

SAMSUNG

LIETOTĀJA ROKASGRĀMATA

SM-R390

Latvian. 05/2025. Rev.1.3

www.samsung.com

Saturs

Darba sākšana

5 Par Galaxy Fit3

6 Ierīces izkārtojums un funkcijas

6 Fit

9 Uzlādēšanas kabelis

10 Akumulators

10 Akumulatora uzlāde

10 Padomi akumulatora uzlādei un
piesardzības pasākumi

12 Fit valkāšana

12 Siksniņas piestiprināšana un
noņemšana

14 Fit uzlikšana

14 Padomi un piesardzības pasākumi
siksniņas izmantošanai

15 Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem

17 Fit ieslēgšana un izslēgšana

18 Fit savienošana ar tālruni

18 Programmas Galaxy Wearable
instalēšana

18 Fit savienošana ar tālruni, izmantojot
Bluetooth

20 Tiklu izmantošana

20 Samsung konta reģistrēšana Fit

21 Ekrāna vadība

21 Skārienekrāns

22 Ekrānā redzamais saturs

23 Ekrāna ieslēgšana un izslēgšana

23 Ekrānu pārslēgšana

24 Programmu saraksts

24 Bloķēšanas ekrāns

25 Pulkstenis

25 Pulksteņa ekrāns

25 Pulksteņa izskata maiņa

25 Always On Display funkcijas ieslēgšana

26 Paziņojumi

26 Paziņojumu panelis

27 Ienākošo paziņojumu apskatīšana

27 Programmu izvēle paziņojumu
saņemšanai

28 Ātrais panelis

Programmas un funkcijas

30 Ziņojumu izlasīšana un atbildēšana uz tiem

30 Zvana noraidīšana

31 Health

- 31 Ievads
- 32 Dienas aktivitātes
- 33 Soļi
- 34 Vingrojumi
- 39 Treniņu ilgums šonedēļ
- 41 Miegš
- 44 Pārtika
- 45 Sirds rit.
- 47 Stress
- 49 Cikla izsekošana
- 50 Ūdens
- 51 Skābekļa līmenis asinīs
- 53 Together
- 54 Iestatījumi

54 Media Controller

55 Kalend.

55 Laika prognoze

55 Signāls

56 Pas. pulkst.

56 Taimeris

57 Hronometrs

57 Atr.manu tālr.

57 Atrast manu aproci

58 SOS sūtīšana

- 58 Ievads
- 58 SOS pieprasījuma iepriekšēja iestatīšana
- 59 SOS pieprasīšana
- 60 SOS pieprasīšana, kad esat guvis traumu krītot
- 60 Atrašanās vietas informācijas kopīgošanas pārtraukšana

60 Kalkulators

61 Kameras tālvadība

62 Iestatījumi

- 62 Ievads
- 62 Režimi
- 62 Paziņojumi
- 63 Vibrēt
- 63 Displejs
- 64 Health
- 64 Drošība un konfid.
- 64 Drošība un ārkārtas situācijas
- 65 Papildu funkcijas
- 65 Vispārīgi
- 65 Par aproci

Programma Galaxy Wearable

66 Ievads

67 Ciparnīcas

68 Programmu ekrāns

68 Elementi

68 Ātrais panelis

69 Aproces iestatījumi

- 69 Ievads
- 69 Samsung account
- 69 Režīmi
- 69 Paziņojumi
- 70 Vibrācija
- 70 Displejs
- 70 Samsung Health
- 70 Drošība un ārkārtas situācijas
- 71 Konti un dublēšana
- 72 Papildu funkcijas
- 72 Laiks
- 73 Vispārīgi
- 73 Aproces programmatūras atjaun.
- 73 Par aproci

73 Atrast manu aproci

Pielikums

82 Traucējummeklēšana

86 Akumulatora noņemšana

Paziņojumi par lietošanu

- 74 Ierīces lietošanas piesardzības pasākumi
- 76 Piezīmes par komplekta saturu un piederumiem
- 77 Ierīces ūdens un putekļu pretestības saglabāšana
- 79 Piesardzības pasākumi uzkaršanas gadījumā
- 79 Fit tīrīšana un pārvaldība
- 80 Piesardzības ievērošana, ja jums ir alerģiska reakcija pret jebkuriem uz Fit esošajiem materiāliem
- 81 Kā atrast produkta gaidstāves enerģijas patēriņa informāciju

Darba sākšana

Par Galaxy Fit3

Galaxy Fit3 (turpmāk — Fit) ir vieda siksniņa, kas var analizēt jūsu vingrinājumu modeli, pārvaldīt jūsu veselības stāvokli un nodrošināt dažādas ērtas programmas. Jūs varat pārlūkot dažādas funkcijas vai palaist funkciju, pieskaroties ekrānam, kā arī nomainīt ciparnīcu, lai tā atbilstu jūsu gaumei.

Jūs varat izmantot savu Fit pēc tā savienošanas ar savu tālruni.

Ierīces izkārtojums un funkcijas

Fit







- Izmantojiet ierīci vietā bez magnētiskiem traucējumiem, lai ierīce darbotos normāli.
- Jūsu ierīce un daži piederumi (pārdoti atsevišķi) satur magnētus. Glabājiet to drošā attālumā no kredītkartēm, implantētām medicīniskām ierīcēm un citām ierīcēm, kuras magnēti var ietekmēt. Attiecībā uz medicīniskām ierīcēm, glabājiet ierīci vairāk nekā 15 cm attālumā. Pārtrauciet izmantot ierīci, ja pastāv aizdomas par medicīniskās ierīces traucējumiem un konsultējieties ar ārstu vai medicīniskās ierīces ražotāju.
- Ja jums sirdī ir medicīnisks implants, nelieciet ierīci kabatā implantētās ierīces tuvumā, piemēram, krūšu kabatā vai jakas iekšējā kabatā.
- Ieturiet drošu attālumu starp objektiem, kurus ietekmē magnēti, un ierīci un dažiem piederumiem (tiek pārdoti atsevišķi), kas satur magnētus. Ierīcē esošie magnēti var sabojāt vai atspējot objektus, piemēram, kredītkartes, caurlaides, pieejas kartes vai iekāpšanas kartes.



- Raugieties, lai siksnīņa ir tīra. Saskare ar piesārņojumu, piemēram, putekļiem un krāsvielām, var uz siksnīņas atstāt traipus, kas var nebūt pilnībā notīrāmi.
- Neievietojiet asus priekšmetus Fit ārējās atverēs. Citādi var tikt bojāti iekšējie komponenti līdz ar ūdensizturības funkciju.
- Ja izmantojat Fit ar saplīsušu stikla korpusu, pastāv risks gūt ievainojumus. Izmantojiet Fit tikai pēc tam, kad tas ir salabots Samsung servisa centrā vai pilnvarotā servisa centrā.

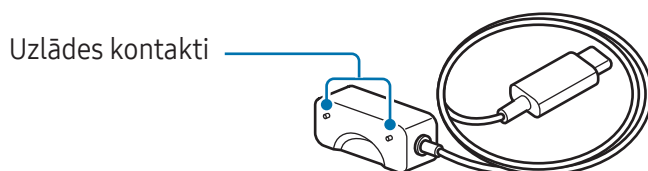


- Savienojamības problēmas un akumulatora strauja iztukšošānās var rasties tālāk norādītajās situācijās:
 - Ja pievienojat Fit antenas zonai metāliskas uzlīmes
- Nenosedziet apgaismojuma sensora zonu ar piederumiem, piemēram, uzlīmēm vai pārsegu. Šādi rīkojoties, jūs varat izraisīt sensora darbības traucējumus.

Poga

Poga	Funkcija
Sākuma poga	- Kad Fit ir izslēgta, nospiediet pogu, lai to ieslēgtu. - Kad Fit ir ieslēgta, nospiediet un pieturiet ilgāk par 8 sekundēm, lai to izslēgtu. - Kad ekrāns ir izslēgts, nospiediet pogu, lai to ieslēgtu. - Nospiediet divreiz, lai atvērtu iestatīto programmu vai funkciju. (Iestatījumi → Papildu funkcijas → Nospieš divreiz sākuma pogu) - Nospiediet, lai atvērtu pulksteņa ekrānu, kad ir atvērts cits ekrāns.

Uzlādēšanas kabelis



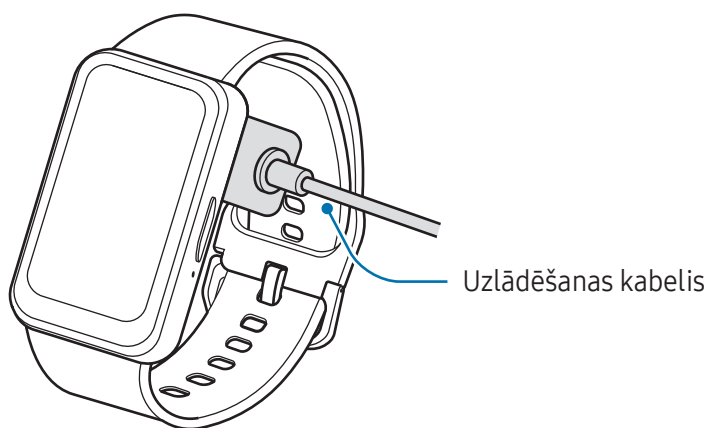
Nepakļaujiet uzlādēšanas kabeli ūdens iedarbībai, jo uzlādēšanas kabelim nav tāda pati ūdens noturības sertifikācija kā jūsu Fit.

Akumulators

Uzlādējiet akumulatoru pirms Fit pirmās izmantošanas reizes vai pēc akumulatora ilgstošas dīkstāves periodiem.

Akumulatora uzlāde

- 1 Savienojiet uzlādēšanas kabeli ar USB strāvas adapteri.
- 2 Pievienojiet Fit uzlādēšanas kabelim.



- 3 Kad Fit ir uzlādēta pilnībā, atvienojiet to no uzlādēšanas kabeļa.

Uzlādes stāvokļa pārbaude

Uzlādes laikā varat pārbaudīt uzlādes stāvokli uz ekrāna. Ja uzlādes stāvoklis uz ekrāna neparādās, programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Displejs** un pieskarieties pie **Rādīt uzlādes informāciju** slēdža, lai to ieslēgtu.

Padomi akumulatora uzlādei un piesardzības pasākumi



Izmantojiet tikai Samsung apstiprinātu lādētāju un kabeli, kas ir speciāli paredzēti jūsu Fit. Lietojot nesaderīgu lādētāju vai kabeli, var nopietni savainoties vai ierīce var tikt bojāta.



- Nepareiza lādētāja pievienošana var izraisīt nopietnus ierīces bojājumus. Nepareizas lietošanas rezultātā radušos bojājumus nesedz ierīces garantija.
- Izmantojiet tikai Fit komplektācijā iekļauto uzlādēšanas kabeli. Fit nevarēs pareizi uzlādēt ar cita ražotāja uzlādēšanas kabeli.
- Ja uzlādējat Fit, kad uzlādēšanas kabelis ir mitrs, ierīce var tikt bojāta. Pirms Fit uzlādes rūpīgi nožāvējiet uzlādēšanas kabeli.



- Lai taupītu enerģiju, atvienojiet lādētāju no elektrotīkla, kad tas netiek izmantots. Lādētājam nav iesl./izsl. slēdža, tādēļ laikā, kad tas netiek izmantots, atvienojiet to no kontaktligzdas, lai novērstu nelietderīgu elektroenerģijas patēriņu. Uzlādes laikā lādētājam ir jāatrodas elektriskās kontaktligzdas tuvumā un jābūt viegli pieejamam.
- Izmantojot lādētāju, ieteicams izmantot apstiprinātu lādētāju, kas atbilst uzlādes veiktspējai.
- Ja starp Fit un uzlādēšanas kabeli ir šķēršļi, tas var netikt uzlādēts pareizi. Pirms uzlādes pārbaudiet, vai uz tiem nav sviedri, šķidrums vai putekļi.
- Ja akumulators ir pilnībā izlādējies, Fit nevar ieslēgt uzreiz pēc uzlādēšanas kabeļa pievienošanas. Pirms ieslēgšanas ļaujiet izlādētajam akumulatoram dažas minūtes uzlādēties.
- Ja vienlaicīgi izmantojat vairākas programmas vai programmas, kas jāsavieno ar citu ierīci, tiek ātri iztukšots akumulators. Lai nepieļautu strāvas zudumu datu pārraides laikā, vienmēr izmantojiet šīs programmas, kad akumulators ir pilnībā uzlādēts.
- Savienojot uzlādēšanas kabeli ar citu strāvas avotu, piemēram, datoru vai vairāku ierīču uzlādes centrmezglu, Fit var netikt uzlādēts pareizi vai tas var tikt uzlādēts lēnāk vajākas elektriskās strāvas dēļ.
- Fit var lietot uzlādes laikā, taču pilnīgai akumulatora uzlādei var būt nepieciešams ilgāks laiks.
- Ja Fit strāvas padeve, vienlaicīgi lietojot un veicot uzlādi, ir nestabila, skārienekrāns var nereaģēt. Ja tas noticis, atvienojiet Fit no uzlādēšanas kabeļa.
- Uzlādes laikā Fit var uzkarst. Tā ir parasta parādība, kas nemazina Fit kalpošanas laiku vai veiktspēju. Pirms Fit uzvilkšanas ļaujiet tam kādu laiku atdzist pirms to izmantot. Ja akumulators uzkarst vairāk nekā parasti, lādētājs var pārtraukt uzlādi.
- Ja Fit neuzlādējas pareizi, kopā ar uzlādēšanas kabeli nogādājiet to Samsung servisa centrā vai pilnvarotā servisa centrā.
- Neizmantojiet saliektu vai bojātu uzlādēšanas kabeli. Ja uzlādēšanas kabelis ir bojāts, pārtrauciet tā lietošanu.

Fit valkāšana

Siksniņas piestiprināšana un noņemšana

Piestipriniet siksnīšu pirms Fit lietošanas. Jūs varat noņemt siksnīšu no Fit un apmainīt to pret jaunu.

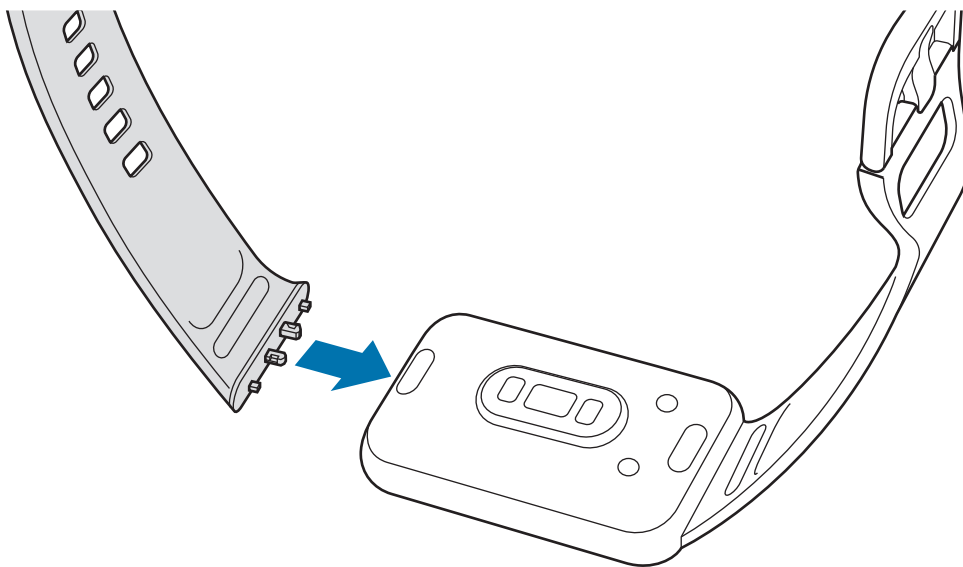


Uzmanieties, lai nesavainotu nagus siksnīšu piestiprināšanas vai noņemšanas laikā.

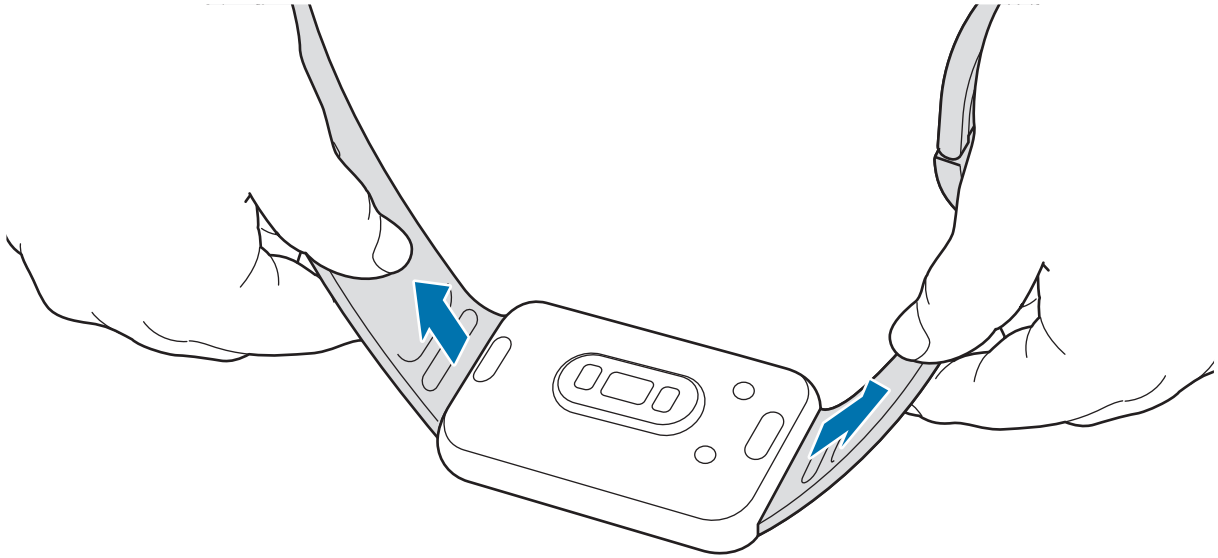


Pieejamā siksnīža var atšķirties atkarībā no reģiona.

