



ID208 Plus Benutzerhandbuch

ID208 Plus Smart-Sportuhr

Einleitung

Bildschirm-Anzeigebereich

Funktionstaste

Druckentlastungsöffnung

Herzfrequenzsensor

Mikrofon

Lautsprecher

Vorderseite

Rückseite



Erste Schritte

- (1) Öffnen Sie die Lieferung und überprüfen Sie den Inhalt.
- (2) Lieferumfang: (1) ID208 Plus Smartwatch (mit Lithium-Akku); (2) Benutzerhandbuch; (3) Original-Ladekabel.
- (3) Laden Sie die Uhr, um sie vor der ersten Verwendung zu aktivieren und einzuschalten. Zum Laden schließen Sie das magnetische Ladekabel an den Ladekontakten auf der Rückseite der Uhr an.
- (4) Suchen Sie im App Store oder bei Google Play nach „veryfit“ oder scannen Sie den QR-Code, um die App herunterzuladen und zu installieren.
- (5) Melden Sie sich bei der App an und stellen Sie Ihre persönlichen Daten sowie Ihre Schritt- und Gewichtsziele ein.



- (6) Tippen Sie auf im Menü „Geräte“ oben rechts auf „+“, damit startet Ihr Telefon die Suche. Wählen Sie aus der gefundenen Geräteliste den Namen Ihrer Smartwatch, mit der Sie koppeln möchten. Sie können das Gerät auch direkt koppeln, indem Sie den QR-Code des Geräts scannen.

Gesundheit

a) Uhr

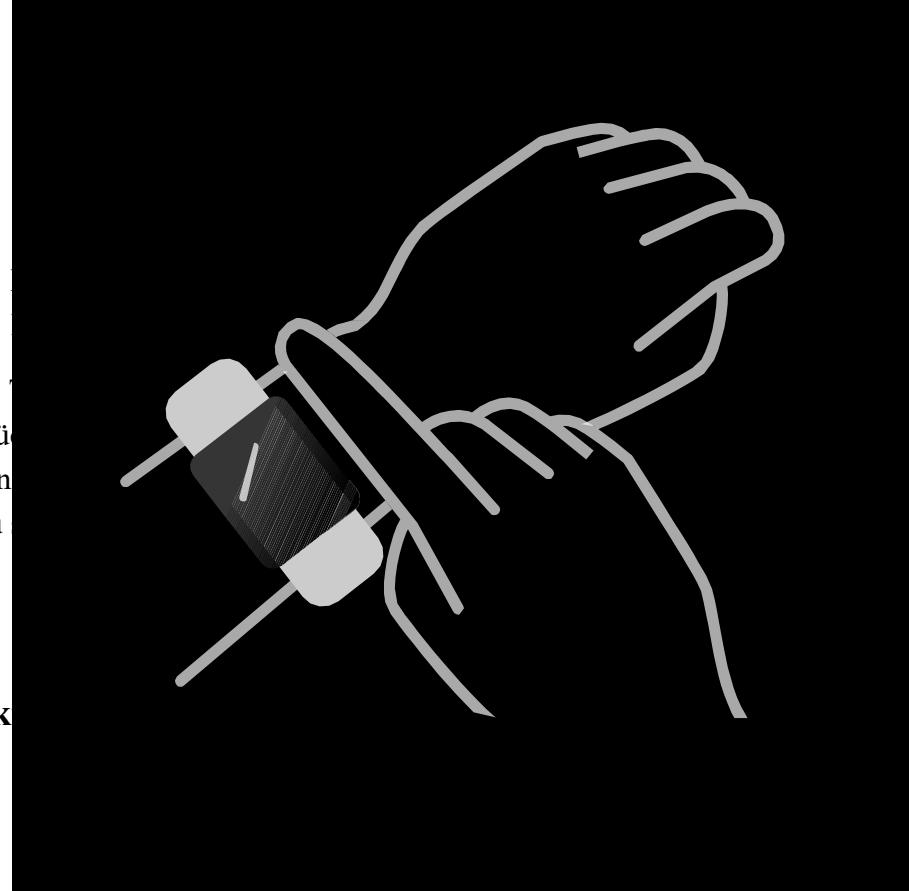
1. Die Uhr zeichnet Ihre Daten automatisch auf.
2. Sie können Ihre Herzfrequenz, Blutsauerstoff, Stresslevel, auf der Uhr messen, oder schalten Sie die automatische Messung von Herzfrequenz, Blutsauerstoff, Stress, Schlaf auf der App, um diese Daten den ganzen Tag zu verfolgen. Sie können die Uhr manuell oder automatisch Ihren Gesundheitszustand kontinuierlich überwachen lassen.
3. Übung starten:

- 1) Wenn das Zifferblatt angezeigt wird, drücken Sie kurz die Funktionstaste, um die App-Liste aufzurufen. Tippen Sie auf das **Übung**-Symbol, um auf die Symbole der verschiedenen Trainingsarten zuzugreifen, dann tippen Sie auf das Symbol einer Übung (z. B. Laufen), um die Übung zu starten.
- 2) Die Uhr kann standardmäßig bis zu 20 Übungstypen anzeigen. Im Multi-Übungsmodus der App können Sie die auf der Uhr angezeigten Übungstypen hinzufügen oder löschen oder ihre Reihenfolge ändern.

b) App

1. Starten Sie „veryfit“, aktivieren Sie die Bluetooth-Funktion und lassen Sie die GPS-Ortung zu.
2. Beleuchten Sie das Display der Smartwatch und bringen Sie sie in die Nähe Ihres Handys.
3. Tippen Sie auf „+“ in der App und wählen Sie Smartwatch in den Suchergebnissen, um sie zu koppeln.
4. Bestätigen Sie die Kopplungsanfrage auf der Smartwatch.
5. Geben Sie Ihre persönlichen Daten ein und legen Sie Ihr Schrittziel in der App fest, um die Kopplung abzuschließen.

