

SMARTWATCH

Smartwatch 4000





1. Пояснения к предупреждающим знакам и указаниям	3
2. Комплект поставки	3
3. Указания по технике безопасности	4
4. Элементы управления	6
5. Первые шаги	7
5.1 Зарядка	7
5.2 Надевание и включение	8
5.3 Выключение	8
6. Настройка смарт-часов	9
6.1 Скачивание приложения Hama FIT move	9
6.2 Сопряжение смарт-часов и смартфона	10
7. Управление смарт-часами	12
7.1 Указания по эксплуатации	14
8. Техническое обслуживание и уход	15
9. Исключение ответственности	15
10. Поддерживаемые языки	15
11. Технические характеристики	15
12. Указания по утилизации	16
13. Сертификат соответствия	16

Благодарим вас за выбор продукции Hama!

Перед использованием прочтите следующие инструкции и указания. Храните данное руководство по эксплуатации в надежном месте, чтобы в случае необходимости у вас всегда был доступ к нему.

Ваши новые смарт-часы — идеальный помощник в ведении здорового образа жизни, который мотивирует к активности в течение всего дня. Наряду с индикацией времени и даты, они регистрируют количество пройденных шагов, частоту сердечных сокращений и сожженные калории. Беспроводное подключение к смартфону по *Bluetooth®* позволяет документировать данные в соответствующем приложении Hama FIT move и постоянно отслеживать свои успехи. Здесь можно проверить, достигнута ли ваша личная фитнес-цель!

1. Пояснения к предупреждающим знакам и указаниям

Предупреждение



Используется для маркировки указаний по технике безопасности или для акцентирования внимания на особых опасностях и рисках.

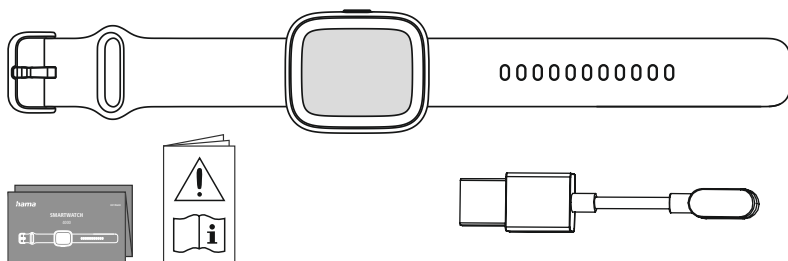
Указание



Используется для дополнительного обозначения информации или важных указаний.

2. Комплект поставки

- Смарт-часы Smartwatch 4000
- 1 зарядный кабель USB
- Руководство по быстрому запуску
- Паспорт безопасности





3. Указания по технике безопасности

Предупреждение



Перед использованием внимательно прочтите следующие инструкции и указания. Информация об использовании изделия содержится в данном руководстве по эксплуатации.

- Изделие предназначено только для домашнего некоммерческого применения.
- Используйте изделие исключительно в предусмотренных целях.
- Не допускайте загрязнения изделия, защищайте его от влаги и перегрева. Не используйте изделие при высокой влажности.
- Не используйте изделие в непосредственной близости от систем отопления, других источников тепла или под прямыми солнечными лучами.
- При использовании изделия не допускайте превышения предела мощности, указанного в технических характеристиках.
- Не применяйте изделие в зонах, где использование электронных устройств запрещено.
- Аккумулятор стационарный и замене не подлежит.
- Не вскрывайте изделие и не используйте его при наличии повреждений.
- Не пытайтесь самостоятельно выполнять техническое обслуживание или ремонт изделия. Ремонт разрешается производить только квалифицированному персоналу.
- Избегайте падения изделия и не подвергайте его сильным вибрациям.
- Не вносите в изделие конструктивные изменения. В результате этого любые гарантийные обязательства теряют свою силу.
- Сразу утилизируйте упаковочный материал согласно действующим местным предписаниям по утилизации.
- Не бросайте аккумуляторную батарею или изделие в огонь.
- Не изменяйте, не деформируйте, не нагревайте, не разбирайте аккумуляторы/батарейки.
- Во время езды на автомобиле или занятий активными видами спорта не отвлекайтесь, а следите за дорожной обстановкой и окружением.
- Перед выполнением программы тренировки проконсультируйтесь у врача.
- Во время тренировки следите за реакцией организма и в случае необходимости обращайтесь к врачу.
- Если у вас имеются какие-либо заболевания, спросите у врача, можно ли вам пользоваться изделием.
- Изделие не является медицинским прибором. Его нельзя применять для диагностики, терапии, лечения или профилактики болезней.
- Длительный контакт с кожей может вызвать раздражения или аллергию. Если симптомы не исчезают, обратитесь к врачу.
- Данное изделие не является игрушкой для детей. Оно содержит мелкие детали, которые при проглатывании могут вызвать удушье.
- Используйте изделие только при приемлемых климатических условиях.



