

Lintelek

Smart Watch User Manual

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

Model Number: ID205L

Bind Watch

1. Download and install app

You can set up the watch through the VeryFitPro app for iOS or Android devices. The steps are shown as follows.

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



iOS 8.0 version or above



Android 4.4 system or above



Support Bluetooth 4.2



Correct operation: Scan the QR code below or on the watch or download "VeryFitPro" App through the mobile App Store to pair with the watch



Wrong operation: Pair the watch directly with the mobile phone's settings.



01

2. Bind process



- 1) Turn on the Bluetooth and GPS on your mobile phone. Find the binding request on the pull-down list on the home page of the APP.
- 2) Select product Model: ID205L
- 3) Click "OK" to Complete binding

Notes:

* During binding process, VeryFitPro will prompt you to enable GPS and Bluetooth, and authorize VeryFitPro to get access to the GPS on your mobile phone.

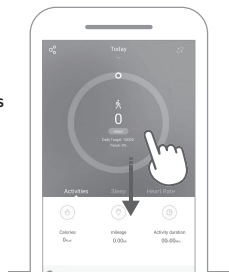
* iPhones will not prompt you with any information unless you complete Bluetooth pairing on your ID205L watch in the built-in Bluetooth in your mobile phone after binding.

02

Synchronous Data

In daily wear, the watch can detect all kinds of exercise data. The user needs to connect the watch with Bluetooth on the APP before synchronous operation. The detailed operations are shown as follows:

Open the mobile APP
>swipe down the page
> sync prompt appears



03

Notes!

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

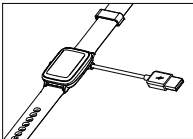
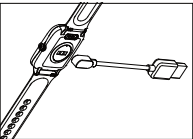
* The Apple phone also needs to be connected to the paired watch in the Bluetooth setting interface of the mobile phone, so that the watch can be alerted. The steps are shown as follows:

Open the IOS phone >set>bluetooth>search and click pair

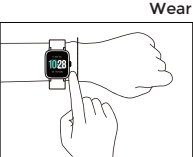
Instructions for use

1.Charging schematic

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



2.Wear/install



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



Flip the switch and take out the wristband

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

04

Safety and Product Information Notes

Battery warning

Do not disassemble, bore or damage the battery. Do not disassemble the built-in batteries of non-replaceable battery devices. Do not use sharp objects to remove the battery.

Health Warning

If you are wearing a pacemaker or other implanted electronic devices, please consult your doctor before using the heart rate monitoring strap. The watch's optical heart rate sensor glows green and flashes. If you suffer from epilepsy or are sensitive to blinking light sources, please consult your physician if you can wear this product.

The device tracks your daily activities through sensors. These data are intended to tell you about your daily activities, such as steps, sleep, distance, heart rate and calories, but may not be completely accurate. The device, accessories, heart rate sensors and other relevant data are designed for entertainment and fitness, not for medical purposes. They are not applicable to the diagnosis, monitoring, treatment or prevention of any diseases or symptoms. The heart rate data is for reference only. We are not responsible for any consequences caused by any data deviation.

Cycling Warning

If you are wearing a pacemaker or other implanted electronic devices, please consult your doctor before using the heart rate monitoring strap.

Operating Instructions

1.Definition of Key function



Short press the right key:
Return to previous interface

Long press the right key: start

2. Watch dial switch



Replacing the dial interface will appear after long pressing the dial.

05

3. Main interface operation

Swipe the screen to enter different interfaces (interactive interface tile diagram)



Notice bar



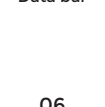
Status bar



Function list interface



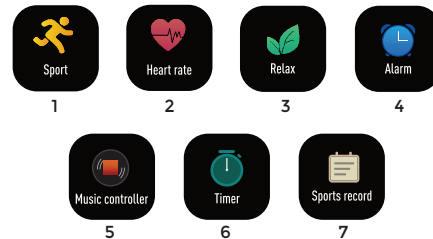
Data bar



06

Function Introduction

1.Icon function introduction



- 1) Enter the sports window, and choose different sports Modes. Change the sports mode on the APP.
- 2) Perform a heart rate test to check your heart rate data for the day.
- 3) Help you regulate your breathing and relax your mood.
- 4) View, turn off or turn on the alarm clock. You need to add an alarm clock On the mobile App.
- 5) Control music play on your mobile phone (watch cannot store music).
- 6) Have the timing and countdown function.
- 7) Record recent sports.

Notes: For more functions (sleeping) and operation, please check the VeryFitPro software of the mobile phone.

07

2.Start sports

1) Enter sports
Click the sports icon > select the sports type > enter the sports countdown automatically.

