

Manual de utilizare

LUMINA

Crystal NX19 Fit



Vă mulțumim că ați ales ceasul inteligent LUMINA Crystal NX19 Fit, care utilizează cele mai moderne tehnologii pentru a vă oferi în fiecare zi bucurie și date precise atunci când îl utilizați.

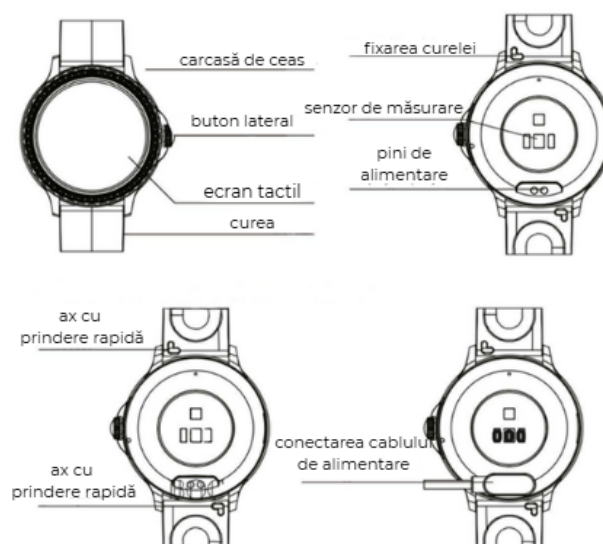
Înainte de prima utilizare, vă rugăm să citiți cu atenție acest manual de utilizare, care vă va facilita utilizarea ceasului.

1. Senzor optic PPG

Senzorul PPG (prescurtarea de la **Photoplethysmography**) funcționează astfel încât ceasul are **LED-uri** amplasate pe partea inferioară, care emit lumină verde către piele. **Sângele conține hemoglobină**, care absoarbe lumina cu intensitate variabilă, în funcție de cantitatea de sânge care curge prin vase. Când inima pompează sânge (bătăi), cantitatea de lumină reflectată se modifică. **Fotodiodele din senzor detectează aceste modificări** ale luminii reflectate, iar ceasul le evaluează sub forma unei curbe din care se poate calcula **pulsul cardiac** și, eventual, alte date (oxigenarea sângelui, variabilitatea frecvenței cardiace, stresul). Pentru a obține o măsurătoare precisă, este necesar să se respecte următoarele reguli:

1. **Poziționarea pe încheietura mâinii** – purtați ceasul la **aproximativ 1-2 degete** deasupra osului încheieturii mâinii. Dacă este prea aproape de os, senzorul nu are un contact bun cu pielea.
2. **Aderența la piele** – cureaua trebuie să fie strânsă bine, dar fără a fi incomodă. Ceasul nu trebuie să se miște liber pe mână, dar nici să apese.
3. **Partea corectă a mâinii** – se recomandă purtarea ceasului pe mâna nedominantă (de exemplu, dreptacii pe stânga), deoarece acolo se mișcă mai puțin și rezultatele sunt mai stabile.
4. **Piele și senzor curate** – senzorul și pielea trebuie să fie curate și uscate (transpirația, crema sau murdăria pot distorsiona măsurătorile).
5. **Liniște în timpul măsurării** – dacă efectuați un test rapid (puls, SpO₂, stres), încercați să stați liniștit și să nu mișcați mâna, pentru ca ceasul să capteze bine semnalul.

2. Descrierea ceasului



3. Alimentarea ceasurilor inteligente

- a) Pentru alimentarea ceasurilor inteligente se utilizează cablul magnetic de alimentare inclus în pachet.
- b) Nu alimentați ceasul cu alte accesorii decât cele originale, deoarece acestea ar putea fi deteriorate sau distruse.
- c) La prima alimentare, asigurați-vă că ați îndepărtat toate foliile și elementele de protecție de pe ceas și de pe cablul de alimentare. Astfel, veți asigura și accelera alimentarea.
- d) Asigurați-vă că cablul magnetic este lipit de pinii de alimentare ai ceasului cu întreaga suprafață. La începerea procesului de alimentare, pe ecran se aprinde și clipește de trei ori o pictogramă verde care simbolizează alimentarea.
- e) Ceasul inteligent trebuie alimentat cu un adaptor de alimentare cu un curent de ieșire de **5V/1A până la 5V/2A**. Ceasul nu acceptă alimentarea cu adaptoare de alimentare cu putere mai mare, destinate alimentării rapide a altor dispozitive.

