no está bajo de batería.
- Si utiliza un dispositivo iOS, lea las instrucciones explicadas en el punto 3.3 Sincronizar el reloj con su dispositivo móvil → Para dispositivos iOS.

2. No puedo conectar el dispositivo con la aplicación

- Por favor, reinicie la conexión Bluetooth o el teléfono móvil e intente sincronizarlos de nuevo.

3. No puedo activar el reloj

- La batería podría estar descargada. Recárguela un mínimo de 1 a 2 horas e intente activar el reloj de nuevo.

4. El reloj no se recarga

- Compruebe si el reloj está correctamente conectado a la fuente de recarga.
- Compruebe si el cable de carga está correctamente conectado a un adaptador USB y a la corriente, o directamente a una fuente de potencia, como un ordenador.

5. ¿Cómo puedo actualizar el dispositivo?

Asegúrese de que el dispositivo móvil está conectado con la aplicación. Seleccione 'Firmware update'. El proceso buscará las actualizaciones disponibles. Espere unos minutos hasta que finalice la actualización.

6. Los datos no parecen muy precisos

- El reloj requiere de al menos 24 horas para recoger la cantidad mínima de datos necesarios para comenzar con las mediciones. Cuanto más tiempo lleve puesto el reloj, más precisos serán los datos.
- Por favor, tenga en cuenta que la transferencia de datos entre teléfono y reloj llevará unos cuantos segundos.

7. Quiero sustituir mi reloj por otro del mismo modelo.

¿Cómo puedo conservar los datos ya recogidos?

Cuando haya conectado su nuevo reloj a la aplicación, haga clic en 'Sync' para guardar los datos anteriores. Haga clic en 'No' para eliminar los datos anteriores. NOTA: Esto sólo es posible si creó una cuenta para la aplicación.

1. CONTENUTO DELLA CONFEZIONE

- Sinji Health Watch
- Stazione di ricarica con cavo di ricarica
- Manuale

2. SPECIFICHE TECNICHE

- Versione Bluetooth: V 4.0
- Portata Bluetooth: 10 metri
- Schermo: 0,95 pollici OLED
- Memoria: 32KB RAM + 256KB ROM
- Dimensioni: Ø 41 × 8,9 mm
- Bracciale: 18 × 245mm
- Capacità della batteria: 100mAh
- Tempo di ricarica: fino a 2 ore
- Tempo di standby: fino a 5 giorni
- Dati: Server locale o in cloud

Dichiarazione di non responsabilità

Il Sinji Health Watch è destinato solo a scopo di benessere generale ed i dati forniti dall'orologio, dall'applicazione o dal sito web non sono intesi per l'uso nella rilevazione, la diagnosi, il monitoraggio, la gestione o il trattamento di qualsiasi condizione medica, malattia o fisiologico vitale processi o per la trasmissione di informazioni vitali di salute. Tutte le informazioni relative alla salute trovate qui e in qualunque materiale o informazione acquisita e / o a cui si accede attraverso Sinji Health Watch e le sue applicazioni precaricate sono disponibili solo per la vostra comodità e possono indicare cambiamenti di tendenza, ma non devono essere trattati come consulenza medica. Gli utenti dovrebbero richiedere qualsiasi consiglio medico ad un medico e non dovrebbero auto-diagnosticarsi qualsiasi malattia. Salvo diversamente specificato o prescritto dalla legge, Sinji Health Watch con le applicazioni precaricate viene fornito senza alcuna garanzia. Qualsiasi informazione che si ottiene dall'uso di Sinji Health Watch o un'applicazione precaricata all'interno potrebbe non essere adatta, accurata, completa e affidabile.

3. ISTRUZIONI PER L'USO

3.1 Caricare l'orologio

Collegare l'orologio al dock di ricarica in dotazione. Collegare il cavo ad un adattatore USB (non in dotazione) e collegare l'adattatore alla rete elettrica (presa di corrente). In alternativa, è possibile collegare il cavo USB direttamente ad una fonte di energia adatta, come la porta USB del computer. L'orologio indica una connessione mostrando un'icona della batteria in fase di riempimento. Dopo circa 2 ore l'orologio sarà completamente carico.

3.2 Download dell'applicazione

Se si desidera tenere traccia dei record è possibile scaricare la seguente applicazione che salva tutti i dati misurati sullo smartphone.