2) During sports

Pause sports: short press the right key.
Restore sports: short press the right key.

3) End sports

End sports: long press the right key > select the end button on the screen.

3.women's health tracking



Display location in the data bar

Women's health tracking function, which is used for recording menstrual changes, tracks individual menstrual cycle and predicts ovulation (it needs to be enabled on the APP).

08

Product Parameters

Model	ID205L	Screen type	1.3inch color screen
Battery capacity	210mAh	Charging voltage	5V±0.2V
Charging time	about 2.5 hours	Battery life	8-10 days
Waterproof level	5ATM	Weight of product	39g
Operating temperature	-20°C - 40°C	Bluetooth version	BLE 4.2
Product frequency	2402 - 2480MHz	Max. transmission power consumption	0 dBm

Range of charging temperature: 10°C - 45°C
Battery life: Actual battery life and charging time will vary depending on usage and environment, etc.
Waterproof: Not suitable for diving, swimming in the sea or sauna, but suitable for swimming in the swimming pool or in the shower (cold water) and shallow beach.

Cleaning and Maintenance



09

It is recommended to wear and maintain according to the following three points:

- 1) Keep the product clean.
- 2) Keep the product dry.
- 3) Do not wear it too tight.

* Do not use household cleaners to clean the watch, but use the soap free detergent.

* It is recommended to use alcohol to scrub stains that are not easy to remove.

FAQ

Q1 . Mobile APP search for the watch failed

- 1) It is recommended to update VeryFitPro to the latest version.
- 2) It is recommended to close all programs, restart the Bluetooth, and then connect.
- 3) Confirm whether the mobile phone system meets Android 4.4 or IOS 8.0 or above.

Q2 . The watch received no alerts, text messages or phone calls

- 1) You need to turn on the smart reminder function and the call reminder switch in the APP, and synchronize to the watch.
- 2) The iPhone needs to be paired with the watch via Bluetooth. (Please check the column of "Synchronous Data" for details)
- 3) You need to keep your watch connected to Bluetooth.

10

Q3 . Bluetooth is often disconnected

- 1) If the distance between the watch and the mobile phone is too far, the connection effect of more than 7m Bluetooth is obviously weakened.
- 2) Whether there is a shield between the watch and the mobile phone, the human body, wearing metal jewelry, etc. will interfere with the Bluetooth connection signal.
- 3) Whether the Bluetooth function of the mobile phone is abnormal.

Q4 . About data backup

The data of the watch is synchronized at least once every 7 days to the mobile phone (the watch end only keeps the data of the last 7 days).

Q5 . How to restart and restore factory settings

Shutdown operation: Watch > set > shutdown/right-key restart. Restore factory settings:connect watch to APP>open APP > device model > more settings.

Q6 . Do I need to keep my bluetooth on when I wear my watch?

- 1) For the three functions, i.e. counting steps, sleeping and alarm clock, you do not need to connect the watch to the mobile phone all the time. If you only need to wear a watch when you exercise, you can connect the watch and your mobile phone to view the data synchronously after the exercise.
- 2) For the functions of call alert message alert, find the phone, you need to turn on the mobile phone's Bluetooth, and maintain the connection with the mobile phone.

11

Safety and Product Information Notes

Battery warning

Do not disassemble, bore or damage the battery. Do not disassemble the built-in batteries of non-replaceable battery devices. Do not use sharp objects to remove the battery.

Health Warning

If you are wearing a pacemaker or other implanted electronic devices, please consult your doctor before using the heart rate monitoring strap. The watch's optical heart rate sensor glows green and flashes. If you suffer from epilepsy or are sensitive to blinking light sources, please consult your physician if you can wear this product.

The device tracks your daily activities through sensors. These data are intended to tell you about your daily activities, such as steps, sleep, distance, heart rate and calories, but may not be completely accurate. The device, accessories, heart rate sensors and other relevant data are designed for entertainment and fitness, not for medical purposes. They are not applicable to the diagnosis, monitoring, treatment or prevention of any diseases or symptoms. The heart rate data is for reference only. We are not responsible for any consequences caused by any data deviation.

Cycling Warning

If you are wearing a pacemaker or other implanted electronic devices, please consult your doctor before using the heart rate monitoring strap.

12

Notes:

Device data should be synchronized once every seven days to avoid data loss.

The device has no waterproof effect on seawater, acidic and alkaline solution, chemical reagent and other corrosive liquids.

The damage or defect caused by misuse or improper use is beyond the warranty scope. The device supports the use under cold shower or swimming excluding diving.