4. Descărcați aplicația mobilă Fitcloudpro

Pentru a putea utiliza toate funcțiile ceasului inteligent, este necesar să îl conectați la aplicația mobilă **Fitcloudpro**, pe care o puteți descărca pe telefonul dvs. mobil. Fără conectarea la aplicația mobilă, nu puteți utiliza majoritatea funcțiilor ceasului inteligent. Nu porniți ceasul înainte de a descărca și înregistra aplicația mobilă.

Aplicația mobilă este compatibilă cu toate telefoanele care utilizează sistemele de operare Android și iOS. Aplicația mobilă poate fi descărcată:

- 1) **Scanând codul QR** din imaginea de mai jos.
- 2) **Introducând numele aplicației Fitcloudpro** în Play Store pentru telefoanele cu sistem de operare Android sau în App Store pentru telefoanele cu sistem de operare iOS.



5. Înregistrarea aplicației mobile

După ce ați descărcat cu succes aplicația mobilă Fitcloudpro, înregistrați-vă contul introducând adresa de **e-mail sau numărul de telefon** și parola. (Imaginea 1)

Completați datele personale, cum ar fi data nașterii, sexul, înălțimea și greutatea. Stabiliți-vă obiectivul zilnic în ceea ce privește numărul de pași, calorii arse și distanța parcursă. Toate datele introduse pot fi modificate oricând în secțiunea **Profil – Obiectiv activități**.

În timpul procesului de asociere a ceasului cu aplicația Fitcloudpro, aplicația mobilă vă poate solicita acordarea permisiunii. Pentru a asigura toate funcțiile ceasului, este necesar să **acordați aplicației toate permisiunile solicitate**, cum ar fi accesul la locație, contacte, mesaje și notificări ale aplicației.

Autorizațiile aplicației pot fi modificate oricând în viitor în secțiunea **Profil – Setări – Rulare în fundal**.

6. Conectarea ceasului inteligent cu aplicația mobilă

a) Pentru a conecta ceasul inteligent la aplicația mobilă, activați mai întâi Bluetooth-ul telefonului inteligent.

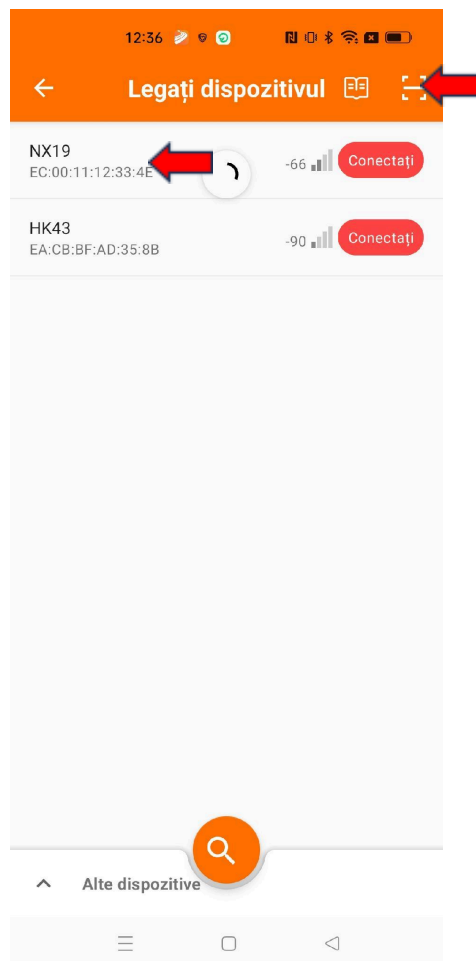
b) Porniți ceasul inteligent și selectați limba preferată. Glisați cu degetul pe ecran pentru a găsi „**română**”, faceți clic pe limba selectată și confirmați glisând cu degetul pe ecran de la stânga la dreapta.

c) După selectarea cu succes a limbii preferate, se va afișa adresa MAC a ceasului și codul QR pentru conectarea la aplicația mobilă.

d) Aplicația mobilă va căuta automat toate dispozitivele din apropiere care sunt disponibile pentru conectare. (Imaginea 2)



Imaginea 1



Imaginea 2

Ceasul poate fi asociat cu aplicația în trei moduri:

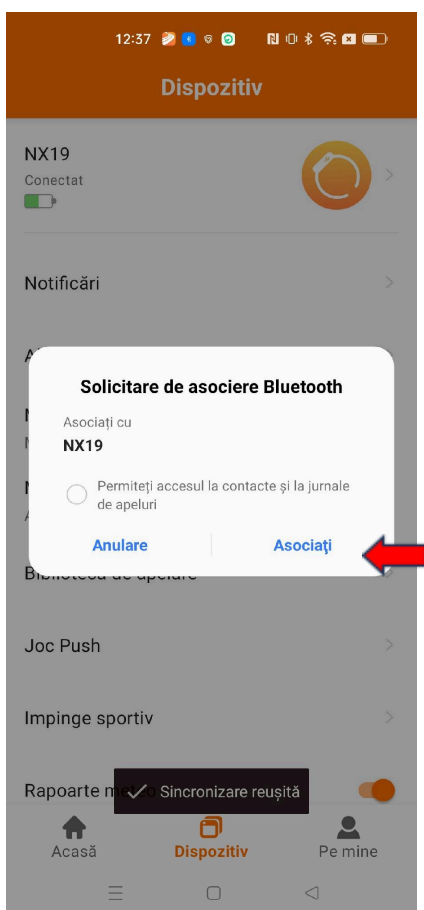
a) **Selectarea dispozitivului:** După înregistrarea contului, dispozitivele disponibile pentru asociere vor fi afișate automat. Selectați dispozitivul cu numele **NX19** din listă și faceți clic pe „**Conectare**”. (Figura 2)

b) **Prin scanarea codului QR:** În partea de sus a aplicației, faceți clic pe pictograma cititorului de coduri de bare (Figura 2) și scanați codul QR pe care îl găsiți și îl

afișați direct pe ceasul inteligent, conform instrucțiunilor de mai jos. Pentru a afișa codul QR pe ecranul de start al ceasului, glisați cu degetul de sus în jos pe ecran. Faceți clic pe simbolul roții dințate și accesați „Setări”. Aici selectați opțiunea „Cod QR”.

c) **Asociere manuală:** Ceasul inteligent poate fi asociat manual cu aplicația mobilă în orice moment în viitor. Pe pagina de start a aplicației mobile, selectați „Dispozitive” din bara de jos și opțiunea „+ Conectați dispozitivul”. (imaginea 4) Din dispozitivele disponibile, selectați dispozitivul cu numele **NX19** și faceți clic pe „Conectați”.

În partea de sus a aplicației, faceți clic pe pictograma cititorului de coduri de bare și **scanați codul QR**. Pentru a afișa codul QR pe ecranul de pornire, glisați inelul din partea de sus a ecranului în jos. Faceți clic pe simbolul roții dințate pentru a accesa „Setări”. Aici, selectați opțiunea „Cod QR”.



Imagine 1



Imagine 2

7. Setări pentru apeluri telefonice prin Bluetooth

Ceasurile LUMINA Crystal NX19 Fit sunt echipate cu microfon și difuzor proprii pentru a primi și efectua apeluri telefonice direct de pe ceas.

Apelurile telefonice Bluetooth nu sunt **active automat, ci trebuie activate**.

Funcția este activă numai atunci când ceasul este asociat cu **telefonul mobil prin Bluetooth** în cazul unui apel primit sau efectuat.

Atenție importantă:

- a) Tehnologia Bluetooth permite conectarea a două dispozitive la o distanță de aproximativ 5-10 metri și depinde de condițiile individuale de la locul de utilizare.
- b) Aplicația mobilă trebuie să **aibă permisiunea** de acces la contacte, jurnale de apeluri și trimiterea de notificări.

După conectarea cu succes a ceasului la aplicația mobilă, vi se va solicita automat să vă conectați la rețeaua Bluetooth numită **NX19** și să acordați permisiunea acestui dispozitiv. Pentru a activa apelurile, faceți clic pe **„Permiteți accesul la contacte și jurnale de apeluri”** și apoi pe **„Conectare”** (imaginea 3).