- Cerca nel Appstore o Playstore per l'applicazione: "H band".
- Premi il pulsante 'download' e 'Installa' per iniziare a utilizzare l'applicazione.
- Premere "Sign in" per impostare un account o non premere 'No account login'. Fare clic su 'Yes' quando viene chiesto di attivare la funzionalità Bluetooth.
- Quando si è scelto di accedere con un account l'applicazione chiederà di compilare dati personali: sesso, peso, età e altezza. Fare clic su 'OK' per terminare.
- Se si è scelto di accedere senza un account, leggi le istruzioni spiegate nell'Impostazione 4. USO DELL'APPLICAZIONE → Settings, per inserire i dati personali.

NOTA: L'orologio può essere utilizzato anche senza l'applicazione. Si prega di notare che i dati misurati non verranno salvati.

3.3 Accoppiare l'orologio allo smartphone

- Assicurati che l'orologio sia completamente carica prima del primo utilizzo.
- Premi il tasto multifunzione dell'orologio per alcuni secondi per accendere l'orologio. Il Bluetooth sull'orologio viene attivato automaticamente.
- Seguendo le istruzioni qui sotto, è possibile associare l'orologio al dispositivo mobile.

Attenzione: L'associazione del dispositivo Bluetooth, a seconda del dispositivo mobile da accoppiare, può variare leggermente dalla procedura riportata di seguito. In tal caso si prega di seguire le istruzioni nel manuale del vostro dispositivo mobile.

Per dispositivi iOS

- Entrare nel menu 'Impostazioni' sul tuo dispositivo mobile. Se necessario, attivare la funzionalità Bluetooth.
- Aprire l'applicazione "H-band" e premere su 'Click to connect device'.
- L'orologio verrà visualizzato nell'elenco dei dispositivi Bluetooth. Se non è possibile trovare "Sinji H Watch", di "Sinji Health Watch" cerca "V06". Clicca sul dispositivo e attendere fino alla fine della procedura di accoppiamento.

Per i dispositivi Android

- Vai su 'Applicazioni' e trova il menu 'Impostazioni'. Apri il menu. Se necessario, attivare la funzionalità Bluetooth.
- Il dispositivo rileverà automaticamente tutti i dispositivi Bluetooth nelle vicinanze. In caso contrario, si prega di cliccare su 'Scan' fino a quando l'auricolare viene visualizzato nell'elenco. Se non è possibile trovare "Sinji H Watch", di "Sinji Health Watch" cerca "V06".
- Clicca sul dispositivo e attendere fino alla fine della procedura di accoppiamento. Quando viene chiesto di confermare il dispositivo, fare clic su 'OK'.

4. USO DELL'APPLICAZIONE

Dashboard

Consente di visualizzare le misurazioni di oggi. È possibile passare da 'today' (oggi), 'yesterday' (ieri), 'two days ago' (due giorni fa).

Running

È possibile utilizzare l'orologio per tenere traccia della distanza di corsa. Premere 'begin running' per iniziare. Fare clic su 'confirm' quando vi viene chiesto di attivare la funzionalità GPS sul tuo smartphone.

Attenzione: Si prega di notare che l'uso intensivo dell'orologio durante le attività ad alta intensità può causare danni al cinturino.

Settings

Profilo: Clicca sulla foto del profilo per modificare la foto e compilare i dati personali come nome, sesso, data di nascita, peso, età, altezza e BMI. Fai clic su 'Save'.



My device:





- Se si desidera che l'orologio vibri brevemente quando si riceve un messaggio di chiamata o testo, fare clic su 'Messaggio notifica' per impostarlo su on o off.
- Fare clic su 'Alarm' per impostare fino a 3 allarmi. Fai clic su 'Save'.
- Fare clic su 'pair device' on o off per proteggere la connessione tra l'orologio e il dispositivo mobile.
- Fare clic su 'BP test mode' per cambiare la pressione sanguigna consigliata. Fai clic su 'save'.

Setting goal:

- Fare clic su 'Obiettivo sport' per modificare i passi consigliati al giorno. Fai clic su 'save'.
- Fare clic su 'Modalità Sleep' per cambiare il vostro sonno raccomandato al giorno. Fai clic su 'save'.