* In daily use, the device should be avoided from wearing too tight. Please keep the parts where the device touches the skin dry.

* During heart rate detection, please keep your arm stand still.



The device meets the EU ROHS criterion. Please refer to IEC 62321, EU ROHS Directive 2011/65/EU and revised directive.

This device complies with Part 15 of the FCC Rules. Operation is subject to the following two conditions: this device may not cause harmful interference, and this device must accept any interference received, including interference that may cause undesired operation.

13

Changes or modifications not expressly approved by the party responsible for compliance could avoid the user's authority to operate the equipment. This equipment has been tested and found to comply with the limits for a Class B digital device, pursuant to Part 15 of the FCC Rules. These limits are designed to provide reasonable protection against harmful interference in a residential installation.

This equipment generates, uses and can radiate radio frequency energy and, if not installed and used in accordance with the instructions, may cause harmful interference to radio communications. However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation.

If this equipment does cause harmful interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following measures:
- Reorient or relocate the receiving antenna.
- Increase the separation between the equipment and receiver.
- Connect the equipment into an outlet on a circuit different from that to which the receiver is connected.
- Consult the dealer or an experienced radio/TV technician for help.



14

CAUTION: RISK OF EXPLOSION IF BATTERY IS REPLACED BY AN INCORRECT TYPE DISPOSE OF USED BATTERIES ACCORDING TO THE INSTRUCTIONS

Old electrical appliances must not be disposed of together with the residual waste, but have to be disposed of separately. The disposal at the communal collecting point via private persons is for free. The owner of old appliances is responsible to bring the appliances to these collecting points or to similar collection points. With this little personal effort, you contribute to recycle valuable raw materials and the treatment of toxic substances.



15

Lintelek

Smart Watch

Gebruiksaanwijzing

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

typenummer: ID205L

De watch verbinding laten maken

Download en installeer de app

U kunt de horloge instellen met behulp van de VeryFitPro app voor iOS- of Android-apparaten. De stappen worden als volgt getoond.

Opmerkingen: het hardwareplatform van het apparaatsysteem moet aan de voorwaarden voldoen.

iOS 8.0-versie
of hogerAndroid 4.4-systeem
of hogerOndersteuning
Bluetooth 4.2

Goed: scan de QR-code
hieronder of op de watch
zelf, of download vanuit
de app store de app
'VeryFitPro' om de watch
verbinding te laten maken.



Fout: de watch direct
verbinding laten maken
via Bluetooth in de
instellingen van je
smartphone.



01

2. Koppelingsproces



- 1) Zet de Bluetooth en GPS aan op uw mobiele telefoon. Zoek het koppelingsverzoek op de pull-down lijst op de homepage van de APP.
- 2) Product selecteren Model: ID205L
- 3) Klik op "Ok" om de koppeling te voltooien

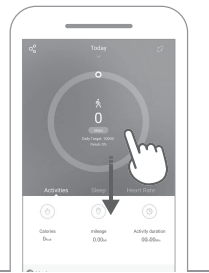
Opmerkingen:

* Tijdens het koppelingsproces ontvangt u van VeryFitPro een prompt om GPS en Bluetooth te activeren, en om VeryFitPro te autoriseren om toegang te verkrijgen tot het GPS op uw mobiele telefoon.
* U ontvangt geen informatie van iPhones, tenzij u de Bluetooth-koppeling voltooit op uw ID205L-horloge in de ingebouwde Bluetooth in uw mobiele telefoon na het koppelen.

02

Gegevens synchroniseren

Tijdens het dragen overdag kan de horloge alle soorten trainingsgegevens opsporen. De gebruiker moet de horloge met Bluetooth aansluiten op de APP, voordat hij synchroon kan werken. De gedetailleerde handelingen worden als volgt getoond:



open de mobiele APP
>veeg de pagina omlaag
> sync prompt verschijnt

Opmerkingen!

* Synchroniseer de gegevens ten minste één keer in 7 dagen om gegevensverlies aan het einde van de horlogeduur te voorkomen.
* De Apple-telefoon moet ook worden aangesloten op de gekoppelde horloge in the Bluetooth-instellingsinterface van de mobiele telefoon, zodat de horloge gewaarschuwd kan worden.
De stappen worden als volgt getoond:

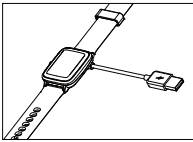
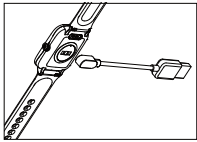
open de IOS-telefoon >instellen>Bluetooth
>zoeken en klik op koppelen

03

Gebruiksaanwijzing

1.Laadschema

De horloge aansluiten en laden zoals op de afbeelding. Hij moet geladen worden om de horloge te activeren, wanneer hij voor de eerste keer wordt gestart.