Allgemeine Bedienungshinweise



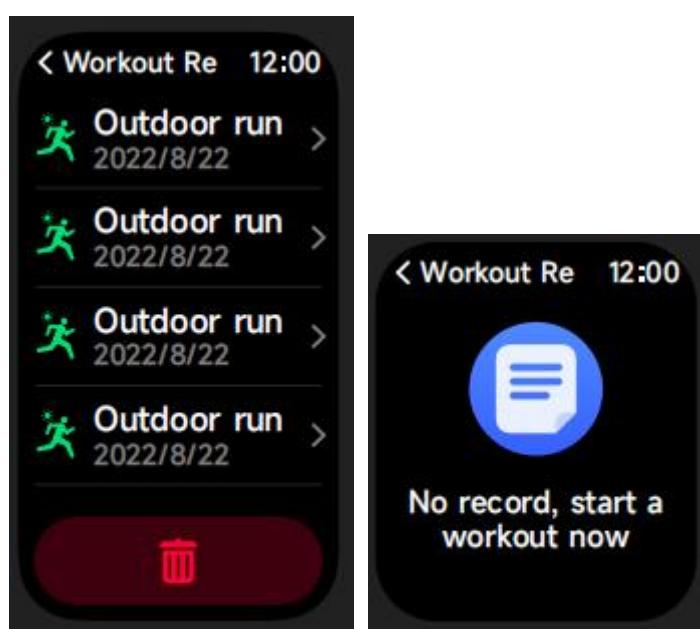
1. **Funkverbindung:** Halten Sie die Smartwatch mindestens einen Finger breit über dem Handgelenkknochen befindet und dass sie auf dem Smartphone einen funktionsfähigen Touchscreen, der Funktionen wie kurzes Antippen, Wischen nach rechts und links, „kurz Drücken“ und „gedrückt halten“ unterstützt. Kurz drücken: Rütteln, um die Uhr einzuschalten, wenn sie ausgeschaltet ist und um Alexa einzuschalten; gedrückt halten: laden, um die Uhr einzuschalten, wenn sie ausgeschaltet ist und geladen wird, um die Software zurückzusetzen und neu zu starten.
2. **Zifferblätter:** Die Uhr wird standardmäßig mit 7 Zifferblättern geliefert. Sie können zwischen ihnen manuell auf der Uhr oder in den Zifferblatt-Einstellungen der veryfit-App umschalten. Sie können das Zifferblatt ebenfalls in der App einstellen. Weitere Zifferblätter stehen im „Zifferblatt-Markt“ zum Herunterladen bereit.
3. **Übungssymbole:** Die Uhr kann standardmäßig bis zu 20 Übungstypen anzeigen. Im Multi-Übungsmodus der App können Sie die auf der Uhr angezeigten Übungstypen hinzufügen oder löschen oder ihre Reihenfolge ändern.

2. Übungen

- a) Standardmäßig können bis zu 20 Übungstypen angezeigt werden: Lauf im Freien, Laufen in der Halle, Spaziergang im Freien, Gehen in der Halle, Radfahren im Freien, Radfahren in der Halle, Schwimmen im Pool, Freiwasser Schwimmen, Wandern, Yoga, Rudergerät, Ellipsentrainer, Cricket, Übung, Hochintensives Intervaltraining (HIIT), Funktionelles Krafttraining, Core-Training, Tanzen, **Pilates**, Abkühlung. In der veryfit-App können Sie die Übungstypen hinzufügen oder löschen oder ihre auf der Uhr angezeigte Reihenfolge ändern. Es gibt insgesamt 100 Übungstypen, aus denen Sie in der App wählen können.

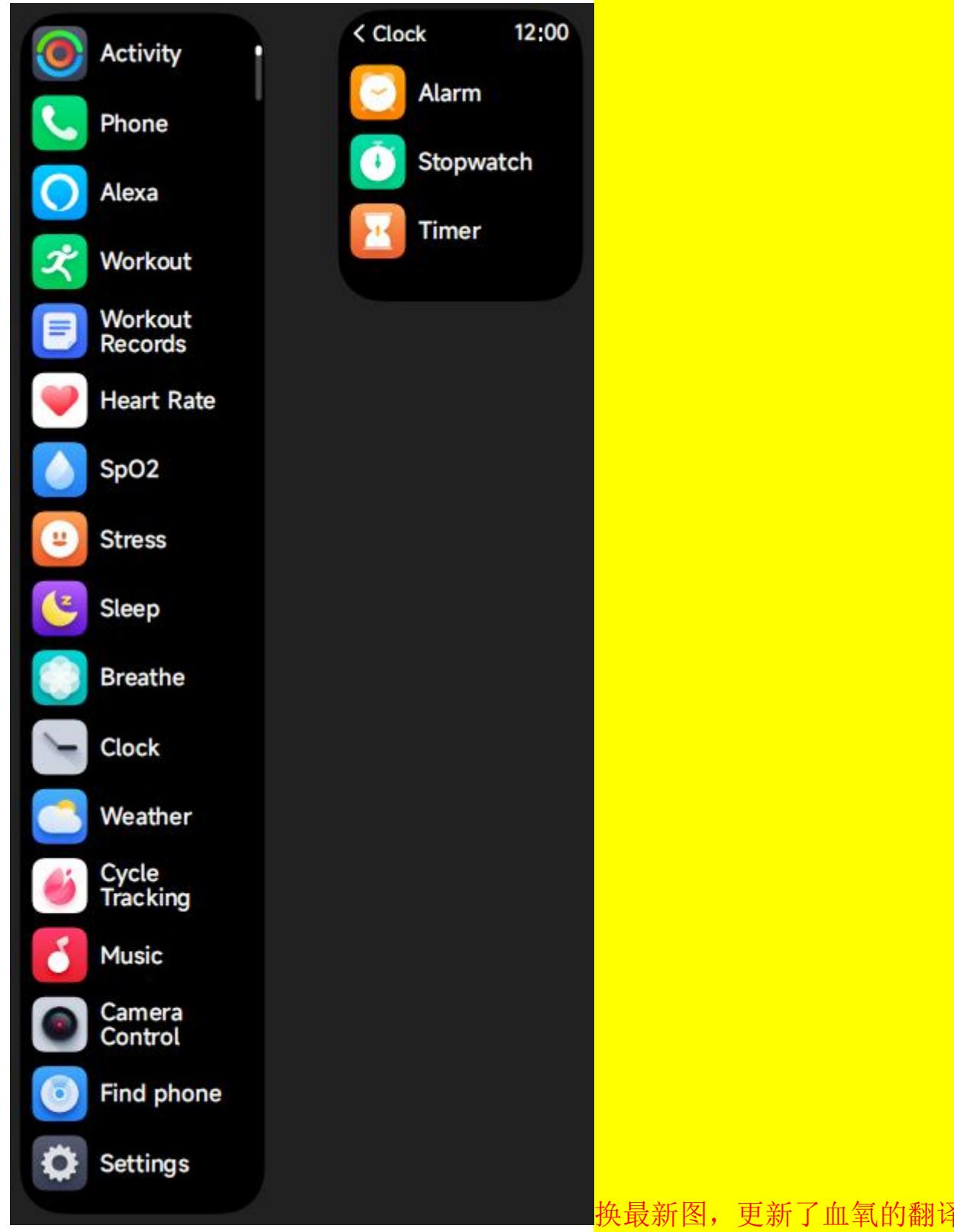


- b) **ID208 Plus** unterstützt die intelligente Bewegungserkennung. Es kann erkennen, ob der Benutzer läuft oder geht. Es unterstützt das automatische Pausieren einer Übung oder die Erinnerung an das Ende einer Übung. Diese Funktion kann in der App ein- und ausgeschaltet werden.
- c) Die Trainingszusammenfassung der **ID208 Plus** enthält verschiedene Trainingsdaten, die in der veryfit-App überprüft werden können.
- d) Sie können Ihre jüngsten Trainingsaufzeichnungen einschließlich Details auf der Uhr anzeigen. Sie können die Trainingsaufzeichnungen ebenfalls in der App anzeigen.