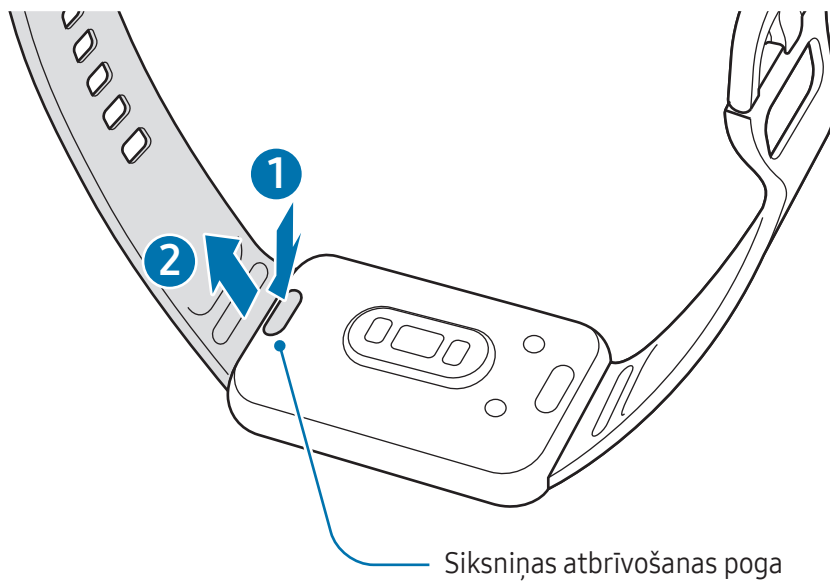
1 Piestipriniet siksnīšu savam Fit.



- 2 Viegli pavelciet aiz abiem siksnīņas sāniem, lai pārlicinātos, ka tā ir stingri piestiprināta un nav nonākusi no Fit.



Noņemiet siksnīņu, piespiežot siksnīņas atbrīvošanas pogu.



Fit uzlikšana

Atveriet sprādzi un aplieciet Fit siksnīņu ap plaukostas locītavu. Pielāgojiet siksnīņu savai plaukostas locītavai, ievietojiet tapu regulēšanas atverē un tad nofiksējiet sprādzi, lai to aizvērtu. Ja siksnīņa ir pārāk cieša, izmantojiet nākamo caurumu.



Pārlietu nelokiet siksnīņu. Pretējā gadījumā Fit var sabojāt.



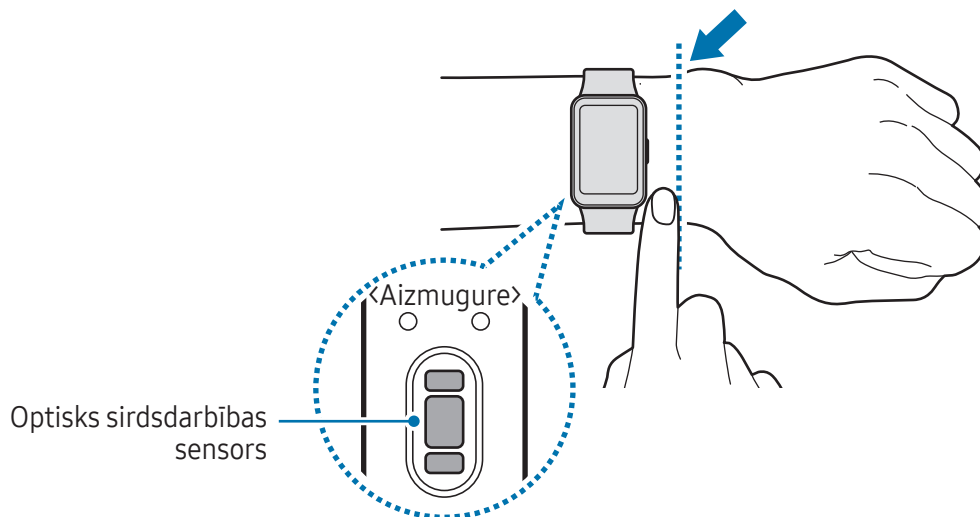
- Lai precīzāk izmērītu savu fizisko sagatavotību, uzlieciet Fit uz apakšdelma virs plaukostas locītavas. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem](#).
- Ja daži materiāli nonāk saskarē ar Fit aizmugurējo daļu, Fit var atpazīt to kā valkāšanu uz plaukostas locītavas atkarībā no materiāla veida.
- Ja sensors, kas atrodas Fit aizmugurē, un jūsu plaukostas locītava nesaskaras vairāk kā 10 minūtes, Fit to var neatpazīt kā valkāšanu uz plaukostas locītavas.

Padomi un piesardzības pasākumi siksnīņas izmantošanai

- Lai iegūtu precīzus mērījumus, Fit ir jāvalkā tā, lai tā piegulētu jūsu plaukostas locītavai. Pēc mērījumu veikšanas atlaidiet brīvāk siksnīņu, lai gaiss piekļūtu ādai. Fit ieteicams valkāt tā, lai tā nebūtu pārāk vaļīga vai cieša un lai parastos apstākļos valkāšanas sajūta būtu komfortabla.
- Lietojot Fit ilgāku laiku vai veicot augstas intensitātes vingrinājumus, dažu faktoru, piemēram, berzes, spiediena vai mitruma dēļ var rasties ādas kairinājums. Ja Fit valkājat ilgu laiku, noņemiet to uz laiku no plaukostas locītavas, lai gādātu, ka jūsu āda ir veselīga, un ļautu plaukostas locītavai atpūsties.
- Ādas kairinājums var rasties alerģijas, vides faktoru un citu faktoru dēļ vai tad, ja uz jūsu ādas ilgstoši atrodas ziepes vai sviedri. Tādā gadījumā nekavējoties pārtrauciet Fit lietošanu un pagaidiet 2 vai 3 dienas, līdz simptomi mazinās. Ja simptomi nepazūd vai pasliktinās, sazinieties ar ārstu.
- Pārliedzinieties, ka pirms Fit valkāšanas jūsu āda ir sausa. Ilgstoši valkājot mitru Fit, var tikt ietekmēta jūsu āda.
- Ja Fit izmantojat ūdenī, attīriet ādu un Fit no svešķermeņiem un rūpīgi izžāvējiet tos, lai novērstu ādas kairinājumu.
- Ūdenī neizmantojiet nekādus piederumus, izņemot Fit.

Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem

Lai veiktu precīzus mērījumus, stingri valkājiet Fit uz augšdelma virs plauksta locītavas, atstājot pirksta platuma vietu, kā parādīts attēlā zemāk.



-  Savelkot Fit pārāk cieši, iespējams ādas kairinājums, savukārt, nostiprinot to pārāk vaļīgi, iespējama berze.
- Neskatieties tieši optiskā sirdsdarbības sensora gaismās. Nodrošiniet, ka bērni neskatās tieši gaismās. Tā neievērošana var bojāt jūsu redzi.
- Ja Fit, tam pieskaroties, ir karsts, noņemiet to, līdz tas atdziest. Pakļaujot ādu ilgstošai Fit karstās virsmas iedarbībai, var rasties zemas temperatūras apdegumi.



- Izmantojiet Sirdsdarbības funkciju tikai savas sirdsdarbības mērīšanai. Optiskā sirdsdarbības sensora precizitāte var tikt mazināta atkarībā no apkārtnes, mērījuma apstākļiem un lietotāja fizioloģiskā stāvokļa.
- Pārbaudot sirdsdarbības ātrumu ziemā vai aukstā laikā, saglabājiēt ķermeni siltu, jo auksta apkārtējā temperatūra var ietekmēt mērījumus.
- Smēķēšana vai alkohola lietošana pirms mērījumu veikšanas var likt jūsu sirdsdarbībai būt savādākai nekā jūsu normālā sirdsdarbība.
- Nepārvietojieties, nerunājiet, nežāvājieties un dziļi neelpojiet, kamēr jūs veicat sirdsdarbības mērījumus. Tas var likt jūsu sirdsdarbībai būt ierakstītai neprecīzi.
- Ja jūsu sirdsdarbība ir ļoti augsta vai zema, mērījums var nebūt precīzs.
- Mērot bērnu sirds ritmu, mērījumi var nebūt precīzi.
- Lietotāji ar tievām plaukstas locītavām var saņemt neprecīzus sirdsdarbības mērījumus, kad Fit ir vaļīgs, kas liek gaismai atstaroties nevienmērīgi. Šādā gadījumā valkājiet Fit plaukstas locītavas iekšpusē.
- Ja sirdsdarbības mērīšana nedarbojas pareizi, pielāgojiēt Fit optiskā sirdsdarbības sensora atrašanās vietu pa labi, pa kreisi, uz augšu vai uz leju vai valkājiet Fit plaukstas locītavas iekšpusē tā, lai optiskais sirdsdarbības sensors saskartos ar ādu.
- Ja optiskais sirdsdarbības sensors ir netīrs, noslaukiēt sensoru un mējiēniet vēlreiz. Ja svešķermeniēnī liedz gaismai atstaroties vienmērīgi, mējiēniet var nebūt precīzi.
- Optiskā sirdsdarbības sensora darbību var ietekmēt tetovējiēniet, dzimumzīmes un matiēniet uz tās plaukstas locītavas, uz kuras nēsājiēniet Fit. Šo aspektu ietekmē Fit var neatpazīt, ka jūs to nēsājiēniet, un Fit funkcijas var nedarboties pareizi. Tādējiēniet nēsājiēniet Fit uz tās plaukstas locītavas, kura negatīvi neietekmē Fit darbību.
- Mējiēniet funkcijas var nedarboties pareizi vairāku apstākļu dējiēniet, piemēram, ja optiskā sirdsdarbības sensora gaisma ir bloķēta, atkarībā no jūsu ādas toņā, asins plūsmas zem ādas un sensora zonas tīrības.

Fit ieslēgšana un izslēgšana



Vietās, kur bezvadu ierīču izmantošana ir ierobežota, piemēram, lidmašīnās un slimnīcās, ievērojiet visus rakstiskos brīdinājumus un pilnvarotā personāla norādījumus.



Sākuma poga



Fit ieslēgšana

Nospiediet sākuma pogu, lai ieslēgtu Fit.

Ieslēdzot Fit pirmo reizi vai atiestatot to, ekrānā parādās instrukcijas programmas Galaxy Wearable atvēršanai jūsu tālrunī. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Fit savienošana ar tālruni](#).

Fit izslēgšana

1 Nospiediet un pieturiet sākuma pogu ilgāk par 8 sekundēm. To pašu varat izdarīt, ja atverat ātro paneli, velkot lejup no ekrāna augšējā stūra, un pieskarieties .

2 Pieskarieties **Izslēgt**.



Atlaidiet sākuma pogu, kad piekļūstat enerģijas iespējām. Ja turpināsiet turēt nospiestu sākuma pogu, Fit var restartēties.

Piespiedu restartēšana

Ja jūsu Fit “sastingst” un nereaģē, turiet nospiestu sākuma pogu ilgāk nekā 11 sekundes, lai to restartētu.

Fit savienošana ar tālruni

Programmas Galaxy Wearable instalēšana

Lai pievienotu Fit tālrunim, instalējiet tālrunī programmu Galaxy Wearable.

Atkarībā no jūsu tālruņa veida programmu Galaxy Wearable varat lejupielādēt tālāk norādītajās vietās:

- Samsung Android tālruņi: **Galaxy Store, Play veikals**
- Citi Android tālruņi: **Play veikals**



- Tā ir saderīga ar Android tālruņiem, kas atbalsta Google mobilo pakalpojumus.
- Jūs nevarat instalēt programmu Galaxy Wearable tālruņos, kas neatbalsta Fit sinhronizāciju. Pārliecinieties, vai jūsu tālrunis ir savietojams ar Fit.
- Fit nevar savienot ar planšetdatoru vai datoru.

Fit savienošana ar tālruni, izmantojot Bluetooth

- 1 Ieslēdziet Fit.
- 2 Velciet uz augšu no ekrāna apakšdaļas.
Ekrānā parādīsies norādījumi, lai atvērtu programmu Galaxy Wearable.
- 3 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**.
Ja programmas Galaxy Wearable versija nav jaunākā, atjauniniet programmu Galaxy Wearable uz jaunāko versiju.
- 4 Pieskarieties pie **Turpināt**.
- 5 Ekrānā izvēlieties savu Fit.
Ja nevarat atrast savu Fit, pieskarieties pie **Vai radās savienojuma izveides problēma?**
- 6 Lai pabeigtu savienošanu, izpildiet ekrānā redzamos norādījumus.
Pabeidzot savienošanu, pieskarieties **Sākt** un sekojiet ekrānā redzamajiem norādījumiem, lai uzzinātu par Fit pārvaldīšanu.



- Sākotnējais iestatīšanas ekrāns var atšķirties atkarībā no reģiona.
- Savienojuma izveides metodes var atšķirties atkarībā no jūsu reģiona, modeļa, tālruņa un programmatūras versijas.
- Pirmo reizi vai pēc atiestatīšanas savienojot Fit ar tālruni, iespējama Fit akumulatora ātrāka izlādēšanās, sinhronizējot datus.
- Atbalstītie tālruņi un funkcijas var atšķirties atkarībā no jūsu reģiona, nēsātāja vai ierīces ražotāja.
- Ja nevarat izveidot Bluetooth savienojumu starp jūsu Fit un tālruni, pulksteņa ekrāna augšpusē parādīsies  statusa indikatora ikona.

Fit savienošana ar jaunu tālruni

Kad savienojat Fit ar jaunu tālruni, Fit tiks atiestatīta visa personiskā informācija. Kad tiek parādīta uzvedne pirms Fit pievienošanas jaunam tālrunim, pieskarieties vienumam **Dublēt datus**, lai dublētu saglabātos datus. Gan manuāli dublētos datus, gan datus, kas dublēti, izmantojot automātiskās dublēšanas funkciju, var atjaunot, kad savienojat Fit ar jaunu tālruni.

1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Vispārīgi** → **Atiestatīt**.

Pēc atiestatīšanas Fit automātiski pāries Bluetooth savienošanas pārī režīmā.

2 Jaunajā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**, lai tā izveidotu savienojumu ar Fit.



Ja tālrunis, ar kuru vēlaties izveidot savienojumu, jau ir savienots ar citu ierīci, atveriet tālrunī programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie  → **Savienot jaunu ierīci**, lai izveidotu savienojumu ar jaunu ierīci.

Tīklu izmantošana

Varat izmantot tīklus, piemēram, Bluetooth.

Pievienotajā tālrunī atveriet **Iestatījumi**, pieskarieties pie **Savienojumi** un tad pieskarieties slēdzim **Bluetooth**, lai to ieslēgtu.

Kad neizmantojat tīklu, pieskarieties slēdzim, lai to izslēgtu.



Šī funkcija var nebūt pieejama atkarībā no modeļa.

Samsung konta reģistrēšana Fit

Reģistrējiet savu Samsung kontu pievienotajā tālrunī, lai piekļūtu dažādām Fit funkcijām.

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**.
- 2 Pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Samsung account**.
Vai arī pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Konti un dublēšana** → **Samsung account**.
- 3 Izpildiet ekrānā redzamās instrukcijas, lai pierakstītos sava tālruņa Samsung kontā.
Ja esat pierakstījies savā Samsung kontā, varat pārbaudīt reģistrēto Samsung kontu.

Ekrāna vadība

Skārienekrāns

Pieskaršanās

Pieskarieties ekrānam.



Pieskaršanās un turēšana

Pieskarieties un turiet ekrānā aptuveni 2 sekundes.



Pavilkšana

Pavelciet uz augšu, uz leju, pa kreisi vai pa labi.



- Neļaujiet skārienekrānam saskarties ar elektroierīcēm. Elektrostatiskā izlāde var radīt kļūmi skārienekrāna darbībā.
- Lai ne bojātu skārienekrānu, nepieskarieties tam ar asiem priekšmetiem un nespiediet uz tā pārāk spēcīgi ar pirkstiem vai citiem priekšmetiem.
- Ieteicams neizmantot fiksētus grafikas elementus uz skārienekrāna daļas vai visa skārienekrāna ilgu laiku. Tādējādi var rasties pēcattēli (ekrāna iedegums) vai dubultošanās.

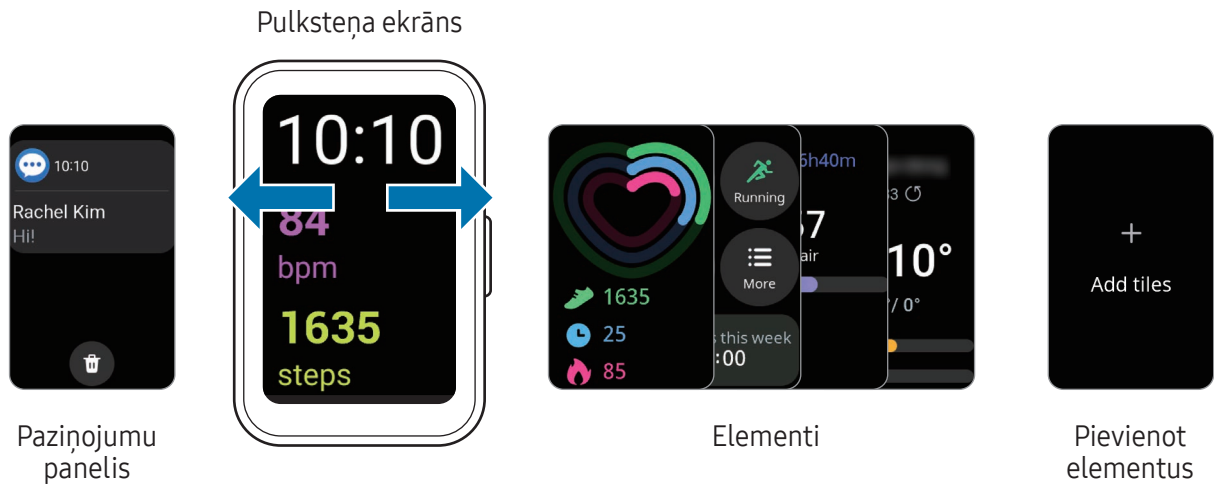


- Fit var neatpazīt skārienievadi ekrāna malu tuvumā, kas atrodas ārpus skārienievades apgabala.
- Kad ir ieslēgts režīms bloķēšanai ūdenī, skārienekrāns nebūs pieejams.

Ekrānā redzamais saturs

Pulksteņa ekrāns ir sākuma ekrāna sākumpunkts, kas sastāv no vairākām lapām.

Jūs varat pārbaudīt elementus vai atvērt paziņojumu paneli, pavelkot ekrānā pa kreisi vai pa labi.



 Pieejamie paneļi, elementi un to izkārtojums var atšķirties atkarībā no programmatūras versijas.

Elementu izmantošana

Lai pievienotu elementu, pieskarieties pie **Piev. elementus** un izvēlieties elementu.

Pieskaroties un turot elementu, jūs varat piekļūt rediģēšanas režīmam, lai mainītu elementa izkārtojumu vai tos noņemtu.

- **Elementa pārvietošana:** pieskarieties pie  vai , un pēc tam pieskarieties pie  vajadzīgajā vietā.
- **Elementa dzēšana:** pieskarieties pie  uz elementa, lai to noņemtu.
- **Elementa rediģēšana:** pieskarieties pie **Rediģēt**, lai konfigurētu elementu.

 Var rediģēt tikai dažus elementus.