Опасность поражения электрическим током



- Не вскрывайте изделие и не используйте его при наличии повреждений.
- Не используйте изделие при повреждении адаптера переменного тока, кабеля адаптера или сетевого кабеля.
- Не пытайтесь самостоятельно выполнять техническое обслуживание или ремонт изделия. Техническое обслуживание разрешается выполнять только квалифицированному персоналу.

Предупреждение: кардиостимуляторы



Изделие создает магнитные поля. При использовании кардиостимуляторов проконсультируйтесь у врача о совместимости изделия с такими устройствами.

Указание: авиаперелеты



- Данное изделие является постоянным радиопередатчиком. Обратите внимание: по соображениям безопасности во время перелетов запрещено проносить с собой и использовать на определенных этапах полета радиопередатчики (например, при взлете/посадке).
- Перед полетом уточните у авиаперевозчика, можно ли проносить на борт фитнес-трекер. В случае сомнений оставьте данное изделие дома.

Предупреждение — аккумулятор

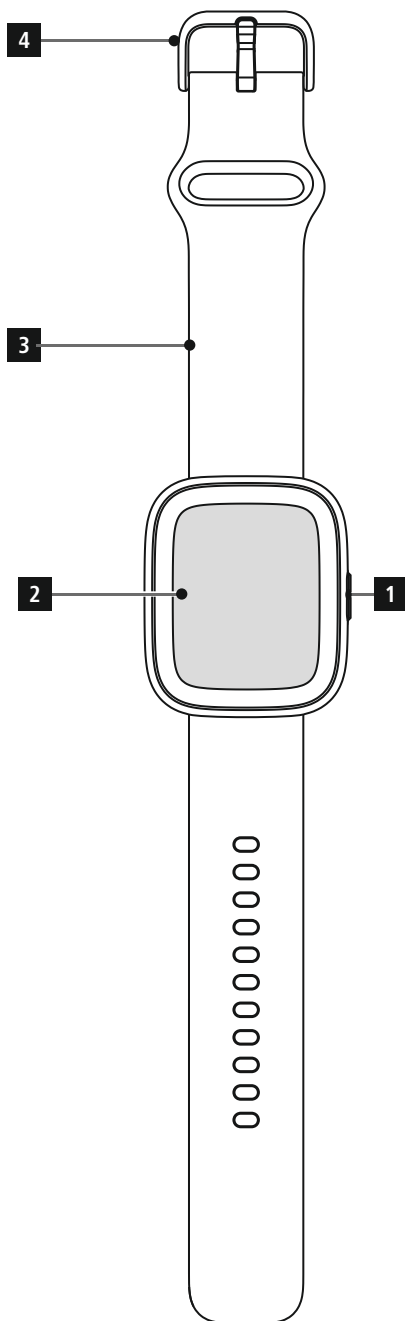
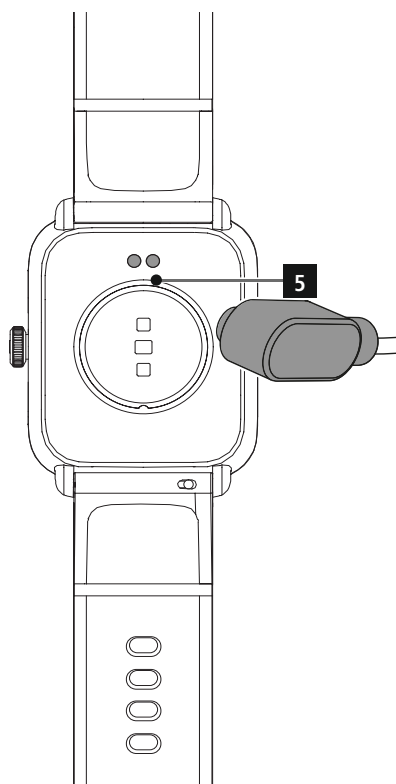


- Для зарядки используйте только подходящие зарядные устройства или USB-разъемы.
- Не используйте неисправные зарядные устройства или USB-разъемы и не пытайтесь их ремонтировать.
- Не допускайте избыточной зарядки и глубокой разрядки изделия.
- Не храните, не заряжайте и не используйте устройство при очень низких и очень высоких температурах и очень низком атмосферном давлении (например, на больших высотах).
- При длительном хранении регулярно заряжайте изделие (не реже одного раза в квартал).
- Запрещается замыкать накоротко разъемы для зарядки.