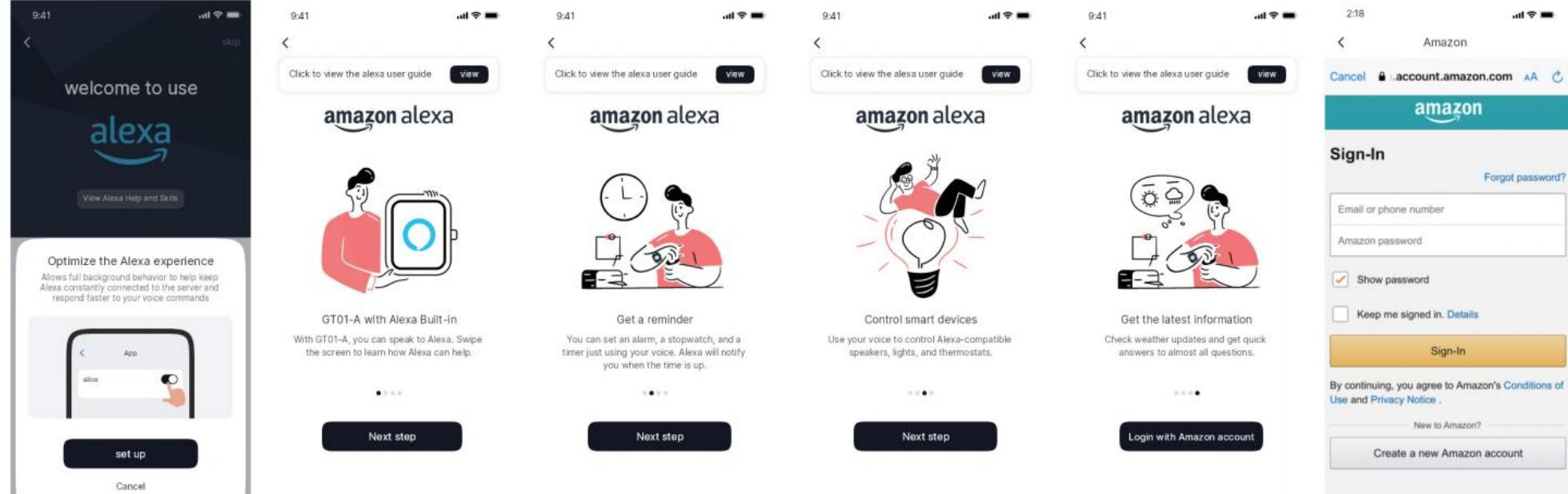
3. App-Liste

Wenn das Zifferblatt der Uhr angezeigt wird, drücken Sie kurz die Funktionstaste, Aktivität, Telefon, Alexa, Übung, Übungsdaten, Gesundheit, Herzfreq, Blutsauerstoff, Stress, Schlaf, Atmen, Uhr, Wetter, Zyklusprotokoll, Musik, Kamerasteuerung, Telefon suchen , Einstellung