Ekrāna ieslēgšana un izslēgšana

Ekrāna ieslēgšana

Ekrānu varat ieslēgt ar šādām darbībām.

- **ieslēgt ekrānu ar pogu:** nospiediet sākuma pogu.
- **ieslēgt ekrānu, pacelot plaukstu locītavu:** paceliet to roku, uz kuras valkājat Fit. Ja ekrāns pēc plauksta locītavas pacelšanas neieslēdzas, programmu sarakstā pieskarieties pie **lestatījumi**, pieskarieties pie **Displejs**, un tad pieskarieties **Paceliet roku, lai akt.** slēdzim sadaļā **Ekrāna aktiviz.**, lai to ieslēgtu.
- **ieslēgt ekrānu, pieskaroties tam:** pieskarieties ekrānam. Ja ekrāns pēc pieskaršanās tam neieslēdzas, programmu sarakstā pieskarieties pie **lestatījumi**, pieskarieties pie **Displejs**, un tad pieskarieties **Piesk. ekr., lai aktiv.** slēdzim sadaļā **Ekrāna aktiviz.**, lai to ieslēgtu.

Ekrāna izslēgšana

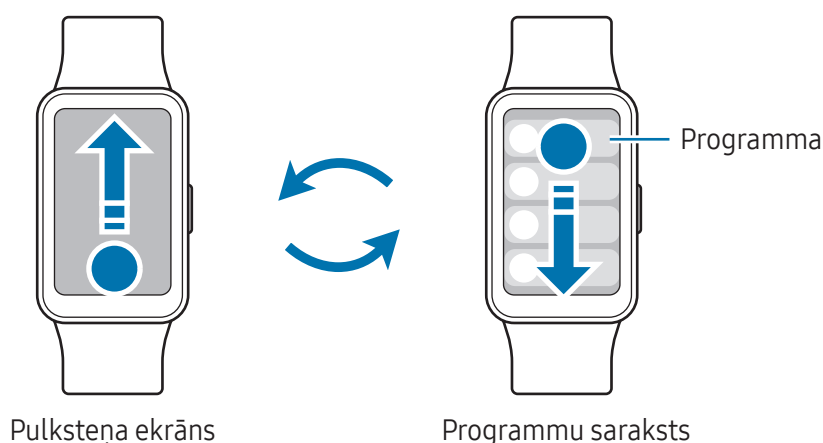
Lai izslēgtu ekrānu, pārklājiet to ar plaukstu vai citu ķermeņa daļu. Ekrāns tiek automātiski izslēgts arī tad, ja Fit noteiktu laiku netiek lietots.

Ekrānu pārslēgšana

Pārslēgšanās starp Fit ekrānu un programmu sarakstu

Pulksteņa ekrānā pavelciet uz augšu, lai atvērtu programmu sarakstu.

Lai atgrieztos pulksteņa ekrānā, pavelciet no augšas uz leju programmu sarakstā. Vai arī nospiediet sākuma pogu.



Atgriešanās iepriekšējā ekrānā

Lai atgrieztos iepriekšējā ekrānā, ekrānā pavelciet pa labi.

Programmu saraksts

Programmu sarakstā tiek parādītas visu programmu ikonas, kas instalētas Fit.

Programmu sarakstā izvēlieties programmu, ko vēlaties atvērt.



Pieejamās programmas var atšķirties atkarībā no programmatūras versijas.

Bloķēšanas ekrāns

Izmantojiet ekrāna bloķēšanas funkciju, lai aizsargātu savus datus, piemēram, personīgo informāciju, kas saglabāta jūsu Fit. Pēc šīs funkcijas ieslēgšanas katru lietošanas reizi būs nepieciešams Fit atbloķēt. Tomēr, ja jūs to atbloķējat, kamēr valkājat Fit, tas saglabāsies atbloķētā stāvoklī.

Ekrāna bloķēšanas iestatīšana

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Drošība un konfid.** → **Bloķ. veids** un atlasiet bloķēšanas metodi.

- **PIN kods:** ievadiet PIN kodu ar cipariem, lai atbloķētu ekrānu.

Pulkstenis

Pulksteņa ekrāns

Varat aplūkot pašreizējo laiku vai citu informāciju. Kad neesat pulksteņa ekrānā, nospiediet sākuma pogu, lai atgrieztos pulksteņa ekrānā.

Pulksteņa izskata maiņa

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**.
 - 2 Pieskarieties pie **Ciparnīcas** un izvēlieties ciparnīcu.
Ja izvēlaties noteiktas ciparnīcas, piemēram, **Photos**, varat tās pielāgot. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Ciparnīcu izveide ar fotoattēliem](#).
-  Varat arī mainīt ciparnīcu, izmantojot savu Fit. Pieskarieties pulksteņa ekrānam un pieturiet to un atlasiet ciparnīcu, velkot ekrānā pa kreisi vai pa labi.

Always On Display funkcijas ieslēgšana

Iestatiet, lai Fit rādītu informāciju, piemēram, laiku un datumu, kamēr Fit valkāšanas laikā ir izslēgts ekrāns. Šīs funkcijas izmantošana izraisīs akumulatora ātrāku izlādēšanos nekā parasti.

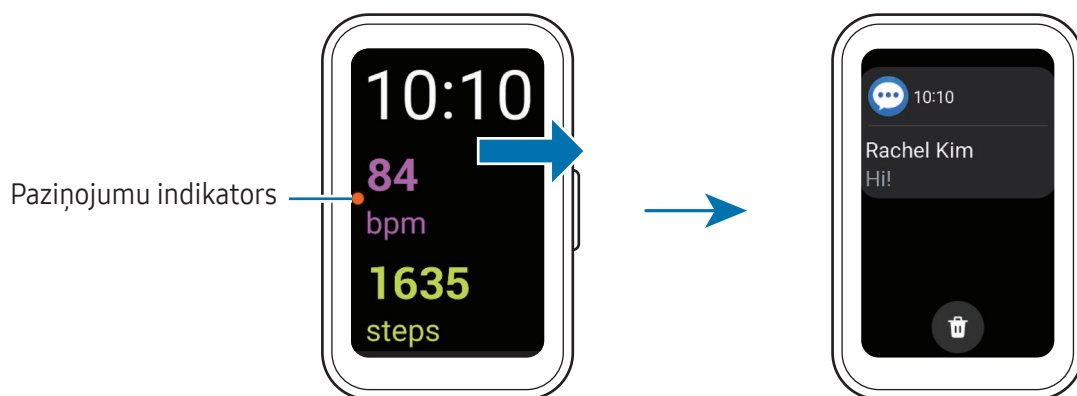
Lai izmantotu šo funkciju, atveriet ātro paneli, velkot uz leju no ekrāna augšējā stūra un pieskarieties pie . Vai arī programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Displejs** un pieskarieties slēdzim **Always On Display**, lai to ieslēgtu.

Paziņojumi

Paziņojumu panelis

Paziņojumu panelī apskatiet paziņojumus, piemēram, jaunus ziņojumus, notikumus vai neatbildētus zvanus. Pulksteņa ekrānā pavelciet ekrānā pa labi, lai atvērtu paziņojumu paneli.

Ja pastāv jauni paziņojumi, pulksteņa ekrānā parādīsies oranžs paziņojumu indikators. Ja paziņojumu indikators neparādās, atveriet programmu sarakstu, pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Paziņojumi** → **Papildu iestatījumi** un pieskarieties slēdzim **Paziņojumu indikators**, lai to ieslēgtu.

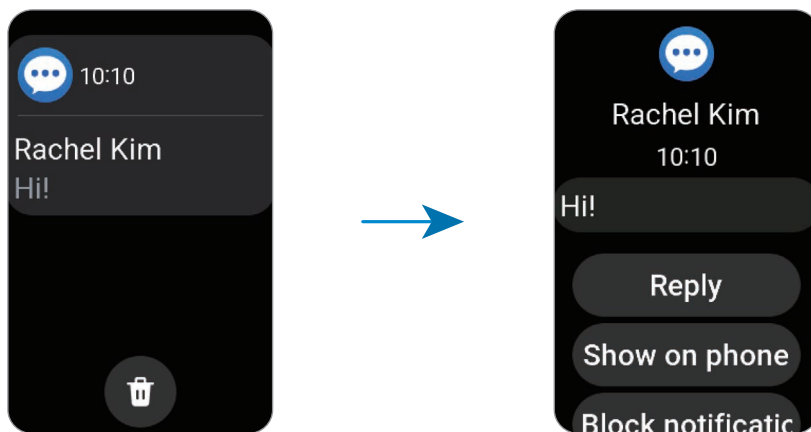


- Paziņojumus varat saņemt tikai tad, kad valkājat Fit.
- Izmantojot tālruni, Fit nevar saņemt paziņojumus. Lai savā Fit izlasītu paziņojumus pat tad, kad lietojat tālruni, programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi**, pieskarieties pie **Paziņojumi** → **Rādīt tālruņa paziņojumus aprocē** un pēc tam atlasiet **Rādīt brīdin., kad tiek izm. tālr.**

Ienākošo paziņojumu apskatīšana

Saņemot paziņojumu, ekrānā būs redzama informācija par paziņojumu, piemēram, tā veids vai saņemšanas laiks. Ja ir saņemti vairāk nekā divi paziņojumi, pavelciet ekrānā uz augšu vai uz leju, lai aplūkotu vairāk paziņojumu.

Pieskarieties paziņojumam, lai apskatītu papildinformāciju.



Pieskarieties pie , lai dzēstu visus paziņojumus.

Programmu izvēle paziņojumu saņemšanai

Lai saņemtu paziņojumus savā Fit, atlasiet tālruni vai Fit programmu.

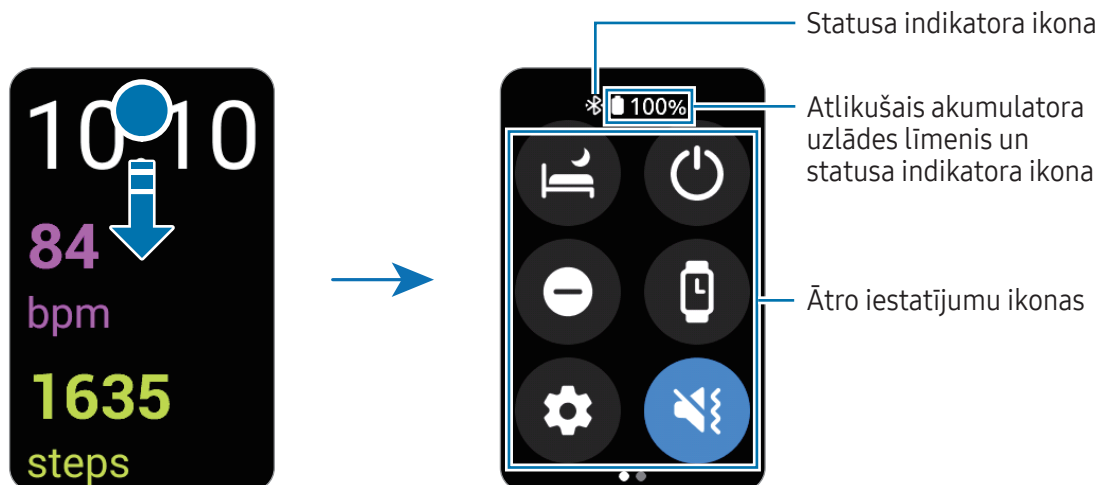
- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**.
- 2 Pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Paziņojumi** → **Programmas paziņojumi**.
- 3 Pieskarieties blakus programmām esošajam slēdzim, lai saņemtu programmu saraksta paziņojumus.

Ātrais panelis

Ātrajā panelī pārbaudiet Fit pašreizējo statusu un konfigurējiet iestatījumus.

Lai atvērtu ātro paneli, pavelciet uz leju no ekrāna augšējās malas. Lai aizvērtu ātro paneli, pavelciet ekrānā uz augšu.

Pavelciet ekrānā pa kreisi vai pa labi, lai pārietu uz nākamo vai iepriekšējo ātro paneli.



Statusa indikatora ikonu apskatīšana

Statusa indikatora ikonas parādās ātrā panela augšpusē un informē jūs par Fit pašreizējo statusu. Tabulā ir uzskaitītas biežāk izmantotās ikonas.

Ikona	Nozīme
	Bluetooth savienots
	Akumulatora uzlādes līmenis



- Dažas statusa indikatora ikonas, kas parāda noteiktas situācijas, piemēram, kad izmantojāt dažus režīmus vai uzlādējāt Fit, tiek parādītas arī pulksteņa ekrāna augšdaļā. Lai pulksteņa ekrānā paslēptu statusa indikatora ikonas, programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi**, pieskarieties pie **Papildu funkcijas** → **Statusa indikatori** un pēc tam izvēlieties **Paslēpt pēc 2 sekundēm**.
- Statusa indikatora ikonas var atšķirties atkarībā no reģiona, operatora vai modeļa.

Ātro iestatījumu ikonu apskatīšana

Ātro iestatījumu ikonas parādās ātrajā panelī. Pieskarieties ikonai, lai mainītu pamata iestatījumus vai arī palaistu funkciju. Lai apskatītu detalizētākus iestatījumus, pieskarieties un turiet ātro iestatījumu ikonu.

Skatiet sadaļu [Ātro iestatījumu ikonu pievienošana vai noņemšana](#), lai iegūtu plašāku informāciju par ātro iestatījumu ikonu pievienošanu ātrajā panelī vai izņemšanu no tā.

Ikona	Nozīme
	ieslēdziet miega režīmu
	Pieklūstiet enerģijas iespējām
	ieslēdziet netraucēšanas režīmu
	ieslēdziet Always On Display funkciju
	Atveriet iestatījumi
	ieslēdziet vibrācijas vai kluso režīmu
	ieslēdziet zibspuldzi
	Atveriet programmu Atr.manu tālr.
	ieslēdziet teātra režīmu
	ieslēdziet lidojuma režīmu
	ieslēdziet režīmu bloķēšanai ūdenī
	Pielāgojiet spilgtumu



Ātro iestatījumu ikonas var parādīties citādāk kā parasti atkarībā no savienotā tālruņa programmatūras versijas.

Programmas un funkcijas

Ziņojumu izlasīšana un atbildēšana uz tiem

- 1 Atveriet paziņojumu paneli.
- 2 Pieskarieties paziņojumam par jaunu ziņojumu.

Lai aplūkotu ziņojumu tālrunī, pieskarieties pie **Rādīt tālrunī**.

Lai atbildētu uz ziņojumu savā Fit, pieskarieties pie **Atbildēt** un atlasiet teksta veidni.

Lai izdzēstu ziņojumu, pieskarieties pie .

Zvana noraidīšana

Ienākošā zvana laikā velciet  ārpus lielā apla.

Lai nosūtītu zvana noraidīšanas ziņojumu, pieskarieties **Sūtīt ziņu** un izvēlieties vajadzīgo ziņojumu.



Ja jums ir neatbildēts zvans, ekrāna paziņojumu panelī parādīsies paziņojums par neatbildētu zvanu. Paziņojumu panelī apskatiet neatbildēto zvanu paziņojumus.

Health

Ievads

Programma Health reģistrē un pārvalda jūsu 24 stundu laikā veiktās aktivitātes un miega režīmu, lai mudinātu jūs veidot veselīgus ieradumus. Jūs varat saglabāt un pārvaldīt ar veselību saistītus datus savienotā tālruņa programmā Samsung Health.

Pēc nepārtraukta treniņa noteiktu laika periodu, valkājot Fit, tiek ieslēgta automātiskā treniņa konstatēšanas funkcija. Kā arī Fit parādīs paziņojumu un dažus stiepšanās vingrinājumus, kurus izpildīt, vai tas parādīs ekrānu ar mudinājumu veikt vieglas darbības brīdī, ja Fit konstatē bezdarbību ilgāk par 50 minūtēm. Ja Fit konstatē, ka braucat ar automašīnu vai guļat, tas var neparādīt ne paziņojumu, ne stiepšanās ekrānu, lai gan esat fiziski neaktīvs.

Apmeklējiet www.samsung.com/samsung-health, lai iegūtu vairāk informācijas.



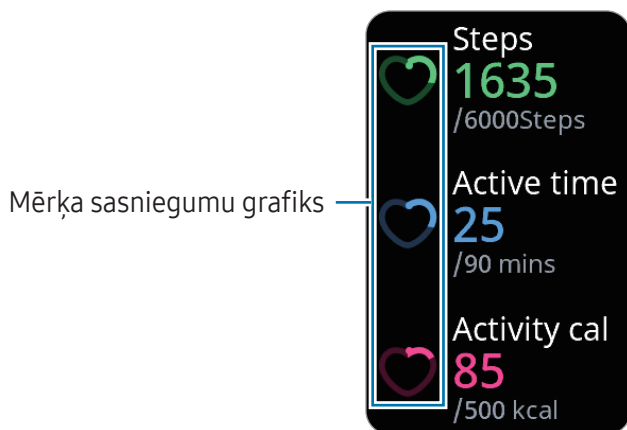
Health funkcijas ir paredzētas tikai atpūtai, labam noskaņojumam un fiziskai sagatavotībai. Tās nav paredzētas medicīniskai lietošanai. Pirms šo funkciju izmantošanas rūpīgi izlasiet instrukcijas.

Dienas aktivitātes

Pārbaudiet savu šībrīža ikdienas statusu, piemēram, soļu skaitu, aktivitāšu laikus, aktivitāšu kalorijas un to mērķus un saistīto informāciju.

Savu ikdienas aktivitāšu apskatīšana

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health** un pieskarieties pie **Dienas aktivitātes**.



- **Soļi:** pārbaudiet dienas laikā noieto soļu skaitu. Tuvojoties soļu skaita mērķim, grafiks pacelsies augšup.
- **Aktīvais laiks:** pārbaudiet kopējo dienas laikā veikto fizisko aktivitāšu ilgumu. Tuvojoties jūsu aktivitāšu laika mērķim, pateicoties vieglām darbībām, piemēram, stiepšanās vingrinājumiem vai staigāšanai, grafiks pacelsies augšup.
- **Aktivit. cal:** pārbaudiet kopējo patērēto kaloriju skaitu, pateicoties dienas laikā veiktajām aktivitātēm. Tuvojoties aktivitāšu kaloriju mērķim, grafiks pacelsies augšup.

Lai apskatītu papildu informāciju, kas attiecas uz jūsu ikdienas aktivitātēm, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.