5. FUNZIONAMENTO DELL'OROLOGIO

- Attivazione/disattivazione: Premere e tenere premuto il tasto multifunzione fino a quando l'orologio aprirà o chiuderà l'interfaccia principale.
- Interfaccia principale: Quando l'orologio è impostato su acceso, premere il tasto multifunzione una volta per attivare l'interfaccia principale. È inoltre possibile muovere il braccio per attivare l'interfaccia principale.
- Modalità di pressione sanguigna: Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per avviare il test della pressione sanguigna. È possibile visualizzare i risultati sul tuo orologio dopo circa 60 secondi. Se si desidera ripristinare questi dati, premi brevemente il tasto multifunzione.
- Modalità di frequenza cardiaca: Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per avviare il test di frequenza cardiaca. È possibile

- visualizzare i risultati sul tuo orologio dopo circa 60 secondi.
- **Modalità Contapassi:** Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per vedere il conteggio dei passi di oggi. La barra di avanzamento sotto i passi mostra la percentuale dei passi già compiuti oggi.
- **Modalità distanza:** Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per vedere la distanza odierna percorsa a piedi.
- **Modalità Calorie:** Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per vedere le calorie bruciate di oggi.
- **Modalità di sospensione:** Quando si attiva l'interfaccia principale, premere il tasto multifunzione fino a vedere  per vedere le ore di sonno dalla notte scorsa.

6. FUNZIONI PRINCIPALI

6.1 Monitor di condizione del corpo

L'orologio controllerà il tuo stato di salute e ti fornisce un feedback per quanto riguarda la salute e la condizione. Quando l'orologio viene utilizzato per la prima volta, è necessario inserire i dati nell'applicazione per impostare l'orologio. L'orologio raccoglierà continuamente i dati del corpo per 24-48 ore e stabilirà un database del corpo esclusivo per te. L'orologio non è in grado di fornire un feedback in meno di 24 ore, quindi per favore continuare a indossare l'orologio fino a quando il database viene stabilito con successo.

Dichiarazione di non responsabilità

Il Sinji Health Watch è destinato solo a scopo di benessere generale ed i dati forniti dall'orologio, dall'applicazione o dal sito web non sono intesi per l'uso nella rilevazione, la diagnosi, il monitoraggio, la gestione o il trattamento di qualsiasi condizione medica, malattia o fisiologico vitale processi o per la trasmissione di informazioni vitali di salute. Tutte le informazioni relative alla salute trovate qui e in qualunque materiale o informazione acquisita e / o a cui si accede attraverso Sinji Health Watch e le sue applicazioni precaricate sono disponibili solo per la vostra comodità e possono indicare cambiamenti di tendenza, ma non devono essere trattati come consulenza medica. Gli utenti dovrebbero richiedere qualsiasi consiglio medico ad un medico e non dovrebbero auto-diagnosticarsi qualsiasi malattia. Salvo diversamente specificato o prescritto dalla legge, Sinji Health Watch con le applicazioni precaricate viene

fornito senza alcuna garanzia. Qualsiasi informazione che si ottiene dall'uso di Sinji Health Watch o un'applicazione precaricata all'interno potrebbe non essere adatta, accurata, completa e affidabile.

6.2 Cardiofrequenzimetro

Dopo aver indossato l'orologio per 30 secondi, l'orologio calcola la frequenza cardiaca.

6.3 Monitor di movimento

L'orologio calcolerà la quantità di esercizio necessaria ogni giorno, in base alla forma fisica corrente. Verrà visualizzato il numero di calorie bruciate, ed il numero di passi giornaliero necessario per rimanere in forma.

6.4 Test di pressione sanguigna

Entra nella modalità di test di pressione sanguigna sull'orologio e testa la tua pressione sanguigna in qualsiasi momento. Assicurati che il dispositivo sia all'altezza del cuore quando si misura la condizione di riposo per avere dati precisi. Dopo al massimo 60 secondi, apparirà automaticamente la pressione del sangue.

6.5 Monitor del sonno

L'orologio registrerà ed analizzerà il numero di ore che hai dormito. Si può facilmente conoscere l'ora in cui vai a dormire, in cui entri in sonno profondo, sonno leggero e a che ora ti svegli. Ogni periodo di sonno viene mostrato come un pezzo separato di un grafico lineare.