4. Элементы управления

1. Кнопка управления
2. Сенсорный дисплей
3. Съемный браслет
4. Застежка
5. Зарядный контакт





5. Первые шаги

Примечание



Описания и иллюстрации в данном руководстве относятся к приложению **Hama FIT move** версии 1.6.5 и прошивке смарт-часов версии 1.01.08.

Обратите внимание, что при обновлении приложения или смарт-часов могут наблюдаться расхождения с приведенными наименованиями и иллюстрациями.

5.1 Зарядка

- Полностью зарядите смарт-часы перед первым использованием.
- Подключите зарядный кабель к свободному USB-разъему компьютера или зарядному USB-устройству и зарядному контакту **[5]** смарт-часов. Соблюдайте рекомендации руководства по эксплуатации используемого зарядного USB-устройства.

Примечание

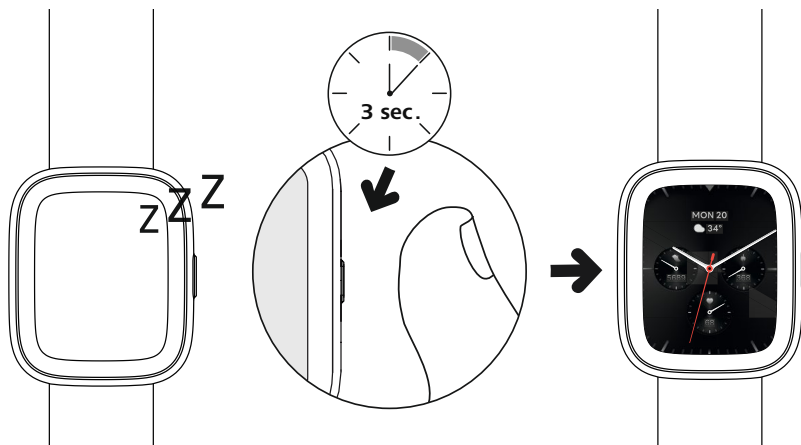


- Время полной зарядки аккумулятора составляет ок. 150 минут. Если на дисплее изображена полностью заряженная батарея, процесс зарядки завершен. Затем отключите смарт-часы от источника питания.
- Если уровень заряда батареи составляет 10 %, зарядите смарт-часы, чтобы избежать ограничений функциональности.



5.2 Надевание и включение

- Перед первым надеванием подключите смарт-часы к прилагаемому зарядному кабелю и источнику тока.
- После завершения зарядки наденьте смарт-часы на запястье и застегните браслет [3] с помощью застежки [4].
- Чтобы запустить смарт-часы, удерживайте кнопку управления [1] нажатой 3 секунды.



Примечание



- Для оптимального использования функций измерения смарт-часы должны плотно прилегать к верхней стороне предплечья, но не вызывать дискомфорта. Смарт-часы должны располагаться на расстоянии толщины пальца от косточки на запястье.
- Для оптимальной записи активностей правши должны носить смарт-часы на левом запястье, а левши — на правом.

5.3 Выключение

- Чтобы выключить смарт-часы, перейдите в пункт меню **[SETTINGS]** и нажмите в подменю **[GENERAL]** на **[TURN OFF]**. Дайте утвердительный ответ на последующий вопрос, чтобы выключить смарт-часы.



6. Настройка смарт-часов

Для доступа ко всем функциям смарт-часов установите приложение Hama FIT move. В следующих разделах представлена информация о скачивании и настройке приложения.

6.1 Скачивание приложения Hama FIT move

Примечание



Поддерживаются следующие операционные системы:

- iOS 12.0 или выше;
- Android 6.0 или выше.

После первого включения смарт-часов вам будет предложено скачать на смартфон приложение Hama FIT move. На дисплее смарт-часов отобразится соответствующий QR-код.

- Отсканируйте QR-код с помощью смартфона или загрузите приложение из Play Store (Android) или App Store (iOS).