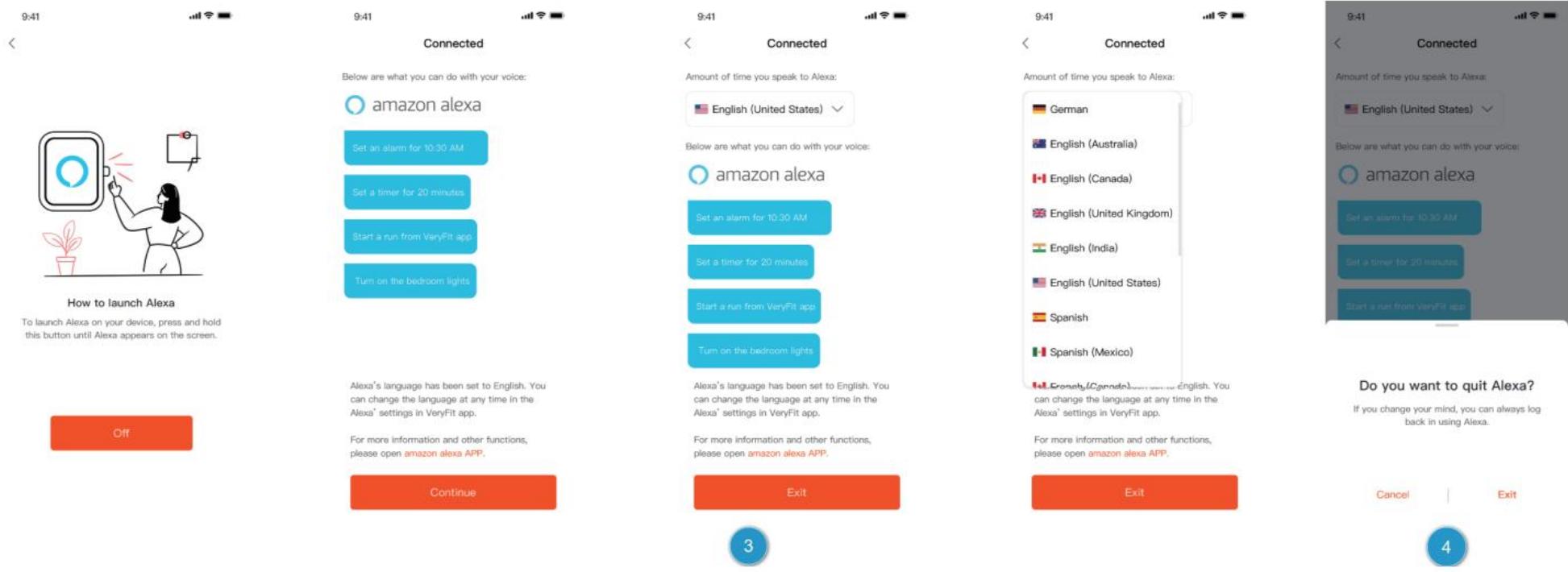


3.1 Alexa

3.1.1 VeryFit-App Alexa

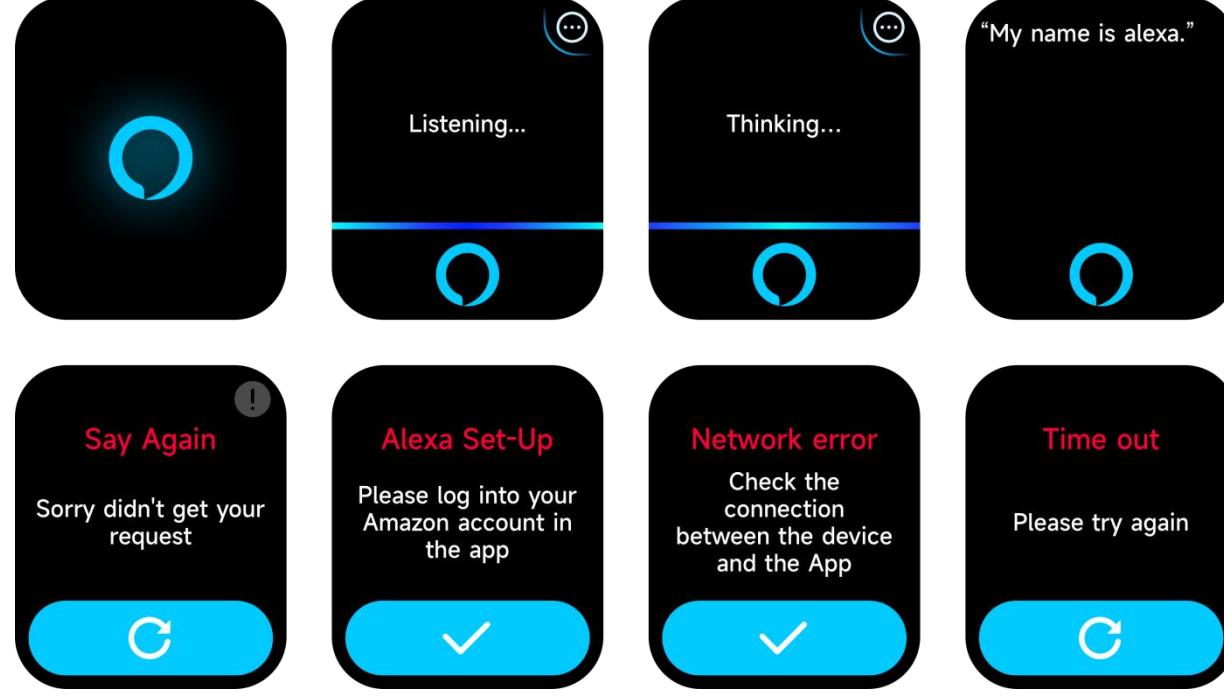


1. Tippen Sie in der App auf den Amazon Alexa-Bereich, um das Anmelde-Tutorial aufzurufen.
2. Springen Sie zur Anmeldung des dedizierten Amazon Alexa-Kontos für die Autorisierung der Kontoverknüpfung.



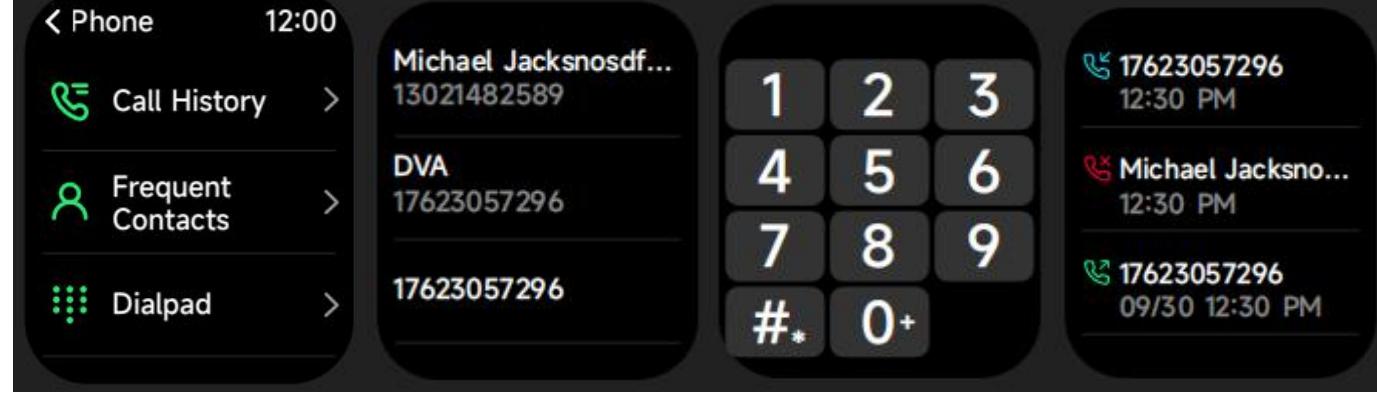
3. Nach der verbindlichen Autorisierung können Sie einen Teil der Einführung in die Bedienung sehen und verschiedene Sprachen einstellen.
4. Tippen Sie auf „Abmelden“, um sich von Alexa abzumelden; Sie können sich jederzeit wieder anmelden.

3.1.2 Uhr Alexa



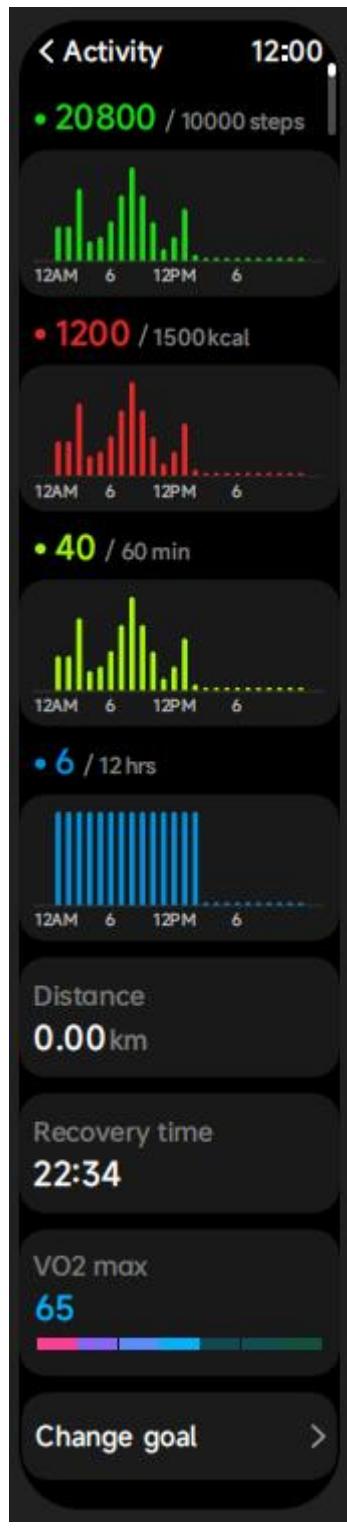
1. Die Uhr ist mit Alexa ausgestattet. Wenn Sie im Menü Zuhören eine Frage stellen oder einen Befehl geben, geht sie in das Menü Nachdenken und gibt eine Antwort oder führt den Befehl aus. Derzeit können Sie über Alexa die Dienste Stoppuhr, Wecker, Countdown, Ereigniserinnerung auf der Uhr aktivieren.
2. Eine entsprechende Meldung wird angezeigt, wenn die Anfrage eine Zeitüberschreitung aufweist, die Stimme nicht erkannt wird, das Konto nicht angemeldet ist, die Netzwerkverbindung instabil ist oder die Bluetooth-Verbindung nicht besteht.