6.6 Funzione di sveglia

L'orologio fornisce una funzione di sveglia; esso vibrerà all'orario prestabilito senza alcun rumore per evitare qualsiasi stimolo negativo dovuto allo svegliarsi improvvisamente per un suono. È possibile disattivare l'allarme premendo il pulsante multifunzione sul vostro orologio. L'orologio fornisce una funzione di vibrazione quando si riceve una chiamata o un messaggio sul telefono. È possibile attivare e disattivare questa opzione nell'applicazione.

6.7 Setup

Per garantire la precisione delle misurazioni, per favore inserisci i tuoi dati personali reali: sesso, peso, data di nascita, età, altezza e BMI. Fare clic su 'OK' per terminare. Per modificare i dati, vedere le istruzioni spiegate in 4. USO DELL'APPLICAZIONE.

7. NORME DI SICUREZZA

- Tenere il prodotto lontano da oggetti appuntiti.
- Non appoggiare oggetti pesanti sulla parte superiore del prodotto.
- Non utilizzare liquidi (biologici o chimici) con il prodotto.
- Conservare il prodotto lontano da fonti di calore.

8. PULIZIA

Pulire il prodotto con un panno asciutto. Non utilizzare liquidi chimici o olio!

9. PROBLEMI E SOLUZIONI

1. Il mio dispositivo mobile non trova l'orologio nella lista dei dispositivi Bluetooth

- Verifica se l'orologio è in un intervallo di 0,5 m dal dispositivo Bluetooth. Dopo l'accoppiamento dell'orologio con il tuo smartphone, la gamma di comunicazione Bluetooth è nel raggio di 10m.
- Clicca su 'scan' o 'Cerca' per avviare un'altra ricerca di dispositivi nelle vicinanze.
- Assicurarsi che il dispositivo non sia a corto di batteria.
- Se si utilizza un dispositivo iOS, leggere le istruzioni illustrate nel 3.3 Abbinare l'orologio allo smartphone → Per i dispositivi iOS.

2. Non riesco a collegare il dispositivo all'applicazione

- Si prega di riavviare il Bluetooth o riavviare lo smartphone e cercare di abbinare nuovamente.

3. Non sono in grado di attivare l'orologio

- La batteria potrebbe essere scarica. Caricare la batteria come minimo per 1 o 2 ore e provare ad attivare nuovamente l'orologio.

4. L'orologio non si carica

- Verifica se l'orologio è stato correttamente collegato al dock di ricarica.
- Controllare se il cavo di ricarica è stato correttamente collegato ad un adattatore USB e di rete, o direttamente ad una fonte di alimentazione come il tuo laptop.

5. Come posso aggiornare il dispositivo?

- Assicurati che il dispositivo mobile sia collegato all'applicazione. Scegli 'Firmware Update'. Il processo cercherà gli aggiornamenti disponibili. Si prega di attendere qualche minuto per l'aggiornamento.

6. I dati non sembra essere precisi

- L'orologio ha bisogno di almeno 24 ore per raccogliere la quantità minima di dati necessari per avviare la misurazione. Più a lungo si indossa l'orologio, più accurati i dati ottenuti.
- Siete pregati di notare che il trasferimento di dati tra telefono cellulare e orologio richiederà alcuni secondi.

7. Voglio sostituire il mio orologio con lo stesso modello. Come posso salvare i dati precedenti?

- Dopo aver collegato il tuo nuovo orologio con l'applicazione, fare clic su 'Sync' per mantenere i dati precedenti, fare clic su 'No' per rimuovere i dati precedenti. NOTA: Questo è possibile solo se hai creato un account nell'applicazione.

1. PACKUNGSINHALT

- Sinji Health Watch
- Ladestation mit Ladekabel
- Handbuch

2. TECHNISCHE SPEZIFIKATIONEN

- Bluetooth-Version: V4.0
- Bluetooth-Reichweite: 10 Meter
- Bildschirm: 0,95-Zoll OLED
- Speicher: 32KB RAM + 256KB ROM
- Abmessungen: Ø 41 × 8,9 mm
- Armband: 18 × 245mm
- Batteriekapazität: 100mAh
- Ladezeit: bis zu 2 Stunden
- Standby-Zeit: bis zu 5 Tagen
- Daten: Lokal oder auf Cloud-Server