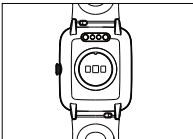
2.Dragen/installeren

Draag



Draag het apparaat op een vinger afstand van het polsbeen en stel de spanning van de polsband op een comfortabele positie af.

Polsbandje vervangen



Draai de knop om en verwijder de polsband

Tip: door te los dragen kan de nauwkeurigheid van de hartslaggegevens beïnvloed worden

04

Opmerkingen veiligheid en productinformatie

Batterijwaarschuwing

De batterij niet uit elkaar halen, doorboren of beschadigen. Haal de ingebouwde batterijen van niet-vervangbare batterijapparaten niet uit elkaar. Gebruik geen scherpe voorwerpen om de batterij te verwijderen.

Gezondheidswaarschuwing

Als je een pacemaker of andere geïmplanteerde elektronisch apparaten draagt, neem dan contact op met je arts alvorens de hartslagcontroleeriem te gebruiken. De optische hartslagsensor van het horloge gloeit groen en knippert. Als je lijdt aan epilepsie of gevoelig bent voor knipperende lichtbronnen, vraag dan aan je arts of je dit product kunt dragen. Het apparaat traceert je dagelijkse activiteiten met behulp van sensoren. Deze gegevens zijn bedoeld om je te informeren over je dagelijkse activiteiten, zoals stappen, slaap, afstand, hartslag en calorieën, maar zijn eventueel niet helemaal nauwkeurig. Het apparaat, de accessoires, hartslagsensoren en andere relevante gegevens zijn ontworpen voor entertainment- en fitness-doelendeen, niet voor medische doeleinden. Ze zijn niet toepasbaar op de diagnose, controle, behandeling of preventie van ziektes of symptomen. De hartslaggegevens zijn slechts ter referentie. Wij zijn niet verantwoordelijk voor gevolgen veroorzaakt door afwijkende gegevens.

Q5. Hoe de fabrieksinstellingen herstellen en herstellen
Uitschakelingshandleiding: horloge > instellen > uitschakeling/rechter-toets herstellen.
Fabrieksinstellingen herstellen: horloge aansluiten op APP>APP openen > apparaatmodel > meer instellingen.

Q6 . Moet ik mijn Bluetooth aan laten staan, wanneer ik mijn horloge draag?

- 1) Voor de drie functies, d.w.z. stappen tellen, slapen en wekker, hoeft u de horloge niet de hele tijd op de mobiele telefoon aan te sluiten. Als u alleen een horloge moet dragen wanneer u traint, kunt u de horloge en uw mobiele telefoon aansluiten om de gegevens synchroon te bekijken na de training.
- 2) Voor de functies van oproepwaarschuwing, berichtwaarschuwing, de telefoon vinden, dient u het Bluetooth van de mobiele telefoon aan te zetten en de verbinding met de mobiele telefoon te behouden.

12

Bedieningsinstructies

1.Definitie van sleutelfunctie



Druk kort op de rechter toets:
Keer terug naar eerdere interface
Druk lang op de rechter toets: start

2. Draaiknop horloge



Bij vervanging verschijnt de kiesinterface na lang drukken op de instelknop.

05

Opmerkingen:
Apparaatgegevens moeten eenmaal per week gesynchroniseerd worden om gegevensverlies te voorkomen.
Het apparaat heeft geen waterdicht effect op zeewater, zure of alkaline oplossing, chemische reagens en andere corrosieve vloeistoffen.

De schade of het defect veroorzaakt door oneigenlijk of verkeerd gebruik valt buiten het garantiebereik. Het apparaat ondersteunt het gebruik onder een koude douche of tijdens het zwemmen, duiken uitgesloten.

** Tijdens het dagelijkse gebruik moet voorkomen worden dat het apparaat te strak wordt gedragen. Houd de delen waar het apparaat de huid aanraakt droog.
* Houd je arm stil tijdens de hartslagcontrole.*



Het apparaat voldoet aan het EU ROHS-criterium. Raadpleeg IEC 62321, EU ROHS-richtlijn 2011/65/EU en herziene richtlijn.

Dit apparaat voldoet aan Deel 15 van de FCC-voorschriften. De werking is onderhevig aan de volgende twee condities: dit apparaat mag geen schadelijke interferentie veroorzaken en dit apparaat moet alle ontvangen interferentie accepteren, met inbegrip van interferentie die ongewenste werkingen kan veroorzaken.