Ikdienas aktivitāšu mērķa iestatīšana

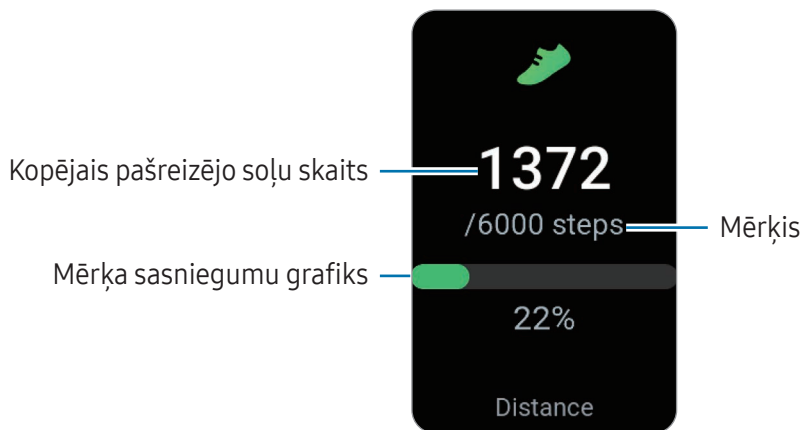
- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Dienas aktivitātes** un pieskarieties **Iestatīt mērķus**.
- 3 Izvēlieties aktivitātes iespēju.
- 4 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu mērķi.
- 5 Pieskarieties pie .

Soļi

Fit skaita jūsu noieto soļu skaitu.

Soļu skaita noteikšana

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health** un pieskarieties **Soļi**.



Lai apskatītu papildu informāciju, kas attiecas uz soļiem, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.



- Sākot mērīt soļu skaitu, soļu pārraudzības logrīks skaita jūsu soļus un ar īsu aizkavi parāda noietos soļus, jo jūsu Fit precīzi atpazīst kustību, kad kādu brīdi staigājat. Turklāt, lai iegūtu precīzu soļu skaitu, var rasties neliela aizkave, pirms paziņojums norāda, ka noteiktais mērķis ir sasniegts.
- Vibrācijas var ietekmēt jūsu soļu skaitu, ja jūs, izmantojot soļu pārraudzības logrīku, pārvietojaties ar automobili vai vilcienu.
- Viens stāvs tiek aprēķināts kā aptuveni 3 metri. Aprēķinātais stāvu skaits var neatbilst faktiski noieto stāvu skaitam.
- Aprēķinātais stāvu skaits var nebūt precīzs atkarībā no apkārtējās vides, lietotāja kustībām un apstākļiem ēkā.
- Aprēķinātais stāvu skaits var nebūt precīzs, ja atmosfēras spiediena sensorā iekļuvis ūdens (ejot dušā vai sportojot ūdenī) vai svešķermeni. Ja uz Fit nokļūst mazgāšanas līdzeklis, sviedri vai lietus lāses, pirms lietošanas noskalojiet to tīrā ūdenī un rūpīgi nosusiniet Fit, tostarp atmosfēras spiediena sensoru.

Noieto soļu mērķa iestatīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Soļi** un pieskarieties **Iestatīt mērķus**.
- 3 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu mērķi.
- 4 Pieskarieties pie .

Vingrojumi

Ierakstiet savu vingrojumu informāciju un skatiet rezultātus.



- Pirms šīs funkcijas izmantošanas vērsieties pēc padoma pie licencēta medicīnas speciālista, piemēram, ārsta, ja uz jums attiecas kāds no tālāk norādītajiem stāvokļiem:
 - Ja jums ir hroniska slimība, piemēram, sirds slimība vai augsts asinsspiediens
 - Ja esat grūtniece
 - Ja neesat atbilstošā vecumā, lai patstāvīgi vingrotu
- Ja jums rodas reibonis, sāpes vai ir grūtības elpot vingrinājumu laikā, nekavējoties pārtrauciet vingrošanu un vērsieties pēc padoma pie licencēta medicīnas speciālista, piemēram, ārsta.
- Uzsākot vingrinājumu, tiks mērīta jūsu sirdsdarbība. Precīziem mērījumiem stingri valkājiet Fit uz apakšdelma virs plaukstas locītavas. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem](#).
- Lai mērījums būtu precīzāks, nekustieties līdz brīdim, kad ekrānā parādās jūsu sirdsdarbības dati.
- Jūsu sirdsdarbības rādītāji, iespējams, īslaicīgi var neparādīties dažādu apstākļu ietekmē, piemēram, apkārtējās vides, jūsu fiziskā stāvokļa vai Fit valkāšanas veida dēļ.

Nemiet vērā turpmāk norādītos apstākļus, pirms uzsākat vingrinājumus aukstos laikapstākļos:

- Izvairieties no ierīces lietošanas aukstos laikapstākļos. Ja iespējams, izmantojiet ierīci telpās.
- Ja jūs izmantojiet ierīci ārā, aukstos laikapstākļos, apsedziet Fit ar savām piedurknēm pirms tā lietošanas.

Vingrinājumu sākšana

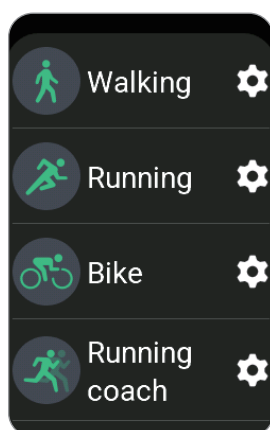
1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.

2 Pieskarieties pie **Vingrojumi**.

 Jūs varat sākt vingrinājumus tieši no elementa **Vairāki treniņi** pēc tam, kad būsit tam pievienojis treniņus.

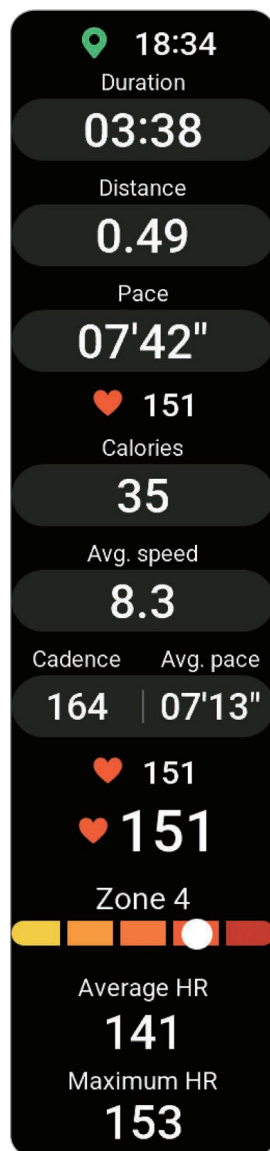
3 Pavelciet ekrānā uz augšu vai uz leju, lai izvēlētos vēlamo vingrinājuma veidu.

Ja jums vēlamā vingrinājumu veida nav, pieskarieties pie **Pievienot** un tad izvēlieties vēlamo vingrinājumu veidu.



Sāksies vingrinājums. Dažiem vingrinājumu veidiem ir nepieciešams pieskarties pie **Sākt**, lai sāktu vingrinājumu.

- 4 Pavelciet ekrānā uz augšu vai uz leju, lai treniņa ekrānā apskatītu vingrinājumu informāciju, piemēram, jūsu sirdsdarbību, attālumu vai laiku.



Jūs varat atskaņot mūziku, ekrānā pavelkot pa kreisi.



- Izvēloties **Baseinā** vai **Pelde ūdenī**, automātiski tiks ieslēgts režīms bloķēšanai ūdenī un skārienekrāns nereaģēs. Ūdens bloķēšanas režīms ir funkcija, kas novērš netīšu pieskārsanos ekrānam un ievadi tajā, vingrojot ūdenī.
- Izvēloties **Baseinā** vai **Pelde ūdenī**, reģistrētā vērtība var nebūt precīza šādos gadījumos:
 - ja pārtraucat peldēt pirms galamērķa sasniegšanas
 - ja baseina vidū maināt peldēšanas veidu
 - ja pārtraucat roku kustību pirms galamērķa sasniegšanas
 - ja peldot nekustināt rokas
 - ja peldot izmantojat tikai vienu roku
 - ja peldat zem ūdens
 - ja izkāpjat no ūdens un staigājat pēc vingrinājuma sākšanas
 - ja neapturat vai neatsākat vingrinājumu, bet pabeidzat to atpūtas laikā.

5 Velciet ekrānā pa labi un pieskarieties pie **Beigt**.

Lai pauzētu vai atsāktu vingrinājumu, pavelciet ekrānā pa labi un pieskarieties **Pauzēt** vai **Atsākt**.



- Lai pabeigtu peldēšanu, vispirms nospiediet un turiet sākuma pogu ilgāk par 2 sekundēm, lai izslēgtu ūdens bloķēšanas režīmu. Atlaidiet sākuma pogu, kad ūdens bloķēšanas režīms ir izslēgts. Ja turpināsiet turēt nospiestu sākuma pogu, Fit var restartēties.
- Mūzikas atskaņošana tiks turpināta arī pēc treniņa beigām. Lai pārtrauktu mūzikas atskaņošana, apturiet mūziku pirms treniņa beigām vai atveriet programmu **Media Controller**, lai apturētu mūziku.

6 Pēc vingrinājuma pabeigšanas pavelciet ekrānā uz augšu vai uz leju, lai apskatītu savu vingrinājumu rezultātus.

Vairāku vingrinājumu pildīšana

Varat atlasīt vairākus vingrinājumus un sākt pildīt visus pēc kārtas, uzsākot nākamo vingrinājumu uzreiz pēc pašreizējā vingrinājuma pabeigšanas.

Treniņa laikā pavelciet ekrānā pa labi, pieskarieties **Jauns** un tad izvēlieties nākamo vingrinājuma veidu, ko sākt.



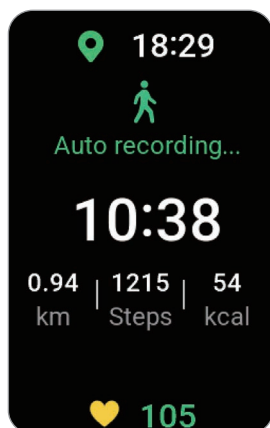
Lai pabeigtu peldēšanu, vispirms nospiediet un turiet sākuma pogu ilgāk par 2 sekundēm, lai izslēgtu ūdens bloķēšanas režīmu. Atlaidiet sākuma pogu, kad ūdens bloķēšanas režīms ir izslēgts. Ja turpināsiet turēt nospiestu sākuma pogu, Fit var restartēties.

Vingrinājuma iestatīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
 - 2 Pieskarieties pie **Vingrojumi**.
 - 3 Pie katra vingrinājuma veida pieskarieties pie  un iestatiet dažādas vingrinājumu iespējas.
 - **Mērķis:** ieslēdziet vingrinājuma mērķa funkciju un iestatiet to.
 - **Treniņa ekrāns:** iestatiet ekrānus, kas parādīsies jūsu treniņa laikā.
 - **SR zonas ceļvedis:** ieslēdziet funkciju un iestatiet saņemt brīdinājumus, tiklīdz esat sasniedzis iestatīto sirdsdarbības zonas mērķi.
 - **Sadalīt norādījumus:** iestatiet norāžu saņemšanas iespēju, tiklīdz sasniedzat iestatīto distanci, laiku vai garumu.
 - **Treniņa ziņojumi:** iestatiet, lai saņemtu trenera ziņojumus un treniņa laikā uzturētu piemērotu ritmu.
 - **Autom. pauze:** lai automātiski pazvētu, tiklīdz pārtraucat treniņu, iestatiet Fit vingrinājumu funkciju.
 - **Treniņa sākums:** iestatiet, kā sākt trenēties.
 - **Ekr. vienmēr iesl.:** iestatiet, lai ekrāns treniņu laikā vienmēr būtu ieslēgts.
 - **Automātiska treniņu noteikšana:** ieslēdziet un iestatiet automātiskās treniņu noteikšanas funkciju. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Automātiskā treniņa noteikšanas funkcija](#).
 - **Baseina garums:** iestatiet baseina garumu.
- 
 - Tieši pirms vingrinājuma sākšanas vai vingrinājuma laikā noteiktus iestatījumus var arī mainīt. Pirms vingrinājuma sākšanas atpakaļskaitīšanas ekrānā vai GPS ekrānā pieskarieties pie **Iestat.** Vai arī treniņa laikā pavelciet ekrānā pa labi un pieskarieties pie **Iestatījumi**.
 - Pieejamās vingrinājumu iestatījumu iespējas var atšķirties atkarībā no izvēlēta vingrinājuma veida.

Automātiskā treniņa noteikšanas funkcija

Tiklīdz veicat aktivitāti noteiktu laiku, valkājot Fit, tas automātiski atpazīst, ka jūs vingrināties, un reģistrē vingrinājumu informāciju, piemēram, vingrinājuma veidu, ilgumu un patērētās kalorijas.



Kad pārtraucat pildīt vingrinājumus uz ilgāku laiku nekā viena minūte, Fit automātiski nosaka, ka esat pārtraucis vingrināties, un ierakstīšana tiek pārtraukta.



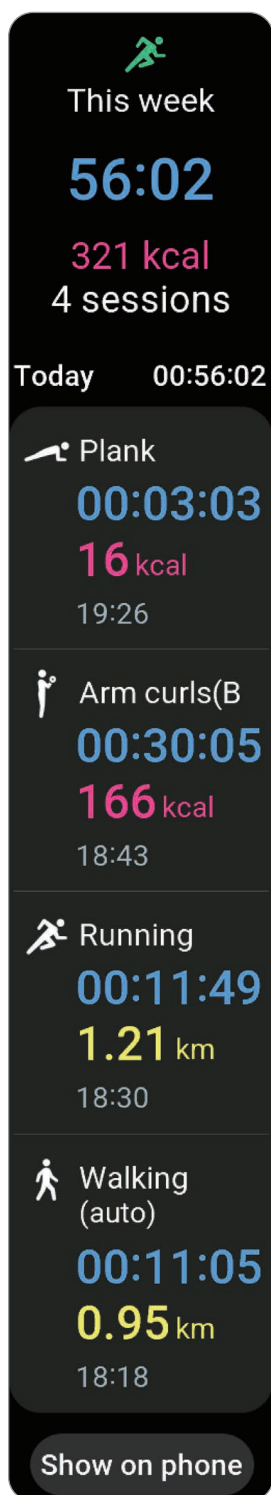
- Sarakstā jūs varat aplūkot tos vingrinājumus, kurus atbalsta automātiskā treniņa noteikšanas funkcija. Programmu sarakstā pieskarieties **Health** un pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Nosakāmās darbības**. Ja vingrinājumi netiek atpazīti automātiski, ieslēdziet automātisko treniņa noteikšanas funkciju un sadaļā **Nosakāmās darbības** pieskarieties pie tā vingrinājuma veida slēdža, kas izmanto šo funkciju.
- Izmantojot akseleratora sensoru, automātiskā treniņa konstatēšanas funkcija izmēra noteiktu faktoru, piemēram, treniņā aizvadīto laiku un patērētās kalorijas. Atkarībā no jūsu iešanas un treniņa ieradumiem un dzīvesveida, mērījumi var būt neprecīzi.

Treniņu ilgums šonedēļ

Vingrinājumu vēsturi var aplūkot sakārtotā veidā pēc datuma un vingrinājuma veida.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Treniņu ilgums šonedēļ**.

- 3 Lai apskatītu visu savu vingrinājumu vēsturi, velciet ekrānā uz augšu vai uz leju.



Miegs

Analizējiet un reģistrējiet savu miegu, izmērot sirdsdarbības ritmu un kustību, kamēr gulat.



Šī funkcija ir domāta tikai jūsu vispārējai labsajūtai un fitnesam. Tāpēc neizmantojiet to medicīniskiem nolūkiem, piemēram, simptomu diagnosticēšanai, ārstēšanai vai slimības profilaksei.

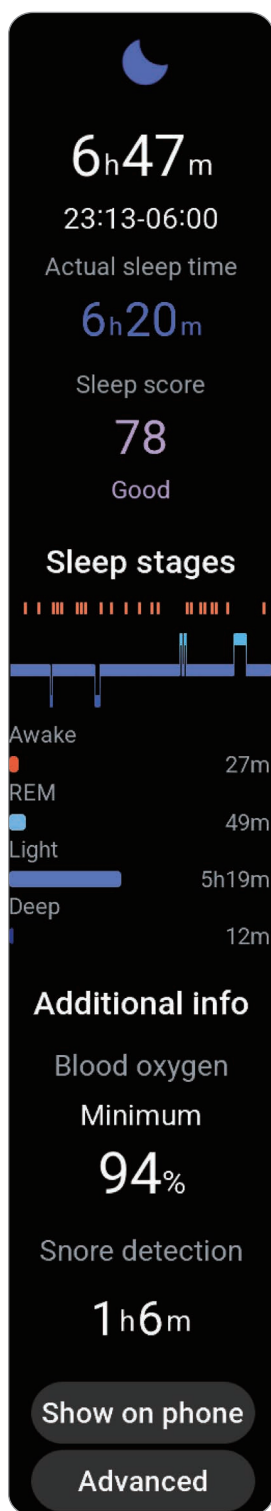


- Miega modeļa noteikšanai tiek analizēti četri stāvokļi (nomodā, REM, trausls, dziļš), izmantojot jūsu kustības un sirdsdarbības ritma izmaiņas, kamēr jūs gulat. Pievienotā tālruņa diagrammā varat pārbaudīt ieteicamos diapazonus katram izmērītajam miega stāvoklim.
- Ja jūsu sirdsdarbības ritms ir neregulārs vai jūsu Fit nevar pareizi atpazīt jūsu sirdsdarbības ritmu, miega modelis tiek analizēts pēc trīs stāvokļiem (nemierīgs, trausls, bez kustībām).
- Varat aplūkot detalizētu miega analīzi tikai tad, ja jūsu Fit ir savienots ar tālruni.
- Pirms mērīšanas uzlādējiet Fit akumulatoru, lai tajā būtu vairāk par 30% enerģijas.
- Precīziem mērījumiem stingri valkājiet Fit uz apakšdelma virs plaukstas locītavas. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem](#).

Miega mērīšana

- 1 Dodieties gulēt ar uzvilktu Fit.
Gulēšanas laikā Fit sāks mērīt jūsu miegu.
- 2 Pēc pamošanās programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 3 Pieskarieties **Miegs**.

- 4 Pavelciet ekrānā uz augšu vai uz leju, lai apskatītu visu informāciju, kas saistīta ar izmērīto miegu.