Haftungsausschluss

Die Sinji Health Watch wurde für allgemeine Wellnesszwecke entwickelt und Daten, die von der Uhr, der Anwendung oder auf der Webseite geliefert werden, sind weder zum Zweck der Feststellung, Diagnose, Überwachung oder Behandlung irgendwelcher medizinischen Verfassungen, Krankheiten oder vital-physiologischer Prozesse, noch für die Übertragung zweitsensibler Gesundheitsinformationen gedacht. Jegliche gesundheitsbezogenen Informationen in dieser Anleitung und in allen anderen Materialien oder von der Sinji Health Watch und ihrer vorgeladenen Anwendung gelieferten und/oder die Informationen, auf die von diesen zugegriffen wird, dienen lediglich dem Zweck Ihrer Annehmlichkeit und können Trendänderungen aufzeigen, sollten jedoch nicht als medizinische Ratschläge angesehen werden. Benutzer sollten sich jeglichen medizinischen Rat bei einem Arzt einholen und keine Leiden selbst diagnostizieren. Wenn nicht anders angegeben oder rechtlich erforderlich, unterliegt die Sinji Health Watch mit den vorinstallierten Anwendungen keiner Gewährleistung. Jegliche Informationen, die Sie durch die Nutzung der Sinji Health Watch oder einer Anwendung, die darauf geladen wurde, erhalten, sind möglicherweise unzutreffend, ungenau, nicht komplett oder nicht verlässlich.

3. GEBRAUCHSANLEITUNG

3.1 Aufladen der Armbanduhr

Verbinden Sie die Armbanduhr mit dem beigegeführten Ladedock. Verbinden Sie das Kabel mit einem USB-Adapter (nicht im Lieferumfang) und verbinden Sie den Adapter mit dem Stromnetz (Steckdose). Alternativ können Sie das USB-Kabel auch direkt mit einer passenden Energiequelle verbinden, wie z.B. dem USB-Port in Ihrem PC. Die Armbanduhr zeigt die Verbindung mit einem sich auffüllenden Batteriesymbol an. Nach ungefähr 2 Stunden ist die Armbanduhr komplett aufgeladen.

3.2 Herunterladen der Anwendung

Wenn Sie Ihre Aufzeichnungen dauerhaft im Auge behalten wollen, können Sie die folgende Anwendung herunterladen, die alle gemessenen Daten auf Ihrem Smartphone speichert.

- Suchen Sie im Appstore oder im Playstore nach der Anwendung: "H band".
- Drücken Sie „herunterladen“ und „installieren“, um die Anwendung zu verwenden.
- Drücken Sie „Sign in“, um ein Konto zu erstellen, oder drücken Sie auf „No account login“. Klicken Sie „Yes“, wenn Sie aufgefordert werden, die Bluetooth-Funktion zu aktivieren.
- Wenn Sie sich entschieden haben, ein Konto zu erstellen, werden Sie in der Anwendung zur Eingabe persönlicher Daten aufgefordert: Geschlecht, Gewicht, Alter und Größe. Klicken Sie „OK“ zum Beenden.
- Wenn Sie sich entschieden haben, kein Konto zu erstellen, lesen Sie bitte die Anleitungen in 4. AUSFÜHREN DER ANWENDUNG → Settings, um Ihre persönlichen Daten einzugeben.

HINWEIS: Die Armbanduhr kann auch ohne die Anwendung genutzt werden. Beachten Sie, dass hierbei die gemessenen Daten nicht gespeichert werden.

3.3 Kopplung der Armbanduhr mit Ihrem Smartphone

- Stellen Sie sicher, dass die Armbanduhr vor der ersten Benutzung vollständig aufgeladen ist.
- Drücken Sie den Multifunktionsknopf der Uhr einige Sekunden lang, um die Uhr einzuschalten. Die Bluetooth-Funktion der Uhr wird automatisch aktiviert.
- Folgen Sie den nachstehenden Anweisungen, um die Uhr mit Ihrem Smartphone zu koppeln.

ACHTUNG: Das Koppeln des Bluetooth-Gerätes kann, je nach verwendetem Mobilgerät, mit dem gekoppelt werden soll, leicht von den unten angegebenen Schritten abweichen. In diesem Fall befolgen Sie bitte die Anweisungen im Handbuch Ihres Mobilgerätes.