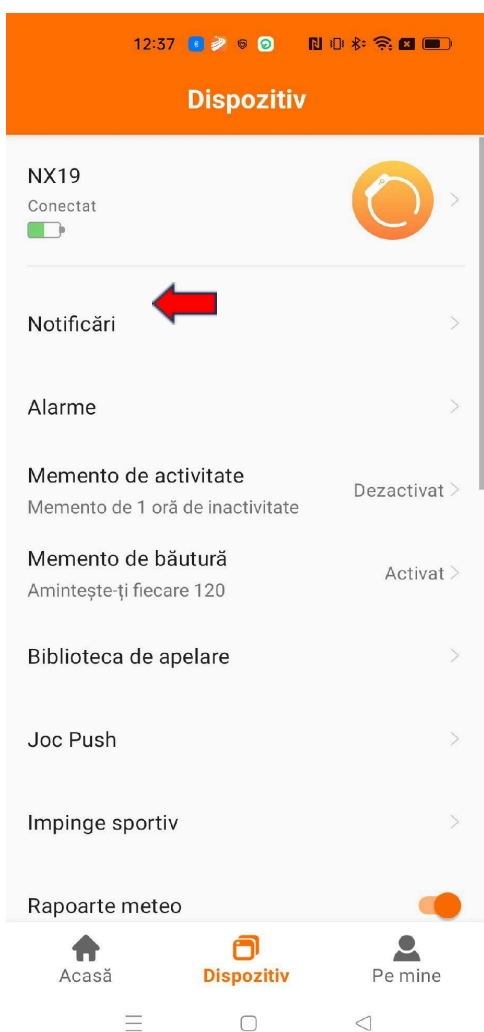
Funcția de apeluri telefonice Bluetooth poate fi dezactivată sau activată oricând, după cum este necesar, deschizând meniul rapid de pe ecranul de start al ceasului inteligent, glisând cu degetul de sus în jos pe ecran. Selectați pictograma receptorului telefonic și activați/dezactivați „Sunet apel”.

Atenție importantă: Dacă sunetul apelului este activat și dispozitivul este încă în stare „Ne conectat”, accesați setările telefonului mobil, deschideți lista dispozitivelor Bluetooth disponibile în apropiere și efectuați asocierea cu dispozitivul Bluetooth numit NX19.

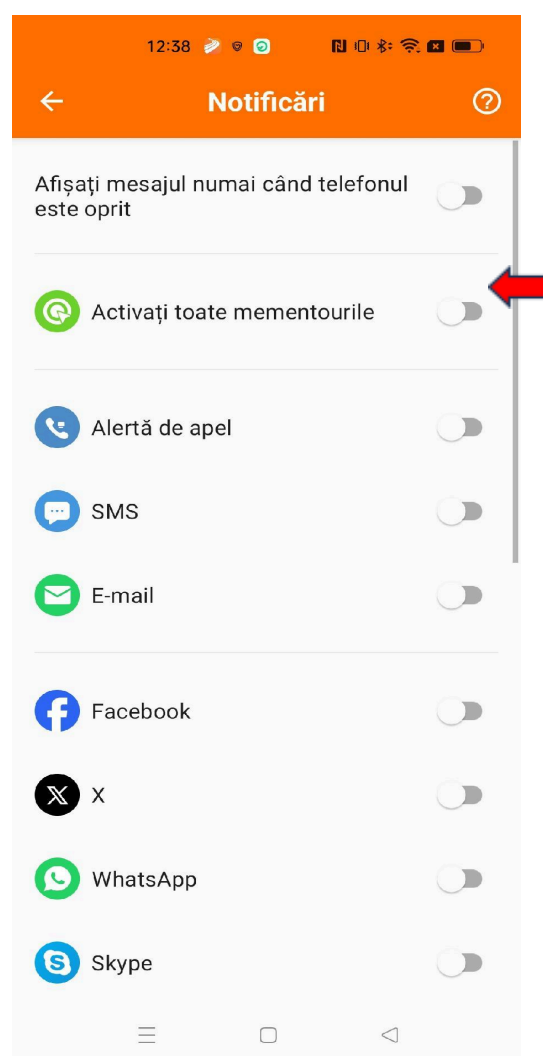
8. Primirea notificărilor privind mesajele primite

Ceasul permite primirea și citirea mesajelor SMS, e-mailurilor și mesajelor de pe rețelele sociale.

Pentru a configura funcția de primire a notificărilor și mesajelor, accesați aplicația mobilă și selectați „Dispozitiv” – „Setări notificări” (imaginea 5) pe pagina de start. Din opțiunile disponibile, selectați „Permitere notificări” și alegeți lista de aplicații de la care doriți să primiți notificări și mesaje. (Imagina 6)



Imagina 5



Imagina 6

9. Modul „Nu deranjați”

Activarea modului „Nu deranjați” va opri automat apelurile și mesajele primite. De asemenea, toate sunetele și notificările aplicației din bara de stare a telefonului vor fi oprite.

