

SAMSUNG

ПОСІБНИК КОРИСТУВАЧА

SM-R390

Ukrainian. 05/2024. Rev.1.2

www.samsung.com

Зміст

Початок роботи

5 Про Galaxy Fit3

6 Зовнішній вигляд і функції пристрою

6 Fit

9 Кабель для заряджання

10 Акумулятор

10 Заряджання акумулятора

10 Підказки та заходи безпеки щодо зарядження акумулятора

12 Носіння Fit

12 Під'єднання та від'єднання ремінця

14 Надягання Fit

14 Підказки й заходи безпеки під час використання ремінця

15 Як носити браслет Fit для точних вимірювань

17 Увімкнення та вимкнення браслета Fit

18 Під'єднання браслета Fit до телефона

18 Встановлення програми Galaxy Wearable

18 Під'єднання браслета Fit до телефона через Bluetooth

19 Реєстрація облікового запису Samsung на браслеті Fit

20 Управління екраном

20 Сенсорний екран

21 Складові частини екрана

22 Увімкнення й вимкнення екрана

22 Переключення екранів

23 Екран програм

23 Екран блокування

24 Годинник

24 Екран годинника

24 Змінення типу циферблата

24 Увімкнення функції «Always On Display»

25 Сповіщення

25 Панель сповіщень

26 Перевірка вхідних сповіщень

26 Вибір програм для отримання сповіщень

27 Панель швидкого доступу

Програми та функції

29 Перегляд повідомлень і відповідь на них

29 Відхилення виклику

30 Health

30 Вступ

31 Фізичні навантаження за день

32 Кроки

33 Вправа

38 Тривалість тренувань цього тижня

40 Сон

43 Їжа

44 Пульс

46 Стрес

48 Відстеження циклів

49 Вода

50 Насиченість крові киснем

52 Together

53 Налаштування

53 Контролер мультимедіа

54 Календар

54 Погода

54 Будильник

55 Світовий час

55 Таймер

56 Секундомір

56 Пошук мого телефону

56 Пошук браслета

57 Екстрене повідомлення

57 Вступ

57 Попереднє налаштування способу надсилання екстреного повідомлення

58 Запит на екстрене повідомлення

59 Запит на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння

59 Припинення надання інформації про місцезнаходження

59 Калькулятор

60 Дистанційне керування камерою

61 Налаштування

61 Вступ

61 Режими

61 Сповіщення

62 Вібрація

62 Екран

63 Health

63 Безпека й конфіденц.

63 Безпека та екстрені ситуації

64 Додаткові функції

64 Загальне

64 Про браслет

Програма Galaxy Wearable

65 Вступ

66 Циферблати годинника

67 Екран програм

67 Картки

67 Панель швидкого доступу

68 Налаштування браслета

- 68 Вступ
- 68 Samsung account
- 68 Режими
- 68 Сповідання
- 69 Вібрація
- 69 Екран
- 69 Samsung Health
- 69 Безпека та екстрені ситуації
- 70 Облікові записи та резервне копіювання
- 71 Додаткові функції
- 71 Погода
- 72 Загальне
- 72 Оновлення ПЗ браслета
- 72 Про браслет

72 Пошук браслета

Замітки щодо користування

- 73 Застереження щодо користування пристроєм**
- 75 Примітки на вмісті упаковки й аксесуарах**
- 76 Захист пристрою від потрапляння пилу й води**
- 78 Застереження щодо перегріву**
- 78 Очищення браслета Fit і поводження з ним**
- 79 Заходи з безпеки для користувачів, що мають алергію на будь-який матеріал, з якого виготовлений браслет Fit**

Додаток

- 80 Усунення неполадок**
- 84 Виймання акумулятора**

Початок роботи

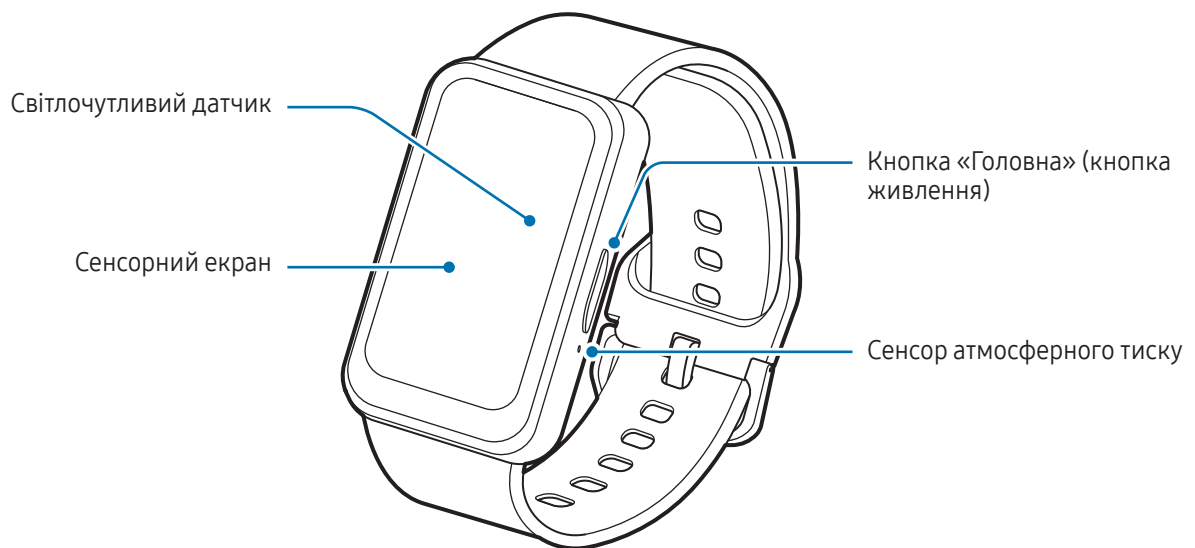
Про Galaxy Fit3

Galaxy Fit3 (далі — Fit) — це розумний браслет, який може аналізувати ваші схеми тренування, підтримувати ваше здоров'я у доброму стані і запропонувати вам численні зручні програми. Ви можете переглядати різноманітні функції й запускати їх дотиком до екрана, а також змінювати тип циферблата годинника, щоб він відповідав вашим уподобанням.

Ви можете використовувати браслет Fit, під'єднавши його до телефону.

Зовнішній вигляд і функції пристрою

Fit







- Аби пристрій міг працювати нормально, користуйтеся ним у місцях, де відсутні магнітні завади.
- Ваш пристрій і деякі аксесуари (що продаються окремо) містять у собі магніти. Тримайте його подалі від кредитних карток, імплантованих медичних пристроїв та інших пристроїв, на які можуть впливати магніти. У випадку з медичними пристроями тримайте даний пристрій на відстані більше 15 см від них. Припиніть використання пристрою, якщо є підозри на перешкоди в роботі вашого медичного пристрою, і проконсультуйтеся зі своїм лікарем або виробником вашого медичного пристрою.
- Якщо маєте імплантований медичний пристрій у серці, не кладіть цей виріб у кишеню поблизу імплантованого пристрою, наприклад у нагрудну або внутрішню кишеню куртки.
- Зберігайте безпечну відстань між об'єктами, на які впливають магніти, та вашим пристроєм і деякими аксесуарами (що продаються окремо), які містять магніти. Такі предмети, як банківські картки, розрахункові книжки, картки доступу, посадкові чи паркувальні талони, можуть пошкодитися чи взагалі стати непридатними до використання через вплив магнітів у пристрої.



- Переконайтеся, що ремінець чистий. Потрапляння на нього бруду, наприклад пилу або фарби, може призвести до появи на ремінці плям, яких неможливо повністю позбутися.
- Не вставляйте гострі предмети в зовнішні отвори браслета Fit. Це може призвести до пошкодження внутрішніх компонентів пристрою, а також порушення його захисту від води.
- Якщо продовжити користуватися браслетом Fit після пошкодження його скляного корпусу, можна поранитися. Продовжити користування браслетом Fit можна буде лише після його ремонту в сервісному центрі Samsung або авторизованому сервісному центрі.

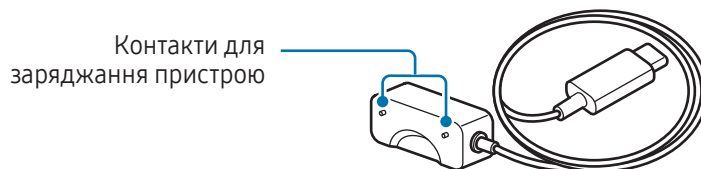



- За наведених нижче умов можуть виникати проблеми з підключенням, а акумулятор може швидше розряджатися:
 - Якщо в зоні розташування антени браслета Fit наклеєно металізовану наліпку.
- Не закривайте світлочутливий датчик аксесуарами, як-от наклейки або чохла. Це може призвести до несправності датчика.

Кнопка

Кнопка	Функція
Кнопка «Головна»	<ul style="list-style-type: none">• Натисніть та утримуйте для ввімкнення браслета Fit, коли він вимкнений.• Коли Fit увімкнено, натисніть та утримуйте більше ніж 8 секунд, щоб вимкнути його.• Коли екран вимкнений, натисніть, щоб його увімкнути.• Натисніть двічі, щоб відкрити задану програму або функцію. (Налаштування → Додаткові функції → Подвійне натис. клав. «Головна»)• Натисніть, щоб відкрити екран годинника під час перебування на будь-якому іншому екрані.

Кабель для заряджання



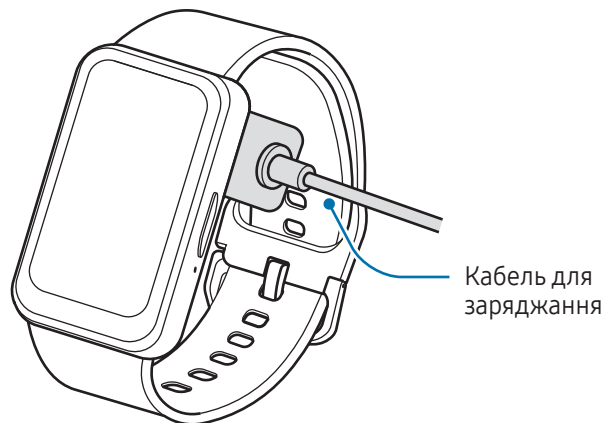
-  Не піддавайте зарядний кабель впливу води, оскільки він має інший клас захисту від потрапляння води, ніж ваш браслет Fit.

Акумулятор

Зарядіть акумулятор перед першим використанням браслета Fit, а також якщо його не використовували протягом тривалого часу.

Зарядження акумулятора

- 1 Під'єднайте зарядний кабель до блоку живлення USB.
- 2 Під'єднайте зарядний кабель до браслета Fit.



- 3 Після повного зарядження від'єднайте зарядний кабель від браслета Fit.

Перевірка стану зарядження акумулятора

Під час зарядження ви можете перевіряти стан зарядження акумулятора на екрані. Якщо стан зарядження акумулятора не відображається на екрані, на екрані програм торкніться **Налаштування** → **Екран** і торкніться повзунка **Показувати інф. про зарядження**, щоб увімкнути цю функцію.

Підказки та заходи безпеки щодо зарядження акумулятора

- ⚠ Використовуйте лише рекомендований компанією Samsung акумулятор, зарядний пристрій і кабель, які спеціально розроблено для браслета Fit. Несумісний акумулятор, зарядний пристрій і кабель можуть серйозно пошкодити або вивести з ладу пристрій.
- ⚠
 - Неправильне підключення зарядного пристрою може призвести до серйозного пошкодження пристрою. Гарантія не поширюється на пошкодження пристрою, спричинені неправильним використанням.
 - Використовуйте лише кабель для зарядження, що постачається разом із Fit. Браслет Fit може не заряджатися належним чином у разі використання сторонніх зарядних кабелів.
 - Якщо ви заряджаєте браслет Fit, коли зарядний кабель мокрий, пристрій може бути пошкоджено. Ретельно висушіть зарядний кабель, перш ніж заряджати браслет Fit.




- Для заощадження електроенергії від'єднуйте зарядний пристрій, якщо пристрій не використовується. Якщо на зарядному пристрої немає перемикача живлення, його слід виймати з електричної розетки, коли він не використовується, для заощадження електроенергії. Під час заряджання зарядний пристрій має щільно прилягати до розетки та бути легко доступним.
- Рекомендовано використовувати для заряджання схвалені зарядні пристрої, який гарантує ефективність заряджання.
- За наявності сторонніх предметів між браслетом Fit і зарядним кабелем браслет може не заряджатися належним чином. Перед заряджанням перевірте, чи немає на них поту, рідини чи пилу.
- Якщо акумулятор повністю розряджений, для ввімкнення браслета Fit після під'єднання зарядного кабелю знадобиться певний час. Перш ніж вмикати пристрій, зачекайте кілька хвилин, доки акумулятор трохи зарядиться.
- У разі одночасного використання кількох програм або програм, що вимагають підключення до іншого пристрою, акумулятор швидко розряджатиметься. Щоб уникнути розрядження під час передачі даних, завжди повністю заряджайте акумулятор перед використанням таких програм.
- У разі під'єднання зарядного кабелю до іншого джерела живлення, наприклад до комп'ютера або концентратора для одночасного заряджання кількох пристроїв, браслет Fit може не заряджатися належним чином або може заряджатися повільніше через нижчу силу струму.
- Під час заряджання браслетом Fit можна користуватися, але в такому разі акумулятор заряджатиметься довше.
- Якщо під час одночасного використання й заряджання живлення браслета Fit нестабільне, сенсорний екран може не працювати. У такому разі від'єднайте браслет Fit від зарядного кабелю.
- Під час заряджання браслет Fit може нагріватися. Це нормально й не впливає на роботу чи термін служби браслета Fit. Перш ніж носити й використовувати браслет Fit, дочекайтеся, поки він охолоне. Якщо акумулятор нагрівається сильніше, ніж звичайно, заряджання за допомогою зарядного пристрою може припинитися.
- Якщо браслет Fit не заряджається належним чином, віднесіть його та зарядний кабель до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.
- Не користуйтеся заламаним чи пошкодженим зарядним кабелем. Якщо зарядний кабель пошкоджений, припиніть його використовувати.

Носіння Fit

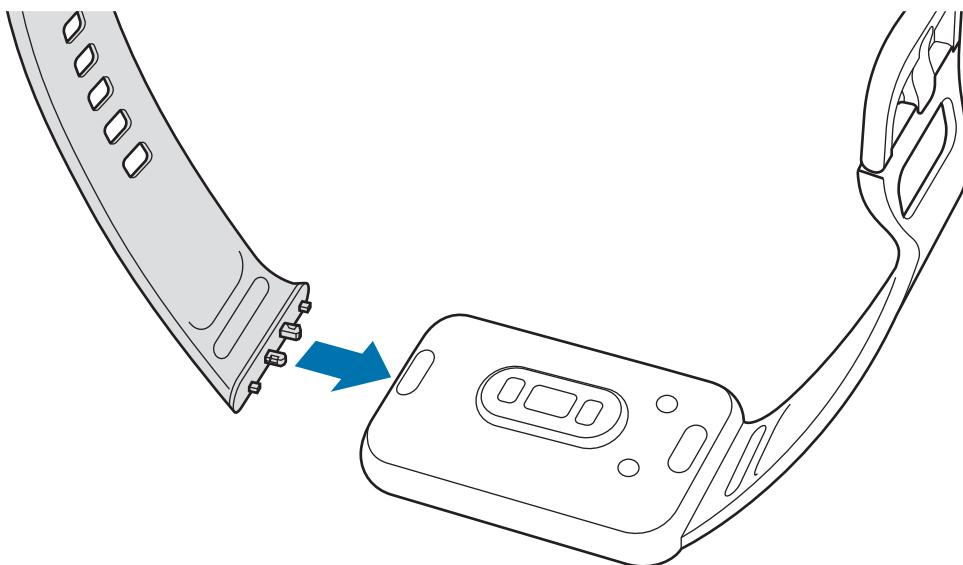
Під'єднання та від'єднання ремінця

Перш ніж почати користуватися браслетом Fit, під'єднайте до нього ремінець. Ремінець можна від'єднувати від браслета Fit для заміни його на новий.