Fietswaarschuwing

Als je een pacemaker of andere geïmplanteerde elektronisch apparaten draagt, neem dan contact op met je arts alvorens de hartslagcontroleeriem te gebruiken.

13

3. Werking hoofdinterface

Veeg op het scherm om naar verschillende interfaces te gaan (interactieve interface tegelschema)



Berichtenbalk



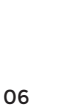
Statusbalk



Menu functielijst



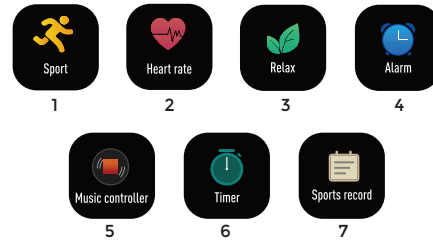
Gegevensbalk



06

De functies

1.Inleiding icoon-functie



- 1) Ga naar het sport-venster en kies verschillende sportmodi. Wijzig de sportmodus op de APP.
- 2) Voer een hartslagtest uit om uw dagelijkse hartslaggegevens te controleren.
- 3) Help uw ademhaling te regelen en uw stemming te ontspannen.
- 4) De wekker bekijken, uitzetten of aanzetten. U moet een wekker toevoegen op de mobiele app.
- 5) Controleer het afspelen van muziek op uw mobiele telefoon (horloge kan muziek niet opslaan).
- 6) Verkrijg de timing- en aftelfunctie.
- 7) Registreer recente sporten.

Opmerkingen: Raadpleeg voor meer functies (sleeping) en werking de VeryFitPro-software van de mobiele telefoon.

07

Sport starten

- 1) Ga naar sport
Klik op de sport-icoon > selecteer het sporttype > ga automatisch naar de sport-aftelling.
- 2) Tijdens het sporten
Sport pauzeren: kort drukken op de rechtertoets. Sport herstellen: kort drukken op de rechtertoets.
- 3) Sport eindigen
Sport eindigen: druk lang op de rechter toets > selecteer de eindknop op het scherm.

3.Controle vrouwelijke gezondheid



Scherm bevindt zich in het data-overzicht

Controlefunctie vrouwelijke gezondheid, die wordt gebruikt voor het registreren van menstruatiwijzigingen, de individuele menstruatiecyclus bijhoudt en de eisprong voorspelt (moet op de APP geactiveerd worden).

08

Product Parameters

Model	ID205L	Type scherm	1,3 inch kleurenscherm
Vermogen batterij	210mAh	Laadspanning	5V±0.2V
Laadtijd	about 2.5 hours	Werking batterij	8-10 dagen
Waterproof niveau	5ATM	Gewicht	39g
Bedrijfs temperatuur	-20°C - 40°C	Bluetooth versie	BLE 4.2
Frequentie	2402 - 2480MHz	Max. stroomverbruik bij zenden	0 dBm

Temperatuurbereik bij laden: van 10 °C tot 45 °C
Werking batterij: hoe lang de batterij precies blijft werken en hoelang hij moet worden opgeladen hangt onder meer af van het soort gebruik en van de omgeving.
Waterproof: niet geschikt om mee te duiken, in zee te zwemmen of de sauna te bezoeken.
Wel geschikt voor in een zwembad of onder de (koude) douche of pootjebaden aan zee.

Cleaning and Maintenance



09

Er wordt geadviseerd volgens onderstaande drie punten te dragen en onderhouden:

- 1) houd het product schoon.
- 2) houd het product droog.
- 3) draag het niet te strak.

* Gebruik geen huishoudelijke reinigers om de horloge schoon te maken, maar gebruik het zeepvrije schoonmaakmiddel.
* Het wordt aanbevolen alcohol te gebruiken om over vlekken te wrijven die niet eenvoudig verwijderd kunnen worden.

FAQ

Q1 . Mobiele APP zoeken naar de horloge mislukt

- 1) Het wordt aanbevolen VeryFitPro naar de meest recente versie te updaten.
- 2) Het wordt aanbevolen alle programma's te sluiten, de Bluetooth te herstellen en daarna opnieuw aan te sluiten.
- 3) Bevestig of het mobiele telefoonsysteem compatibel is met Android 4.4 of iOS 8.0 of hoger.

Q2 . De horloge ontving geen waarschuwingen, tekstberichten of oproepen

- 1) U moet de slimme herinnerings- en belherinneringsfunctie aanzetten in de APP en het horloge synchroniseren.
- 2) De Iphone moet via Bluetooth met het horloge gekoppeld worden. (Controleer de kolom "Synchrone gegevens" voor details)
- 3) U moet uw horloge op Bluetooth aangesloten houden.

10



15