Krākšanas noteikšanas funkcijas izmantošana

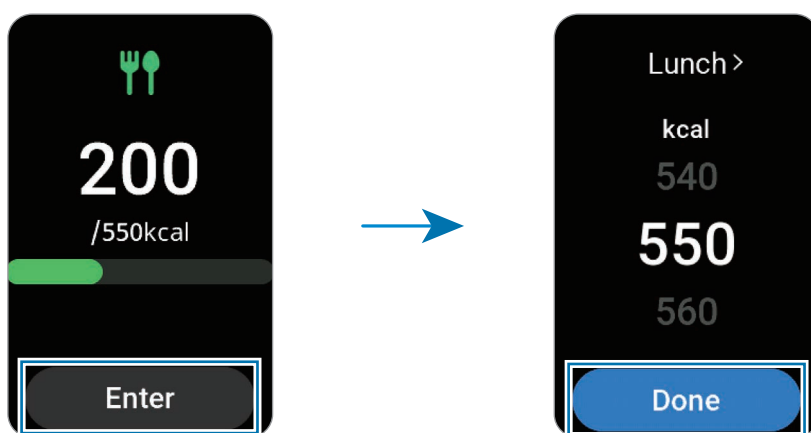
- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
 - 2 Pieskarieties pie **Iestatījumi**.
 - 3 Pieskarieties pie **Miegs** → **Krākšanas noteikšana**.
Jūsu tālrunī tiks atvērta programma Samsung Health.
 - 4 Pieskarieties slēdzim, lai to ieslēgtu.
 - 5 Sadaļā **Krākšanas noteikšana** atlasiet **Vienmēr**, lai izmērītu krākšanu ikreiz, kad guļat.
 - 6 Pirms gulētiešanas savienojiet tālruni ar lādētāju un novietojiet tālruņa mikrofonu tā, lai tas būtu pavērsts pret jums.
Dodoties gulēt ar uzvilktu Fit, jūsu krākšana tiks mērīta līdzās citiem miega kvalitātes ierakstiem.
-  • Krākšanas noteikšanas funkciju var ieslēgt savienotā tālruņa programmā Samsung Health (6.18 vai jaunāka versija).
 - Krākšana var netikt izmērīta, ja neiestatāt krākšanas noteikšanas funkciju uz **Vienmēr**, pirms gulētiešanas nepievienojat tālruni lādētājam vai pirms gulētiešanas nenovietojat tālruņa mikrofonu tā, lai tas būtu pavērsts pret jums.

Pārtika

Reģistrējiet kaloriju skaitu, kādu uzņemat vienas dienas laikā, un salīdziniet to ar savu mērķa kaloriju skaitu, lai saņemtu palīdzību sava svara pārvaldīšanai.

Kaloriju reģistrēšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Pārtika**.
- 3 Pieskarieties pie **Ievadīt**, tad pieskarieties ēdiena veidam ekrāna augšdaļā un izvēlieties iespēju.
- 4 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu uzņemamās kalorijas, un tad pieskarieties pie **Gatavs**.



Lai apskatītu papildu informāciju, kas attiecas uz uzņemto kaloriju daudzumu, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.

Žurnālu dzēšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Pārtika** un pieskarieties pie **Dzēst**.
- 3 Izvēlieties datus, kurus vēlaties dzēst, un pieskarieties pie **Dzēst**.

Uzņemamo kaloriju mērķa uzstādīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Pārtika** un pieskarieties **Iestatīt mērķi**.
- 3 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu mērķi.
- 4 Pieskarieties **Gatavs**.

Sirds rit.

Mēriet un ierakstiet savu sirdsdarbību.



Fit sirdsdarbības pārraudzības logrīks ir paredzēts tikai fitnesa un informatīviem mērķiem, bet nav paredzēts slimības vai citu apstākļu diagnostikai vai slimības izārstēšanai, mazināšanai, ārstēšanai vai novēršanai.



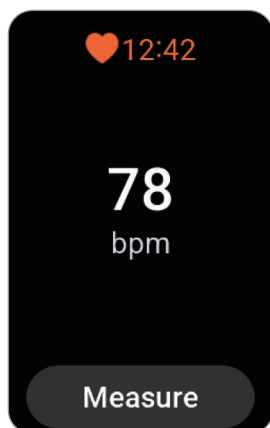
Precīziem mērījumiem stingri valkājiet Fit uz apakšdelma virs plaukostas locītavas. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem](#).

Nemiet vērā turpmāk norādītos apstākļus pirms savas sirdsdarbības mērīšanas:

- Atpūties 5 minūtes pirms mērījumu veikšanas.
- Ja mērījums ir ļoti atšķirīgs no paredzamās sirdsdarbības, atpūties 30 minūtes, un tad mēriet to vēlreiz.
- Ziemas laikā vai aukstos laikapstākļos, saglabājiet sevi siltumā, kad mērāt savu sirdsdarbību.
- Smēķēšana vai alkohola lietošana pirms mērījumu veikšanas paaugstina sirdsdarbību un var likt sirdsdarbībai būt savādākai nekā jūsu normālā sirdsdarbība.
- Nerunājiet, nežāvājieties un dziļi neelpojiet, kamēr jūs veicat sirdsdarbības mērījumus. Tas var likt jūsu sirdsdarbībai būt ierakstītai neprecīzi.
- Sirdsdarbības mērījumi var atšķirties atkarībā no mērījuma metodes un vides, kurā tie tiek veikti.
- Ja sensors nedarbojas, pārbaudiet Fit novietojumu uz plaukostas locītavas un pārliecinieties, ka sensora darbībai nav šķēršļu. Ja sensora problēma netiek novērsta, vēršieties Samsung servisa centrā vai pilnvarotā servisa centrā.

Manuāla sirdsdarbības mērīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Sirds rit.**
- 3 Pieskarieties pie **Mērīt**, lai sāktu savas sirdsdarbības mērīšanu.
Pārbaudiet izmērīto sirdsdarbības ritmu, paskatoties ekrānā.



Lai apskatītu papildu informāciju, kas attiecas uz sirdsdarbības ātrumu, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.

Sirdsdarbības mērījumu iestatījumu mainīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Sirds rit.**
- 3 Pieskarieties pie **Iestatījumi** un sadaļā **Mērījums** izvēlieties mērīšanas metodi.
 - **Mērīt nepārtraukti:** jūsu sirdsdarbība tiks mērīta nepārtraukti.
 - **Ik pēc 10 min miera stāv.:** jūsu sirdsdarbība tiks mērīta ik pēc 10 minūtēm, kamēr atpūšaties.
 - **Tikai manuāli:** jūsu sirdsdarbība tiks mērīta manuāli tikai, kad pieskarsieties pie **Mērīt**.

Sirdsdarbības brīdinājuma iestatīšana

Varat saņemt brīdinājumu, ja jūsu sirdsdarbība ir lielāka vai mazāka par iestatīto sirdsdarbības miera stāvokli vērtību un ir tāda ilgāk par 10 minūtēm.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Sirds rit.**
- 3 Pieskarieties pie **Iestatījumi** un sadaļā **Sirds ritma brīdinājums** iestatiet brīdinājumu.
 - **Augsts SR:** iestatiet, lai saņemtu brīdinājumu, ja sirdsdarbības vērtība pastāvīgi ir lielāka par iestatīto sirdsdarbības vērtību.
 - **Zems SR:** iestatiet, lai saņemtu brīdinājumu, ja sirdsdarbības vērtība pastāvīgi ir mazāka par iestatīto sirdsdarbības vērtību.

Stress

Pārbaudiet savu stresa līmeni, izmantojot jūsu Fit savāktos biodatus, un samaziniet stresu, izpildot Fit piedāvātos elpošanas vingrinājumus.

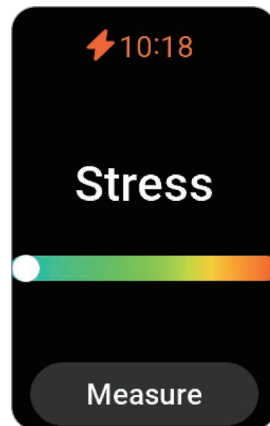


- Jo biežāk jūs mērīsiet savu stresa līmeni, jo precīzāki būs rezultāti uzkrāto datu dēļ.
- Jūsu izmērītais stresa līmenis ne vienmēr ir saistīts ar jūsu emocionālo stāvokli.
- Stresa līmeni nedrīkst mērīt miega, treniņa, aktīvu kustību laikā vai tūlīt pēc treniņa beigām.
- Precīziem mērījumiem stingri valkājiet Fit uz apakšdelma virs plaukstas locītavas. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Kā valkāt Fit precīziem mērījumiem](#).

Manuāla jūsu stresa līmeņa mērīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Stress**.

- 3 Pieskarieties pie **Mērīt**, lai sāktu sava stresa līmeņa mērīšanu. Pārbaudiet izmērīto stresa līmeni, paskatoties ekrānā.



Stresa mazināšana ar elpošanas vingrinājumu

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Stress**.
- 3 Pieskarieties pie **+** vai **-** zem **Elpošana**, lai mainītu elpošanas vingrinājuma laiku un skaitu. Lai mainītu elpošanas vingrinājuma ilgumu, pieskarieties pie **Elpošanas ilgums**.
- 4 Pieskarieties pie **Sākt** un sāciet elpot. Lai pārtrauktu elpošanas vingrinājumu, pieskarieties pie **□**.

Stresa mērīšanas iestatījumu mainīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Stress**.
- 3 Pieskarieties pie **Iestatījumi** un sadaļā **Mērījums** izvēlieties mērīšanas metodi.
 - **Mērīt nepārtraukti**: jūsu stresa līmenis tiks mērīts nepārtraukti.
 - **Tikai manuāli**: jūsu stresa līmenis tiks mērīts manuāli tikai, kad pieskarsieties pie **Mērīt**.

Cikla izsekošana

Lai sāktu izsekot savam ciklam, ievadiet savu menstruālo periodu. Ar menstruālā cikla pārvaldības un izsekošanas palīdzību Jūs varat paredzēt datumu, piemēram, nākamo menstruāciju sākumu.



- Šī funkcija ir paredzēta tikai menstruālā cikla pārvaldībai un izsekošanai. Tāpēc neizmantojiet to medicīniskiem nolūkiem, piemēram, simptomu diagnosticēšanai, ārstēšanai vai slimības profilaksei.
- Šī funkcija nav paredzēta grūtniecības plānošanai vai kontracepcijas nolūkos.
- Prognozētie datumi ir paredzēti tikai personīgai atsaucei. Prognozētie datumi var atšķirties no faktiskajiem datumiem.
- Personām, kas nav sasniegušas 18 gadu vecumu, šī funkcija jāizmanto aizbildņa uzraudzībā.
- Nepieņemiet nekādus medicīniskus lēmumus, pamatojoties uz prognozētajiem datumiem, nekonsultējoties ar ārstu. Kā arī neizmantojiet programmā Health sniegto informāciju vai neveiciet nekādas medicīniskas darbības, nekonsultējoties ar kvalificētu medicīnas speciālistu.



- Lai izmantotu šo funkciju savā Fit, tālruņa programmā Samsung Health jums ir jāieslēdz cikla izsekošanas funkcija.
- Prognozētie datumi var atšķirties atkarībā no ievadītās informācijas.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Cikla izsekošana**.
- 3 Pieskarieties pie **lev. menstr.**
- 4 Ekrānā velciet uz augšu vai uz leju, lai iestatītu jūsu mēnešreižu sākuma datumu.
- 5 Pieskarieties pie **Saglabāt**.

Lai apskatītu papildu informāciju, kas attiecas uz jūsu cikla izsekošanu, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.

Ūdens

Reģistrējiet un pārbaudiet izdzerto ūdens glāžu skaitu.

Patērētā ūdens daudzums reģistrēšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Ūdens**.
- 3 Pieskarieties pie **+250 ml**, kad izdzerat glāzi ūdens.
Ja vēlaties mainīt glāzes izmēru, pieskarieties **iestatiet krūzes izmēru** un atlasiet opciju vai iestatiet savas glāzes izmēru.

Žurnālu dzēšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Ūdens → Dzēst**.
- 3 Izvēlieties datus, kurus vēlaties dzēst, un pieskarieties pie **Dzēst**.

Ūdens patēriņa mērķa iestatīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Ūdens → Iestatīt mērķi**.
- 3 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu ikdienas mērķi.
- 4 Pieskarieties **Gatavs**.

Skābekļa līmenis asinīs

Mēriet savu skābekļa līmeni asinīs, lai pārbaudītu, vai jūsu asinis piegādā skābekli dažādām ķermeņa daļām atbilstošā daudzumā.



Šī funkcija ir domāta tikai jūsu vispārējai labsajūtai un fitnesam. Tāpēc neizmantojiet to medicīniskiem nolūkiem, piemēram, simptomu diagnosticēšanai, ārstēšanai vai slimības profilaksei.

Nemiet vērā tālāk norādītos apstākļus pirms sava skābekļa līmeņa asinīs mērīšanas:

- Atpūties 5 minūtes pirms mērījumu veikšanas.
- Ziemas laikā vai aukstos laikapstākļos, uzturiet sevi siltumu, kad mērāt sev skābekļa līmeni asinīs.
- Skābekļa līmeņa asinīs mērījumi var atšķirties atkarībā no mērīšanas metodes un vides, kurā tas tiek darīts.

Manuāla skābekļa līmeņa asinīs mērīšana

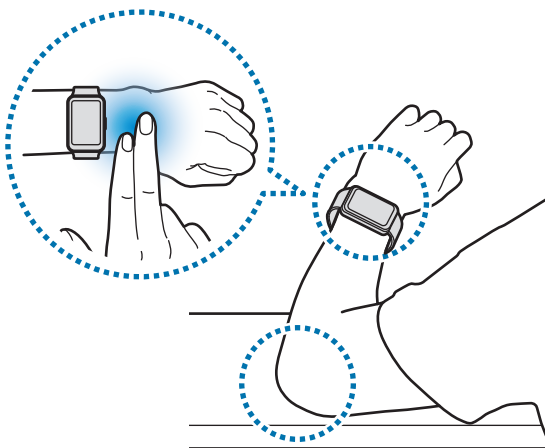
- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties **Skābekļa līmenis asinīs**.

3 Pieskarieties pie **Mērīt**, lai sāktu sava skābekļa līmeņa asinīs mērīšanu.



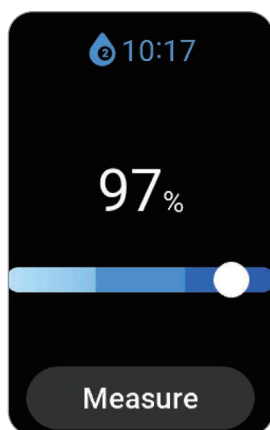
Pareiza poza mērījumu laikā

- Lai veiktu precīzus mērījumus, stingri valkājiet Fit uz apakšdelma, atstājot divu pirkstu platuma vietu virs plaukostas locītavas, kā parādīts attēlā zemāk. Kā arī novietojiet elkoni uz galda tā, lai plaukostas locītava atrastos tuvu sirdij.



- Nekustieties un palieciet pareizā pozā, līdz mērījumi ir pabeigti.
- Varat iegūt informāciju par to, kā mērīt skābekļa līmeni asinīs, pieskaroties pie **Kā veikt mērījumu**.

Pārbaudiet izmērīto skābekļa līmeni asinīs, paskatoties ekrānā. Ja jūsu skābekļa līmenis asinīs miera stāvoklī ir starp 95% un 100%, tas ir normas robežās.



Skābekļa līmeņa asinīs mērīšana miega laikā

Iestatiet nepārtrauktu skābekļa līmeņa asinīs mērīšanu miega laikā.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Iestatījumi**.
- 3 Pieskarieties pie **Miegs** un pēc tam pieskarieties slēdzim **Skāb. līm. asinīs miega laikā** miega laikā, lai to ieslēgtu.
Dodoties gulēt ar uzvilktu Fit, jūsu skābekļa līmenis asinīs miega laikā tiks mērīts līdzās citiem miega kvalitātes ierakstiem.



- Ja jūsu skābekļa līmenis asinīs tiek nepārtraukti mērīts miega laikā, akumulators izlādēsies ātrāk nekā parasti.
- Skābekļa līmeņa asinīs mērīšanas laikā jūs varat redzēt gaismiņu optiskā sirds darbības sensora mirgošanas dēļ.
- Fit var mērīt skābekļa līmeni asinīs, pat ja jūs neguļat, jo Fit var atpazīt miega statusu, pat ja lasāt grāmatas vai skatāties TV vai filmas.
- Valkājiet Fit kārtīgi savilktu, nodrošinot, ka jūs neatstājat brīvu vietu starp jūsu plaukstu locītavu un Fit, kad miega laikā kustaties.

Together

Salīdziniet savus soļu skaita ierakstus ar draugiem, kuri arī izmanto programmas Samsung Health funkciju Kopā. Kad sākat soļu skaita izaicinājumus ar draugiem, jūs varat aplūkot izaicinājumu statusu savā Fit.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health**.
- 2 Pieskarieties pie **Together**.

Pieskarieties **Rādīt tālrunī**, lai apskatītu detalizētu informāciju, kas ir saistīta ar jūsu pievienotā tālruņa funkciju.



- Ieslēdziet funkciju Kopā tālruņa programmā Samsung Health, lai apskatītu funkcijas Kopā informāciju savā Fit.

Iestatījumi

Konfigurējiet dažādus iestatījumus, kas saistīti ar vingrinājumiem un fitnesu.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Health** un pieskarieties pie **Iestatījumi**.

- **Mērījums:** iestatiet, kā mērīt sirdsdarbību un stresu, un ieslēdziet vai izslēdziet papildu funkcijas, ko var mērīt miega laikā.
- **Automātiska treniņu noteikšana:** iestatiet automātisko treniņa noteikšanas funkciju un izvēlieties vingrinājumu veidus, kurus noteikt.
- **Bezdarbības ilgums:** ieslēdziet funkciju, lai saņemtu brīdinājumus pēc 50 neaktivitātes minūtēm, un iestatiet laiku un dienas, par kurām vēlaties saņemt paziņojumus.



Dažas funkcijas var nebūt pieejamas atkarībā no reģiona, operatora vai modeļa.

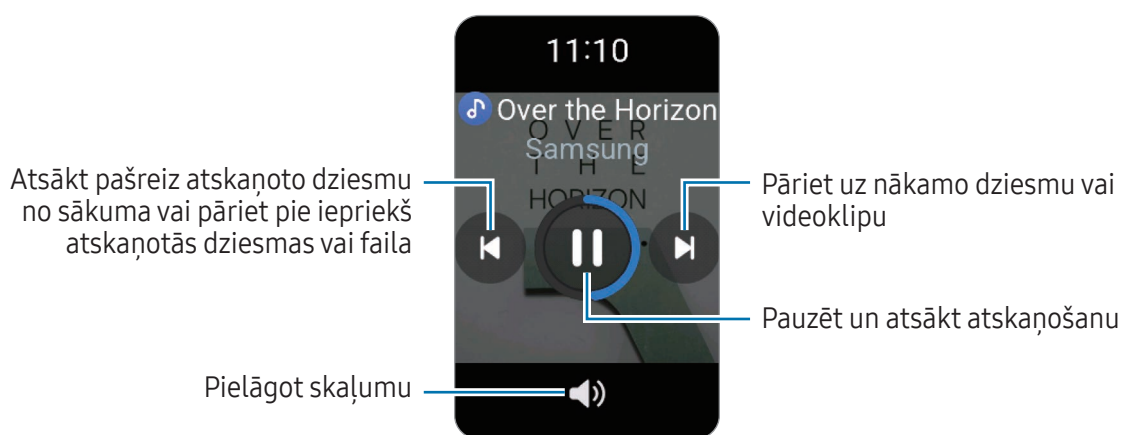
Media Controller

Kontrolējiet pievienotajā tālrunī instalēto multivides programmu, lai atskaņotu vai apturētu mūziku vai videoklipus.