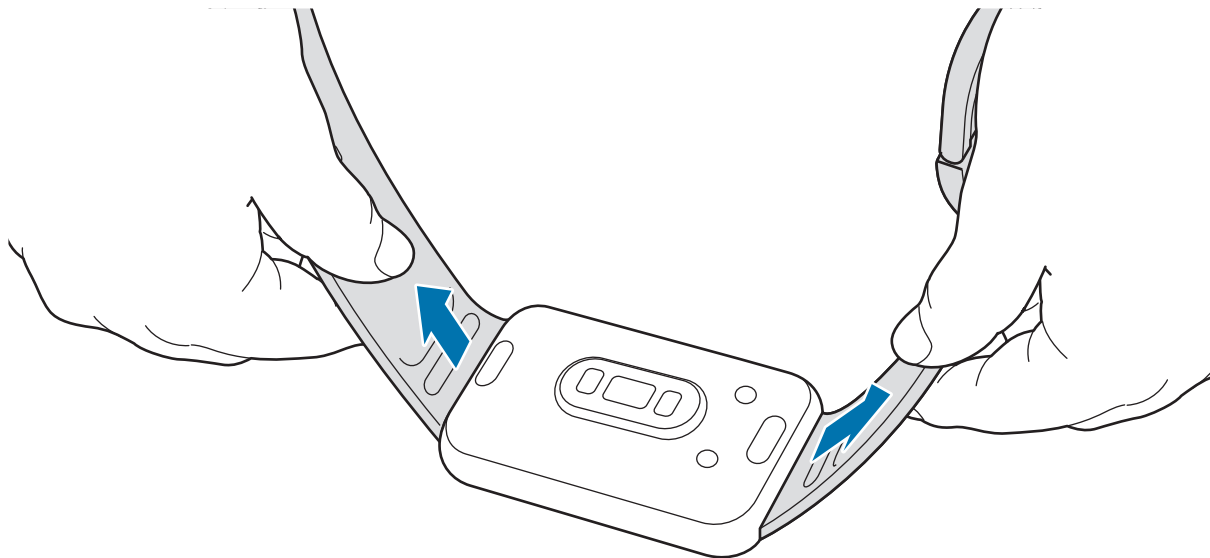
 Під'єднуючи й від'єднуючи ремінець, варто пильнувати, аби не травмувати ніготь.

 У комплекті з браслетом можуть постачатися різні ремінці залежно від регіону.

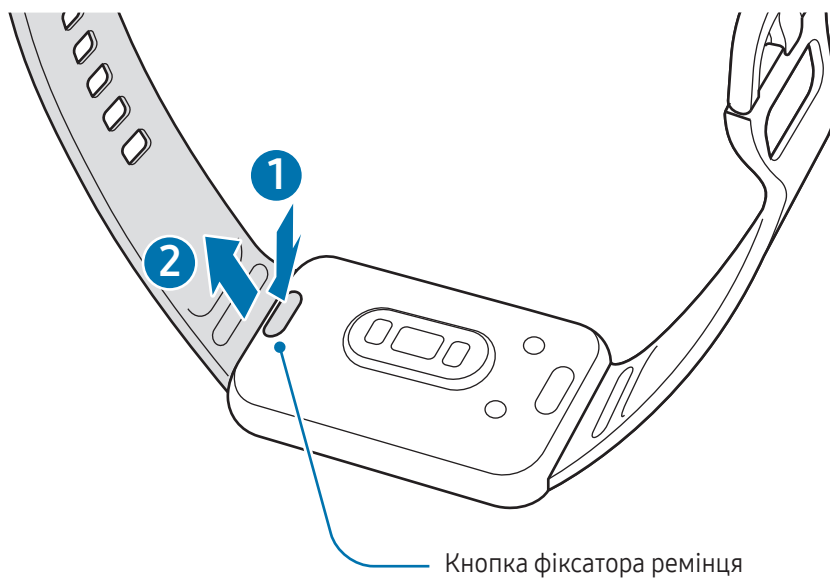
1 Приєднайте ремінець до свого браслета Fit.



- 2 Обережно потягніть за ремінець з обох боків, щоб переконатися, що він надійно закріплений і не від'єднується від браслета Fit.



Зніміть ремінець, натиснувши на кнопку фіксатора ремінця.



Надягання Fit

Відкрийте пряжку й оберніть браслет Fit навколо зап'ястя. Затягніть ремінець, вставте застібку в потрібний отвір і зафіксуйте пряжку ремінця, щоб закрити її. Якщо ремінець сидить занадто туго, скористайтесь наступним отвором.



Не затягуйте надмірно ремінець. Це може призвести до пошкодження браслета Fit.



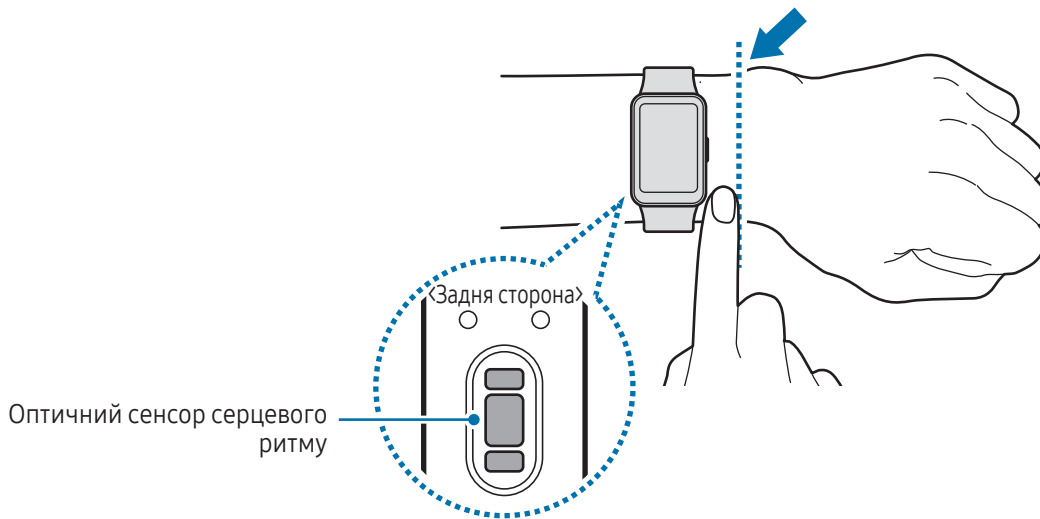
- Для точнішого вимірювання серцевого ритму за допомогою браслета Fit його потрібно надійно закріплювати безпосередньо над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити браслет Fit для точних вимірювань](#).
- Коли задня частина браслета Fit контактує з певними матеріалами, браслет Fit може розпізнати їх як ваше зап'ястя залежно від типу матеріалу.
- Якщо сенсор у задній частині браслета Fit і ваше зап'ястя не контактують упродовж більш ніж 10 хвилин, браслет Fit може працювати так, як за відсутності контакту із зап'ястям.

Підказки й заходи безпеки під час використання ремінця

- Для точних вимірювань браслет Fit потрібно носити так, щоб він прилягав до зап'ястя. Після вимірювання показників послабте ремінець, щоб повітря потрапило на шкіру. Рекомендовано носити браслет Fit таким чином, щоб він не сидів занадто вільно, але й не прилягав занадто щільно — так, щоб вам було зручно носити його за звичайних умов.
- Якщо ви носите браслет Fit протягом тривалого часу або інтенсивно тренуєтеся з ним на зап'ясті, можуть виникнути подразнення шкіри, пов'язані з тертям, тиском або вологістю. У разі тривалого носіння браслета Fit його слід зняти із зап'ястя на деякий час, щоб шкіра залишалася здоровою, а зап'ястя відпочило.
- Подразнення шкіри може спричинитись алергією, чинниками довкілля, іншими чинниками чи тривалим впливом мила чи поту на шкіру. У такому разі потрібно негайно припинити користуватися браслетом Fit на 2 чи 3 дні до зникнення симптомів. Якщо симптоми не зникають або погіршуються, потрібно звернутись до лікаря.
- Перед надіванням браслета Fit потрібно впевнитися, що шкіра суха. Тривале носіння браслета Fit може бути шкідливим для шкіри.
- У разі використання браслета Fit у воді видаліть зі шкіри і з пристрою сторонні речовини й ретельно висушіть їх, щоб запобігти подразненню шкіри.
- Заборонено використовувати у воді будь-які аксесуари, окрім браслета Fit.

Як носити браслет Fit для точних вимірювань

Для точних вимірювань надівайте браслет Fit щільно навколо нижньої частини руки над зап'ястям, залишаючи місце на ширину пальця, як показано на малюнку нижче.




- Якщо затягнути браслет Fit надто щільно, це може викликати подразнення шкіри, а якщо браслет затягнутий недостатньо, може виникати тертя.
- Не дивіться безпосередньо на індикатори оптичного сенсора серцевого ритму. Не дозволяйте дітям дивитися безпосередньо на індикатори датчика вимірювання серцевого ритму. Це може викликати погіршення зору.
- Якщо браслет Fit стає гарячим на дотик, зніміть його, щоб він охолонув. Тривалий контакт гарячої поверхні браслета Fit зі шкірою може призвести до низькотемпературних опіків.



- Функція вимірювання серцевого ритму призначена лише для вимірювання серцевого ритму. Точність результатів вимірювання оптичного сенсора серцевого ритму залежить від оточення, умов вимірювання та фізіологічного стану користувача.
- Оскільки низька температура навколишнього середовища може вплинути на вимірювання, залишайтеся у теплі під час перевірки серцевого ритму взимку чи в холодну погоду.
- Паління або споживання алкоголю перед вимірюванням може вплинути на його результати.
- Не розмовляйте, не позіхайте й не дихайте глибоко під час вимірювання серцевого ритму. Це може призвести до отримання неточних результатів вимірювання.
- У разі підвищеного або заниженого серцевого ритму результати вимірювань можуть бути неточними.
- У разі вимірювання пульсу в дітей вимірювання може бути неточним.
- Користувачі із тонким зап'ястям можуть отримати неточні результати вимірювань серцевого ритму через нещільність прилягання браслета Fit до шкіри, що спричиняє нерівномірне відбиття світла. У такому разі браслет Fit потрібно закріплювати з внутрішнього боку зап'ястя.
- Якщо вимірювання серцевого ритму здійснюються неналежним чином, зсуньте оптичний сенсор серцевого ритму браслета Fit управо, уліво, угору або вниз на зап'ясті або надіньте браслет Fit на внутрішню частину руки так, щоб сенсор контактував зі шкірою.
- Якщо оптичний сенсор серцевого ритму забруднився, протріть його й повторіть спробу. Якщо сторонні речовини перешкоджають рівномірному відбиванню світла, вимірювання може бути неточним.
- На роботу оптичного сенсора серцевого ритму можуть впливати татуювання, шрами й волосся на зап'ясті, на якому ви носите браслет Fit. Отож, браслет Fit не розпізнає, що ви його носите, і функції браслета Fit можуть не працювати належним чином. Тому носіть браслет Fit на зап'ясті, на якому немає перешкод для правильної роботи браслета Fit.
- Функції вимірювання можуть не працювати як належить через певні чинники, наприклад блокування світла від оптичного сенсора серцевого ритму, залежно від яскравості шкіри, кровотоку під шкірою та чистоти зони, у якій працює сенсор.

Увімкнення та вимкнення браслета Fit

-  Дотримуйтесь усіх попереджень і вказівок персоналу в місцях, де обмежено використання бездротових пристроїв, наприклад у літаках і лікарнях.





Увімкнення браслета Fit

Натисніть кнопку «Головна», щоб увімкнути браслет Fit.

Під час першого увімкнення або скидання налаштувань браслета Fit на екрані з'являться інструкції щодо відкриття програми Galaxy Wearable на смартфоні. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Під'єднання браслета Fit до телефона](#).

Вимкнення браслета Fit

- 1 Натисніть та утримуйте кнопку «Головна» більше ніж 8 секунд. Або ж відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться .
- 2 Торкніться **Вимк.пристр.**

-  Відпустіть кнопку «Головна», коли отримаєте доступ до параметрів живлення. Якщо продовжувати утримувати кнопку «Головна», може відбутися перезапуск браслета Fit.

Примусове перезавантаження

Якщо браслет Fit «зависає» або не реагує на натискання кнопок, одночасно натисніть та утримуйте кнопку «Головна» упродовж 11 секунд, щоб перезавантажити його.

Під'єднання браслета Fit до телефона

Встановлення програми Galaxy Wearable

Для під'єднання пристрою Fit до телефона встановіть програму Galaxy Wearable на телефон.

Залежно від вашого телефона ви можете завантажити програму Galaxy Wearable із таких місць:

- Телефони Samsung на базі Android: **Galaxy Store, Play Маркет.**
- Інші телефони на базі Android: **Play Маркет.**



- Вона сумісна з телефонами Android, які підтримують мобільні служби Google.
- Програму Galaxy Wearable неможливо встановити на телефон, який не підтримує синхронізацію з браслетом Fit. Переконайтеся, що ваш телефон сумісний із браслетом Fit.
- Ви не можете підключити браслет Fit до планшета або комп'ютера.

Під'єднання браслета Fit до телефона через Bluetooth

- 1 Увімкніть браслет Fit.
- 2 Проведіть від нижнього краю екрана вгору.
На екрані з'являться інструкції щодо відкриття програми Galaxy Wearable.
- 3 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
Якщо останню версію програми Galaxy Wearable не встановлено, встановіть її.
- 4 Торкніться **Продовжити**.
- 5 Виберіть браслет Fit на екрані.
Якщо ви не можете знайти свій браслет Fit, торкніться **Проблеми з підключенням?**
- 6 Щоб завершити з'єднання, дотримуйтеся інструкцій на екрані.
Завершуючи з'єднання, торкніться **Почати** і дотримуйтеся інструкцій на екрані, щоб дізнатися про основні елементи керування браслета Fit.



- Екран початкового налаштування може відрізнятися залежно від регіону.
- Способи під'єднання можуть різнитися залежно від вашого регіону, моделі телефона й версії програмного забезпечення.
- Під час першого приєднання браслета Fit до телефона або після скидання налаштувань акумулятор браслета Fit може розряджатися швидше під час синхронізації даних.
- Підтримувані телефони й функції можуть різнитися залежно від регіону, оператора зв'язку чи виробника пристрою.
- Якщо встановити з'єднання Bluetooth між браслетом Fit і телефоном не вдається, у верхній частині екрана годинника з'явиться значок-індикатор .

Під'єднання браслета Fit до нового телефона


Під час під'єднання браслета Fit до нового телефона браслет видаляє всю персональну інформацію. Коли перед під'єднанням браслета Fit до нового телефона з'явиться підказка, торкніться **Резерв. копіюв.**, щоб створити резервну копію збережених даних. Коли ви підключите браслет Fit до нового телефона, ви зможете відновити дані з резервних копій, створених як вручну, так і за допомогою функції автоматичного резервного копіювання.

- 1 На екрані програм торкніться **Налаштування** → **Загальне** → **Скинути**.

Після скидання ваш браслет Fit автоматично перейде в режим сполучення через Bluetooth.

- 2 На новому телефоні запустіть програму **Galaxy Wearable**, щоб під'єднатися до браслета Fit.



Якщо телефон, до якого ви хочете під'єднатися, уже підключено до іншого пристрою, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й натисніть  → **Підключити новий пристрій**, щоб підключитися до нового пристрою.

Реєстрація облікового запису Samsung на браслеті Fit

Зареєструйте обліковий запис Samsung на підключеному телефоні, щоб отримати доступ до різних функцій Fit.

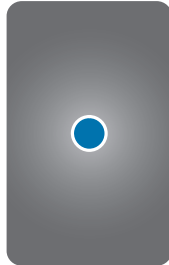
- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування браслета** → **Samsung account**.
Або торкніться **Налаштування браслета** → **Облікові записи та резервне копіювання** → **Samsung account**.
- 3 Дотримуйтесь указівок на екрані для виконання входу до облікового запису Samsung на телефоні. Якщо вхід до облікового запису Samsung виконано, перевірте зареєстрований обліковий запис Samsung.

Управління екраном

Сенсорний екран

Торкання

Торкніться екрана.



Торкання й утримання

Торкніться екрана й утримуйте дотик впродовж приблизно 2 секунд.



Проведення

Проведіть вгору, вниз, вліво чи вправо.