3.2 Telefon



1. Sie können über die App bis zu 10 häufige Kontakte zu Ihrer Uhr hinzufügen und diese Kontakte dann auf Ihrer Uhr anrufen.
2. Sie können die jüngste Anrufliste auf Ihrer Uhr anzeigen und die in der Anrufliste angezeigten Nummern anrufen.
3. Sie können Anrufe über das Wählfeld der Uhr tätigen.

3.3 Aktivität



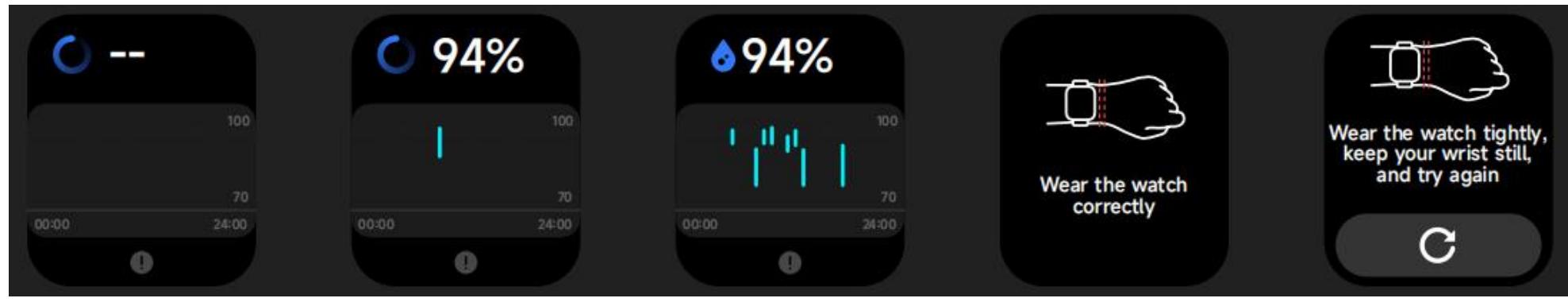
Die Uhr kann Folgendes erfassen und anzeigen: Bewegungs-/Aktivitäts-/Gehdaten und Ziele des Tages, Histogramm der Bewegungs-/Aktivitäts-/Gehdaten pro Stunde während des Tages, Schritte und Entfernung des Tages, Tagesziele, usw.

3.4 Herzfreq



1. Sie können die Herzfrequenz manuell mit der Uhr messen. In den App-Einstellungen können Sie die intelligente Rund-um-die-Uhr-Überwachung der Herzfrequenz ein- und ausschalten sowie die Herzdaten einsehen.
2. Halten Sie während jeder Messung der Herzfrequenz den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.

3.5 Blutsauerstoff



1. Sie können den **Blutsauerstoff**-Wert manuell mit der Uhr messen. Darüber hinaus unterstützt die Uhr die automatische **Blutsauerstoff**-Überwachung rund um die Uhr. In den APP-Einstellungen können Sie diese Funktion ein- und ausschalten oder die **Blutsauerstoff**-Daten anzeigen.
2. Halten Sie bei jeder Messung des Blutsauerstoffs den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.