Hama FIT move

link.hama.com/app/fit-move

- Для установки приложения следуйте указаниям на смартфоне.

Примечание



Дополнительную информацию об отдельных индикаторах, меню и функциях приложения см. в руководстве: **Руководство к приложению Hama FIT move.**



6.2 Сопряжение смарт-часов и смартфона

Примечание

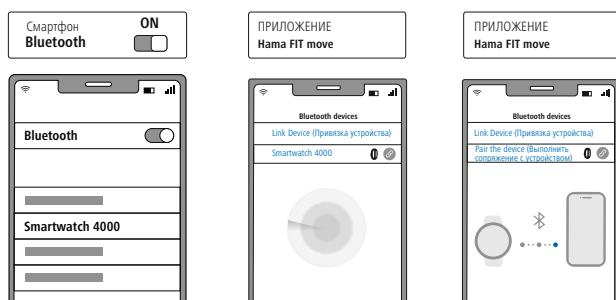


- Чтобы смарт-часы уведомляли о входящих звонках, СМС, сообщениях в WhatsApp и прочих событиях, активируйте режим push-уведомлений в настройках смартфона.
- При настройке приложение запрашивает доступ к функциям вашего оконечного устройства. Чтобы пользоваться всеми функциями смарт-часов, разрешите доступ.

- Запустите приложение на смартфоне и подтвердите соглашение о конфиденциальности. Ответьте на появляющиеся вопросы.

Создайте учетную запись пользователя, чтобы оптимально использовать все функции. Учетная запись пользователя позволяет сохранить персональные данные в приложении даже при смене смартфона. Персональные данные доступны в любое время. Пользоваться приложением можно также без создания учетной записи.

- Для создания учетной записи пользователя нажмите **[ВОЙТИ]** и выберите **[ЗАРЕГИСТРИРУЙТЕСЬ СЕЙЧАС]** в нижней части экрана. Укажите адрес электронной почты и пароль и нажмите **[СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ]**.
- Введите проверочный код, который будет отправлен на указанный вами адрес электронной почты. При необходимости проверьте папку спама.
- После успешной регистрации вы можете ввести имя пользователя и личные данные, а также загрузить изображение профиля. Чтобы продолжить настройку, нажмите **[СЛЕДУЮЩИЙ ШАГ]**.
- После этого начнется поиск смарт-часов Smartwatch 4000.
- Для подключения смарт-часов следуйте указаниям приложения на смартфоне. Смартфон выполнит подключение к смарт-часам по Bluetooth.



- Выберите Smartwatch 4000 и нажмите **[ПРИВЯЗАТЬ УСТРОЙСТВО]** для подключения смарт-часов к приложению.
- Нажмите символ  в приложении на смартфоне, чтобы подтвердить подключение, и завершите настройку в приложении.
- Если время будет превышено, повторите процесс.



- Затем задайте персональные настройки. Их можно будет настроить позже в приложении (см. руководство: **Руководство к приложению Nana FIT move**).
- Смарт-часы подключены к приложению, и синхронизация начата.

Примечание



- Перед первым использованием синхронизируйте смарт-часы с приложением. Если записать активность до первой синхронизации смарт-часов с приложением, активность не будет передана в приложение.
- Для запуска синхронизации смарт-часов с приложением вручную потяните экран на стартовой странице приложения вниз.
- Из-за ограниченного объема памяти смарт-часов необходимо синхронизировать их с приложением не реже одного раза в неделю, чтобы избежать потери данных.

Примечание



- После первой синхронизации с приложением смарт-часы автоматически применяют время, дату и язык смартфона.
- Настроить время и дату вручную невозможно.
- Язык отображения информации на смарт-часах зависит от вашего выбора в приложении. До завершения настройки информация отображается на английском языке. Выберите нужный язык в приложении (см. руководство: **Руководство к приложению Nana FIT move**).
- Приложение сообщит вам о доступном обновлении микропрограммного обеспечения для смарт-часов. Чтобы гарантировать безупречное функционирование смарт-часов, обновите приложение.



7. Управление смарт-часами

В следующих разделах представлена информация об управлении смарт-часами и структуре их меню. Ваши смарт-часы имеют сенсорный дисплей.