- Не допускайте контакту сенсорного екрана з іншими електричними пристроями. Електростатичні розряди можуть призвести до несправності сенсорного екрана.
- Щоб не пошкодити сенсорний екран, не торкайтеся його гострими предметами та уникайте надто сильного натискання на нього нігтями або іншими предметами.
- Рекомендується не виводити статичні зображення на весь сенсорний екран чи його частину надто довго. Це може призвести до виникнення ефекту залишкового зображення (вигорання екрана) або двоїння.

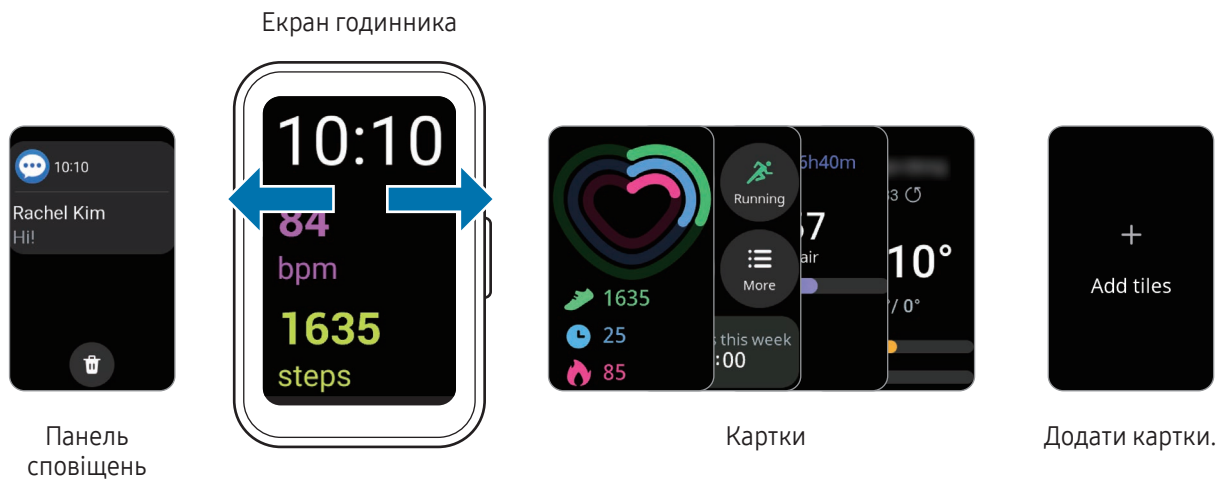



- Браслет Fit може не розпізнавати дотики до ділянок біля країв сенсорного екрана, що лежать поза областю сенсорного введення.
- Сенсорний екран буде недоступний за ввімкненого режиму блокування у воді.

Складові частини екрана

Екран годинника — це початкова точка головного екрана. Він складається з кількох сторінок.

Ви можете перевірити картки або відкрити панель сповіщень, провівши пальцем по екрану вліво або вправо.




 Доступні панелі та картки, а також їхнє впорядкування залежать від версії програмного забезпечення.

Використання карток

Щоб відредагувати картку, торкніться **Додати картки** і виберіть картку.

Торкнувшись картки й утримуючи її, можна увійти в режим редагування, щоб змінити розташування картки або видалити її.

- **Переміщення картки:** торкніться **<** або **>**, а тоді торкніться **■** у потрібному місці.
- **Видалення картки:** торкніться **⊖** картки, яку потрібно видалити.
- **Редагування картки:** торкніться **Редагувати**, щоб редагувати картку.

 Ви можете редагувати лише деякі картки.

Увімкнення й вимкнення екрана

Увімкнення екрана

Вмикати екран можна різними способами, описаними нижче.

- **Увімкнення екрана кнопкою:** натисніть кнопку «Головна».
- **Увімкнення екрана піднесенням зап'ястя:** підвести вгору зап'ястя із надітим браслетом Fit. Якщо екран не вмикається у разі піднесення зап'ястя, торкніться **Налаштування** на екрані програм, торкніться **Екран**, а тоді торкніться повзунка **Пробудж. підняттям руки** в розділі **Увімкнення екрана**, щоб активувати функцію.
- **Ввімкнення екрана дотиком до нього:** торкнутися екрана. Якщо екран не вмикається у разі дотику до нього, торкніться **Налаштування** на екрані програм, торкніться **Екран**, а потім торкніться повзунка **Пробудження за дотиком** у розділі **Увімкнення екрана**, щоб активувати функцію.

Вимкнення екрана

Щоб вимкнути екран, накрийте його долонею або іншою частиною тіла. Крім того, екран автоматично вимикається, якщо браслет Fit не використовується впродовж певного проміжку часу.

Переключення екранів

Перехід між екраном браслета Fit та екраном програм

На екрані годинника проведіть вгору, щоб відкрити екран програм.

Для повернення до екрана годинника проведіть вгору чи вниз на екрані програм. Або натисніть кнопку «Головна».



Повернення на попередній екран

Щоб повернутися до попереднього екрана, проведіть пальцем управо по екрану.

Екран програм

На екрані програм відображаються значки всіх програм, установлених на браслеті Fit.

На екрані програм виберіть програму, яку потрібно відкрити.



Доступні програми залежать від версії програмного забезпечення.

Екран блокування

Використовуйте функцію блокування екрана, щоб захистити ваші дані, наприклад вашу особисту інформацію, збережену на браслеті Fit. Після ввімкнення цієї функції вам буде потрібно розблокувати браслет Fit щоразу, коли ви захочете ним скористатися. Утім, якщо браслет Fit розблокувати один раз під час носіння, він лишатиметься розблокованим.

Налаштування блокування екрана

На екрані програм торкніться **Налаштування** → **Безпека й конфіденц.** → **Тип блокування** і виберіть метод блокування.

- **PIN-код:** для розблокування екрана потрібно ввести числовий PIN-код.

Годинник

Екран годинника

Ви можете перевірити поточний час або переглянути іншу інформацію. Перебуваючи поза екраном годинника, натисніть кнопку «Головна», щоб повернутися на екран годинника.

Змінення типу циферблата


- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Циферблати годинника** і виберіть циферблат.
Певні циферблати, як-от **Photos**, можна налаштувати. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Створення циферблатів з фотографій](#).



Крім того, ви можете змінювати циферблати з вашого браслета Fit. Натисніть та утримуйте екран браслета годинника і виберіть циферблат, провівши вліво або вправо по екрану.

Увімкнення функції «Always On Display»

Налаштування Fit для відображення інформації, як-от часу та дати, коли екран вимкнено й коли ви носите Fit. Однак акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай, під час використання цієї функції.

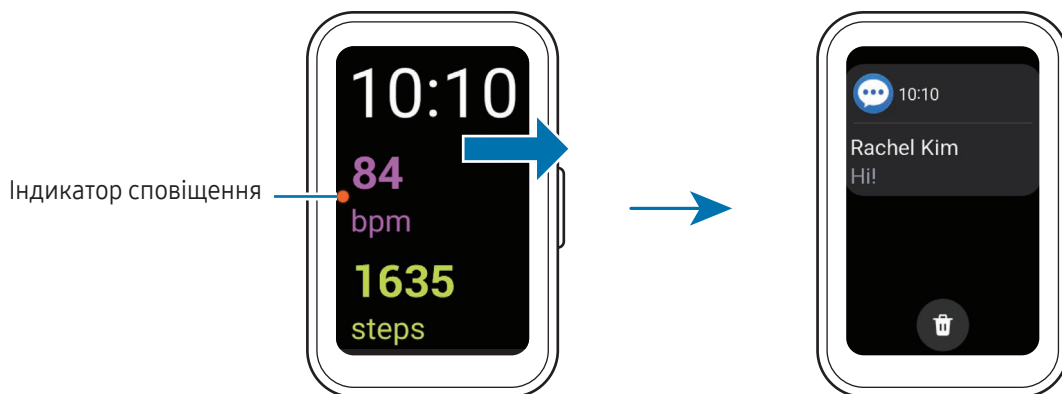
Щоб скористатися цією функцією, відкрийте панель швидкого доступу, потягнувши її від верхнього краю екрана вниз, і торкніться . Або на екрані програм торкніться **Налаштування** → **Екран**, а тоді торкніться повзунка **Always On Display**, щоб увімкнути цю функцію.

Сповіщення

Панель сповіщень

Перевіряйте сповіщення, наприклад нові повідомлення, події або пропущені виклики, за допомогою панелі сповіщень. Або проведіть пальцем управо по екрану годинника, щоб відкрити панель сповіщень.

У разі наявності нових сповіщень на екрані годинника з'явиться оранжевий індикатор сповіщень. Якщо індикатор сповіщень не відображається, на екрані програм торкніться **Налаштування** → **Сповіщення** → **Додаткові налаштування** і торкніться повзунка **Індикатор сповіщень**, щоб увімкнути цю функцію.

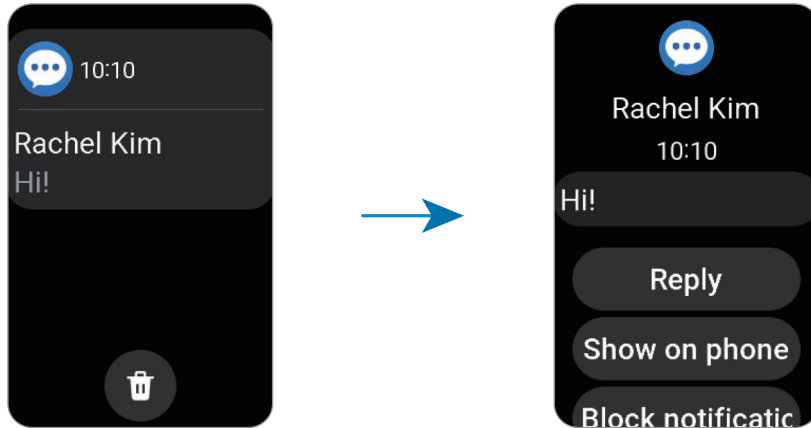



- Ви можете отримувати сповіщення, лише коли носите браслет Fit.
- Ви не можете отримувати сповіщення на свій браслет Fit під час використання телефону. Щоб перевірити сповіщення на браслеті Fit, навіть коли ви використовуєте телефон, торкніться **Налаштування** на екрані програм, торкніться **Сповіщення** → **Показувати сповіщення з телефону на браслеті**, а тоді виберіть **Оповіщення, якщо телефон використ.**

Перевірка вхідних сповіщень

При отриманні сповіщення на екрані з'являється інформація про нього, така як його тип і час отримання. Якщо надійшло більше ніж два сповіщення, проведіть пальцем по екрану вгору або вниз, щоб переглянути більше сповіщень.

Торкніться сповіщення, щоб переглянути його деталі.



Торкніться , щоб видалити всі сповіщення.

Вибір програм для отримання сповіщень

Виберіть телефон або програму Fit, щоб отримувати сповіщення на браслет Fit.

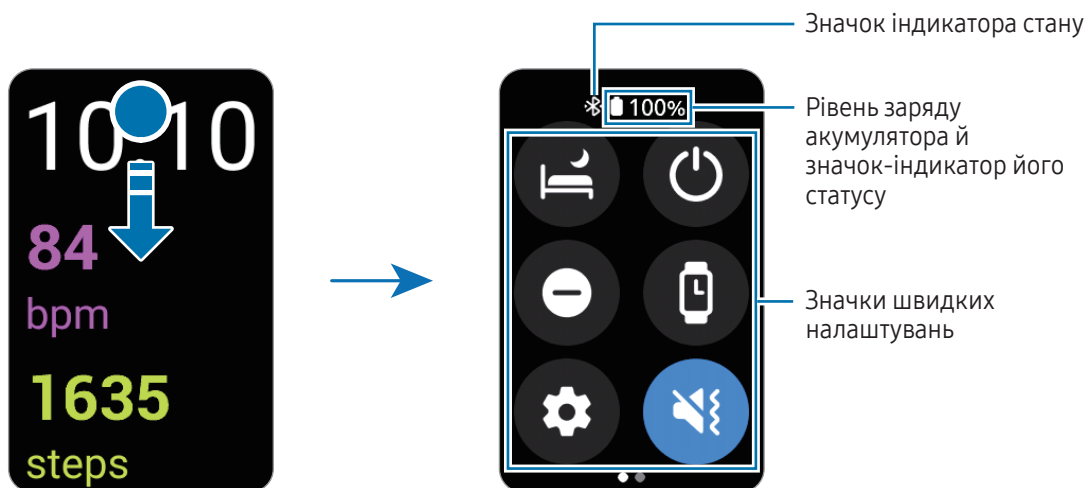
- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.
- 2 Торкніться **Налаштування браслета** → **Сповіщення** → **Сповіщення від програм**.
- 3 Торкніться повзунка біля програм, щоб отримувати сповіщення від програм зі списку.

Панель швидкого доступу

Перевірте поточний статус браслета Fit і налаштуйте його на панелі швидкого доступу.

Щоб відкрити панель швидкого доступу, потягніть її з верхнього краю екрана вниз. Щоб закрити панель швидкого доступу, проведіть вгору по екрані.

Проведіть пальцем по екрану вліво або вправо, щоб перейти до наступної або попередньої панелі швидкого доступу.



Перевірка значків-індикаторів стану

Значки-індикатори стану з'являються вгорі панелі швидкого доступу й повідомляють про поточний стан браслета Fit. У таблиці наведено найпоширеніші значки.













Значок	Значення
✳	Підключено через Bluetooth
🔋	Рівень заряду акумулятора

- Деякі значки-індикатори стану, які вказують на певні ситуації, наприклад використання певних режимів або заряджання браслета Fit, також з'являються у верхній частині екрана годинника. Щоб приховати значок-індикатор стану на екрані годинника, торкніться **Налаштування** на екрані програм, торкніться **Додаткові функції** → **Індикатори статусу**, а тоді виберіть **Приховати через 2 секунди**.
- Вигляд значків-індикаторів стану може різнитися залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Перевірка значків швидких налаштувань

Значки швидких налаштувань з'являються на панелі швидкого доступу. Торкніться значка, щоб змінити основні налаштування або запустити функцію. Щоб переглянути додаткові налаштування, торкніться й утримуйте значок швидких налаштувань.

Щоб дізнатися, як додавати й видаляти значки швидких налаштувань з панелі швидкого доступу, дивіться розділ [Додавання або видалення значків швидких налаштувань](#).

Значок	Значення
	Увімкнення режиму «Сон»
	Доступ до опцій живлення
	Увімкнення режиму «Не турбувати»
	Увімкнення функції «Always On Display»
	Відкриття Налаштування
	Увімкнення вібрації або беззвучного режиму
	Увімкнення спалаху
	Відкриття програми Пошук мого телефону
	Увімкнення режиму «У театрі»
	Увімкнення режиму «У літаку»
	Увімкнення режиму блокування у воді
	Регулювання яскравості



Значок швидких налаштувань може мати різний вигляд залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефону.

Програми та функції

Перегляд повідомлень і відповідь на них

- 1 Відкрийте панель сповіщень.
- 2 Торкніться сповіщення про нове повідомлення.

Щоб перевірити повідомлення на телефоні, торкніться **Відобр.на тел.**

Щоб відповісти на повідомлення на своєму браслеті Fit, торкніться **Відповісти** й виберіть текстовий шаблон.

Щоб видалити повідомлення, торкніться .

Відхилення виклику

У разі надходження виклику перетягніть  за межі великого кола.

Щоб надіслати повідомлення в разі відхилення вхідного виклику, торкніться **Надіслати повідомлення** і виберіть потрібне повідомлення.



Якщо ви пропустили виклик, сповіщення про пропущений виклик з'явиться на панелі сповіщень. На панелі сповіщень перевірте сповіщення про пропущені дзвінки.

Health

Вступ

Програма Health цілодобово реєструє та впорядковує активність і режим сну користувача, заохочуючи до ведення здорового образу життя. Ви можете зберігати дані, пов'язані зі здоров'ям, і керувати ними в програмі Samsung Health на приєднаному телефоні.

Після безперервного виконання вправ протягом певного періоду часу з надітим браслетом Fit буде увімкнено функцію автоматичного розпізнавання виконання вправ. Крім того, браслет Fit покаже кілька рухів для розминки, які ви можете повторювати, або ж повідомлення, що спонукає прогулятися, якщо браслет Fit визначить, що ви не рухаєтеся вже понад 50 хвилин. Коли ваш браслет Fit розпізнає, що ви за кермом або спите, він може не надсилати сповіщення й не відображати екран розминки, хоча фізично ви неактивні.

Щоб отримати додаткові відомості, відвідайте вебсайт www.samsung.com/samsung-health.