Activați modul „Nu deranjați” deschizând meniul rapid pe ecranul de start al ceasului inteligent, glisând degetul de sus în jos pe ecran. Selectați pictograma „lună” și confirmați selectarea modului. În același mod, dezactivați din nou modul „Nu deranjați”.

10. Sincronizarea contactelor

Ceasul inteligent permite sincronizarea contactelor salvate în telefonul mobil și apelarea acestora direct din meniul ceasului.

Se pot sincroniza până la 1000 de contacte simultan.

Asigurați-vă că ceasul este asociat cu aplicația mobilă în momentul sincronizării contactelor. Accesați meniul principal al ceasului apăsând butonul lateral. Selectați opțiunea „**Contacte**” și confirmați sincronizarea.

11. Contacte favorite

Pentru apelarea rapidă a contactelor, puteți salva în ceas până la 10 contacte favorite și utilizate cel mai frecvent. Contactele se găsesc apoi în meniul principal, în secțiunea „Contacte favorite”.

Contactele preferate se încarcă în ceasul inteligent prin intermediul aplicației mobile, unde, pe pagina de start, selectați „**Dispozitive**” – „**Contacte frecvente**”. Faceți clic pe semnul „+” pentru a selecta din listă 10 contacte preferate și confirmați selecția.

12. Setarea activării afișajului prin rotirea încheieturii mâinii

Puteți activa ecranul ceasului în orice moment apăsând butonul lateral sau setând automat funcția „Aprinderea ecranului prin rotirea încheieturii mâinii”.

Pentru a activa funcția, accesați aplicația mobilă și selectați **„Dispozitiv”** – **„Aprinderea ecranului prin rotirea încheieturii mâinii”** pe pagina de start și confirmați funcția.

13. Selectarea temei pentru ecranul inițial

Ceasurile inteligente permit schimbarea temei ecranului inițial sau încărcarea unei fotografii personale pe ecranul inițial.

În setările de bază, puteți alege dintre 6 teme pentru cadranul inițial. Pentru a schimba tema, apăsați lung pe ecranul inițial al ceasului timp de 5 secunde și apoi selectați tema dorită.

În aplicația mobilă sunt disponibile peste 500 de teme suplimentare pentru cadranul inițial. Aplicația mobilă vă permite, de asemenea, să încărcați propria fotografie pe cadranul inițial, a se vedea mai jos.

Pentru a schimba tema cadranului inițial, accesați aplicația mobilă și selectați **„Dispozitive”** – **„Cadrane”** pe pagina de start. Faceți clic pe cadranul dorit pentru a-l selecta. Pentru a-l încărca în ceas, apăsați **„Push”**.

Atenție: Noile teme pentru cadran sunt actualizate în mod continuu în aplicația mobilă. Prin urmare, este posibil ca temele afișate anterior să nu mai fie disponibile în timp.

De aceea, puteți descărca în mod continuu temele preferate și le puteți salva direct în aplicație, în folderul **„Cadranul meu”**. În acest folder, temele sunt disponibile până în momentul în care sunt șterse din folder.

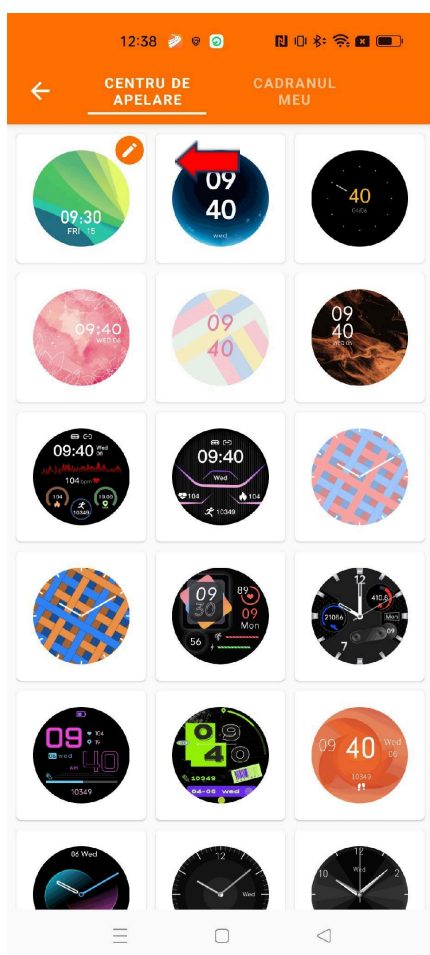
14 . Încărcarea unei fotografii proprii pe ecranul de start

Ceasurile inteligente vă permit să încărcați o fotografie sau o imagine proprie pe cadranul de start.