- Для навигации по меню и выполнения функций нажимайте на символы и меню или проводите пальцем по дисплею.
- Нажмите боковую кнопку управления **[1]**, чтобы активировать дисплей смарт-часов. Проводя пальцем по дисплею, можно переключаться между различными экранами и пунктами меню в указанной далее последовательности.
- Для перехода в подменю нажмите соответствующий символ.
- С помощью кнопки управления **[1]** можно открыть главное меню или выйти из меню и вернуться на главный экран.

Примечание

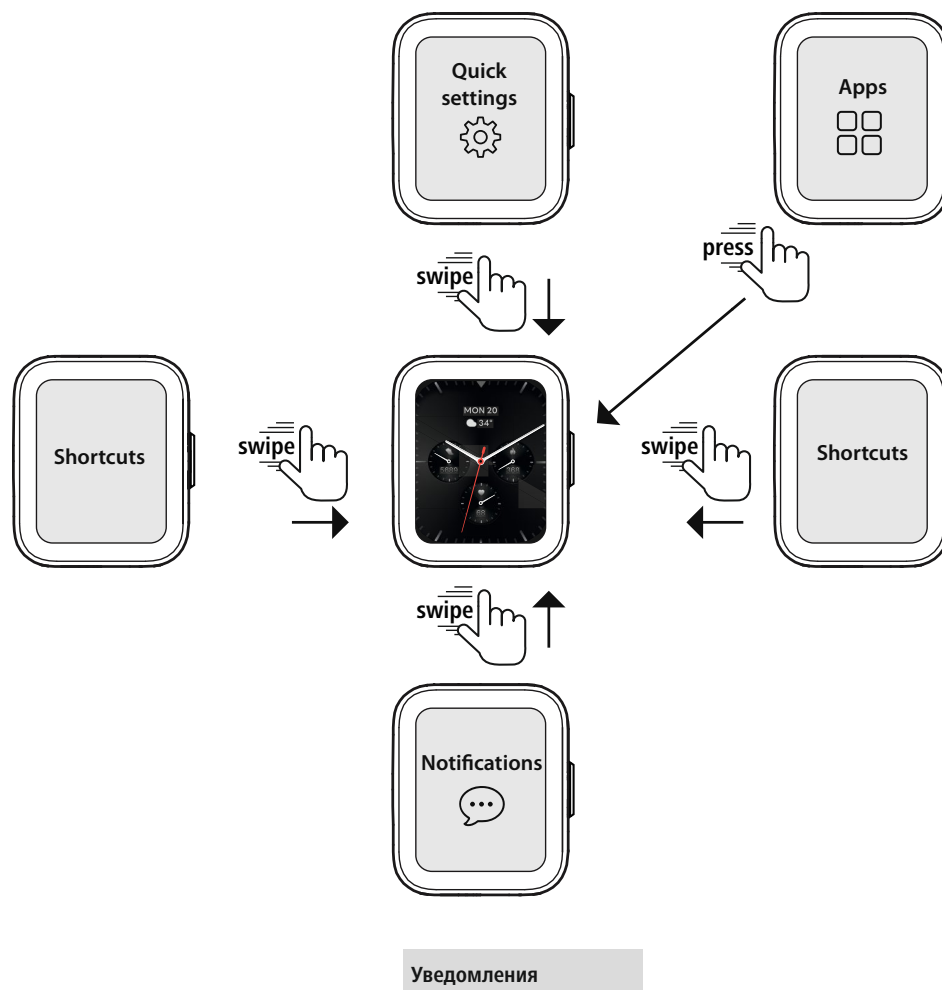


На рисунке ниже представлена структура меню смарт-часов со всеми пунктами меню.

Смарт-часы Smartwatch 4000

Настройки быстрого доступа

	Режим "Не беспокоить"		Настройки
	Яркость дисплея		Будильник
	Экран пробуждения		Режим энергосбережения
	Функция Torch (имитация рассвета)		Поиск в телефоне
	Функция Drainage (отвод влаги)		



Приложения

	Активность		Часы
	Телефон		Погода
	Голосовой помощник		Отчет о цикле
	Тренировка (спортивные режимы)		Музыка
	Рекорд тренировки		Видеокамера
	Частота сердечных сокращений		Поиск в телефоне
	SpO2 (уровень насыщения крови кислородом)		Стресс
	Sleep (отслеживание сна)		Тренировка дыхания
	Настройки		

Сочетания клавиш *

Данные о тренировках
Частота сердечных сокращений/SpO2/стресс
Тренировка (спортивные режимы)
Sleep (отслеживание сна)
Погода
Музыка

* Ярлыки можно настраивать в индивидуальном порядке через приложение **Hama FIT move**.