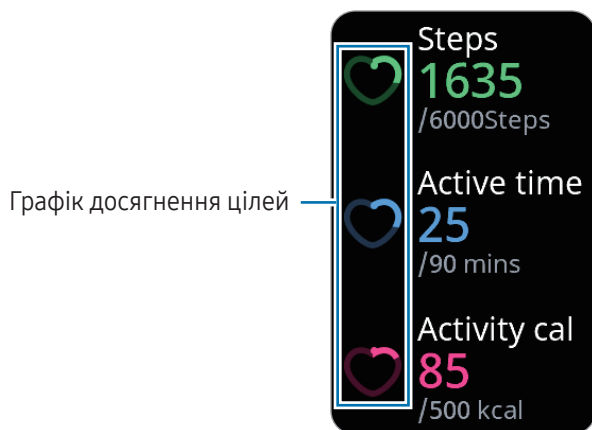
Функції Health призначені лише для проведення дозвілля та підтримки здорового способу життя. Ці функції не призначені для використання в медичних цілях. Перед використанням цих функцій уважно прочитайте наведені вказівки.

Фізичні навантаження за день

Перевірка свого поточного щоденного стану, наприклад: кроків, часу активності, калорій активності, їхніх цільових показників і відповідної інформації.

Перевірка щоденної активності


Торкніться **Health** на екрані програм і торкніться **Фізичні навантаження за день**.



- **Кроки:** перевірка кількості кроків, яку ви проходите протягом дня. У міру наближення до цільової кількості кроків графік ітиме вгору.
- **Період активності:** перевірка загального часу, коли ви були фізично активними впродовж дня. В міру того, як ви наближаєтеся до мети з часу, виконуючи легкі вправи, як-от розтяжку й ходьбу, графік ітиме вгору.
- **Активн., кал.:** перевірка загальної кількості калорій, яку ви витратили, займаючись якоюсь активністю впродовж дня. В міру наближення до цільової кількості калорій активності графік ітиме вгору.

Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашою щоденною активністю, проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Встановлення щоденної цільової кількості тренувань

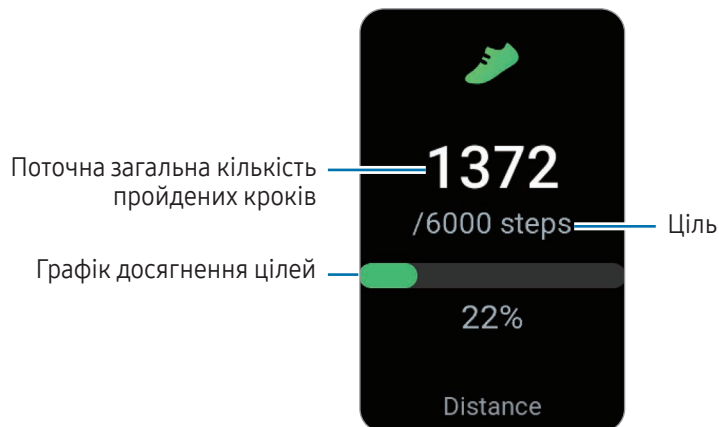
- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Фізичні навантаження за день**, а потім — **Установлення цілей**.
- 3 Виберіть опцію активності.
- 4 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити ціль.
- 5 Торкніться .

Кроки

Браслет Fit підраховує кількість кроків, які ви зробили.

Вимірювання кількості пройдених кроків

Торкніться **Health** на екрані програм і торкніться **Кроки**.




Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з вашими кроками, проведіть пальцем угору чи вниз по екрану.



- Від початку вимірювання числа кроків ця функція відстежує кількість пройдених кроків, показуючи лічильник кроків з короткими затримками, оскільки браслет Fit визначає рух, коли ви пройдете невелику відстань. Точний підрахунок кроків передбачає надсилання сповіщення про досягнення певної мети по кроках з невеличкою затримкою.
- У разі використання функції відстеження кількості пройдених кроків в автомобілі або потязі, що рухаються, наявність зайвих вібрацій може призвести до неточного відображення отриманих даних.
- Один поверх приблизно складає 3 метри. Виміряні поверхи можуть не збігатися з фактичною кількістю пройдених поверхів.
- Вимірювання кількості поверхів може бути неточним через навколишні умови, особливість рухів користувача, а також конструкцію будівлі.
- Вимірювання числа пройдених поверхів може бути неточним, якщо у сенсорі атмосферного тиску присутня вода (після душу чи вправ у воді) чи сторонні предмети. У разі наявності на браслеті Fit залишків мийних засобів, поту чи дощових крапель промийте його перед використанням (разом із сенсором атмосферного тиску) чистою водою та ретельно просушіть.

Налаштування цільової кількості кроків

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Кроки**, а потім **Установлення цілей**.
- 3 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити ціль.
- 4 Торкніться .

Вправа

Запис інформації про вправи й перегляд результатів.




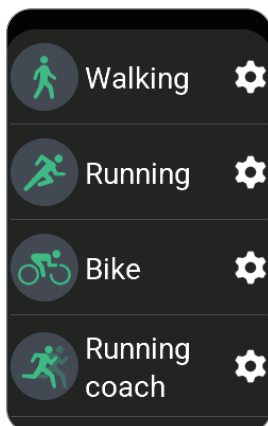
- Перед використанням функції зверніться за порадою до ліцензованого медичного працівника, наприклад лікаря, якщо будь-яке з наведеного нижче стосується вас:
 - якщо у вас хронічне захворювання, наприклад хвороба серця або високий кров'яний тиск;
 - якщо ви вагітні;
 - якщо ви не досягли віку, у якому можете самостійно виконувати вправи.
- Якщо під час тренування ви відчули запаморочення чи біль у певній частині тіла або якщо вам стало важко дихати, негайно припиніть тренування та зверніться до лікаря.
- Вимірювання пульсу розпочинається після початку тренування. Для точнішого вимірювання носіть браслет Fit на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити браслет Fit для точних вимірювань](#).
- Намагайтеся не рухатися, поки на екрані не з'явиться ваш серцевий ритм, оскільки так це дозволяє точніше його вимірювати.
- Серцевий ритм може тимчасово не з'являтися за різних обставин, як-от умови довкілля, фізичний стан користувача або манера носіння браслета Fit.

Перш ніж виконувати тренування за холодної погоди, зверніть увагу на наведені нижче умови:

- Не використовуйте пристрій за низької температури. Якщо це можливо, користуйтеся ним у приміщенні.
- У разі використання браслета Fit надворі за низької температури накрийте його рукавом, перш ніж почати користуватися ним.

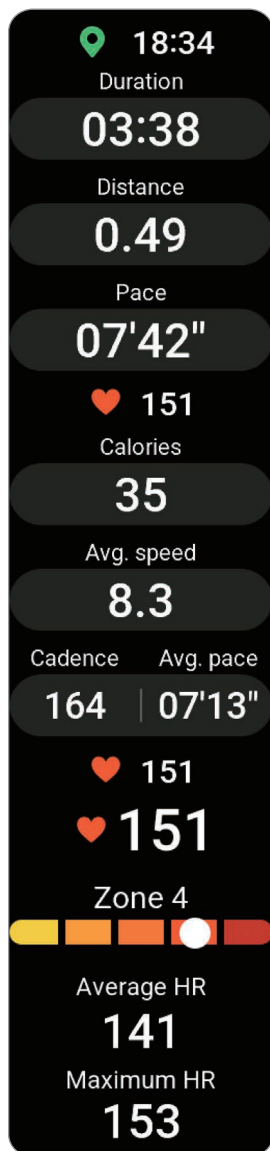
Початок тренування

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вправа**.
- 3  Ви можете починати вправи безпосередньо з картки **Мультитренування** після додавання до неї тренувань.
Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб вибрати потрібний тип вправи.
Коли ви не можете знайти потрібні вам вправи, торкніться **Додати** й виберіть потрібний вам тип вправ.



Вправа почнеться. Торкніться **Почат.**, щоб почати виконувати вправу, для певних типів вправ.

- 4 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб перевірити на екрані тренування інформацію про вправи, як-от серцевий ритм, відстань або час.



Ви можете відтворювати музику, провівши пальцем вліво по екрані.



- Під час вибору **Басейн** або **Плав. на відкр. воді** автоматично вмикається режим блокування у воді, за якого сенсорний екран не відповідає. Режим блокування у воді — це функція, яка запобігає випадковим дотикам до екрана та введенню тексту під час тренувань у воді.
- Під час вибору **Басейн** або **Плав. на відкр. воді** зареєстроване значення може бути неточним у таких випадках:
 - якщо ви припините заплив, не досягши кінця
 - якщо ви зміните стиль плавання на півдорозі
 - якщо ви припините рухати руками, не досягши кінця
 - якщо ви плаваєте, не рухаючи руками
 - якщо ви рухаєте у воді лише однією рукою
 - якщо ви рухаєтеся під водою
 - якщо ви виходите з води й ходите після початку вправи
 - якщо ви не робите паузу або не перезапускаєте вправу, а закінчуєте її відпочинком

5 Проведіть пальцем вправо по екрані та торкніться **Завершити**.

Щоб призупинити або перезапустити вправу, проведіть пальцем праворуч по екрані та торкніться **Пауза** або **Поновити**.



- Щоб завершити плавання, спочатку натисніть та утримуйте кнопку «Головна» більше ніж 2 секунди, щоб вимкнути режим блокування у воді. Відпустіть кнопку «Головна», коли режим блокування у воді буде вимкнено. Якщо продовжувати утримувати кнопку «Головна», може відбутися перезапуск браслета Fit.
- Відтворення музики продовжуватиметься і після закінчення вами вправ. Щоб припинити відтворення музики, вимкніть музику перед завершенням вправи або відкрийте програму **Контролер мультимедіа**.

6 Проведіть по екрану вгору або вниз після завершення вправи, щоб переглянути результати вправ.

Виконання кількох вправ

Ви можете вести реєстрацію різних вправ і виконувати цілий комплекс вправ, переходячи до наступної вправи одразу після завершення поточної.

Проведіть пальцем по екрані вправо під час тренування, торкніться **Створити**, а потім виберіть наступний тип вправи, щоб розпочати.



Щоб завершити плавання, спочатку натисніть та утримуйте кнопку «Головна» більше ніж 2 секунди, щоб вимкнути режим блокування у воді. Відпустіть кнопку «Головна», коли режим блокування у воді буде вимкнено. Якщо продовжувати утримувати кнопку «Головна», може відбутися перезапуск браслета Fit.

Налаштування тренувань

1 Торкніться **Health** на екрані програм.

2 Торкніться **Вправа**.

3 Торкніться  поруч із кожним видом вправи й налаштуйте різні параметри вправ.

- **Ціль:** увімкнення функції цілі вправи й встановлення її.
- **Екран тренування:** задання екранів, які відобразатимуться під час тренування.
- **Посібник із зон пульсу:** увімкнення функції та налаштування сповіщень, коли пульс досягає встановленого вами піку.
- **Керівництво з розділення:** увімкнення функції отримання вказівок щоразу після подолання встановленої відстані, часу або тривалості.
- **Повідомл. з порадами:** встановіть для отримання повідомлень від тренера для підтримання правильного ритму під час тренування.
- **Автопауза:** увімкнення функції автоматичного призупинення відстеження на браслеті Fit у разі припинення тренування.
- **Тренування розпочато:** налаштування початку тренування.
- **Екр. завжди ввімк.:** налаштування ввімкнення завжди увімкненого екрана під час тренувань.
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і її налаштування. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Функція автоматичного розпізнавання вправ](#).
- **Довжина басейну:** встановлення довжини басейну.

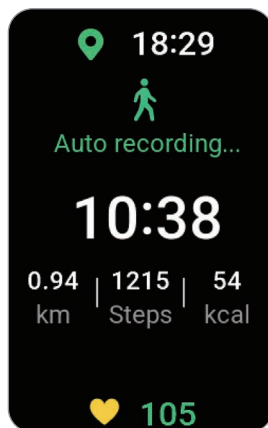


Ви можете змінювати певні налаштування безпосередньо перед початком тренування або під час нього. Перш ніж почати тренування, торкніться **Налаштування** на екрані зворотного відліку або екрані GPS. Або під час тренування проведіть по екрану пальцем управо й торкніться **Налаштування**.

- Доступні опції налаштувань вправ можуть різнитися залежно від типу вправи.

Функція автоматичного розпізнавання вправ

Якщо ви залишаєтеся активним протягом певного періоду часу з надітим браслетом Fit, він автоматично визначає, що ви тренуєтеся, і записує інформацію про вправу, як-от її вид, тривалість і кількість спалених калорій.



Якщо ви припините виконувати вправи більш ніж на одну хвилину, браслет Fit автоматично розпізнає паузу й припинить запис.



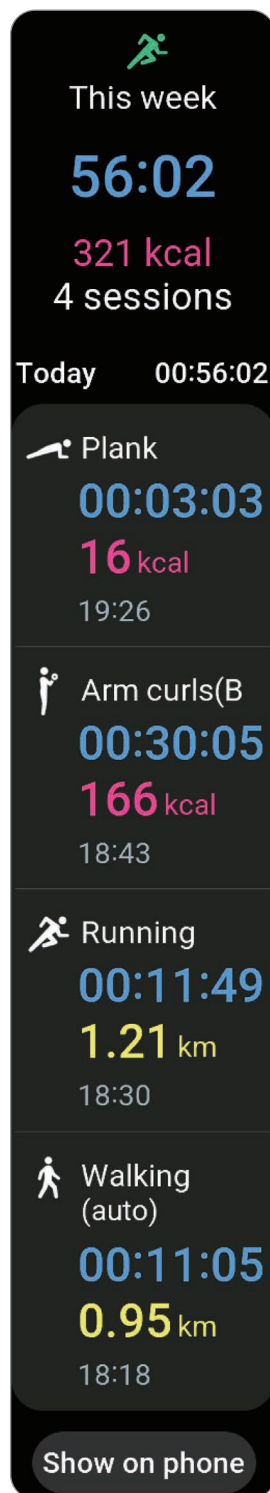
- Ви можете переглянути перелік вправ, що підтримуються функцією автоматичного розпізнавання вправ. На екрані програм торкніться **Health** і торкніться **Налаштування** → **Вправи для виявлення**. Якщо пристрій не розпізнає вправи автоматично, увімкніть функцію автоматичного розпізнавання вправ і торкніться перемикача типу вправи, що використовує цю функцію, у параметрі **Вправи для виявлення**.
- Функція автоматичного розпізнавання вправ дає змогу за допомогою акселерометра вимірювати показники, як-от час, витрачений на тренування, і спалені калорії. Показники вимірювання можуть бути неточними з огляду на вашу манеру ходьби, виконання вправ і спосіб життя.

Тривалість тренувань цього тижня

Ви можете перевіряти історію тренувань, відсортовану за датою та типом вправи.

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Тривалість тренувань цього тижня**.

3 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб переглянути історію тренувань.



Сон

Аналізуйте свій режим сну і реєструйте його, вимірюючи серцевий ритм і свої рухи під час сну.



Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.

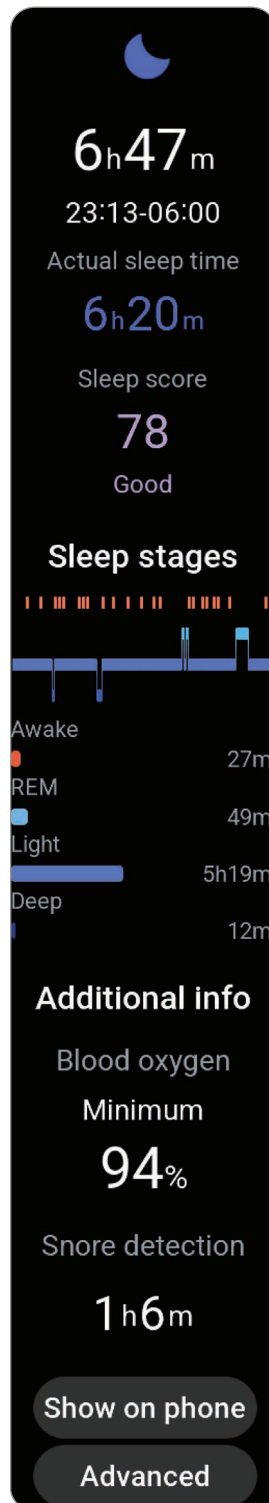


- Режим сну складається із чотирьох станів (пробудження, швидкий сон, легкий сон, глибокий сон), що аналізуються за вашими рухами й змінами в серцевому ритмі впродовж сну. Ви можете перевірити рекомендовані діапазони для кожного виміряного стану сну на графіку на під'єднаному телефоні.
- Якщо ваш серцевий ритм нерегулярний або якщо ваш годинник браслет Fit не розпізнає ваш серцевий ритм коректно, режим сну аналізуватиметься за трьома станами (з рухами, без рухів, легкий сон).
- Ви можете переглянути докладний аналіз сну лише тоді, коли ваш браслет Fit під'єднано до телефона.
- Перед вимірюванням зарядіть акумулятор браслета Fit, щоб заряд становив більше ніж 30 %.
- Для точнішого вимірювання носіть браслет Fit на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити браслет Fit для точних вимірювань](#).