Lai šo programmu automātiski atvērtu jūsu Fit, kad atskaņojat mūziku vai video savienotā tālrunī, programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Displejs** un pieskarieties slēdzim **Rādīt multiv. vadīklas**, lai to ieslēgtu.

- 1 Atskaņojiet mūziku vai videoklipus savienotajā tālrunī.
- 2 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Media Controller**.
- 3 Kontrolējiet mūzikas vai videoklipu atskaņotāju, izmantojot savu Fit.



Kalend.

Jūs varat apskatīt 7 dienu notikumu grafikus, kurus saglabājāt savā tālrunī, izmantojot Fit.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Kalend.**, lai apskatītu notikumu grafikus, kurus saglabājāt savā tālrunī.

Lai pievienotu grafiku, pieskarieties pie **Rādīt tālrunī** un pievienojiet to, izmantojot savienoto tālruni.

Laika prognoze

Informāciju par laikapstākļiem vietā, kas iestatīta savienotajā tālrunī, apskatiet Fit.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Laika prognoze**.

Lai apskatītu informāciju par laikapstākļiem, piemēram, laikapstākļus konkrētā laikā vai nedēļas pārskatu, ekrānā pavelciet uz augšu vai uz leju.

Signāls

Iestatiet un atsevišķi pārvaldiet Fit un tālruņa modinātājus.



Kad jūsu Fit ir savienots ar tālruni, izmantojot Bluetooth, varat pārbaudīt tālruņa modinātāju sarakstu no Fit.

Modinātāja iestatīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Signāls**.
- 2 Pieskarieties **Piev. aprocē**, lai iestatītu modinātāju, kas tiks atskaņots tikai jūsu Fit. Varat arī pievienot modinātāju no savienotā tālruņa, pieskaroties pie **Piev. tālrunī**.
- 3 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu modinātāja laiku, un pēc tam pieskarieties **Tālāk**.
- 4 Iestatiet citas modinātāja iespējas, piemēram, datumu, kad aktivizēt, un vai modinātāju atkārtot, un pieskarieties pie **Saglabāt**.
Saglabātais modinātājs tiek pievienots modinātāju sarakstam.

Lai ieslēgtu vai izslēgtu modinātājus, pieskarieties slēdzim blakus attiecīgajam modinātājam sarakstā.

Modinātāja signāla izslēgšana

Lai izslēgtu modinātāja signālu, velciet  ārpus lielā apla.

Ja vēlaties izmantot atlikšanas funkciju, velciet  ārpus lielā apla.

Modinātāja signālu dzēšana

Modinātāju sarakstā pieskarieties un turiet modinātāju, tad pieskarieties pie **Dzēst**.

Pas. pulkst.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Pas. pulkst.**, lai apskatītu pasaules pulksteņus, kas pievienoti, izmantojot tālruni.

Lai pievienotu pasaules pulksteni, pieskarieties **Piev. tālrunī**. Vai, ja jums jau ir pievienoti pasaules pulksteņi, pieskarieties **Rediģēt tālrunī** un tad pievienojiet vai noņemiet pasaules pulksteni, izmantojot tālruni.

Taimeris

Taimera iestatīšana

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Taimeris**.
- 2 Pieskarieties pie .
- 3 Ekrānā velciet augšup vai lejup, lai iestatītu modinātāja laiku, un pēc tam pieskarieties .

 Ja izvēlēsieties iepriekšēju iestatījumu, taimeris sāks atskaiti uzreiz. Jūs varat arī apskatīt citus iepriekšējus iestatījumus, pavelkot ekrānā uz augšu vai uz leju.

Taimera izslēgšana

Kad jūsu taimeris sāk darboties, velciet  ārpus lielā apla.

Lai taimeri restartētu, velciet  ārpus lielā apla.

Hronometrs

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Hronometrs**.
- 2 Izvēlieties vēlamo hronometra stilu, pavelkot ekrānā pa kreisi vai pa labi.
Lai mainītu hronometra stilu, pieskarieties ekrānam un turiet to.
- 3 Lai uzņemtu notikuma laiku, pieskarieties pie **Sākt**.
Lai ierakstītu aplū laikus, kamēr uzņemat notikuma laiku, pieskarieties pie .
- 4 Pieskarieties pie , lai pārtrauktu laika uzņemšanu.
 - Lai restartētu laikus, pieskarieties pie .
 - Lai notīrītu aplū laikus, pieskarieties pie .

Atr.manu tālr.

Ja nezināt, kur atrodas jūsu tālrunis, Fit var jums palīdzēt to atrast.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Atr.manu tālr.**
- 2 Pieskarieties pie **Sākt**.
Tālrunis raidīs skaņu un vibrēs, un ieslēgsies tā ekrāns.
Lai pārtrauktu skaņas raidīšanu un vibrāciju, tālrunī pieskarieties pie  un velciet to, vai pieskarieties pie **Pārtraukt** savā Fit.

Atrast manu aproci

Ja nepareizi novietojat savu Fit, programma Galaxy Wearable pievienotajā tālrunī var palīdzēt to atrast.

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Atrast manu aproci**.
- 2 Pieskarieties pie **Sākt**.
Fit vibrēs, un ieslēgsies tā ekrāns.

Lai pārtrauktu vibrāciju, pieskarieties pie  savā Fit. Jūs to varat apturēt, tālrunī pieskaroties **Pārtraukt**.

SOS sūtīšana

Ievads

Ārkārtas situācijā, tostarp, ja esat cietis no kritiena, veiciet ārkārtas zvanu un nosūtiet SOS ziņojumu, kas ietver jūsu atrašanās vietas informāciju, iepriekš reģistrētajām kontaktpersonām. Varat arī iestatīt Fit, lai pēc SOS nosūtīšanas tajā tiktu parādīti jūsu medicīniskie dati.



- Informācija par jūsu atrašanās vietu var netikt nosūtīta, atkarībā no jūsu reģiona vai situācijas.
- Dažas funkcijas var nebūt pieejamas atkarībā no savienotā tālruņa programmatūras versijas un tā modeļa.

SOS pieprasījuma iepriekšēja iestatīšana

Medicīnisko datu ievadīšana

Ievadiet savus medicīniskos datus, piemēram, savu vārdu un asinsgrupu. Šiem datiem ārkārtas situācijā var piekļūt tieši no Fit.

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas**.
- 2 Pieskarieties pie **Med. inform.**, ievadiet savus datus un tad pieskarieties pie **Saglabāt**.

Nosūtot SOS ziņojumu, ievadītie medicīniskie dati parādīsies jūsu Fit SOS ekrānā.

Ārkārtas kontaktpersonu reģistrēšana

Pievienojiet kontaktpersonas, kas var jums palīdzēt, kopīgojot ārkārtas situāciju.

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas**.
- 2 Pieskarieties pie **Ārkārtas kontakti**.
- 3 Pieskarieties pie **Pievienot ārkārtas situāciju kontaktu** un atlasiet nepieciešamās kontaktpersonas no esošā kontaktpersonu saraksta, un pēc tam pieskarieties pie **Gatavs**.

SOS pieprasīšana

SOS pieprasījuma iestatīšana

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas**.
 - 2 Pieskarieties tālrunī **Ārkārt. SOS** → **Ārkārtas SOS iestatījumos savā tālrunī** un konfigurējiet pievienotā tālruņa SOS iestatījumus.
-  Iespējams, jums nebūs jākonfigurē pievienotā tālruņa SOS iestatījumi atkarībā no pievienotā tālruņa programmatūras versijas un tā modeļa. Šādā gadījumā konfigurējiet lietotnes Galaxy Wearable SOS iestatījumus.

SOS pieprasījuma sūtīšana

Ārkārtas gadījumā piecas reizes nospiediet Fit sākuma pogu.

Uz ārkārtas zvana numuriem tiks nosūtīts SOS ziņojums, kurā būs norādīta jūsu pašreizējā atrašanās vieta.

- 
- Lai manuāli nosūtītu SOS pieprasījumu, velciet zvanišanas vai ziņojumu nosūtīšanas pogu ārpus lielākā apļa tālruņa SOS pieprasījuma ekrānā.
 - Ārkārtas zvans var netikt veikts atkarībā no pievienotā tālruņa programmatūras versijas. Tomēr SOS ziņojums, kas ietver informāciju par jūsu atrašanās vietu, tiek nosūtīts neatkarīgi no pievienotā tālruņa programmatūras. Ja SOS ziņojums netiek nosūtīts, tālrunī atveriet lietotni **Galaxy Wearable** pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas** → **Ārkārt. SOS** → **Ārkārtas SOS iestatījumos savā tālrunī** un pēc tam pieskarieties slēdzim **Nosūtīt SOS ārkārtas kontaktiem**, lai to ieslēgtu.

SOS pieprasīšana, kad esat guvis traumu krītot

SOS pieprasījuma iestatīšana, kad esat guvis traumu krītot

- 1 Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas**.
- 2 Pieskarieties pie **Smaga kritiena noteikšana** un pieskarieties slēdzim, lai to ieslēgtu.
- 3 Pieskarieties pie **Kad noteikt kritienus**, un atlasiet stāvokli, kādā Fit jāatklāj kritiena radītā trauma.

SOS pieprasījuma nosūtīšana, kad esat guvis traumu krītot

Liela trieciena gadījumā Fit no jūsu rokas kustībām noteiks kritiena radītās traumas. Ja vairāk nekā 30 sekundes pēc kritiena netiek konstatēta neviena kustība, tas parādīs brīdinājumu, vienlaikus vibrējot. Ja pēc 60 sekundēm joprojām netiks saņemta atbilde, tiks veikts ārkārtas zvans un automātiski izsūtīts SOS ziņojums iepriekš reģistrētajām kontaktpersonām.



- Fit var uzskatīt, ka esat cietis kritienā, ja veicat vingrinājumus ar spēcīgiem triecieniem. Ja tā notiek, atceliet brīdinājumu, lai nepieprasītu SOS.
- Šī funkcija ir pieejama atkarībā no savienotā tālruņa programmatūras versijas un tā modeļa.

Atrašanās vietas informācijas kopīgošanas pārtraukšana

Lai pārtrauktu savas atrašanās vietas informācijas kopīgošanu, tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**, pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas** → **Ārkārt. SOS** → **Ārkārtas SOS iestatījumos savā tālrunī** → **Ārkārtas kopīgošanas iestatījumi**, un pēc tam pieskarieties pie **Beigt kopīgošanu**.



Ja nevarat pārtraukt savas atrašanās vietas informācijas kopīgošanu pievienotajā tālrunī, pēc Fit paziņojumu paneļa atvēršanas pieskarieties kopīgošanas statusa paziņojumam un pieskarieties pie **Beigt** → .

Kalkulators

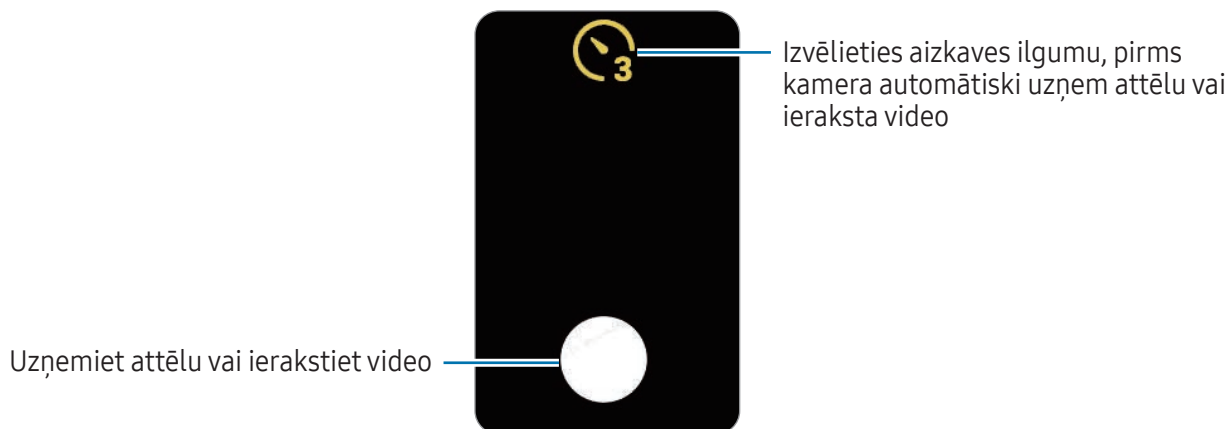
Varat veikt aprēķinus.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Kalkulators**.

Kameras tālvadība

Attālināta Fit pievienotā tālruņa kameras vadīšana un fotografēšana vai video ierakstīšana no attāluma.

- 1 Programmu sarakstā pieskarieties pie **Kameras tālvadība**.
Savienotajā tālrunī tiks atvērta kameras programma.
- 2 Pieskarieties pie , lai uzņemtu attēlu vai ierakstītu video.



Šī programma var nebūt pieejama atkarībā no savienotā tālruņa.

Iestatījumi

Ievads

Pielāgojiet funkciju un programmu iestatījumus. Iestatiet savu Fit atkarībā no jūsu izmantošanas modeļa, atbilstoši konfigurējot dažādus iestatījumus.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi**.



Dažas funkcijas iestatījumos var nebūt pieejamas atkarībā no reģiona, operatora vai modeļa.

Režīmi

Izvēlieties sava Fit režīmu.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Režīmi**.

- **Miega režīms:** ieslēdziet miega režīmu, lai samazinātu uz acīm radīto stresu pirms miega un novērstu miega traucējumus.
- **Teātra režīms:** ieslēdziet teātra režīmu, lai koncentrētos uz filmu skatīšanos.



Kad pievienotajā tālrunī ieslēdzat funkciju **Sinhronizēt režīmus ar tālruni**, kinoteātra režīmu var ieslēgt un konfigurēt tikai caur tālruni. Lai ieslēgtu kinoteātra režīmu tikai ierīcē Fit, atveriet tālrunī lietotni **Galaxy Wearable**, pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Režīmi**, un pēc tam pieskarieties slēdzim **Sinhronizēt režīmus ar tālruni**, lai to izslēgtu.

Paziņojumi

Mainiet paziņojumu iestatījumus.

Iestatījumu ekrānā, pieskarieties **Paziņojumi**.

- **Programmas paziņojumi:** lai saņemtu paziņojumus savā Fit, atlasiet tālruni vai Fit programmu.
- **Rādīt tālruņa paziņojumus aprocē:** iestatiet Fit rādīt tālruņa paziņojumus atkarībā no tālruņa lietošanas statusa.
- **Izslēgt paziņojumus tālrunī:** iestatiet tālruni izslēgt programmu paziņojumus, kad tie parādīsies Fit.
- **Netraucēt:** iestatiet Fit izslēgt visus paziņojumus, izņemot atļautos.
- **Papildu iestatījumi:** konfigurējiet paziņojumu papildu iestatījumus.

Vibrēt

Mainiet vibrācijas iestatījumus.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Vibrēt**.

- **Vibrēt / Izslēgt skaņu:** iestatiet Fit izmantot vibrācijas režīmu vai klusuma režīmu.
- **Vibrēt:** iestatiet vibrācijas ilgumu un intensitāti.
- **Zvana vibrācija:** mainiet zvana vibrācijas veidu.
- **Paziņojuma vibrācija:** mainiet paziņojuma vibrācijas veidu.
- **Sistēmas vibrācija:** izvēlieties darbības, lai saņemtu vibrācijas atgriezenisko saiti.

Displejs

Mainiet ekrāna iestatījumus.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties **Displejs**.

- **Spilgtums:** pielāgojiet ekrāna spilgtumu.
- **Pielāgojamais spilgtums:** iestatiet Fit atcerēties jūsu spilgtuma iestatījumus un lietot tos automātiski līdzīgos apgaismojuma apstākļos.
- **Always On Display:** iestatiet Fit rādīt informāciju, piemēram, laiku un datumu, kamēr Fit valkāšanas laikā ir izslēgts ekrāns. Šīs funkcijas izmantošana izraisīs akumulatora ātrāku izlādēšanos nekā parasti.
- **Ekrāna aktiviz.:** izvēlieties, kā ekrānu ieslēgt. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Ekrāna ieslēgšana](#).
- **Rādīt multiv. vadīklas:** iestatiet, lai automātiski atvērtu programmu **Media Controller** jūsu Fit, kad savienotajā tālrunī tiek atskaņota mūzika vai videoklips.
- **Ekrāna taimauts:** iestatiet, pēc cik ilga laika Fit jāizslēdz ekrāna apgaismojums.
- **Rād.pēd. progr.:** iestatiet laiku, cik ilgi pēc ekrāna izslēgšanas rādīt pēdējo lietoto programmu. Ja pēc ekrāna izslēgšanas jūs to atkal ieslēdzat iestatītajā laika periodā, pulksteņa ekrāna vietā parādīsies pēdējo reizi izmantotās programmas ekrāns.
- **Rādīt uzlādes informāciju:** iestatiet Fit rādīt uzlādes informāciju, kad uzlādes laikā ekrāns ir izslēgts.

Health

Konfigurējiet dažādus iestatījumus, kas saistīti ar vingrinājumiem un fitnesu.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties **Health**.

- **Mērījums:** iestatiet, kā mērīt sirdsdarbību un stresu, un ieslēdziet vai izslēdziet papildu funkcijas, ko var mērīt miega laikā.
- **Automātiska treniņu noteikšana:** iestatiet automātisko treniņa noteikšanas funkciju un izvēlieties vingrinājumu veidus, kurus noteikt.
- **Bezdarbības ilgums:** ieslēdziet funkciju, lai saņemtu brīdinājumus pēc 50 neaktivitātes minūtēm, un iestatiet laiku un dienas, par kurām vēlaties saņemt paziņojumus.

Drošība un konfid.

Pārbaudiet Fit drošību un mainiet iestatījumus.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Drošība un konfid.**

- **Bloķ. veids:** mainiet ekrāna bloķēšanas veidu. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Bloķēšanas ekrāns](#).
- **Plaukstas locītavas not.:** iestatiet, lai noteiktu, vai nēsājat Fit.

Drošība un ārkārtas situācijas

Pārvaldiet savu medicīnisko informāciju un ārkārtas kontaktpersonas. Kā arī varat iestatīt SOS pieprasīt, kad atrodaties ārkārtas situācijās. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [SOS sūtīšana](#).