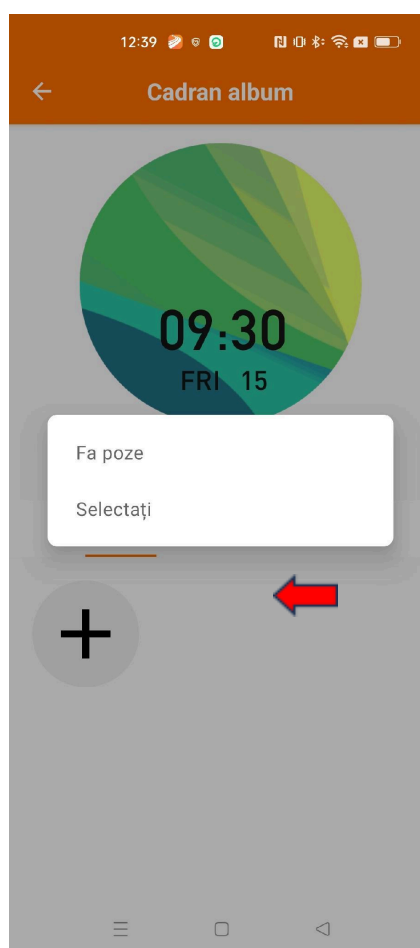
Pentru a încărca propriul motiv, accesați aplicația mobilă și selectați „Dispozitive” – „Cadrane” pe pagina de start. Pentru primul cadran din listă, faceți clic pe pictograma „creion” (imaginea 7). Apoi, faceți clic pe semnul „+” și selectați modul de adăugare a fotografiei: (imaginea 8)

1) „Fotografier” – aplicația deschide automat camera telefonului mobil pentru a crea o fotografie actuală.

2) „SELECTAȚI” – aplicația deschide automat memoria telefonului mobil pentru a selecta fotografia dorită.



Imaginea 7



Imaginea 8

15. Setarea monitorizării automate a ritmului cardiac

Ceasurile inteligente sunt dotate cu un senzor precis pentru măsurarea ritmului cardiac. Pentru ca măsurarea să fie cât mai precisă, senzorul trebuie să fie în contact direct cu pielea mâinii. În caz contrar, pot apărea abateri în măsurare.

Ritmul cardiac actual poate fi măsurat manual sau automat.

a) **Măsurarea manuală a frecvenței cardiace:**

Măsurarea frecvenței cardiace actuale poate fi pornită oricând din meniul ceasului inteligent. Apăsați butonul lateral pentru a accesa meniul și selectați fila „Puls”. Apăsați pictograma inimii pentru a activa măsurarea.

În interfața „Puls”, puteți afișa istoricul valorilor măsurate, glisând de jos în sus pe ecran.

Toate valorile măsurate în modul manual sunt, de asemenea, transferate și stocate automat în aplicația mobilă, unde le puteți afișa pe pagina de start, în secțiunea „Acasă” – „Puls cardiac”.

b) **Măsurarea automată a frecvenței cardiace:**

În aplicația mobilă se poate activa măsurarea automată continuă a ritmului cardiac, care se efectuează la intervale regulate de 5 minute.

Pentru a activa măsurarea automată, selectați secțiunea „Dispozitive” – „Monitorizare continuă” din pagina de start a aplicației mobile. Selectați intervalul de timp în care doriți să activați măsurarea automată.

Atenție importantă: Modul de măsurare automată a ritmului cardiac consumă multă energie din ceasul inteligent. Activarea acestui mod va reduce semnificativ durata de viață a bateriei ceasului.

Măsurarea automată a ritmului cardiac are loc și la activarea oricărui mod sportiv.

Aplicația mobilă Fitcloudpro și ceasurile inteligente în sine oferă o mulțime de funcții suplimentare și opțiuni de personalizare.