Вимірювання сну

- 1 Лягайте спати, надівши браслет Fit.
Браслет Fit розпочне вимірювання параметрів вашого сну.
- 2 Торкніться **Health** на екрані програм після того, як прокинетесь.
- 3 Торкніться **Сон**.

4 Проведіть по екрану вгору або вниз і перегляньте всю інформацію щодо відстежуваного сну.



Використання функції виявлення хропіння

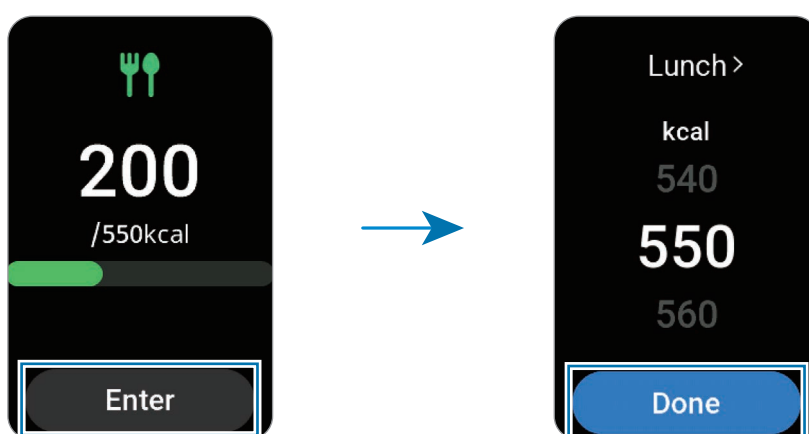
- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
 - 2 Торкніться **Налаштування**.
 - 3 Торкніться **Сон** → **Виявлення хропіння**.
На вашому телефоні буде відкрито програму Samsung Health.
 - 4 Торкніться повзунка, щоб увімкнути відповідну функцію.
 - 5 Виберіть **Завжди** під опцією **Відстеження хропіння**, щоб відстежувати хропіння під час сну.
 - 6 Під'єднайте телефон до зарядного пристрою та покладіть телефон так, щоб мікрофон був направлений до вас, перш ніж лягати спати.
Відстеження хропіння буде проводитися разом з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим браслетом Fit.
-  • Функцію виявлення хропіння можна увімкнути в програмі Samsung Health (версія 6.18 або новіша) на під'єднаному телефоні.
 - Хропіння може не вимірюватися, якщо ви не увімкнете перемикач **Завжди** для функції виявлення хропіння, не під'єднаєте телефон до зарядного пристрою, перш ніж лягти спати, або не покладете телефон так, щоб мікрофон був направлений до вас, перш ніж лягати спати.

Їжа

Реєстрація кількості калорій, спожитих за день, і порівняння її із цільовими калоріями з метою контролю маси.

Реєстрація калорій

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**.
- 3 Торкніться **Увести**, торкніться потрібного виду приймання їжі вгорі екрана й виберіть потрібну опцію.
- 4 Проведіть по екрану вгору або вниз, щоб указати кількість споживаних калорій, потім торкніться **Готово**.



Щоб перевірити додаткову інформацію, пов'язану з кількістю спожитих калорій, проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Видалення журналів

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа** і торкніться **Видалити**.
- 3 Виберіть дані, який потрібно видалити, а потім торкніться **Видалити**.

Встановлення цільової кількості калорій, яку потрібно спожити

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Їжа**, а потім **Вибір цілі**.
- 3 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Пульс

Вимірювання серцевого ритму та запис даних.



Функція відстеження серцевого ритму, наявна на браслеті Fit, призначена лише для підтримки здорового способу життя та ознайомлення з результатами вимірювань; вона не призначена для діагностування захворювання чи інших хворобливих станів, лікування, уникнення побічних ефектів або запобігання певному захворюванню.



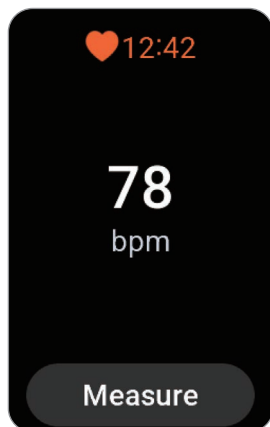
Для точнішого вимірювання носіть браслет Fit на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити браслет Fit для точних вимірювань](#).

Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати серцевий ритм:

- Відпочиньте протягом 5 хвилин, перш ніж починати вимірювання.
- Якщо дані вимірювання суттєво відрізняються від очікуваних, відпочиньте протягом 30 хвилин та повторно виконайте вимірювання.
- Взимку або у холодну погоду зігрійтеся перед вимірюванням серцевого ритму.
- Куріння або споживання алкоголю перед вимірюванням прискорює серцебиття, і тому ваша частота серцевого ритму буде відрізнятися від звичайної.
- Не розмовляйте, не позіхайте та не дихайте глибоко під час вимірювання серцевого ритму. Це може призвести до отримання неточних результатів вимірювання.
- Результати вимірювань серцевого ритму можуть відрізнятися залежно від способу вимірювання та середовища, в якому здійснюється вимірювання.
- Якщо сенсор серцевого ритму не працює, переконайтеся, що браслет Fit правильно зафіксовано на зап'ясті та що ніщо не перешкоджає роботі сенсора. Якщо проблеми в роботі сенсора не зникнуть, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Вимірювання серцевого ритму вручну

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пульс**.
- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання серцевого ритму.
Перегляньте виміряний серцевий ритм на екрані.



Щоб переглянути додаткову інформацію, пов'язану з вашим серцевим ритмом, проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Змінення налаштувань вимірювання серцевого ритму

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пульс**.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: пульс буде вимірюватись постійно.
 - **Кожні 10 хв. у спокої**: пульс буде вимірюватись кожні 10 хвилин під час відпочинку.
 - **Лише вручну**: пульс буде вимірюватись вручну лише за дотиком до кнопки **Виміряти**.

Налаштування сповіщень про зміну серцевого ритму

Ви можете отримувати сповіщення, коли частота серцевого ритму перевищує або стає нижчою за встановлене вами значення нормальної частоти протягом понад 10 хвилин.

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Пульс**.
- 3 Торкніться **Налаштування** та активуйте сповіщення в параметрі **Оповіщення про пульс**.
 - **Висок. пульс:** налаштування для отримання сповіщення, коли частота серцевого ритму протягом певного часу перевищує встановлену вами нормальну частоту.
 - **Низьк. пульс:** налаштування для отримання сповіщення, коли частота серцевого ритму протягом певного часу є нижчою за встановлену вами нормальну частоту.

Стрес

Перевірте рівень стресу, використовуючи біопозначники, зібрані браслетом Fit, і зменште стрес за допомогою дихальних вправ, рекомендованих браслетом Fit.

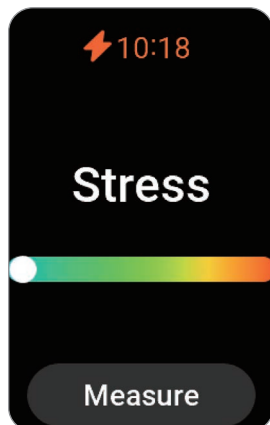


- Що частіше ви вимірюєте рівень стресу, то точнішими будуть ваші результати завдяки накопиченню даних.
- Вимірний рівень стресу не завжди пов'язаний з вашим емоційним станом.
- Ваш рівень стресу може не вимірюватися, коли ви спите, тренуєтеся, багато рухаєтеся або одразу після закінчення тренування.
- Для точнішого вимірювання носіть браслет Fit на нижній частині руки над зап'ястям. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Як носити браслет Fit для точних вимірювань](#).

Вимірювання вашого рівня стресу вручну

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.

- 3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання рівня стресу. Перегляньте виміряний рівень стресу на екрані.



Зменшення стресу за допомогою дихальної вправи

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **+** або **-** під **Дихання**, щоб змінити час і кількість дихальних вправ. Щоб змінити тривалість дихальних вправ, торкніться **Тривалість циклу дихання**.
- 4 Торкніться **Запустити** й розпочніть дихати. Щоб зупинити дихальну вправу, торкніться **■**.

Змінення налаштувань вимірювання стресу

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Стрес**.
- 3 Торкніться **Налаштування** і виберіть метод вимірювання в параметрі **Вимірювання**.
 - **Постійне вимірювання**: рівень стресу буде вимірюватися постійно.
 - **Лише вручну**: рівень стресу буде вимірюватися вручну лише за торканням до кнопки **Виміряти**.

Відстеження циклів

Уведіть дані про свій менструальний цикл, щоб почати відстежувати його. Вносячи дані й відстежуючи свій менструальний цикл, ви зможете передбачити дату наступної менструації.



- Функцію призначено для внесення даних і відстеження вашого менструального циклу. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.
- Ця функція не призначена для планування вагітності або складання графіку прийому протизаплідних засобів.
- Прогнозовані дати є лише довідковою інформацією для особистого використання. Прогнозовані дати можуть не збігатися з фактичними датами.
- Особи віком до 18 років повинні використовувати цю функцію під контролем опікуна.
- На основі прогнозованих дат не слід робити медичних висновків без консультації з лікарем. Також не слід використовувати інформацію, отриману за допомогою програми Health, і вдаватися до лікування без консультації кваліфікованого медичного спеціаліста.



- Увімкніть функцію відстежування циклу в програмі Samsung Health на своєму телефоні, щоб використовувати цю функцію на своєму браслеті Fit.
- Прогнозовані дати можуть змінюватися залежно від вхідних даних.

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Відстеження циклів**.
- 3 Торкніться **Увести період**.
- 4 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити дату початку менструації.
- 5 Торкніться **Зберегти**.

Щоб переглянути додаткову інформацію, пов'язану з відстеженням циклу, проведіть пальцем угору або вниз по екрану.

Вода

Відстеження кількості випитих склянок води.

Запис споживання води

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода**.
- 3 Коли ви вип'єте склянку води, торкніться **+250 мл**.
Якщо ви хочете змінити розмір склянки, торкніться **Вибір розміру склянки** і виберіть потрібний параметр або встановіть власний розмір склянки.

Видалення журналів

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода** → **Видалити**.
- 3 Виберіть дані, який потрібно видалити, а потім торкніться **Видалити**.

Налаштування цільового споживання

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Вода** → **Вибір цілі**.
- 3 Проведіть пальцем угору або вниз по екрану, щоб установити щоденну ціль.
- 4 Торкніться **Готово**.

Насиченість крові киснем

Виміряйте рівень насиченості крові киснем, щоб перевірити, чи ваша кров доставляє достатньо кисню до різних частин вашого тіла.



Ця функція призначена лише для контролю загального самопочуття та фізичного стану. Не використовуйте її в медичних цілях, наприклад для діагностики симптомів, лікування та профілактики захворювань.

Зверніть увагу на наведені нижче умови, перш ніж вимірювати рівень насиченості крові киснем:

- Відпочиньте протягом 5 хвилин, перш ніж починати вимірювання.
- Взимку або в холодну погоду перед вимірюванням рівня насиченості крові киснем спочатку зігрійтеся.
- Результати вимірювань рівня насиченості крові киснем можуть відрізнятися залежно від способу вимірювання та середовища, в якому здійснюється вимірювання.

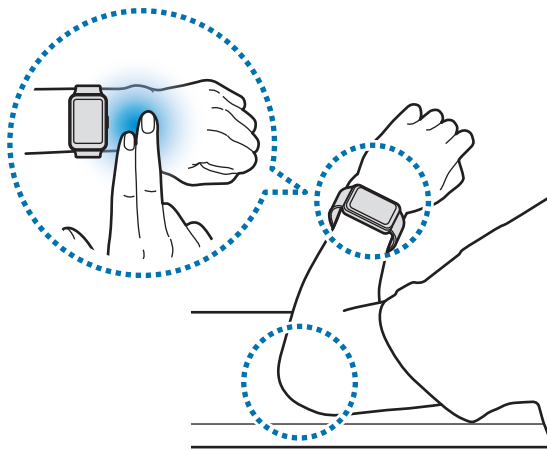
Вимірювання рівня насиченості крові киснем вручну

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Насиченість крові киснем**.

3 Торкніться **Виміряти**, щоб розпочати вимірювання рівня насиченості крові киснем.

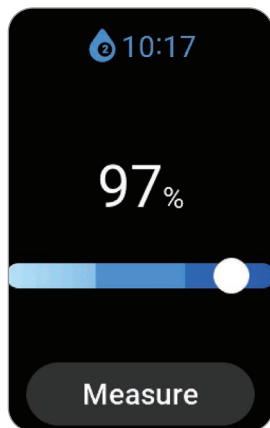
 **Правильна поза для вимірювання**

- Для точних вимірювань надівайте браслет Fit щільно навколо нижньої частини руки над зап'ястям, залишаючи місце на ширину двох пальців, як показано на малюнку нижче. Також поставте лікоть на стіл і розташуйте зап'ястя ближче до серця.



- Не рухайтесь й залишайтеся в правильній позі до закінчення вимірювання.
- Ви можете дізнатися докладні вказівки щодо насиченості крові киснем на екрані, торкнувшись **Вимірювання**.

Перегляньте виміряний рівень насиченості крові киснем на екрані. Якщо рівень насиченості крові киснем у спокої становить від 95 % до 100 %, вважається, що він знаходиться в межах норми.



Вимірювання рівня насиченості крові киснем уві сні

Налаштування для безперервного вимірювання рівня насиченості крові киснем уві сні.

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Налаштування**.
- 3 Торкніться **Сон** і торкніться повзунка **Кисень у крові під час сну**, щоб увімкнути цю функцію.
Рівень насиченості крові киснем уві сні буде вимірюватися разом з реєстрацією інших параметрів сну, коли ви спите з надітим браслетом Fit.



- Якщо рівень насиченості крові киснем буде постійно вимірюватися під час сну, акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай.
- Під час вимірювання рівня насиченості крові киснем можливо бачити світло від мерехтливого оптичного сенсора серцевого ритму.
- Браслет Fit може вимірювати насиченість крові киснем, навіть якщо ви не спите, оскільки він може вважати, що ви у стані сну, навіть під час читання книг або перегляду телевізора чи фільмів.
- Надівайте браслет Fit щільно, щоб під час перевертання уві сні між браслетом і зап'ястям не утворювався зазор.

Together

Порівняння рекордів із кількості кроків з результатами друзів, хто також користується функцією Together програми Samsung Health. Коли ви з друзями влаштовуєте змагання з ходьби, ви можете перевіряти стан змагання на своєму браслеті Fit.

- 1 Торкніться **Health** на екрані програм.
- 2 Торкніться **Together**.

Торкніться **Відобр.на тел.**, щоб перевірити докладну інформацію, яка стосується функції Together на під'єднаному телефоні.



- Увімкніть функцію Together у програмі Samsung Health на своєму телефоні, щоб переглядати відповідну інформацію на браслеті Fit.

Налаштування

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

Торкніться **Health** на екрані програм і торкніться **Налаштування**.

- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання серцевого ритму й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і налаштувань, як-от вибір типів вправ, що розпізнаються.
- **Тривал. неактивності:** увімкнення функції для отримання сповіщень після 50 хвилин неактивності і вкажіть час і дні, коли ви хочете отримувати сповіщення.



Деякі функції можуть бути недоступні залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Контролер мультимедіа

Керування програмою відтворення медіафайлів, установленою на під'єднаному телефоні, для запуску й призупинення музики та відео.