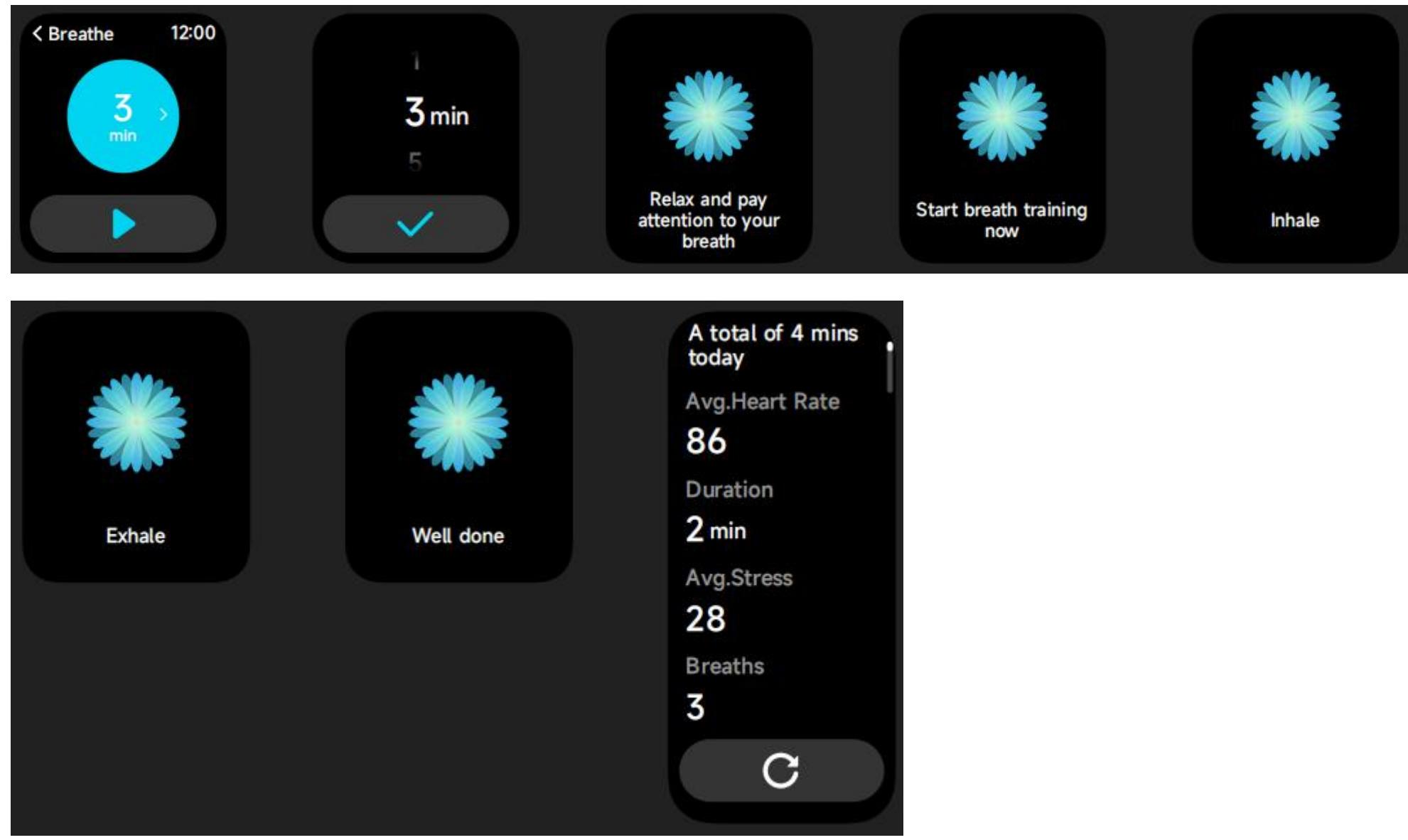
3.6 Stress



[删掉第二张图](#)

1. Sie können den Stress manuell mit der Uhr messen. Darüber hinaus unterstützt die Uhr die automatische Stressüberwachung rund um die Uhr. In den App-Einstellungen können Sie diese Funktion ein- und ausschalten sowie die Stressdaten anzeigen.
2. Halten Sie bei jeder Messung des Stresspegels den Arm und das Handgelenk still und warten Sie geduldig, bis die Messung beendet ist.

3.7 Atmen



1. Tippen Sie auf das Symbol Atemtraining, um auf diese Funktion zuzugreifen. Sie können die Dauer auswählen, die Ihnen hilft, Ihre Atmung anzupassen.
2. Tippen Sie auf Start, um direkt in die Atemtrainingsanimation einzusteigen. Folgen Sie der Vibration und der Animationsfrequenz, um Ihre Atmung anzupassen. Ein vernünftiges Atemtraining kann helfen, Ihre Emotionen abzuschwächen.

3.8 Schlaf



Hier überprüfen Sie Ihre letzte Schlaftaufzeichnung, die Daten der einzelnen Schlafstadien und die Schlafbewertung.