Für iOS-Geräte

- Gehen Sie ins Menü „Einstellungen“ auf Ihrem Mobilgerät. Aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion, wenn nötig.
- Öffnen Sie die „H-band“-Anwendung und drücken Sie auf „Click to connect device“.
- Die Uhr erscheint in der Liste der Bluetooth-Geräte. Wenn Sie „Sinji H Watch“ noch „Sinji Health Watch“ nicht finden können, suchen Sie nach „V06“. Klicken Sie auf das Gerät und warten Sie, bis die Kopplung durchgeführt wurde.

Für Android-Geräte

- Gehen Sie auf „Anwendungen“ und dort ins Menü „Einstellungen“. Öffnen Sie das Menü. Aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion, wenn nötig.
- Das Gerät findet jetzt alle Bluetooth-Geräte in der Umgebung. Wenn das nicht der Fall ist, klicken Sie bitte auf „Scan“, bis Ihre Uhr in der Liste erscheint. Wenn Sie „Sinji H Watch“ noch „Sinji Health Watch“ nicht finden können, suchen Sie nach „V06“.
- Klicken Sie auf das Gerät und warten Sie, bis die Kopplung durchgeführt wurde. Klicken Sie „OK“, wenn Sie zur Bestätigung des Gerätes aufgefordert werden.

4. AUSFÜHREN DER ANWENDUNG

Dashboard

Zeigt die heutigen Messungen an. Sie können umschalten zwischen „today“ (heute), „yesterday“ (gestern) und „two days ago“ (vorgestern).

Running

Sie können mit der Uhr Ihre Laufdistanz verfolgen. Drücken Sie „begin running“, um zu starten. Klicken Sie „confirm“, wenn Sie aufgefordert werden, die GPS-Funktion auf Ihrem Smartphone zu aktivieren.

ACHTUNG: Beachten Sie bitte, dass starke Nutzung der Armbanduhr während hochintensiven Aktivitäten das Band beschädigen kann.

Settings

Profil: Klicken Sie auf das Profilbild, um das Foto zu ändern und persönliche Daten wie etwa Spitzname, Geschlecht, Geburtsdatum, Gewicht, Alter, Größe und BMI einzugeben. Klicken Sie auf „Speichern“.


My device:






- Wenn Sie möchten, dass die Uhr bei einem ankommenden Anruf oder einer Textnachricht kurz vibriert, klicken Sie auf „Message notification“, um dies auf ein oder aus zu stellen.
- Klicken Sie auf „Alarm“, um bis zu 3 Alarime einzurichten. Klicken Sie auf „Save“.
- Klicken Sie auf „Pair device“ ein oder aus, um die Verbindung zwischen der Uhr und Ihrem Mobilgerät sicherzustellen.
- Klicken Sie auf „BP test mode“, um Ihren empfohlenen Blutdruck zu ändern. Klicken Sie auf „Save“.

Setting goal:

- Klicken Sie „Sport goal“, um Ihre empfohlenen Schritte pro Tag zu ändern. Klicken Sie auf „Save“.
- Klicken Sie auf „Sleep mode“, um den empfohlenen Schlaf pro Tag zu ändern. Klicken Sie auf „Save“.

5. BETRIEB DER ARMBANDUHR

- Aktivieren / Deaktivieren: Drücken und halten Sie den Multifunktionsknopf, bis sich das Hauptmenü auf der Uhr öffnet oder schließt.
- Hauptmenü: Wenn die Uhr auf ein gestellt ist, drücken Sie den Multifunktionsknopf einmal, um das Hauptmenü zu aktivieren. Sie können auch mit Ihrem Arm wedeln, um das Hauptmenü zu aktivieren.
- Blutdruckmodus: Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die Blutdruckmessung zu starten. Nach ungefähr 60 Sekunden sehen Sie die Ergebnisse auf Ihrer Uhr. Wenn Sie diese Daten zurücksetzen möchten, drücken Sie kurz den Multifunktionsknopf.