Щоб програма відкривалася на вашому браслеті Fit автоматично під час відтворення музики або відео на під'єднаному телефоні, на екрані програм торкніться **Налаштування** → **Екран** і далі торкніться повзунка **Показати керування медіа**, щоб увімкнути цю функцію.

- 1 Відтворення музики та відео на під'єднаному телефоні.
- 2 Торкніться **Контролер мультимедіа** на екрані програм.
- 3 Керуйте музичним або відеоплеєром за допомогою браслета Fit.



Календар

Перегляд на браслеті Fit 7-денного графіка подій, збереженого на телефоні.

Торкніться **Календар** на екрані програм, щоб перевірити графік подій, які ви зберегли на своєму телефоні.

Щоб додати свій розклад, торкніться **Відобр.на тел.** та додайте подію на приєднаному телефоні.

Погода

Перегляд на браслеті Fit прогнозу погоди в місцях, заданих на під'єднаному телефоні.

Торкніться **Погода** на екрані програм.

Щоб переглянути інформацію про погоду, наприклад інформацію про погоду в певний час або тиждень, проведіть угору або вниз по екрану.

Будильник

Роздільне налаштування будильників браслета Fit і будильників телефона та керування ними.




Коли браслет Fit з'єднано з телефоном через Bluetooth, ви можете переглядати всі списки будильників із браслета Fit на своєму телефоні.

Установка будильників

- 1 На екрані програм торкніться **Будильник**.
- 2 Торкніться **Дод. на браслет**, щоб установити будильники, які спрацюватимуть лише на вашому браслеті Fit.
Ви також можете додати будильник з приєданого телефона, торкнувшись **Дод. в телефоні**.
- 3 Проведіть по екрану угору або вниз, щоб установити час будильника, а тоді торкніться **Далі**.
- 4 Налаштуйте інші опції сповіщень, як-от дату надання сповіщення та повтору сповіщення, і торкніться **Зберегти**.
Збережений будильник буде додано до списку будильників.

Щоб увімкнути або вимкнути будильники, торкніться повзунка поряд із будильником у списку будильників.

Вимкнення будильників

Перетягніть  за межі великого кола, щоб вимкнути будильник.

Для використання функції відкладення будильника перетягніть  за межі великого кола.

Видалення будильників

У списку будильників торкніться будильника й утримуйте його, а потім торкніться **Видалити**.

Світовий час

Торкніться **Світовий час** на екрані програм, щоб переглянути світові годинники, додані з телефона.

Щоб додати світовий годинник, торкніться **Дод. в телефоні**. Або якщо ви додали світові годинники, торкніться **Редагувати телефоні**, а потім додайте або видаліть світовий годинник на під'єднаному телефоні.


Таймер

Встановлення таймера


1 Торкніться **Таймер** на екрані програм.

2 Торкніться .

3 Проведіть по екрану вгору або вниз, щоб установити тривалість, а тоді торкніться .





 Якщо вибрати попередньо встановлене налаштування, таймер запуститься відразу. Також можна переглянути інші попередні налаштування, проводячи по екрану вгору або вниз.

Вимкнення таймера

Перетягніть  за межі великого кола, коли час таймера закінчиться.


Щоб перезапустити таймер, перетягніть  за межі великого кола.

Секундомір

- 1 Торкніться **Секундомір** на екрані програм.
- 2 Виберіть потрібний стиль секундоміра, проводячи вліво чи вправо по екрану.
Щоб змінити стиль секундоміра, торкніться екрана й утримуйте його.
- 3 Торкніться **Запустити**, щоб почати відлік часу під час події.
Для запису часу проходження кола, коли потрібно зафіксувати час події, торкніться .
- 4 Торкніться , щоб зупинити вимірювання часу.
 - Щоб перезапустити вимірювання, торкніться .
 - Щоб видалити час проходження кола, торкніться .

Пошук мого телефону


Якщо ви забули, де залишили телефон, браслет Fit допоможе знайти його.

- 1 На екрані програм торкніться **Пошук мого телефону**.
- 2 Торкніться **Запустити**.
На телефоні буде відтворено звук та вібрацію, і на ньому ввімкнеться екран.
Для припинення відтворення звуку й вібрації торкніться та перетягніть  на телефоні або торкніться **Зупинити** на браслеті Fit.

Пошук браслета

Якщо ви загубили свій браслет Fit, додаток Galaxy Wearable на підключеному телефоні допоможе вам його знайти.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Пошук браслета**.
- 2 Торкніться **Запустити**.
На браслеті Fit буде відтворено звук і вібрацію, і на ньому ввімкнеться екран.

Щоб зупинити вібрацію, торкніться  на браслеті Fit. Ви також можете зупинити його, торкнувшись **Зупинити** на телефоні.

Екстрене повідомлення

Вступ

У надзвичайних випадках, зокрема в разі травми внаслідок падіння, зробіть екстрений виклик і надішліть екстрене повідомлення з інформацією про ваше місцезнаходження раніше зареєстрованим контактам. Крім того, ви можете налаштувати браслет Fit на відображення на ньому вашої медичної інформації після надсилання екстреного повідомлення.



- Залежно від регіону вашого місцезнаходження чи ситуації інформацію про ваше розташування може бути не надіслано.
- Деякі функції можуть бути недоступними залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефона та його моделі.

Попереднє налаштування способу надсилання екстреного повідомлення

Введення медичних даних

Уведіть медичні дані, як-от ім'я та групу крові. Доступ до цієї інформації буде надано на вашому браслеті Fit у разі екстреного випадку.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Мед. інформація**, введіть свою інформацію, а потім торкніться **Зберегти**.

Під час надсилання екстреного повідомлення введені медичні дані з'являться на екрані екстреного виклику браслета Fit.

Налаштування екстрених контактів

Додайте контакти, які можуть допомогти вам, коли ви повідомите про екстрений випадок.

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Екстрені контакти**.
- 3 Торкніться **Додати екстрений контакт** і виберіть потрібні з наявних контактів, а потім торкніться **Готово**.

Запит на екстрене повідомлення

Налаштування запиту на екстрене повідомлення

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Виклик SOS** → **Налаштуваннях екстреного зв'язку на телефоні** й змініть налаштування екстреного повідомлення на під'єднаному телефоні.



У вас може не бути можливості налаштувати екстрені повідомлення на під'єднаному телефоні. Це залежить від версії програмного забезпечення та моделі під'єданого телефона. У такому разі налаштуйте екстрені повідомлення в програмі Galaxy Wearable.

Надсилання запиту на екстрене повідомлення

У разі екстреної ситуації п'ять разів натисніть кнопку «Головна» на браслеті Fit.

На номери телефонів для екстреного зв'язку буде надіслано екстрене повідомлення із зазначенням вашого місця розташування.



- Щоб надіслати екстрене повідомлення вручну, перетягніть кнопку виклику або повідомлення за межі великого кола на екрані надсилання екстреного повідомлення вашого телефона.
- Екстрений виклик може здійснюватися залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефона. Однак екстрене повідомлення, яке містить інформацію про ваше місцезнаходження, надсилається незалежно від програмного забезпечення під'єданого телефона. Якщо екстрене повідомлення не надіслано, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні, торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації** → **Виклик SOS** → **Налаштуваннях екстреного зв'язку на телефоні**, а потім торкніться перемикача **Сигнал SOS екстреним контактам**, щоб увімкнути його.

Запит на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння

Налаштування запиту на екстрене повідомлення в разі травми в результаті падіння

- 1 Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні й торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації**.
- 2 Торкніться **Виявлення сильних падінь**, а потім торкніться повзунка, щоб увімкнути цю функцію.
- 3 Торкніться **Виявлення падіння** і виберіть умови, за яких браслет Fit визначатиме шкоду, спричинену падінням.

Надсилання екстреного повідомлення в разі травми в результаті падіння

У випадку сильного удару Fit визначить травму від падіння за рухом вашої руки. Якщо ви не рухатиметесь протягом 30 секунд після падіння, на екрані пристрою відобразиться сповіщення, а сам він видаватиме вібрацію. Якщо відповіді немає протягом 60 секунд, буде здійснено екстрений виклик та екстрене повідомлення буде автоматично надіслано раніше зареєстрованим контактам після зворотного відліку.




- Якщо ви виконуєте вправи, що супроводжуються сильним струсом, браслет Fit може зробити висновок, що ви забилися під час падіння. У такому разі ви можете скасувати тривогу, щоб не надсилати екстрене повідомлення.
- Функція може працювати інакше залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефона та його моделі.

Припинення надання інформації про місцезнаходження

Щоб припинити надавати інформацію про місцезнаходження, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні, торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації** → **Виклик SOS** → **Налаштування екстреного зв'язку на телефоні** → **Налаштування екстреного зв'язку** і торкніться **Зупинити надсилання**.



- Якщо ви не можете припинити надавати інформацію про місцезнаходження на під'єданому телефоні, торкніться сповіщення про статус надання, відкривши панель сповіщень на Fit, і торкніться **Зупинити** → .


Калькулятор

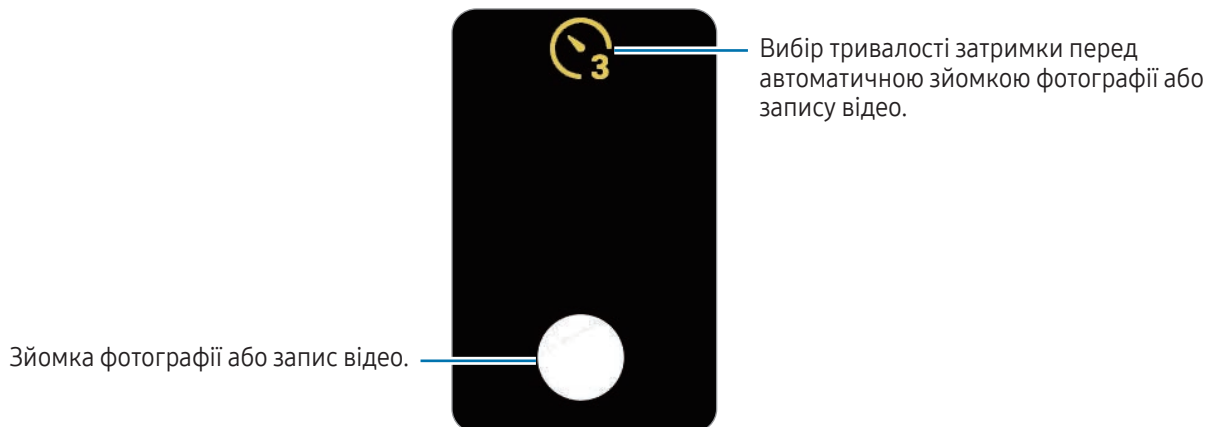
Ви можете виконувати обчислення.

Торкніться **Калькулятор** на екрані програм.

Дистанційне керування камерою

Ви можете дистанційно керувати камерами телефона, під'єданого до Fit, і робити фотографії або записувати відео на відстані.

- 1 Торкніться **Дистанційне керування камерою** на екрані програм.
На під'єданому телефоні відкриється програма камери.
- 2 Торкніться , щоб зробити знімок або записати відео.



Ця програма може бути недоступною залежно від під'єданого телефона.

Налаштування

Вступ

Настроювання налаштувань функцій і програм. Налаштуйте свій браслет Fit залежно від особливостей користування, змінюючи різні параметри.

Торкніться **Налаштування** на екрані програм.



Деякі функції у Налаштуваннях можуть бути недоступні залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Режими

Виберіть режим Fit.

На екрані налаштувань торкніться **Режими**.

- **Режим «Сон»:** увімкнення режиму сну з метою зниження напруження очей перед сном і запобігання порушенням сну.
- **Режим «У театрі»:** увімкнення режиму «У театрі», щоб не відволікатися під час перегляду кінофільмів.



Після увімкнення функції **Синхронізувати режими з телефоном** на під'єднаному телефоні режим театру можна увімкнути й налаштувати лише через телефон. Щоб увімкнути режим театру на своєму Fit, відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні, торкніться **Налаштування браслета** → **Режими**, а потім торкніться перемикача **Синхронізувати режими з телефоном**, щоб вимкнути його.

Сповіщення

Змінення налаштувань сповіщень.

На екрані налаштувань торкніться **Сповіщення**.

- **Сповіщення програми:** вибір телефона або програми Fit для отримання сповіщень на браслеті Fit.
- **Показувати сповіщення з телефона на браслеті:** увімкнення показу сповіщень телефона на браслеті Fit залежно від статусу використання телефона.
- **Вимк. звуку сповіщ. на телефоні:** вимкнення звуків сповіщень на телефоні, коли вони відображаються на браслеті Fit.
- **Не турбувати:** вимкнення звуків усіх сповіщень на браслеті Fit, окрім дозволених винятків.
- **Додаткові налаштування:** налаштування розширених параметрів сповіщень.

Вібрація

Зміна налаштувань сповіщень.

На екрані налаштувань торкніться **Вібрація**.

- **Вібрація / Вимкнути звук:** вибір режиму вібрації або режиму без звуку на Fit.
- **Вібрація:** задання тривалості та інтенсивності вібрації.
- **Вібр. при виклику:** зміна зразка вібрації під час виклику.
- **Вібрація сповіщень:** зміна зразка вібрації під час сповіщення.
- **Системна вібрація:** виберіть дії, щоб отримувати сповіщення з вібрацією.

Екран

Змінення налаштувань екрана.

На екрані налаштувань торкніться **Екран**.

- **Яскравість:** регулювання яскравості екрана.
- **Адаптивна яскравість:** увімкнення функції відстеження регулювання яскравості на браслеті Fit та автоматичне застосовування налаштувань у схожих умовах освітлення.
- **Always On Display:** налаштування Fit для відображення інформації, як-от часу та дати, коли екран вимкнено й коли ви носите Fit. Однак акумулятор розряджатиметься швидше, ніж зазвичай, під час використання цієї функції.
- **Увімкнення екрана:** вибір способу увімкнення екрана. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Увімкнення екрана](#).
- **Показати керування медіа:** активація автоматичного відкриття програми **Контролер мультимедіа** на браслеті Fit під час відтворення музики чи відео на під'єднаному телефоні.
- **Час очікування екрана:** установлення тривалості очікування браслетом Fit перед вимкненням підсвічування екрана.
- **Ост. програма:** налаштування часу, впродовж якого після вимкнення екрана увімкнеться програма, яку була використана останньою. Якщо ви знову увімкнете екран упродовж встановленого часу після його вимкнення, замість екрана годинника з'явиться екран востаннє використаної програми.
- **Показувати інф. про заряджання:** активація відображення на браслеті Fit інформації про рівень заряду, коли екран вимкнений під час заряджання.

Health

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

На екрані налаштувань торкніться **Health**.

- **Вимірювання:** налаштування способу вимірювання серцевого ритму й стресу, а також увімкнення чи вимкнення додаткових функцій, які проводять вимірювання під час сну.
- **Автовизначення тренувань:** увімкнення функції автоматичного розпізнавання вправ і налаштувань, як-от вибір типів вправ, що розпізнаються.
- **Тривал. неактивності:** увімкнення функції для отримання сповіщень після 50 хвилин неактивності і вкажіть час і дні, коли ви хочете отримувати сповіщення.

Безпека й конфіденц.

Перевірка стану безпеки й конфіденційності, а також зміна налаштувань на браслеті Fit.

На екрані налаштувань торкніться **Безпека й конфіденц.**

- **Тип блокування:** зміна способу блокування екрана. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Екран блокування](#).
- **Визначення зап'ястка:** увімкнення функції виявлення носіння браслета Fit.

Безпека та екстрені ситуації

Керуйте власною медичною інформацією і контактами для виклику в екстрених випадках. Ви також можете налаштувати, як буде здійснюватися надсилання екстреного повідомлення в екстрених ситуаціях. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Екстрене повідомлення](#).

На екрані налаштувань торкніться **Безпека та екстрені ситуації**.

- **Мед. інформація:** налаштування та введення власної медичної інформації.
- **Екстрені контакти:** додавання контактів для виклику в екстрених випадках.
- **Виклик SOS:** налаштування на запит екстреного повідомлення, коли ви виконуєте інструкції на екрані налаштувань цієї функції.
- **Виявлення сильних падінь:** налаштування способу надсилання екстреного повідомлення, коли браслет Fit виявляє серйозне падіння.

Додаткові функції

Увімкнення додаткових функцій.

На екрані налаштувань торкніться **Додаткові функції**.