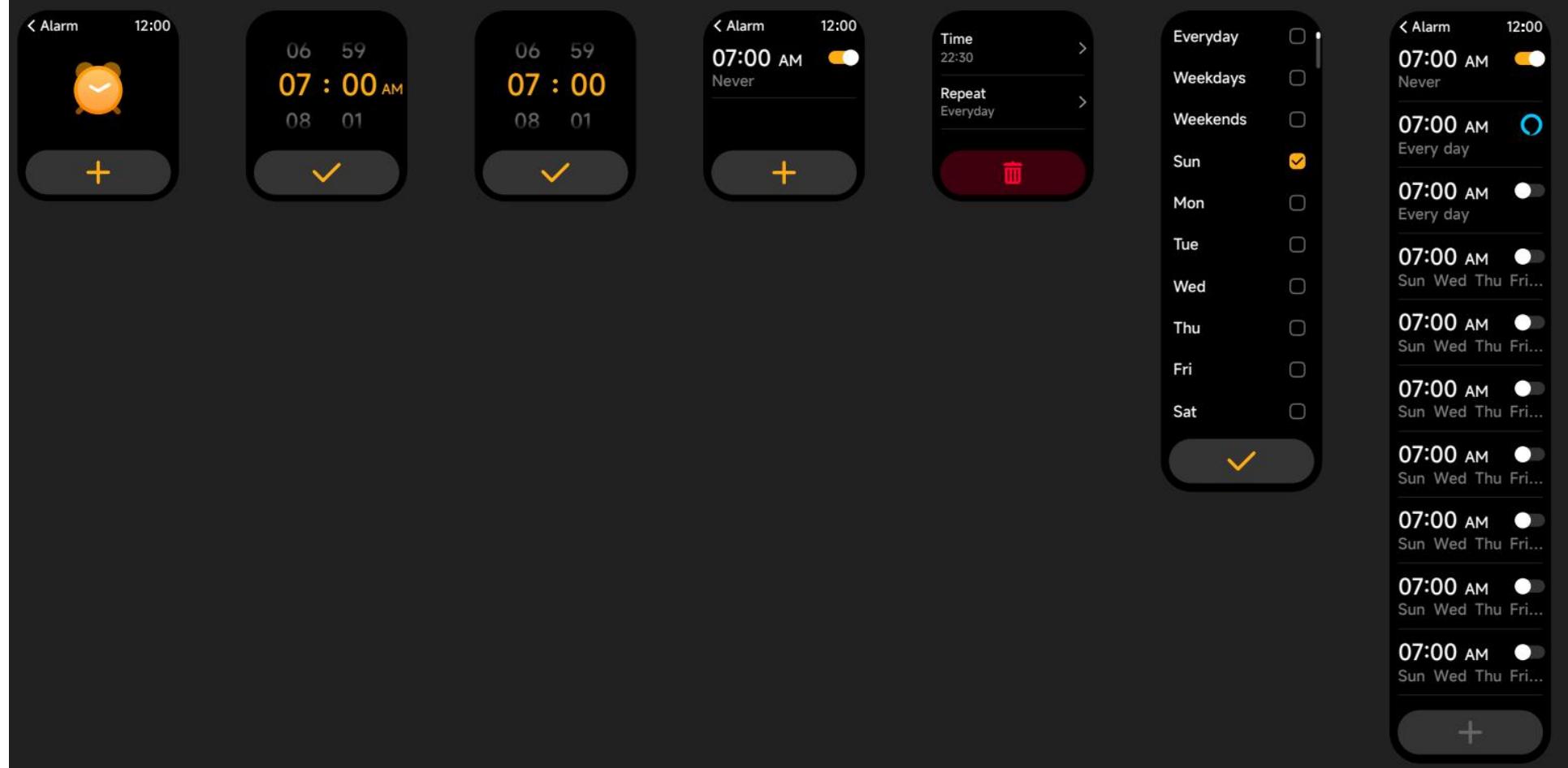
3.9 Uhr

3.9.1 Stoppuhr



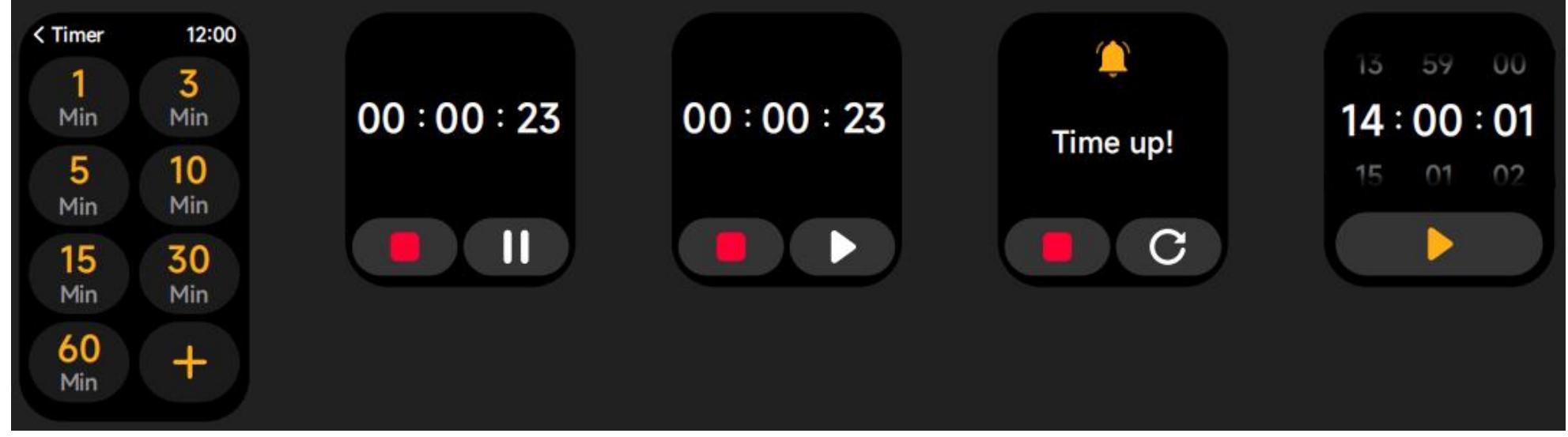
Sie können die Uhr als Stoppuhr verwenden. Sie hat ebenfalls eine „Runden“-Funktion.

3.9.2 Wecker



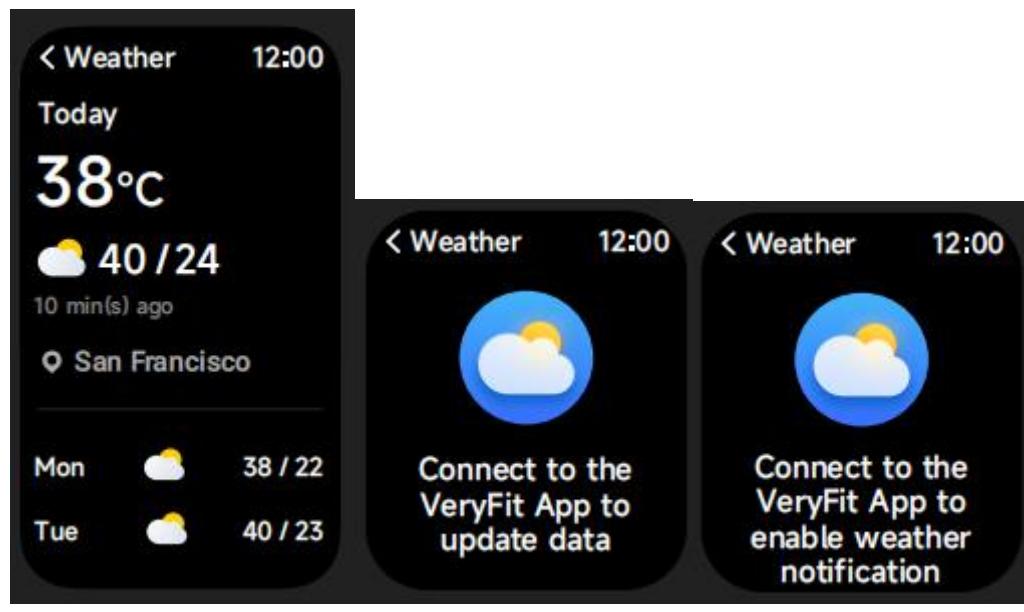
1. Sie können einen Weckalarm hinzufügen, löschen oder auf der Uhr ein- und ausschalten, sowie einen Weckalarm für die Uhr über die App einstellen.
2. Sie können die Alarmverzögerung in der App einstellen und entscheiden, wie lange Sie verzögern möchten und wie oft die Verzögerung erfolgen soll.

3.9.3 Timer



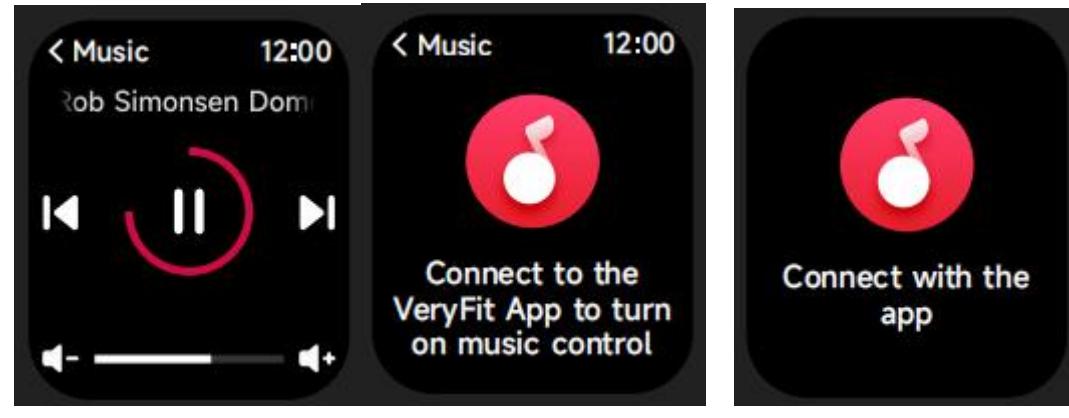
Sie können einen Timer mit einer voreingestellten Dauer auf der Uhr einstellen, der Sie daran erinnert, wenn die Zeit abgelaufen ist und Sie können die Timerzeit anpassen.