- **Herzfrequenzmodus:** Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die Herzfrequenzmessung zu starten. Nach ungefähr 60 Sekunden sehen Sie die Ergebnisse auf Ihrer Uhr.
- **Schrittzähler-Modus:** Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die Anzahl der heutigen Schritte zu sehen. Der Fortschrittsbalken unter den Schritten zeigt den Prozentsatz der Schritte, die Sie heute schon gemacht haben.
- **Distanzmodus:** Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die heute zu Fuß zurückgelegte Strecke zu sehen.
- **Kalorienmodus:** Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die heute verbrauchten Kalorien zu sehen.
- **Schlaf-Modus:** Wenn Sie das Hauptmenü aktivieren, drücken Sie den Multifunktionsknopf, bis Sie  sehen, um die letzte Nacht geschlafenen Stunden zu sehen.

6. HAUPTFUNKTIONEN

6.1 Körperverfassungs-Monitor

Die Uhr überwacht Ihren Gesundheitsstatus und gibt Ihnen Feedback bezüglich Ihrer Gesundheit und Verfassung. Wenn die Uhr zum ersten Mal benutzt wird, müssen Sie Ihre Daten in der Anwendung eingeben, um die Uhr einzurichten. Die Uhr sammelt konstant über einen Zeitraum von 24-48 Stunden Ihre Körperdaten und erstellt exklusiv für Sie eine Körperdatenbank. Die Uhr kann vor Ablauf von 24 Stunden kein Feedback liefern. Tragen Sie die Uhr bitte mindestens 24 Stunden am Stück, bis die Datenbank erfolgreich erstellt ist.

Haftungsausschluss

Die Shinji Health Watch wurde für allgemeine Wellnesszwecke entwickelt und Daten, die von der Uhr, der Anwendung oder auf der Webseite geliefert werden, sind weder zum Zweck der Feststellung, Diagnose, Überwachung oder Behandlung irgendwelcher medizinischen Verfassungen, Krankheiten oder vital-physiologischer Prozesse, noch für die Übertragung zweitsensibler Gesundheitsinformationen gedacht. Jegliche gesundheitsbezogenen Informationen in dieser Anleitung und in allen anderen Materialien oder von der Shinji Health Watch und ihrer vorgeladenen Anwendung gelieferten und/oder die Informationen, auf die

von diesen zugegriffen wird, dienen lediglich dem Zweck Ihrer Annehmlichkeit und können Trendänderungen aufzeigen, sollten jedoch nicht als medizinische Ratschläge angesehen werden. Benutzer sollten sich jeglichen medizinischen Rat bei einem Arzt einholen und keine Leiden selbst diagnostizieren. Wenn nicht anders angegeben oder rechtlich erforderlich, unterliegt die Shinji Health Watch mit den vorinstallierten Anwendungen keiner Gewährleistung. Jegliche Informationen, die Sie durch die Nutzung der Shinji Health Watch oder einer Anwendung, die darauf geladen wurde, erhalten, sind möglicherweise unzutreffend, ungenau, nicht komplett oder nicht verlässlich.

6.2 Herzfrequenzmonitor

Nachdem Sie die Uhr 30 Sekunden lang getragen haben, berechnet diese Ihre Herzfrequenz.

6.3 Bewegungsmonitor

Die Uhr berechnet das Trainingsvolumen, das Sie täglich brauchen, basierend auf Ihrer körperlichen Fitness. Sie zeigt die verbrauchten Kalorien an, sowie die täglich notwendige Anzahl der Schritte, um fit zu bleiben.

6.4 Blutdruckmessung

Starten Sie den Blutdruckmodus auf Ihrer Uhr und messen Sie jederzeit Ihren Blutdruck. Bitte achten Sie für akkurate Daten darauf, dass sich das Gerät in Höhe Ihres Herzens befindet, wenn Sie Ihre Ruhekondition messen. Nach höchstens 60 Sekunden wird Ihr Blutdruck automatisch angezeigt.

6.5 Schlafmonitor

Die Uhr überwacht und analysiert die Anzahl der Stunden, die Sie schlafen. Sie können genau die Zeit erkennen, wann Sie sich zum Schlafen gelegt haben, wann Sie in die Tiefschlaf- und in die Leichtschlafphase gekommen sind und zu welcher Zeit Sie aufgewacht sind. Jede Schlafperiode wird als separater Teil eines Liniendiagramms dargestellt.