- **Сповіщення про відключення:** увімкнення функції отримання сповіщень про від'єднання браслета Fit від телефона через Bluetooth під час носіння браслета.
- **Блокування у воді:** вмикання режиму блокування у воді перед входженням у воду. Коли увімкнено режим блокування у воді, сенсорний екран буде недоступний.
- **Подвійне натис. клав. «Головна»:** вибір програми або функції, що запускатиметься за подвійним натисканням або кнопки «Головна».
- **Індикатори статусу:** зміна налаштувань дисплею на значки-індикатори стану вгорі екрана годинника.

Загальне

Індивідуальні налаштування загальних параметрів пристрою Fit. Також ви можете виконати перезапуск браслета Fit.

На екрані налаштувань торкніться **Загальне**.

- **Орієнтація:** налаштування браслета Fit відповідно до зап'ястя, на якому ви його носите, лівому чи правому, а також налаштування розташування кнопки «Головна» після надівання браслета Fit.
- **Скинути:** видалення всіх даних із браслета Fit.

Про браслет

Доступ до додаткової інформації про браслет Fit.

На екрані налаштувань торкніться **Про браслет**.

- **Інформація про стан:** перегляд інформації, як-от Bluetooth-адреса й серійний номер.
- **Юридична інформація:** доступ до юридичної інформації, пов'язаної з браслетом Fit. Тут також можна надіслати діагностичну інформацію з браслета Fit до Samsung.
- **Відомості про ПЗ:** доступ до версії програмного забезпечення.
- **Відомості про акумулятор:** перевірка відомостей про акумулятор.

Програма Galaxy Wearable

Вступ

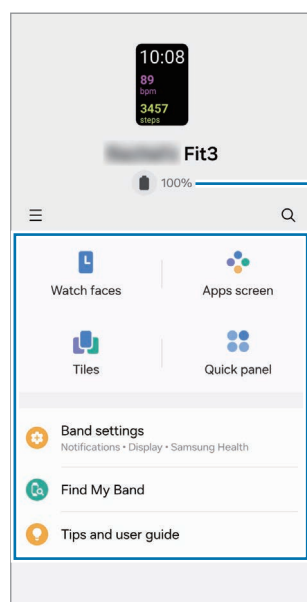
Для під'єднання браслета Fit до телефона потрібно встановити на телефоні програму Galaxy Wearable. За допомогою програми Galaxy Wearable ви можете перевіряти залишок заряду акумулятора на браслеті Fit і налаштовувати параметри.

Відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.

Для пошуку налаштувань за ключовими словами торкніться **Q**. Також можна шукати налаштування, вибираючи мітки з-поміж **Пропозиції**.



Деякі функції можуть бути недоступними залежно від типу під'єданого телефона.



Залишковий рівень заряду акумулятора браслета Fit

Налаштування параметрів браслета Fit і запуск потрібних функцій.

Торкніться  і скористайтеся такими опціями:

-  : налаштування параметрів програми Galaxy Wearable.
- **Підключити новий пристрій**: під'єднання нового додатково пристрою. Щоб завершити з'єднання, дотримуйтеся інструкцій на екрані. Якщо ви під'єднуєте ще один Fit, дивіться додаткову інформацію в розділі [Під'єднання браслета Fit до телефона через Bluetooth](#).
- **Видалити пристрій**: виберіть пристрій і торкніться **Видалення**.



Деякі функції можуть бути недоступні залежно від регіону, оператора зв'язку чи моделі.

Циферблати годинника

Змінення циферблата, відображеного на екрані годинника.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати годинника**.


Виберіть потрібний циферблат.



Певні циферблати, як-от **Photos**, можна налаштовувати, як тип годинника. Для цього торкніться **Налаштувати**.

Створення циферблатів з фотографій


Змініть циферблат на зображення, яке ви зробили мить тому, або зображення, збережене на під'єднаному телефоні.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Циферблати годинника**.
- 2 Торкніться **Photos**.
- 3 Торкніться **Налаштувати** → **Фонове зображення** → **Камера**.
Щоб вибрати збережене на вашому телефоні зображення, торкніться **Галерея**.
- 4 Торкніться , щоб зробити знімок, а потім торкніться **ОК**.
- 5 Перетягніть частину зображення, яку хочете використати, у поле, або відрегулюйте розмір зображення, а тоді торкніться **Готово**.
Ви також можете редагувати зображення, наприклад змінювати його яскравість.
- 6 Торкніться **Зберегти**.
Циферблат буде замінено циферблатом з фотографією.

Екран програм

Порядкування програм на екрані програм.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Екран програм**.


Щоб змінити впорядкування програм, торкніться й утримуйте  поруч з програмою, яку треба перемістити, перетягніть її в потрібне положення, а тоді торкніться **Зберегти**.

Картки

Персоналізація карток на браслеті Fit. Можливо також змінювати порядок карток.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Картки**.

Додавання і видалення карток

Торкніться карток, які хочете додати, у розділі **Додавання карток** або торкніться  на картках, які хочете видалити, а потім торкніться **Зберегти**.

Упорядкування карток



Торкніться картки та, утримуючи її, перетягніть до бажаного місця розташування, а тоді торкніться **Зберегти**.

Панель швидкого доступу

Вибір значків швидких налаштувань, що відображаються на панелі швидкого доступу браслета Fit. Ви також можете переставляти місцями значки швидких налаштувань.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Панель швидкого доступу**.

Додавання або видалення значків швидких налаштувань

Торкніться  на значку, який потрібно додати, у параметрі **Доступні кнопки** або торкніться  на значку, який потрібно видалити, а потім торкніться **Зберегти**.

Упорядкування значків швидких налаштувань

Торкніться значка й утримуйте його, а тоді перетягніть до бажаного місця розташування, після чого торкніться **Зберегти**.

Налаштування браслета

Вступ

Перегляд стану браслета Fit і налаштування його параметрів.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета**.

Samsung account

Зареєструйте обліковий запис Samsung на під'єднаному телефоні або перегляньте попередньо зареєстрований обліковий запис Samsung.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Samsung account**. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Реєстрація облікового запису Samsung на браслеті Fit](#).

Режими

Налаштування синхронізації параметрів режимів на браслеті Fit і телефоні.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Режими**.

- **Синхронізувати режими з телефоном:** налаштування синхронізації режимів Fit й телефона. Під час увімкнення цієї функції будь-які нові режими, додані або змінені налаштування режимів на під'єднаному телефоні будуть синхронізовані з Fit, як і поточний статус режимів.



Може забезпечуватися підтримка лише деяких функцій синхронізації залежно від версії програмного забезпечення під'єданого телефона.

Сповіщення

Змінення налаштувань сповіщень.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Сповіщення**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Сповіщення](#) у розділі «Програми та функції».

- **Синхр. «Не турбувати» з телеф.:** увімкнення синхронізації параметрів режиму «Не турбувати» на браслеті Fit і телефоні.

Вібрація

Зміна налаштувань сповіщень.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Вібрація**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Вібрація](#) у розділі «Програми та функції».

Екран

Змінення налаштувань екрана.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Екран**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Екран](#) у розділі «Програми та функції».

Samsung Health

Налаштування різних функцій, пов'язаних зі спортивними вправами й фітнесом.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Samsung Health**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Health](#) у розділі «Програми та функції».

Безпека та екстрені ситуації

Керуйте власною медичною інформацією і контактами для виклику в екстрених випадках. Ви також можете налаштувати, як буде здійснюватися надсилання екстреного повідомлення в екстрених ситуаціях.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Безпека та екстрені ситуації**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Екстрене повідомлення](#) або [Безпека та екстрені ситуації](#) у розділі «Програми та функції».

Облікові записи та резервне копіювання

Ви можете використовувати різні функції браслета Fit після реєстрації облікового запису Samsung на під'єднаному телефоні. Ви також можете регулярно створювати резервні копії даних браслета Fit автоматично або вручну та зберігати резервні копії в Samsung Cloud, щоб відновлювати їх, коли забажаєте.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Облікові записи та резервне копіювання**.



- Регулярно створюйте резервну копію своїх даних вручну або автоматично у Samsung Cloud, щоб ви могли відновити дані у випадку їх пошкодження чи втрати через випадкове відновлення заводських налаштувань.
- Для програми Health на браслеті Fit зберігаються тільки записи за попередні 7 днів. Щоб перевірити збережені записи, старші за 7 днів, можна встановити програму Samsung Health на під'єднаному телефоні й автоматично створювати резервні копії даних.
- **Samsung account:** реєстрація облікового запису Samsung на під'єднаному телефоні або перегляд попередньо зареєстрованого облікового запису Samsung. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Реєстрація облікового запису Samsung на браслеті Fit](#).
- **Samsung Cloud:** налаштування автоматичного резервного копіювання даних вашого браслета Fit у Samsung Cloud. Ви також можете створити резервну копію даних вашого браслета Fit і відновити попередні дані Fit вручну за допомогою Samsung Cloud, навіть якщо у вас більше немає попереднього браслета Fit. Додаткову інформацію дивіться в розділі [Samsung Cloud](#).

Samsung Cloud

Створення резервної копії даних вашого браслета Fit у Samsung Cloud та їх відновлення в пізніший термін.

Автоматичне резервне копіювання даних до Samsung Cloud

Ви можете налаштувати автоматичне створення резервних копій даних вашого браслета Fit у Samsung Cloud.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Облікові записи та резервне копіювання**.
- 2 Торкніться повзунка **Автоматичне резервне копіювання**, щоб увімкнути цю функцію.

Створення резервних копій вручну в Samsung Cloud

Ви можете створювати резервні копії даних вашого браслета Fit у Samsung Cloud.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Облікові записи та резервне копіювання**.
- 2 Торкніться **Резервне копіювання даних** → **Рез. копіювання**.
- 3 Торкніться **Готово**.

Відновлення даних із Samsung Cloud

Дані зі збереженої у Samsung Cloud резервної копії можна відновити на вашому браслеті Fit.

- 1 На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Облікові записи та резервне копіювання**.
- 2 Торкніться **Відновлення даних** і виберіть дані браслета Fit, які потрібно відновити.
- 3 Торкніться **Відновити**.
- 4 Торкніться **Готово**.

Додаткові функції

Увімкнення додаткових функцій.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Додаткові функції**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Додаткові функції](#) у розділі «Програми та функції».

Погода

Налаштування параметрів функції прогнозу погоди на браслеті Fit.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Погода**.

- **Налаштування:** зміна детальних налаштувань функції прогнозу погоди на браслеті Fit.

Загальне

Індивідуальні налаштування загальних параметрів пристрою Fit. Також ви можете виконати перезапуск браслета Fit.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Загальне**. Щоб отримати додаткову інформацію про інші функції додатково до перелічених, див. [Загальне](#) у розділі «Програми та функції».

- **Швидкі відповіді:** налаштування швидких відповідей на повідомлення, яке ви отримали.
- **Відхилення викликів за допомогою повідомлень:** налаштування повідомлення для надсилання на відхилений виклик.

Оновлення ПЗ браслета

Оновіть програмне забезпечення вашого браслета Fit до останньої версії за допомогою служби бездротового оновлення операційної системи (FOTA). Крім того, ви можете змінити налаштування оновлення.

На екрані Galaxy Wearable на смартфоні торкніться **Налаштування браслета** → **Оновлення ПЗ браслета**.

- **Завантаження та встановлення:** перевірити наявність оновлень та встановити їх вручну.
- **Автооновлення:** увімкнення функції автоматичного встановлення оновлень на браслеті Fit.

Про браслет

Доступ до додаткової інформації про браслет Fit.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Налаштування браслета** → **Про браслет**. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Про браслет](#) у розділі «Програми та функції».

Пошук браслета

Пошук браслета Fit, що загубився.

На екрані Galaxy Wearable на телефоні торкніться **Пошук браслета**.

Натисніть **Запустити**, щоб дізнатися, де зараз знаходиться ваш браслет Fit. Щоб отримати додаткову інформацію, див. підрозділ [Пошук браслета](#) у розділі «Програми та функції».

Замітки щодо користування

Застереження щодо користування пристроєм




Для безпечного й правильного користування пристроєм перш за все уважно ознайомтеся із цим посібником.

- В описах використовуються стандартні налаштування пристрою.
- Деякі характеристики можуть відрізнятися від характеристик вашого пристрою залежно від регіону, технічних характеристик моделі або програмного забезпечення пристрою.
- Компанія Samsung не несе відповідальності за проблеми з функціонуванням або сумісністю, спричинені зміненням налаштувань реєстру, зміненням програмного забезпечення або компонентів операційної системи. Спроби встановлення відмінних від запропонованих виробником налаштувань операційної системи можуть призвести до неправильної роботи пристрою або програм.
- Використання програмного забезпечення, джерел звуку, заставок, зображень та іншого мультимедійного вмісту, що постачається разом із цим пристроєм, обмежено згідно з умовами ліцензійної угоди. Вилучення та використання цих матеріалів у комерційних або інших цілях є порушенням законів щодо авторських прав. Користувачі несуть повну відповідальність за незаконне використання медіаданих.
- Стандартні програми, що постачаються разом із пристроєм, можуть оновлюватися, а також більше не підтримуватися без завчасного попередження.
- Операційна система цього пристрою відрізняється від ОС попередньої серії Galaxy Fit, і ви вже не можете використовувати вміст, який придбали раніше, через проблеми із сумісністю.
- Змінення операційної системи пристрою або встановлення програмного забезпечення, завантаженого з неофіційних джерел, може призвести до несправності пристрою, а також пошкодження даних або їх втрати. Ці дії вважаються порушенням ліцензійної угоди з компанією Samsung і призводять до припинення дії гарантії.
- Деякі функції можуть працювати інакше, ніж це описується в цьому посібнику. Це залежить від виробника й моделі телефона, який з'єднується з браслетом Fit.

- Завдяки автоматичному підлаштуванню діапазону контрасту до умов довкілля зображення на сенсорному екрані залишається добре видимим навіть під яскравим сонячним світлом надворі. Зважаючи на принцип роботи виробу, відображення статичної графіки протягом тривалого часу може призвести до виникнення ефекту залишкового зображення (вигорання екрана) або двоїння.
 - Рекомендується не виводити статичні зображення на весь сенсорний екран чи його частину надто довго і вимикати сенсорний екран, коли пристрій не використовується.
 - Сенсорний екран може бути налаштований на автоматичне вимкнення, коли пристрій не використовується. На екрані програм браслета Fit торкніться **Налаштування** → **Екран** → **Час очікування екрана** й виберіть проміжок часу, який пристрій очікуватиме перед тим, як вимкнути сенсорний екран.
 - Для того щоб сенсорний екран регулював свою яскравість автоматично залежно від умов довкілля, на екрані програм браслета Fit торкніться **Налаштування** → **Екран**, а тоді торкніться перемикача **Адаптивна яскравість**, щоб увімкнути цю функцію.
- Залежно від регіону та моделі для деяких пристроїв існує вимога щодо отримання дозволу на використання від Федеральної комісії зв'язку США (FCC).

Якщо FCC видала дозвіл на використання вашого браслета Fit, тоді на ньому можна переглянути ідентифікаційний номер FCC. Щоб отримати доступ до ідентифікаційного номера FCC, на екрані програм браслета Fit торкніться **Налаштування** → **Про браслет** → **Інформація про стан**. Якщо ваш пристрій не містить ідентифікаційного номера FCC, це означає, що його не було схвалено до продажу на території США і його ввезення в США можливе тільки для особистого користування власником.
- Ваш пристрій містить у собі магніти. Тримайте його подалі від кредитних карток, імплантованих медичних пристроїв та інших пристроїв, на які можуть впливати магніти. У випадку з медичними пристроями тримайте даний пристрій на відстані більше 15 см від них. Припиніть використання пристрою, якщо є підозри на перешкоди в роботі вашого медичного пристрою, і проконсультуйтеся зі своїм лікарем або виробником вашого медичного пристрою.

Пояснювальні позначки

-  **Попередження:** ситуації, що можуть призвести до травмування людей
-  **Увага:** ситуації, що можуть спричинити пошкодження пристрою або іншого обладнання
-  **Сповідення:** примітки, поради з користування та додаткова інформація

Примітки на вмісті упаковки й аксесуарах

Комплектація описана у короткому посібнику користувача.