7.1 Указания по эксплуатации

Примечание. Приложение "Голосовой помощник"



- Приложение "Голосовой помощник" предоставляет доступ к голосовому помощнику сопряженного совместимого смартфона нажатием на символ . Условие — наличие Bluetooth-соединения между обоими устройствами. Общение с голосовым помощником только звуковое. Совместимость с устройствами всех изготовителей или версий операционных систем не гарантируется. Возможны ограничения, особенно в случае операционной системы Android. При необходимости обратитесь к изготовителю вашего смартфона. Возможно, для вашего смартфона доступно обновление программного обеспечения, которое может устранить эту проблему.
- Для оптимального использования голосового помощника обратите внимание на следующие настройки вашего смартфона.
 - Google Assistant (Android): установите его в качестве голосового помощника по умолчанию на вашем смартфоне с ОС Android и разрешите использовать Google Assistant в режиме блокировки.
 - Apple Siri (iOS): активируйте Siri на вашем iPhone и разрешите использовать Siri при блокировке устройства.



8. Техническое обслуживание и уход

Очищайте изделие с помощью слегка влажной безворсовой салфетки; не используйте агрессивные чистящие средства.

9. Исключение ответственности

Hama GmbH & Co. KG не несет ответственности за повреждения, возникшие в результате ненадлежащей установки, монтажа и ненадлежащего использования изделия или несоблюдения требований руководства по эксплуатации и (или) указаний по технике безопасности.

10. Поддерживаемые языки

В следующем списке представлен обзор поддерживаемых языков пользовательского интерфейса смарт-часов и приложения Hama FIT move.

	Английский	Немецкий	Французский	Испанский	Шведский	Чешский	Польский	Финский	Венгерский	Нидерландский	Португальский	Русский	Румынский	Словацкий	Болгарский	Греческий	Норвежский	Датский	Сербский
Смарт-часы Smartwatch 4000	×	×	×	×	×	×	×	×											
Hama FIT move	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×

11. Технические характеристики

Версия Bluetooth	5.3 LE
Тип дисплея	ЖК-дисплей TFT
Размер дисплея	1,65"
Размеры (корпус)	47 × 39 × 12 мм
Вес	39 г
Ширина браслета	2,2 см
Материал браслета	Силикон
Материал корпуса	Пластик
Степень защиты	IP68
Тип батарейки	Литий-полимерная
Емкость аккумулятора	300 мА•ч
Время зарядки	< 2,5 ч
Время работы аккумулятора	Ок. 5–7 дней



12. Указания по утилизации

Охрана окружающей среды:



С момента перехода национального законодательства на европейские нормативы 2012/19/EU и 2006/66/EG действует следующее правило: утилизация электрических и электронных приборов, а также батарей вместе с бытовым мусором запрещена. Потребитель по закону обязан утилизировать электрические и электронные приборы, а также батареи по истечении срока их годности в специально предназначенных для этого общественных пунктах сбора или в пункте продаж. Детальная регламентация этих требований осуществляется соответствующим местным законодательством. На необходимость соблюдения данных предписаний указывает особый значок на изделии, инструкции по эксплуатации или упаковке. Сдавая бывшие в употреблении приборы/батарей на переработку, вторичную переработку или на утилизацию в другой форме, вы вносите важный вклад в охрану окружающей среды.

13. Сертификат соответствия

CE Настоящим Hama GmbH & Co KG заявляет, что данное устройство соответствует основным требованиям и другим важным предписаниям директивы 2014/53/ЕС. Сертификат соответствия данной директиве можно найти по адресу: <https://support.hama.com/00178640>

Диапазон/диапазоны частот	2402–2480 МГц
Максимальная излучаемая мощность	9 дБм

hama

Hama GmbH & Co KG
86652 Monheim/Германия

Сервисное обслуживание и поддержка

 www.hama.com

 +49 9091 502-0

D

Словесный знак Bluetooth® и логотипы являются зарегистрированными товарными знаками Bluetooth SIG, Inc., и любое использование этих знаков компанией Hama GmbH & Co KG осуществляется по лицензии. Другие товарные знаки и торговые наименования являются собственностью соответствующих владельцев.

Все перечисленные бренды являются товарными знаками соответствующих компаний. Ошибки и упущения исключаются, технические изменения возможны. Действуют наши общие условия поставки и оплаты.