6.6 Alarmfunktion

Die Uhr bietet eine Alarmfunktion. Sie vibriert zur voreingestellten Zeit ohne Geräusche, um jeglichen negativen Stimulus vom Aufwachen durch ein Geräusch zu vermeiden. Sie können

den Alarm durch Drücken des Multifunktionsknopfes an Ihrer Uhr ausschalten. Die Uhr bietet eine Vibrationsfunktion bei eingehenden Anrufen oder Textnachrichten. Sie können diese Funktion in der Anwendung ein- und ausschalten.

6.7 Einrichtung

Um die Genauigkeit der Messungen zu gewährleisten, geben Sie bitte Ihre wirklichen Daten ein: Geschlecht, Gewicht, Geburtsdatum, Alter, Größe und BMI. Klicken Sie „OK“ zum Beenden. Um die Daten zu ändern, befolgen Sie bitte die Anweisungen unter 4. AUSFÜHREN DER ANWENDUNG.

7. SICHERHEITSHINWEISE

- Halten Sie das Produkt von scharfen Gegenständen fern.
- Legen Sie keine schweren Gegenstände auf das Produkt.
- Verwenden Sie keine Flüssigkeiten (chemisch oder organisch) bei diesem Produkt.
- Halten Sie das Produkt von Hitzequellen fern.

8. REINIGUNG

Reinigen Sie das Produkt mit einem trockenen Tuch. Verwenden Sie keine Chemikalien oder Öl!

9. PROBLEME UND LÖSUNGEN

9.1 Mein Mobilgerät findet die Uhr nicht in der Liste der Bluetooth-Geräte

- Überprüfen Sie, ob sich die Uhr innerhalb von 0,5m Entfernung vom Bluetooth-Gerät befindet. Nach Kopplung der Armbanduhr mit Ihrem Smartphone beträgt die Kommunikationsreichweite bis zu 10m.
- Klicken Sie auf „Scan“ oder „Suchen“, um einen weiteren Suchlauf nach Geräten in der Umgebung zu starten.
- Bitte stellen Sie sicher, dass die Batterie des Gerätes nicht fast leer ist.
- Wenn Sie ein iOS-Gerät verwenden, lesen Sie bitte die Anleitung unter 3.3 Kopplung der Armbanduhr mit Ihrem Smartphone → Für iOS-Geräte.

9.2 Ich kann das Gerät nicht mit der Anwendung verbinden

- Bitte booten Sie Bluetooth oder das Smartphone neu und versuchen Sie erneut, die Kopplung durchzuführen.

9.3 Ich kann die Uhr nicht aktivieren

- Die Batterie könnte leer sein. Laden Sie die Batterie für mindestens 1 bis 2 Stunden und versuchen Sie dann erneut, die Uhr zu aktivieren.

9.4 Die Uhr wird nicht aufgeladen

- Überprüfen Sie, ob die Uhr korrekt mit dem Ladedock verbunden ist.
- Überprüfen Sie, ob das Ladekabel korrekt verbunden ist mit entweder einem USB-Adapter und dem Stromnetz, oder direkt mit einer Energiequelle wie z.B. Ihrem Laptop.

9.5 Wie kann ich das Gerät aktualisieren?

- Stellen Sie sicher, dass das Mobilgerät mit der Anwendung verbunden ist. Wählen Sie „Firmware Update“ aus. Nun wird nach verfügbaren Updates gesucht. Bitte warten Sie einige Minuten, bis das Update beendet ist.

9.6 Die Daten scheinen ungenau zu sein

- Die Uhr benötigt mindestens 24 Stunden, um die notwendige Datenmenge zu sammeln, damit die Messungen gestartet werden können. Je länger Sie die Uhr tragen, desto genauer werden die Werte.
- Beachten Sie bitte, dass die Datenübertragung zwischen Telefon und Uhr einige Sekunden dauert.

9.7 Ich möchte meine Uhr durch dasselbe Modell ersetzen. Wie kann ich die vorherigen Daten speichern?

- Wenn Sie Ihre neue Uhr mit der Anwendung verbunden haben, klicken Sie auf „Sync“, um Ihre vorherigen Daten zu behalten bzw. auf „No“, um die bisherigen Daten zu verwerfen. HINWEIS: Dies ist nur möglich, wenn Sie in der Anwendung ein Konto erstellt haben.



SINJI

Made in China

www.sinjiproducts.com

© 2016 SINJI. All rights reserved.