- Компоненти, які входять до комплекту браслета Fit, а також доступні аксесуари можуть різнитися залежно від країни або оператора зв'язку.
- Компоненти, що постачаються в комплекті, розроблені спеціально для цього пристрою та можуть бути несумісними з іншими пристроями.
- Зовнішній вигляд і характеристики можуть змінюватися без завчасного попередження.
- Додаткові аксесуари можна придбати в місцевому постачальника Samsung. Перед їх придбанням переконайтеся, що вони сумісні із браслетом Fit.
- На відміну від браслета Fit деякі складові комплектації та аксесуари можуть мати відмінний клас захисту від потрапляння води й пилу.
- Використовуйте аксесуари, рекомендовані компанією Samsung. Використання нерекомендованих аксесуарів може призвести до виникнення проблем у роботі та несправностей, на які не розповсюджується гарантія.
- Доступність усіх аксесуарів може змінюватися залежно від компаній-виробників. Додаткову інформацію про доступні аксесуари можна дізнатися на веб-сайті Samsung.

Захист пристрою від потрапляння пилу й води

- Пристрій вирізняється стійкістю до впливу води й пилу та відповідає таким міжнародним стандартам.
 - Сертифікат водонепроникності 5ATM: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду на глибину 50 м на 10 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги ISO 22810:2010.
 - Сертифікат водонепроникності IPX8: пристрій пройшов випробування зануренням у прісну воду на глибину 1,5 м на 30 хвилин, де він утримувався нерухомо, щоб задовольнити вимоги IEC 60529.
 - Сертифікат пилонепроникності IP6X: пристрій пройшов випробування на відповідність вимогам IEC 60529.
- Пристроєм можна користуватися під час заняття спортом і миття рук, або коли йде дощ.
- Цей пристрій можна використовувати, якщо ви плаваєте в басейні або морі, де рівень води не глибокий.
- Водонепроникність вашого пристрою Galaxy не залишається на постійному рівні і може погіршуватися з часом. Рекомендовано перевіряти водонепроникність вашого пристрою Galaxy раз на рік у сервісному центрі Samsung або авторизованому сервісному центрі.
- Для збереження стійкості пристрою до впливу вологи й пилу дотримуйтеся цих рекомендацій.
 - Після плавання, перш ніж вода з басейну або моря висохне, промийте пристрій прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність. На рівень водонепроникності можуть вплинути дезінфікувальні засоби з басейну або сіль з морської води.
 - Якщо пристрій намокне від іншої рідини, а не від прісної води, наприклад від кави, спиртного, мильної води, олії, парфумів, сонцезахисного крему, дезінфікувального засобу для рук або хімічних продуктів, як-от косметика, промийте його прісною водою й ретельно витріть м'якою чистою тканиною, щоб зберегти його водонепроникність.

- Не занурюйтеся під воду, не плавайте з трубкою, не займайтеся дайвінгом і підводним плаванням з аквалангом, або водними видами спорту, як-от катанням на водних лижах або серфінгом, а також не купайтеся у воді зі швидкою течією, наприклад у річці, під час носіння пристрою. Крім того, не піддавайте його впливу пристроїв для миття під високим тиском чи подібним до них. Це зумовить різке підвищення тиску води, що може призвести до зміни рівня водонепроникності, гарантованого нашою компанією.
- Якщо ви вдарите або пошкодите пристрій, його захист від води й пилу може бути порушено.
- Не розбирайте пристрій без належних інструкцій.
- Якщо ви сушите пристрій за допомогою апарата, який подає гаряче повітря, як-от фен, або якщо використовуєте пристрій у середовищі з високою температурою, як-от сауна, рівень водонепроникності може знизитися через різку зміну температури повітря чи води.

Застереження щодо перегріву

Якщо під час використання пристрою ви відчуваєте дискомфорт, викликаний надмірним нагріванням, негайно припиніть користуватися ним і зніміть його із зап'ястка.

- Щоб уникнути проблем, таких як вихід пристрою з ладу, дискомфорт або пошкодження шкіри, а також завчасне розрядження акумулятора, в разі нагрівання до визначеної температури пристрій видає попередження. Під час появи першого попередження функції пристрою буде вимкнено, доки пристрій не охолоне до визначеної температури.
- Якщо температура пристрою продовжить зростати, з'явиться друге попередження. Цього разу пристрій вимкнеться. Не використовуйте пристрій до досягнення ним рекомендованого діапазону температур використання.




Рекомендований діапазон робочих температур

Рекомендована робоча температура пристрою — від 0 до 35 °C. Використання пристрою за межами діапазону рекомендованих температур може пошкодити його або зменшити строк служби акумулятора.

Очищення браслета Fit і поводження з ним

Для того щоб браслет Fit працював справно й зберігав свій зовнішній вигляд, дотримуйтеся таких указівок. Недотримання цих указівок може призвести до пошкодження браслета Fit і подразнення шкіри.

- Перед очищенням браслета Fit вимкніть його і зніміть ремінець.
- Оберегайте пристрій від впливу пилу, поту, чорнил, жирних речовин, а також хімічних продуктів, таких як косметика, антибактеріальні спреї, антисептики для рук, мийні засоби й інсектициди. Вони можуть пошкодити зовнішні та внутрішні частини браслета Fit або зашкодити його належній роботі. Якщо на браслет Fit потрапила будь-яка з вищеназваних речовин, скористайтеся м'якою безворсовою тканиною для його очищення.
- Не застосовуйте для очищення браслета Fit мило, мийні засоби, абразивні речовини чи стиснене повітря, а також ультразвук або зовнішні джерела тепла. Це може призвести до пошкодження браслета Fit. Мило, дезінфекційні засоби для рук чи мийні засоби, що залишились на браслеті Fit, можуть спричинити подразнення шкіри.

- Для видалення засобу від засмаги, лосьйону чи олії потрібно скористатися мийним засобом, що не містить мила, після чого ретельно промити й висушити браслет Fit.
 - Очищайте зап'ястя та браслет після тренувань, або якщо ви спітніли. Очистіть браслет Fit прісною водою, протріть його невеликою кількістю спирту й ретельно висушіть.
 - Якщо ремінець браслета Fit забруднився або на нього потрапили сторонні речовини, протріть його зволоженою зубною щіткою з м'якою щетиною.
-  У комплекті з браслетом можуть постачатися різні ремінці залежно від регіону. Забезпечте належне очищення та підтримання стану ремінця відповідно.

Заходи з безпеки для користувачів, що мають алергію на будь-який матеріал, з якого виготовлений браслет Fit

- Компанія Samsung за участі внутрішніх і зовнішніх сертифікаційних органів провела випробування з метою виявлення шкідливих матеріалів, що містяться в браслеті Fit; зокрема було проведено випробування всіх матеріалів, що контактують зі шкірою, випробування на токсичність для шкіри, а також випробування на зносостійкість.
- Браслет Fit містить нікель. Користувачам із гіперчутливістю шкіри чи алергією на матеріали, з яких виготовлено браслет Fit, потрібно вживати належних запобіжних заходів.
 - **Нікель:** браслет Fit містить нікель у невеликій кількості, що не перевищує обмеження, установлене нормативами Регламенту REACH ЄС. Користувач не піддається впливу нікелю, що міститься всередині браслета Fit; крім того, браслет Fit пройшов сертифіковані міжнародні випробування. Проте, якщо є чутливість до нікелю, браслетом Fit потрібно користуватися з обережністю.
- У виробництві браслета Fit використано лише матеріали, що відповідають стандартам Комісії з безпеки споживчих товарів (CPSC) США, нормам європейських країн та іншим міжнародним стандартам.
- Докладнішу інформацію про поведження компанії Samsung із хімічними речовинами можна дізнатися на вебсайті компанії.

Додаток

Усунення неполадок

Перш ніж звернутися до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру спробуйте скористатися такими рішеннями. Деякі ситуації можуть не стосуватися вашого браслета Fit.

Ви також можете використовувати Samsung Members для вирішення будь-яких проблем, з якими ви могли зіткнутися при користуванні вашим пристроєм.

Браслет Fit не вмикається

Браслет Fit не увімкнеться за повністю розрядженого акумулятора. Перш ніж вмикати браслет Fit, повністю зарядіть акумулятор.

Сенсорний екран реагує повільно або неналежним чином

- У разі використання захисної плівки або додаткових аксесуарів до сенсорного екрана він може не працювати належним чином.
- Сенсорний екран може працювати неправильно в разі натискання на нього пальцями у рукавичках, а також під час торкання його брудними руками, гострими предметами або кінчиками пальців.
- Сенсорний екран може не працювати належним чином в умовах вологості або під впливом води.
- Перезавантажте браслет Fit, щоб усунути будь-які тимчасові проблеми програмного забезпечення.
- Переконайтеся, що програмне забезпечення браслета Fit оновлено до останньої версії.
- Якщо сенсорний екран подряпано або пошкоджено, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Браслет Fit не реагує на натискання клавіш, або в його роботі виникла проблема

Спробуйте наступні рішення. Якщо проблему не вдається усунути, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Перезавантаження Fit

Якщо браслет Fit не реагує на натискання клавіш або «зависає», можливо, знадобиться закрити програми або вимкнути пристрій, а потім увімкнути знову.

Примусове перезавантаження

Якщо браслет Fit «зависає» або не реагує на натискання кнопок, одночасно натисніть та утримуйте кнопку «Головна» упродовж 11 секунд, щоб перезавантажити його.

Відновлення заводських налаштувань Fit

Якщо способи вище не допомагають вирішити проблему, виконайте скидання налаштувань до заводських значень.

На екрані програм торкніться **Налаштування** → **Загальне** → **Скинути** → **Скинути**. Або відкрийте програму **Galaxy Wearable** на своєму телефоні й торкніться **Налаштування браслета** → **Загальне** → **Скинути** → **Скинути**. Перед відновленням заводських налаштувань обов'язково створіть резервні копії всіх важливих даних, які зберігаються у браслеті Fit.

Інший пристрій Bluetooth не може знайти браслет Fit

- Скиньте налаштування браслета Fit і спробуйте ще раз.
- Переконайтеся, що браслет Fit та інший пристрій Bluetooth перебувають у межах радіусу дії з'єднання Bluetooth (10 м). Відстань залежить від середовища використання пристроїв.

Якщо після виконання наведених вище дій проблема не зникає, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

З'єднання Bluetooth не встановлено, або браслет Fit і телефон роз'єднано

- Переконайтеся, що на телефоні увімкнено функцію Bluetooth.
- Переконайтеся у відсутності перешкод між пристроями, наприклад стін або електрообладнання.
- Переконайтеся, що на телефоні встановлено останню версію програми Galaxy Wearable. Якщо останню версію програми Galaxy Wearable не встановлено, встановіть її.
- Переконайтеся, що браслет Fit та інший пристрій Bluetooth перебувають у межах радіусу дії з'єднання Bluetooth (10 м). Відстань залежить від середовища використання пристроїв.
- Презавантажте обидва пристрої й ще раз відкрийте програму **Galaxy Wearable** на телефоні.

Браслет Fit не відстежує ваш пульс

- Носіть браслет Fit на нижній частині руки над зап'ястям.
- На екрані програм натисніть **Налаштування** → **Health** → **Пульс**, а потім виберіть **Постійне вимірювання**.
- Виберіть циферблат, на якому відображається інформація про пульс.

Виклики не здійснюються

- Переконайтеся, що браслет Fit підключено до телефона через Bluetooth.
- Переконайтеся, що на телефоні не встановлено заборону викликів для вхідного номера телефону.
- Перевірте, чи увімкнено деякі режими. Якщо деякі режими увімкнено, звук вхідних викликів може бути вимкнений, а екран може не вмикатися під час отримання вхідних викликів. Увімкніть екран і перевірте вхідний виклик.

Акумулятор не заряджається належним чином (для зарядних пристроїв, рекомендованих компанією Samsung)

- Переконайтеся, що ви належним чином під'єднали зарядний кабель до браслета Fit.
- Зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру для заміни акумулятора.

Акумулятор розряджається швидше, ніж на початку його використання

- Якщо браслет Fit або акумулятор піддається впливу дуже низьких або дуже високих температур, доступний рівень заряду може зменшуватися.
- Використання заряду акумулятора збільшується під час використання певних програм.
- Акумулятор із часом зношується, а його корисний заряд зменшується.

Браслет Fit гарячий на дотик

Під час використання програм, які потребують багато потужності, або в разі тривалого використання програм браслет Fit може ставати гарячим на дотик. Це нормально й не впливає на роботу чи термін служби браслета Fit.

Якщо браслет Fit перегрівається або впродовж тривалого часу залишається гарячим на дотик, не користуйтеся ним певний час. Якщо браслет Fit продовжує перегріватися, зверніться до сервісного центру Samsung або авторизованого сервісного центру.

Браслет Fit не може визначити поточне розташування

Браслет Fit використовує інформацію щодо розташування від телефона. Можливі перешкоди для сигналів GPS у деяких місцях, наприклад у приміщенні. Налаштуйте телефон на використання мережі Wi-Fi або мобільної мережі для визначення поточного розташування.

Дані, збережені в пам'яті браслета Fit, утрачено

Завжди створюйте резервні копії всіх важливих даних, збережених у пам'яті браслета Fit. В іншому разі пошкоджені або втрачені дані буде неможливо відновити. Компанія Samsung не несе відповідальності за втрату даних, збережених у пам'яті браслета Fit.

Невелика щілина по зовнішньому периметру корпусу браслета Fit

- Вона є необхідним елементом технології виробника; також може виникнути невелике гойдання або вібрація частин пристрою.
- Через деякий час щілина може дещо збільшитися у зв'язку з тертям між частинами.

Недостатньо вільного місця в сховищі браслета Fit

Видаліть непотрібні дані, програми, які не використовуються, або файли, щоб звільнити місце в сховищі.

Виймання акумулятора

- Для виймання акумулятора, зверніться до авторизованого сервісного центру.
- **Не намагайтеся самостійно вийняти** акумулятор задля власної безпеки. Якщо акумулятор вийняти невідповідним чином, це може призвести до пошкодження пристрою та акумулятора, травмування та/або призвести до ненадійної роботи пристрою. Якщо ви є фахівцем і вам необхідна інформація про безпечні способи розборів, демонтажу або видалення акумулятора, напишіть нам на адресу електронної пошти: erims.sec@samsung.com.
- Компанія Samsung не несе жодної відповідальності за пошкодження чи втрати (згідно з контрактом або деліктом, включаючи недбалість), які можуть виникнути через несправність за точне виконання даних попереджень та інструкцій, окрім випадків травмування або смертельного випадку через недбалість, що спричинена компанією Samsung.

Моделі з радіопередавачем або радіомовним приймачем

- "Самсунг Електронікс Ко., Лтд." заявляє, що це обладнання відповідає вимогам «Технічного регламенту радіообладнання», затвердженого постановою Кабінета Міністрів України від 24.05.2017р. № 355.
- Повний текст декларації відповідності доступний за такою адресою: <http://www.samsung.com>.
Перейдіть на сторінку Підтримка > Пошук за кодом моделі.

Для моделей з радіопередавачами застосовується така інформація

- Це обладнання може використовуватись на території України.

Виробник: «Самсунг Електронікс Ко. Лтд.» (Samsung Electronics Co., Ltd.), 129, Самсунг-Ро, Йонгтонг-Гу, м. Сувон, Кьонги-До, 16677, Республіка Корея.

Імпортер в Україні: ТОВ «Самсунг Електронікс Україна Компані» (01032, м. Київ, вул. Льва Толстого, 57), виконує функції виробника щодо прийняття претензій від споживача, а також забезпечує організацію ремонту та технічного обслуговування виробів.

Смуга частот та режим

Смуга частот та режим	Вихідна потужність
Bluetooth 2,4 GHz	13 dBm



Авторське право

© Samsung Electronics Co., Ltd., 2024

Цей посібник захищено згідно з міжнародними законами щодо авторських прав.

Заборонено відтворювати, розповсюджувати, перекладати або передавати в будь-якій формі або будь-якими засобами, електронними або механічними, включно із фотокопіюванням, записуванням або зберіганням на будь-якому пристрої для зберігання даних чи в інформаційно-пошуковій системі, жодну частину цього посібника.

Товарні знаки

- SAMSUNG і логотип SAMSUNG є зареєстрованими товарними знаками компанії Samsung Electronics Co., Ltd.
- Bluetooth® є зареєстрованим товарним знаком компанії Bluetooth SIG, Inc. в усьому світі.
- Усі інші товарні знаки й авторські права належать відповідним власникам.