3.10 Wetter



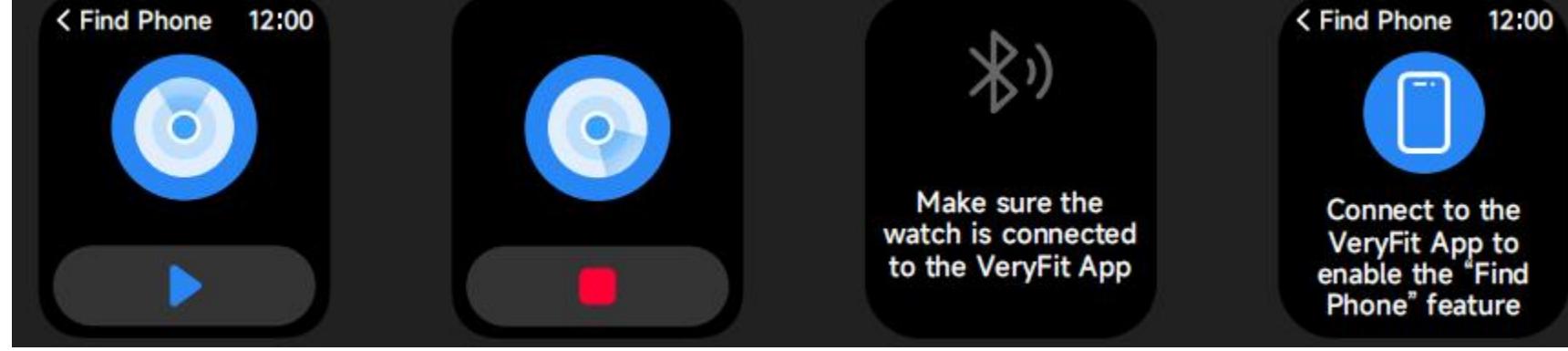
Die Wetteranzeige Aktuelle Stadt für **3** Tage wird unterstützt. Sie können „Aktuelles Wetter, Höchst- und Tiefsttemperaturen“ für heute sowie die „Höchst- und Tiefsttemperaturen“ für die nächsten **zwei** Tage anzeigen.

3.11 Musik



1. Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie den Musicplayer steuern, um die Funktionen „Nächster Titel“, „Vorheriger Titel“, „Wiedergabe/Pause“ und „Lautstärke erhöhen/verringern“ auszuführen.
2. Diese Funktion kann in den APP-Einstellungen geöffnet oder geschlossen werden.

3.12 Telefon suchen



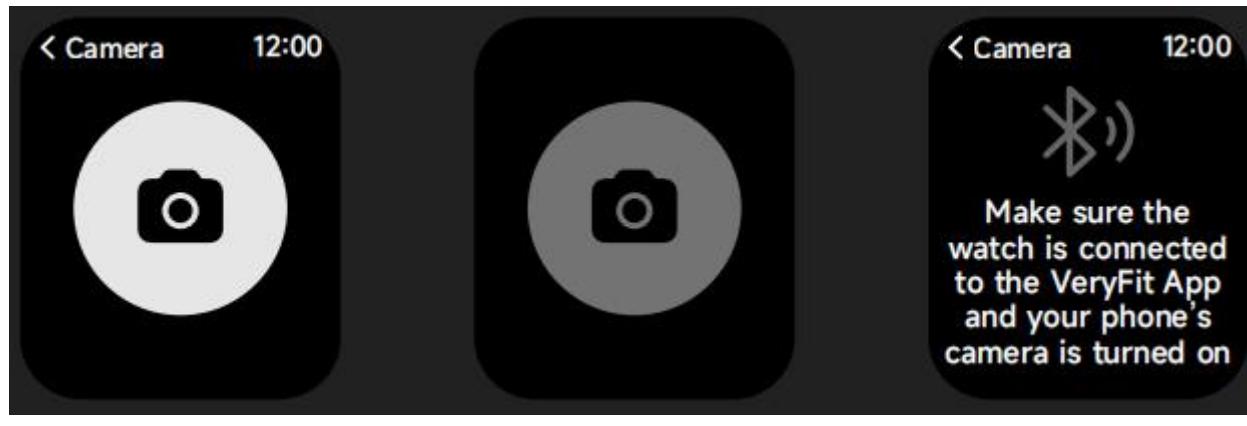
1. Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie Ihr Telefon klingeln lassen.
2. Tippen Sie auf das Symbol, um das Klingeln zu beenden.
3. Diese Funktion kann in den APP-Einstellungen ein- oder ausgeschaltet werden.

3.13 Zyklusprotokoll



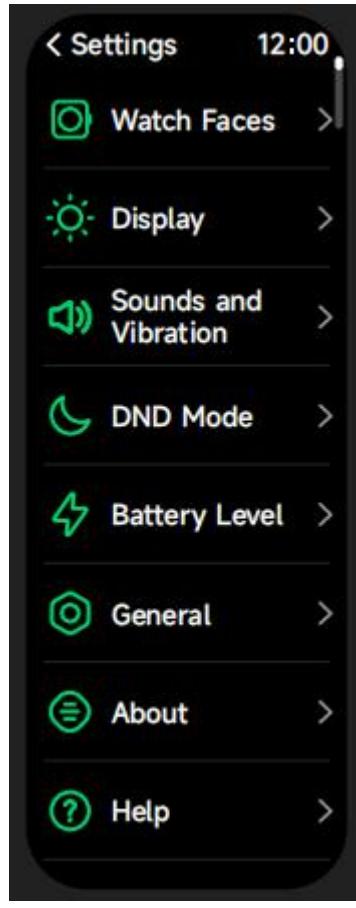
Nachdem Sie **Zyklusprotokoll** auf der App geöffnet haben, zeigt die Uhr die Optionen für die Zyklusverfolgung an und stellt Zykluslänge, Erinnerungszeit und andere Optionen ein. An die Zeit wird in regelmäßigen Abständen erinnert.

3.14 Kamerasteuerung



Wenn die Uhr mit der App verbunden ist, können Sie die Systemkamera des Telefons manuell einschalten, um die Aufnahme von Fotos zu steuern.

3.15 Einstellung



1. In den Einstellungen können Sie Einschaltzeit, Klingeltoneinstellungen und App-Layout.
2. In den Einstellungen können Sie die Uhr auch ausschalten, neu starten oder zurücksetzen (nach dem Zurücksetzen werden alle in der Uhr gespeicherten Daten gelöscht und die Uhr wird vom Handy entkoppelt).

4. Erinnerungsmodul



Die Uhr unterstützt mehrere Erinnerungen, einschließlich an eingehende Anrufe, an eingehende SMS, an das Erreichen des Schrittzield, an das Umhergehen, an das Trinken von Wasser, an hohe oder niedrige Herzfrequenz, an niedrigen Blutsauerstoff und an hohen Stress.

5. Kontrollzentrum



Mit dem Kontrollzentrum können Sie auf einfache Weise Funktionen wie „DND-Modus“, „Zum Wecken hochhalten“, „Bildschirm-Einschaltzeit“, „Telefon suchen“, „Taschenlampe“ usw. aktivieren.