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Drošība un ārkārtas situācijas**.

- **Med. inform.:** konfigurējiet vai pārbaudiet savu medicīnisko informāciju.
- **Ārkārtas kontakti:** pievienojiet ārkārtas kontaktpersonas.
- **Ārkārt. SOS:** iestatiet pieprasīt SOS, kad izpildāt šīs funkcijas iestatījumu ekrānā sniegtos norādījumus.
- **Smaga kritiena noteikšana:** iestatiet SOS pieprasīšanu, kad Fit konstatē smagu kritienu.

Papildu funkcijas

Ieslēdziet papildu funkcijas.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties **Papildu funkcijas**.

- **Signāli par atvienošanu:** iestatiet saņemt brīdinājumus, kad Fit zaudē Bluetooth savienojumu ar tālruni.
- **Ūdens bloķēšana:** pirms ieiešanas ūdenī ieslēdziet režīmu bloķēšanai ūdenī. Ieslēgta ūdens bloķēšanas režīma laikā skārienekrāns nav pieejams.
- **Nospiest divreiz sākuma pogu:** izvēlieties programmu vai funkciju, kura tiks palaista, kad divreiz tiek nospiesta sākuma poga.
- **Statusa indikatori:** mainiet pulksteņa ekrāna augšdaļā esošo statusa indikatoru ikonu displeja iestatījumus.

Vispārīgi

Pielāgojiet Fit vispārīgos iestatījumus. Varat arī atiestatīt Fit.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Vispārīgi**.

- **Orientācija:** uzlieciet Fit atbilstoši plaukstas locītavai, uz kuras to valkājat, kreisās vai labās, un sākuma pogas orientāciju, kad valkājat Fit.
- **Atiestatīt:** dzēsiet visus Fit esošos datus.

Par aproci

Pieklūstiet Fit papildu informācijai.

Iestatījumu ekrānā pieskarieties pie **Par aproci**.

- **Statusa informācija:** aplūkojiet informāciju, piemēram, Bluetooth adresi un sērijas numuru.
- **Juridiskā informācija:** pieklūstiet ar Fit saistītajai juridiskajai informācijai. Jūs varat arī nosūtīt Samsung Fit diagnostikas informāciju.
- **Programmatūras informācija:** pieklūstiet programmatūras versijai.
- **Inform. par akumulatoru:** pārbaudiet akumulatora informāciju.

Programma Galaxy Wearable

Ievads

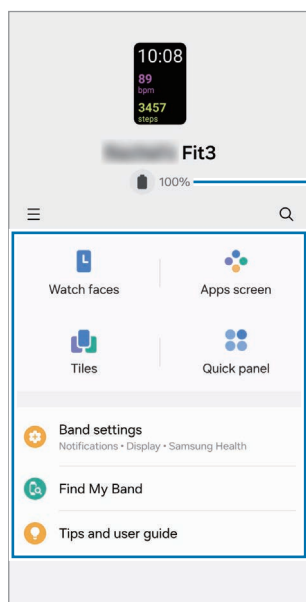
Lai pievienotu Fit tālrunim, tajā ir jāuzinstalē programma Galaxy Wearable. Ar Galaxy Wearable programmu jūs varat pārbaudīt Fit atlikušo akumulatora uzlādes līmeni un konfigurēt iestatījumus.

Savā tālrunī atveriet programmu **Galaxy Wearable**.

Lai meklētu iestatījumus, ievadot atslēgvārdus, pieskarieties . Iestatījumu varat meklēt, arī atlasot atzīmi sadaļā **Ieteikumi**.



Dažas funkcijas var nebūt pieejamas atkarībā no savienotā tālruņa veida.



Fit atlikušais akumulatora uzlādes līmenis

Konfigurējiet Fit iestatījumus un palaidiet vēlamās funkcijas

Pieskarieties , lai izmantotu papildu iespējas:

-  : konfigurējiet programmas Galaxy Wearable iestatījumus.
- **Savienot jaunu ierīci**: pievienojiet jaunu papildu ierīci. Lai pabeigtu savienošanu, izpildiet ekrānā redzamos norādījumus. Ja pievienojat citu Fit, skatiet plašāku informāciju sadaļā [Fit savienošana ar tālruni, izmantojot Bluetooth](#).
- **Noņemt ierīci**: izvēlieties ierīci un pieskarieties pie **Noņemt**.



Dažas funkcijas var nebūt pieejamas atkarībā no reģiona, operatora vai modeļa.

Ciparnīcas

Jūs varat mainīt pulksteņa veidu, kas tiks rādīts pulksteņa ekrānā.

Tālrūnā Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Ciparnīcas**.

Izvēlieties vēlamo ciparnīcu.



Ja izvēlaties noteiktas ciparnīcas, piemēram, **Photos**, varat tām pielāgot, piemēram, pulksteņa veidu, pieskaroties **Pielāgot**.

Ciparnīcu izveide ar fotoattēliem

Nomainiet ciparnīcai attēlu, kādu uzņēmət pirms brīža, vai attēlu, kas ir saglabāts savienotajā tālrunī.

- 1 Tālrūnā Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Ciparnīcas**.
- 2 Pieskarieties pie **Photos**.
- 3 Pieskarieties pie **Pielāgot** → **Fons** → **Kamera**.
Lai izvēlētos attēlu, kas saglabāts jūsu tālrunī, pieskarieties pie **Galerija**.
- 4 Pieskarieties pie , lai fotografētu, un pēc tam pieskarieties pie **Labi**.
- 5 Velciet attēla daļu, kuru vēlaties izmantot rūtiņā, vai pielāgojiet attēla izmēru un pēc tam pieskarieties pie **Gatavs**.
Jūs varat arī redīgēt attēlu, piemēram, mainīt tā spilgtumu.
- 6 Pieskarieties pie **Saglabāt**.
Ciparnīca tiks nomainīta uz attēlu.

Programmu ekrāns

Pārkārtojiet programmas programmu sarakstā.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Programmu ekrāns**.

Lai pārkārtotu programmas, pieskarieties un turiet  blakus pārvietojamai programmai, velciet to uz vēlamo vietu un pēc tam pieskarieties pie **Saglabāt**.

Elementi

Pielāgojiet Fit elementus. Elementus var arī pārkārtot.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Elementi**.

Elementu pievienošana un noņemšana

Sadaļā **Pievienot elementus** pieskarieties elementam, kuru vēlaties pievienot, vai pieskarieties pie  uz elementiem, kurus vēlaties noņemt, un pēc tam pieskarieties pie **Saglabāt**.

Elementu pārkārtošana

Pieskarieties elementam, kuru vēlaties pārvietot, un turiet to, velciet to uz vēlamo vietu un pēc tam pieskarieties **Saglabāt**.

Ātrais panelis

Izvēlieties ātro iestatījumu ikonu, kas redzama uz jūsu Fit ātrā paneļa. Ātro iestatījumu ikonas var arī pārkārtot.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Ātrais panelis**.

Ātro iestatījumu ikonu pievienošana vai noņemšana

Sadaļā **Pieejamās pogas** pieskarieties pie  uz ikonas, kuru vēlaties pievienot, vai pieskarieties pie  uz ikonas, kuru vēlaties noņemt, un pēc tam pieskarieties pie **Saglabāt**.

Ātro iestatījumu ikonu pārkārtošana

Pieskarieties ikonai, kuru vēlaties pārvietot, un pieturot velciet to uz vēlamo vietu un pēc tam pieskarieties pie **Saglabāt**.

Aproces iestatījumi

Ievads

Apskatiet sava Fit statusu un konfigurējiet Fit iestatījumus.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi**.

Samsung account

Reģistrējiet Samsung kontu savienotajā tālrunī vai pārbaudiet iepriekš reģistrēto Samsung kontu.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Samsung account**. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Samsung konta reģistrēšana Fit](#).

Režīmi

Iestatiet sinhronizēt Fit un tālruņa miega režīma iestatījumus.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Režīmi**.

- **Sinhronizēt režīmus ar tālruni:** iestatiet sinhronizēt Fit un tālruņa režīma iestatījumus. Ieslēdzot šo funkciju, visi savienotajā tālrunī pievienotie jaunie režīmi vai mainītie režīmu iestatījumi tiks sinhronizēti ar Fit, tā pat kā režīmu darbošanās statuss.



Atkarībā no savienotā tālruņa programmatūras versijas var būt atbalstītas tikai dažas režīmu sinhronizācijas funkcijas.

Paziņojumi

Mainiet paziņojumu iestatījumus.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Paziņojumi**. Plašāku informāciju par funkcijām, kas šeit nav uzskaitītas, sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit: [Paziņojumi](#).

- **Sinhron. Netraucēt ar tālruni:** sinhronizējiet Fit un savienotā tālruņa režīma Netraucēt iestatījumus.

Vibrācija

Mainiet vibrācijas iestatījumus.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Vibrācija**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Vibrēt](#).

Displejs

Mainiet ekrāna iestatījumus.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Displejs**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Displejs](#).

Samsung Health

Konfigurējiet dažādus iestatījumus, kas saistīti ar vingrinājumiem un fitnesu.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Samsung Health**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Health](#).

Drošība un ārkārtas situācijas

Pārvaldiet savu medicīnisko informāciju un ārkārtas kontaktpersonas. Kā arī varat iestatīt SOS pieprasīt, kad atrodaties ārkārtas situācijās.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Drošība un ārkārtas situācijas**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [SOS sūtīšana](#) vai šeit [Drošība un ārkārtas situācijas](#).

Konti un dublēšana

Pēc Samsung konta reģistrēšanas pievienotajā tālrunī jūs varēsiet izmantot dažādas Fit funkcijas. Tāpat varat regulāri dublēt savus Fit datus automātiski vai manuāli un saglabāt dublējumu pakalpojumā Samsung Cloud, lai tos varētu atjaunot, kad vien vēlaties.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Konti un dublēšana**.



- Regulāri dublējiet savus datus automātiski vai manuāli pakalpojumā Samsung Cloud, lai varētu atjaunot datus, ja tie ir bojāti vai zaudēti neparedzētas rūpnīcas datu atiestatīšanas gadījumā.
- Fit programmā Health tiek saglabāti tikai pēdējo 7 dienu ieraksti. Lai apskatītu saglabātos ierakstus, kas vecāki par 7 dienām, instalējiet programmu Samsung Health pievienotajā tālrunī un veiciet automātisko datu dublēšanu.
- Samsung account:** reģistrējiet Samsung kontu savienotajā tālrunī vai pārbaudiet iepriekš reģistrēto Samsung kontu. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Samsung konta reģistrēšana Fit](#).
- Samsung Cloud:** iestatiet, lai jūsu Fit dati tiktu automātiski dublēti pakalpojumā Samsung Cloud. Tāpat varat dublēt savus Fit datus un atjaunot iepriekšējos Fit datus manuāli, izmantojot Samsung Cloud, pat ja jums vairs nav iepriekšējā Fit. Plašāku informāciju skatiet sadaļā [Samsung Cloud](#).

Samsung Cloud

Dublējiet sava Fit datus Samsung Cloud un vēlāk tos atjaunojiet.

Automātiska datu dublēšana pakalpojumā Samsung Cloud

Jūs varat iestatīt, lai jūsu Fit dati tiktu automātiski dublēti pakalpojumā Samsung Cloud.

- 1 Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Konti un dublēšana**.
- 2 Pieskarieties slēdzim **Automātiskā dublēšana**, lai to ieslēgtu.

Manuāla datu dublēšana pakalpojumā Samsung Cloud

Jūs varat dublēt sava Fit datus Samsung Cloud.

- 1 Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Konti un dublēšana**.
- 2 Pieskarieties **Dublēt datus** → **Dublēt**.
- 3 Pieskarieties **Gatavs**.

Datu atjaunošana no Samsung Cloud

Jūs varat atjaunot Samsung Cloud dublētos datus savā Fit.

- 1 Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Konti un dublēšana**.
- 2 Pieskarieties pie **Atjaunot datus** un atlasiet Fit datus, kurus vēlaties atjaunot.
- 3 Pieskarieties pie **Atjaunot**.
- 4 Pieskarieties **Gatavs**.

Papildu funkcijas

Ieslēdziet papildu funkcijas.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Papildu funkcijas**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Papildu funkcijas](#).

Laiks

Konfigurējiet savā Fit laikapstākļu funkcijas iestatījumus.

Tālrūņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Laiks**.

- **Iestatījumi**: mainiet Fit laikapstākļu funkcijas detalizētos iestatījumus.

Vispārīgi

Pielāgojiet Fit vispārīgos iestatījumus. Varat arī atiestatīt Fit.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Vispārīgi**. Plašāku informāciju par funkcijām, kas šeit nav uzskaitītas, sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit: [Vispārīgi](#).

- **Ātrās atbildes:** iestatiet ātrās atbildes uz saņemto ziņojumu.
- **Noraidīt zvanus ar ziņu:** iestatiet ziņojumu ienākošo zvanu noraidīšanai.

Aproces programmatūras atjaun.

Atjauniniet Fit programmatūru, izmantojot aparātprogrammatūras bezvadu (FOTA) pakalpojumu. Varat arī mainīt atjaunināšanas iestatījumus.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Aproces programmatūras atjaun.**

- **Lejupielādēt un instalēt:** manuāli pārbaudiet, vai nav pieejami atjauninājumi, un instalējiet tos.
- **Automātiska atjaunināšana:** iestatiet Fit automātiski instalēt atjauninājumus.

Par aproci

Pieklūstiet Fit papildu informācijai.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Par aproci**. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Par aproci](#).

Atrast manu aproci

Atrodiet savu pazaudēto vai nevietā novietoto Fit.

Tālruņa Galaxy Wearable ekrānā pieskarieties pie **Atrast manu aproci**.

Pieskarieties pie **Sākt**, lai pārbaudītu, kur pašlaik atrodas jūsu Fit. Plašāku informāciju sadaļā Programmas un funkcijas skatiet šeit [Atrast manu aproci](#).

Paziņojumi par lietošanu

Ierīces lietošanas piesardzības pasākumi

Lietojot ierīci, izlasiet šo rokasgrāmatu, lai nodrošinātu pareizu un drošu ierīces lietošanu.

- Apraksti ir veidoti, vadoties pēc ierīces noklusējuma iestatījumiem.
- Noteiktas satura daļas var atšķirties no jūsu ierīces atkarībā no reģiona, modeļa tehniskajiem datiem vai ierīces programmatūras.
- Samsung neuzņemas atbildību par veiktspējas vai nesaderības problēmām, kuru cēlonis ir rediģēti reģistra iestatījumi vai modificēta operētājsistēmas programmatūra. Operētājsistēmas pielāgošana, iespējams, var izraisīt ierīces un programmu darbības traucējumus.
- Programmatūra, skaņas avoti, fona tapetes, attēli un pārējais šajā ierīcē nodrošinātais saturs ir licencēts ierobežotai izmantošanai. Šo materiālu izgūšana un izmantošana komerciāliem vai citiem mērķiem ir autortiesību pārkāpums. Lietotāji ir pilnībā atbildīgi par multivides nelikumīgu izmantošanu.
- Noklusējuma programmas, kas ietvertas ierīces komplektācijā, var tikt atjauninātas un vairs netikt atbalstītas bez iepriekšējā brīdinājuma.
- Ierīces operētājsistēma atšķiras no iepriekšējo Galaxy Fit sēriju operētājsistēmas, un jūs nevarat izmantot iepriekš iegādāto saturu saderības problēmu dēļ.
- Ierīces operētājsistēmas modificēšana vai programmatūras instalēšana no neoficiāliem avotiem var novest pie ierīces nepareizas darbības un datu bojāšanas vai zaudēšanas. Šādas darbības ir Samsung licences līguma pārkāpums, kura gadījumā garantija tiek anulēta.
- Dažas funkcijas var nedarboties tā, kā aprakstīts šajā rokasgrāmatā, atkarībā no tālruna, kuru pievienojat savam Fit, izgatavotāja un modeļa.

- Skārienekrānu var skaidri saskatīt pat stiprā saules gaismā, automātiski pielāgojot kontrasta diapazonu atbilstoši apkārtējai videi. Ilgāku laiku rādot nekustīgu attēlu, var rasties pēcattēls (ekrāna iededzināšana) vai dubultošanās produkta īpatnību dēļ.
 - Neatstājiet nevienā no skārienekrāna daļām vai pa visu skārienekrānu nekustīgu attēlu ilgāku laiku, tā vietā izslēdziet skārienekrānu, kad ierīci neizmantojat.
 - Kad skārienekrāns netiek izmantots, tam var iestatīt automātisko izslēgšanos. Fit programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Displejs** → **Ekrāna taimauts** un tad izvēlieties, cik ilgi ierīcei jāgaida, pirms skārienekrāns izslēdzas.
 - Lai iestatītu skārienekrāna spilgtuma automātisku pielāgošanu atbilstoši apkārtējai videi, Fit programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Displejs** un tad pieskarieties slēdzim **Pielāgojamais spilgtums**, lai to ieslēgtu.
- Atkarībā no reģiona vai modeļa dažām ierīcēm ir nepieciešams Federālās sakaru komisijas (Federal Communications Commission — FCC) apstiprinājums.

Ja jūsu ierīci ir apstiprinājusi FCC, varat pārbaudīt Fit FCC ID. Lai piekļūtu FCC ID, Fit programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Par aproci** → **Statusa informācija**. Ja jūsu ierīcei nav FCC ID, tas nozīmē, ka ierīces pārdošana ASV vai tās teritorijās nav atļauta un ka to drīkst ievest ASV tikai īpašnieka personīgas lietošanas nolūkā.
- Jūsu ierīce satur magnētus. Glabājiet to drošā attālumā no kredītkartēm, implantētām medicīniskām ierīcēm un citām ierīcēm, kuras magnēti var ietekmēt. Attiecībā uz medicīniskām ierīcēm, glabājiet ierīci vairāk nekā 15 cm attālumā. Pārtrauciet izmantot ierīci, ja pastāv aizdomas par medicīniskās ierīces traucējumiem un konsultējieties ar ārstu vai medicīniskās ierīces ražotāju.

Instrukciju ikonas

-  **Brīdinājums!:** situācijas, kad pastāv lietotāja vai citu personu traumēšanas risks
-  **Uzmanību:** situācijas, kad iespējams izraisīt ierīces vai cita aprīkojuma bojājumus
-  **Piezīme:** piezīmes, lietošanas padomi vai papildinformācija

Piezīmes par komplekta saturu un piederumiem

Informāciju par komplekta saturu skatiet īsajā lietošanas pamācībā.

- Komplektā ar šo Fit iekļautie piederumi un pieejamie aksesuāri var atšķirties atkarībā no reģiona vai operatora.
- Komplektā iekļautie priekšmeti ir paredzēti tikai šai ierīcei un var nebūt saderīgi ar citām ierīcēm.
- Izstrādājuma dizains un specifikācijas var tikt mainīti bez iepriekšēja brīdinājuma.
- Papildu piederumus varat iegādāties no vietējā Samsung produkcijas mazumtirgotāja. Pirms iegādes pārliedzinieties, ka tie ir saderīgi ar šo Fit.
- Izņemot Fit, dažiem komplektā iekļautajiem piederumiem un aksesuāriem var nebūt tāda pati ūdens un putekļu noturības sertifikācija.
- Izmantojiet Samsung apstiprinātus piederumus. Neapstiprinātu piederumu lietošana var radīt veiktspējas problēmas un darbības traucējumus, kuras nesedz garantija.
- Visu piederumu pieejamība var mainīties un ir pilnībā atkarīga no ražošanas uzņēmumiem. Plašāku informāciju par pieejamiem piederumiem skatiet Samsung tīmekļa vietnē.

Ierīces ūdens un putekļu pretestības saglabāšana

- Šī ierīce ir izturīga pret ūdeni un putekļiem un atbilst tālāk norādītajiem starptautiskajiem standartiem.
 - 5ATM aizsardzības pret ūdeni klasifikācijas sertifikāts: ierīce ir pārbaudīta, uz 10 minūtēm iegremdējot to saldūdenī 50 m dziļumā un atstājot nekustīgā pozīcijā, lai nodrošinātu atbilstību standarta ISO 22810:2010 prasībām.
 - IPX8 aizsardzības pret ūdeni klasifikācijas sertifikācija: ierīce ir pārbaudīta, uz 30 minūtēm iegremdējot to saldūdenī 1,5 metru dziļumā un atstājot nekustīgā pozīcijā, lai nodrošinātu atbilstību standarta IEC 60529 prasībām.
 - IP6X aizsardzības pret putekļiem klasifikācijas sertifikāts: pārbaudīta, lai nodrošinātu atbilstību standarta IEC 60529 prasībām.
- Varat ierīci izmantot, kad svīstat treniņos, mazgājat rokas vai pavadāt laiku ārā lietainā dienā.
- Šo ierīci var izmantot, kad peldat peldbaseinā vai jūrā, ja ūdens līmenis nav pārāk augsts.
- Galaxy ierīces ūdensizturība nav ilgmūžīga un laika gaitā var samazināties. Ieteicams veikt Galaxy ierīces ūdensizturības pārbaudi reizi gadā Samsung servisa centrā vai autorizētā servisa centrā.
- Lai uzturētu ierīces ūdensizturību un putekļizturību, ir jāievēro sniegtie norādījumi.
 - Pēc peldēšanas un pirms peldbaseina ūdens vai sālsūdens ir nožuvis, noskalojiet ierīci ar saldūdeni un rūpīgi to nosusiniet, izmantojot mīkstu, tīru drānu, lai saglabātu tās aizsardzību pret ūdeni. Aizsardzību pret ūdeni var ietekmēt dezinfekcijas līdzekļi peldbaseina ūdenī vai sālsūdenī.
 - Ja ierīce samirkst ar šķidrumu, kas nav saldūdens, piemēram, kafija, dzērieni, ziepjūdens, eļļa, parfimērija, pretiedeguma krēms, roku higiēnas līdzeklis vai ķīmiski produkti, piemēram, kosmētika, noskalojiet ierīci ar saldūdeni un rūpīgi to nosusiniet, izmantojot mīkstu, tīru drānu, lai saglabātu tās aizsardzību pret ūdeni.

- Nepalieciet zem ūdens, nenirstiet ar elpošanas caurulīti, elpošanas aparātu vai bez tiem, un nenodarbojieties ar ūdens sportu, piemēram, ūdensslēpošanu vai sērfošanu, un nepeldiet ūdenī ar lielu straumi, piemēram, upē, kamēr valkājat ierīci. Kā arī nepakļaujiet to augsta spiediena tīrīšanas iekārtu vai tamlīdzīgu iekārtu ietekmei. Citādi ūdens spiediens var ļoti palielināties, tādējādi izmainot mūsu uzņēmuma garantēto aizsardzību pret ūdeni.
- Ja ierīce ir saņēmusi triecienu vai ir bojāta, tās aizsardzība pret ūdeni un putekļiem var pasliktināties.
- Neizjauciet ierīci, ja nav atbilstošu norādījumu.
- Ja žāvējat ierīci ar iekārtu, kas izvada karstu gaisu, piemēram, matu fēnu, vai ja izmantojat ierīci karstā vidē, piemēram, saunā, ievērojamo gaisa vai ūdens temperatūras izmaiņu dēļ var tikt mazināta aizsardzība pret ūdeni.

Piesardzības pasākumi uzkaršanas gadījumā

Ja ierīces izmantošanas laikā izjūtat diskomfortu pārkaršanas dēļ, nekavējoties pārtrauciet tās lietošanu un noņemiet to no savas plaukostas locītavas.

- Lai izvairītos no problēmām, piemēram, ierīces darbības kļūmes, ādas diskomforta vai bojājumiem un akumulatora iztukšošanās, ierīcē būs redzams brīdinājums, tai sasniedzot noteiktu temperatūru. Ja parādās sākotnējais brīdinājums, ierīces funkcijas tiks izslēgtas, kamēr ierīce atdziest līdz noteiktai temperatūrai.
- Ja ierīces temperatūra turpinās pieaugt, tiks parādīts otrais brīdinājums. Šajā brīdī ierīce izslēgsies. Neizmantojiet ierīci, kamēr tās temperatūra nav ieteicamā darba temperatūras diapazonā.



Ieteicamais darba temperatūras diapazons

Ierīces ieteicamā darba temperatūra ir no 0 °C līdz 35 °C. Izmantojot ierīci ārpus ieteiktā temperatūras diapazona, ierīce var tikt sabojāta vai var samazināties akumulatora darbmūžs.

Fit tīrīšana un pārvaldība

Ievērojiet šos norādījumus, lai garantētu, ka jūsu Fit darbojas pareizi un saglabā savu sākotnējo izskatu. Pretējā gadījumā iespējami Fit bojājumi un ādas kairinājums.

- Izslēdziet Fit un noņemiet siksnīņu pirms tās tīrīšanas.
- Nepakļaujiet ierīci putekļiem, sviedriem, tintei, eļļai un ķīmiskiem produktiem, piemēram, kosmētikai, antibakteriālam aerosolam, roku tīrīšanas līdzeklim, mazgāšanas līdzeklim un insekticīdiem. Iespējami Fit ārējo un iekšējo detaļu bojājumi vai pasliktināta veiktspēja. Ja jūsu Fit ir saskāries ar kādu no iepriekš minētajām vielām, izmantojiet mīkstu bezplūksnu drānu, lai to notīrītu.
- Tīrot Fit, neizmantojiet ziepes, tīrīšanas līdzekļus, abrazīvus materiālus un saspiestu gaisu, kā arī netīriet to ar ultraskaņas viļņiem vai ārējiem siltuma avotiem. Pretējā gadījumā Fit var sabojāt. Uz Fit palikuši ziepju, tīrīšanas līdzekļu un roku dezinfekcijas līdzekļu atlikumi var izraisīt ādas kairinājumu.

- Saules aizsargkrēma, losjona vai eļļas notīrīšanai izmantojiet tīrīšanas līdzekli bez ziepēm, pēc tam noskalojiet un rūpīgi izžāvējiet savu Fit.
- Pēc treniņa vai sasvišanas gadījumā notīriet plaukstu locītavu un siksnīņu. Nomazgājiet siksnīņu ar tīru ūdeni, noslaukiet ar nelielu spirta daudzumu un pēc tam rūpīgi nosusiniet Fit.
- Ja Fit siksnīņa ir notraipīta vai tajā ir iekļuvuši kādi materiāli, noslaukiet to ar samitrinātu, mīkstu sariņu zobu birsti.



Pieejamā siksnīņa var atšķirties atkarībā no reģiona. Pārliecinieties, ka siksnīņa tiek attiecīgi notīrīta un uzturēta.

Piesardzības ievērošana, ja jums ir alerģiska reakcija pret jebkuriem uz Fit esošajiem materiāliem

- Samsung ir pārbaudījis uz Fit konstatētos kaitīgos materiālus, piedaloties iekšējām un ārējām sertifikācijas iestādēm, tai skaitā ir pārbaudīti visi tie materiāli, kas saskaras ar ādu, veikta ādas toksicitātes pārbaude un Fit valkāšanas pārbaude.
- Fit sastāvā ietilpst niķelis. Veiciet nepieciešamos piesardzības pasākumus, ja jūsu ādai ir paaugstināta jutība vai jums ir alerģiska reakcija pret jebkuriem uz Fit esošajiem materiāliem.
 - **Niķelis:** Fit satur nelielu daudzumu niķeļa, kas ir zem tā Eiropas REACH regulā noteiktā kontrolpunkta. Jūs netiksiet pakļauts Fit iekšpusē esošajam niķelim, un Fit ir nokārtojis starptautisko sertifikācijas pārbaudi. Tomēr, ja jūsu āda ir jutīga pret niķeli, ievērojiet piesardzību Fit lietošanā.
- Fit izgatavošanā tiek izmantoti tikai materiāli, kas atbilst ASV patērētāju produktu drošības komisijas standartiem, Eiropas valstu noteikumiem un citiem starptautiskiem standartiem.
- Papildinformāciju par to, kā Samsung rīkojas ar ķīmiskām vielām, skatiet Samsung tīmekļa vietnē.

Kā atrast produkta gaidstāves enerģijas patēriņa informāciju

- Dodieties uz vietni www.samsung.com/global/ecodesign_energy.
- Meklējiet, izmantojot produkta modeļa numuru.



Šī funkcija var nebūt pieejama atkarībā no reģiona, operatora vai modeļa.

Pielikums

Traucējummeklēšana

Pirms sazināties ar Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru, lūdzu, mēģiniet veikt tālāk sniegtos risinājumus. Dažas situācijas var neattiekties uz jūsu Fit.

Varat izmantot arī programmu Samsung Members, lai atrisinātu jebkādas problēmas, kuras jums var rasties ierīces lietošanas laikā.

Jūsu Fit nevar ieslēgt

Kad akumulators ir pilnībā izlādējies, jūsu Fit nevarēs ieslēgt. Pilnībā uzlādējiet akumulatoru pirms Fit ieslēgšanas.

Skārienekrāns reaģē pārāk lēni vai nepareizi

- Ja skārienekrānam uzliekat aizsargplēvi vai citus papildu aksesuārus, tas var nefunkcionēt pareizi.
- Ja valkājat cimdus, ja jūsu rokas nav tīras, kad pieskaraties skārienekrānam, vai ja pieskaraties skārienekrānam ar asu priekšmetu vai pirkstu galiem, tas var nedarboties pareizi.
- Mitrās vietās vai ūdens iedarbībā var rasties kļūmes skārienekrāna darbībā.
- Restartējiet Fit, lai notīrītu īslaicīgas programmatūras problēmas.
- Pārlicinieties, vai Fit programmatūra ir atjaunināta uz jaunāko versiju.
- Ja skārienekrāns ir saskrāpēts vai bojāts, dodieties uz Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru.

Fit “sastingst” vai rodas problēma

Pamēģiniet tālāk norādītos risinājumus. Ja problēma joprojām pastāv, sazinieties ar Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru.

Fit restartēšana

Ja jūsu Fit “sastingst” vai nereaģē, var būt nepieciešams aizvērt programmas vai izslēgt un atkārtoti ieslēgt Fit.

Piespiedu restartēšana

Ja jūsu Fit “sastingst” un nereaģē, turiet nospiestu sākuma pogu ilgāk nekā 11 sekundes, lai to restartētu.

Fit atiestatīšana

Ja iepriekš minētās metodes nepalīdz novērst problēmu, atjaunojiet rūpnīcā iestatītās vērtības.

Programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Vispārīgi** → **Atiestatīt** → **Atiestatīt**. Vai arī savā tālrunī atveriet **Galaxy Wearable** un pieskarieties pie **Aproces iestatījumi** → **Vispārīgi** → **Atiestatīt** → **Atiestatīt**. Pirms veicat sākotnējo datu atiestati, neaizmirstiet izveidot visu Fit saglabāto svarīgo datu dublējumkopijas.

Cita Bluetooth ierīce nevar atrast jūsu Fit

- Atiestatiet savu Fit un mēģiniet vēlreiz.
- Nodrošiniet, lai Fit un otra Bluetooth ierīce atrastos Bluetooth savienojuma diapazonā (10 m). Attālums var atšķirties, atkarībā no vides, kādās ierīces tiek lietotas.

Ja, izmantojot iepriekš minētos padomus, problēmu nevar atrisināt, sazinieties ar Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru.

Bluetooth savienojums nav izveidots vai jūsu Fit un tālrunis ir atvienoti

- Pārliecinieties, ka jūsu tālrunī ir ieslēgta Bluetooth funkcija.
- Nodrošiniet, ka starp ierīcēm nav šķēršļu, kā piemēram, sienas vai elektroierīces.
- Nodrošiniet, lai tālrunī tiktu instalēta programmas Galaxy Wearable jaunākā versija. Ja programmas Galaxy Wearable versija nav jaunākā, atjauniniet programmu Galaxy Wearable uz jaunāko versiju.
- Nodrošiniet, lai Fit un otra Bluetooth ierīce atrastos Bluetooth savienojuma diapazonā (10 m). Attālums var atšķirties, atkarībā no vides, kādās ierīces tiek lietotas.
- Restartējiet abas ierīces un vēlreiz atveriet programmu **Galaxy Wearable** tālrunī.

Fit neizseko jūsu sirdsdarbības ātrumu

- Stingri piestipriniet Fit uz apakšdelma virs plaukostas locītavas.
- Programmu sarakstā pieskarieties pie **Iestatījumi** → **Health** → **Sirds rit.**, un pēc tam izvēlieties **Mērīt nepārtraukti**.
- Izvēlieties pulksteņa ciparnīcu, kurā ir informācija par sirdsdarbības ātrumu.

Zvani netiek savienoti

- Nodrošiniet, lai jūsu Fit tiktu savienots ar tālruni, izmantojot Bluetooth.
- Nodrošiniet, lai ienākošā zvana numuram tālrunī nebūtu iestatīts zvānu liegums.
- Pārbaudiet, vai ir ieslēgti daži režīmi. Ja ir ieslēgti daži režīmi, ienākošie zvani tiks izslēgti un ekrāns neieslēgsies, saņemot ienākošos zvanus. Ieslēdziet ekrānu un pārbaudiet atbloķēšanas kodu.

Akumulators neuzlādējas pareizi (tikai Samsung apstiprinātajiem lādētājiem)

- Pārbaudiet, vai pareizi savienojāt Fit ar uzlādes kabeli.
- Apmeklējiet Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru un nomainiet akumulatoru.

Akumulators izlādējas ātrāk nekā tad, kad iegādājāties to pirmoreiz

- Fit vai tā akumulatoram atrodoties ļoti zemas vai ļoti augstas temperatūras ietekmē, derīgā uzlāde var būt samazināta.
- Akumulatora patēriņš palielinās, lietojot noteiktas programmas.
- Akumulators ir patērējams un derīgā uzlāde ar laiku kļūs īsāka.

Fit ir jūtami uzkarstis

Izmantojot programmas, kuru darbības nodrošināšanai nepieciešams lielāks enerģijas patēriņš, vai ilgstoši izmantojot programmas Fit nepārtrauktā laika posmā, Fit var jūtami uzkarst. Tā ir parasta parādība, kas nemazina Fit kalpošanas laiku vai veiktspēju.

Ja Fit pārkarst vai ilgstoši ir karsts, uz kādu brīdi pārtrauciet tā lietošanu. Ja Fit turpina pārkarst, sazinieties ar Samsung servisa centru vai pilnvarotu servisa centru.

Fit nespēj noteikt jūsu pašreizējo atrašanās vietu

Fit izmanto jūsu tālruņa atrašanās vietas datus. GPS signāls var tikt traucēts noteiktās vietās, piemēram, telpās. Iestatiet izmantot pulksteņa Wi-Fi vai mobilo sakaru tīklu, lai noteiktu jūsu pašreizējo atrašanās vietu.

Dati, kas saglabāti Fit, ir zuduši

Vienmēr izveidojiet dublējumkopijas visiem svarīgajiem datiem, kas saglabāti Fit. Pretējā gadījumā jūs nevarēsiet atjaunot datus, ja tie tiek bojāti vai nozaudēti. Samsung neuzņemas atbildību par datu, kas saglabāti Fit, nozaudēšanu.

Ap Fit korpusu parādās maza sprauga

- Šī sprauga ir nepieciešama ražošanas funkcija, un var rasties neliela daļu drebēšana vai vibrēšana.
- Ar laiku berze starp detaļām var nedaudz palielināt šo spraugu.

Fit krātuvē nepietiek vietas

Lai atbrīvotu vietu krātuvē, izdzēsiet nevajadzīgos datus, neizmantojot programmas vai failus.

Akumulatora noņemšana

- Lai izņemtu akumulatoru, sazinieties ar pilnvarotu servisa centru. Lai saņemtu akumulatora izņemšanas norādījumus, lūdzu, apmeklējiet vietni www.samsung.com/global/ecodesign_energy.
- Jūsu drošībai **nemēģiniet izņemt** akumulatoru pats. Ja akumulators netiek pareizi izņemts, tas var izraisīt akumulatora un ierīces bojājumus, ievainojumus un padarīt ierīci nedrošu lietošanai.
- Samsung neuzņemas atbildību par kaitējumu un zaudējumiem (saistībā ar līguma noteikumiem vai deliktu, tostarp nolaidību), kas varētu rasties, ja netiek precīzi ievēroti šie brīdinājumi un norādījumi, izņemot nāvi vai miesas bojājumus, ja tie radušies Samsung nolaidības dēļ.

Autortiesības

Autortiesības © 2025 Samsung Electronics Co., Ltd.

Šī rokasgrāmata ir aizsargāta saskaņā ar starptautisko autortiesību aizsardzības likumdošanu.

Šo rokasgrāmatu nedrīkst pavairot, izplatīt, tulkot vai nodot tālāk jebkādā formā vai veidā, elektroniskā vai mehāniskā, tai skaitā, izveidojot fotokopijas, ierakstus vai uzglabāšanu jebkādā informācijas krātuves un izgūšanas sistēmā.

Preču zīmes

- SAMSUNG un SAMSUNG logotips ir Samsung Electronics Co., Ltd. reģistrētas preču zīmes.
- Bluetooth® ir visā pasaulē reģistrēta preču zīme, kas pieder Bluetooth SIG, Inc.
- Visas pārējās preču zīmes un autortiesības pieder to attiecīgajiem īpašniekiem.