

 fitbit charge 2™



Naudojimo instrukcija
Versija 1.0

Turinys

Nuo ko pradėti	1
Ką rasite pakuotėje	1
Ką rasite šiame dokumente	1
Kaip atlikti jūsų „Fitbit Charge 2“ sąranką	2
Jūsų sekiklio sąranka jūsų mobiliajame įrenginyje	2
Jūsų sekiklio sąranka „Windows 10“ asmeniniame kompiuteryje	2
Jūsų sekiklio sąranka iš asmeninio „Mac“ kompiuterio	3
Sekiklio duomenų sinchronizavimas su jūsų „Fitbit“ paskyra	4
Kaip naudotis „Fitbit Charge 2“	5
Dėvėjimas ant riešo	5
Dėvėjimas visą dieną ir treniruotės	5
Riešo pasirinkimas ir dominuojanti ranka	6
Naršymas	6
Kaip įjungti iš pritemdyto ekrano	6
Kaip naudotis laikrodžiu ir meniu	7
Sekiklio bakstelėjimas	8
Baterijos veikimo trukmė ir įkrovimas	8
Esamo baterijos įkrovimo lygio nustatymas	8
Jūsų sekiklio įkrovimas	9
Priežiūra	10
Apyrankės keitimas	10
Kaip nuimti apyranę	10
Kaip uždėti naują apyranę	11
Automatinis sekimas su „Fitbit Charge 2“	12
Visos dienos statistikos peržiūra	12

Jūsų pulso peržiūra	12
Pulso zonų naudojimas	12
Numatytosios pulso zonos	13
Pasirinktines pulso zonos	14
Miego stebėjimas	14
Kasdienio užsiėmimų tikslo stebėjimas	14
Tikslo pasirinkimas	14
Pažangos tikslo link peržiūra	14
Valandinio aktyvumo sekimas	15
Treniruotės su „Fitbit Charge 2“	16
„SmartTrack“ naudojimas	16
„Exercise menu“ naudojimas	16
GPS reikalavimai	16
Treniruotės stebėjimas	17
Vedamojo kvėpavimo pratimai su „Charge 2“	18
Begarsių žadintuvų naudojimas	19
Begarsių žadintuvų įjungimas ar išjungimas	19
Begarsių žadintuvų praleidimas	19
Skambučių, žinučių ir kalendoriaus pranešimų gavimas	20
Kalendoriaus reikalavimai	20
Pranešimų įgalinimas	20
„iOS“ skirta „Fitbit“ programėlė	20
„Android“ skirta „Fitbit“ programėlė	21
Gautamų pranešimų peržiūra	21
Jūsų „Fitbit Charge 2“ tinkinimas	23
Laikrodžio ciferblato keitimas	23
„Quick View“ naudojimas	23
Pulso matavimo reguliavimas	23

Jūsų „Fitbit Charge 2“ naujinimas	24
Jūsų „Fitbit Charge 2“ trikčių diagnostika	25
Nėra pulso signalo	25
Nenumatytas veikimas	25
„Fitbit Charge 2“ bendroji informacija ir specifikacijos	27
Jutikliai	27
Medžiagos	27
Belaidė technologija	27
Haptinis grįžtamasis ryšys	27
Baterija	27
Atmintis	27
Ekranas	28
Dydis	28
Aplinkos sąlygos	28
Daugiau informacijos	28
Grąžinimo taisyklės ir garantija	28
Priežiūros ir saugumo įspėjimai	29
Europos Sąjunga (ES)	29
Saugumo pareiškimas	29

Nuo ko pradėti

Sveikiname pradėjus naudotis „Fitbit Charge 2™“, išmaniąja sportine apyranke, kuri padės jums stilingai siekti savo tikslų. Skirkite kelias minutes peržvelgti mūsų pilną saugaus naudojimo informaciją <http://www.fitbit.com/safety>.

Ką rasite pakuotėje

Jūsų „Fitbit Charge 2“ pakuotėje yra:



Sekiklis



Įkrovimo laidas

Nuimamos viršutinė ir apatinė apyrankės gali būti pakeistos į kitos spalvos ar medžiagos apyrankes, kurios parduodamos atskirai.

Ką rasite šiame dokumente

Kad galėtumėte pradėti naudotis gaminiu nieko nelaukdami, sukursime jūsų „Fitbit®“ paskyrą ir užtikrinsime, kad sekiklis galėtų perkelti savo renkamus duomenis į jūsų „Fitbit“ ataskaitų sritį. Ataskaitų srityje nusistatysite tikslus, analizuosite chronologinius duomenis, atrasite naujausias tendencijas, kaupsite įrašus apie maistą ir gėrimus, palaikysite ryšį su draugais, ir dar daugiau. Kai tik nustatysite sekiklį, būsite pasiruošę startuoti.

Tuomet paaiškinsime, kur rasti jus dominančias funkcijas, kaip jomis naudotis ir kaip keisti norimus nustatymus. Norėdami rasti daugiau informacijos, patarimų ir trikčių diagnostikos, naršykite išsamius mūsų straipsnius help.fitbit.com.

Kaip atlikti jūsų „Fitbit Charge 2“ sąranką

Geriausiam naudojimui rekomenduojame naudoti „Fitbit“ programėles, veikiančias „iOS“, „Android“, arba „Windows 10“. Jei neturite mobiliojo įrenginio, tai pat galite naudoti „Bluetooth®“ palaikantį „Windows 10“ ar „Mac“ kompiuterį. Daugiau alternatyvų, nenaudojant „Bluetooth“, rasite apsilankę help.fitbit.com.

Jūsų „Fitbit®“ paskyra prašo informacijos, pvz., jūsų ūgio, svorio, ir lyties, įvairiems skaičiavimams atlikti, pavyzdžiui, žingsnio ilgio atstumo įvertinimui ir bazinės medžiagų apykaitos normos, sudegintų kalorijų skaičiaus įvertinimui. Turite galimybę dalintis savo amžiumi, ūgiu ar svoriu su „Fitbit“ draugais, bet, pagal numatytuosius parametrus, informacija kurią pateikiate yra privati.

Jūsų sekiklio sąranka jūsų mobiliajame įrenginyje

Nemokama „Fitbit“ programėlė suderinama su daugiau kaip 200 mobiliųjų įrenginių, kurie palaiko „iOS“, „Android“, ir „Windows 10“ operacines sistemas. Norėdami pradėti:

1. Įsitikinkite, kad „Fitbit“ yra suderinamas su jūsų mobiliuoju įrenginiu, pasitikrindami <http://www.fitbit.com/devices>.
2. „Fitbit“ rasite vienoje iš šių vietų, priklausomai nuo jūsų įrenginio:
 - „Apple® App Store“® parduotuvėje „iOS“ įrenginiams, pavyzdžiui, „iPhone®“ ar „iPad“.
 - „Google Play™ Store“ parduotuvėje „Android“ įrenginiams, pavyzdžiui, „Samsung® Galaxy® S5“ ir „Motorola Droid Turbo“.
 - „Microsoft® Windows Store“ parduotuvėje „Windows 10“ mobiliesiems įrenginiams, pavyzdžiui, „Lumia™“ telefonams ar „Surface™“ planšetėms.
3. Įdiekite programėlę. Atkreipkite dėmesį, kad jei neturite paskyros parduotuvėje, jums reikės ją susikurti, kad atsisiųstumėte programėlę.
4. Įdiegę programėlę, ją atidarykite ir nuspauskite **„Join Fitbit“ (Prisijungti prie „Fitbit“)**, kur užduosime jums tam tikrus klausimus, kurie padės jums susikurti paskyrą ar prisijungti prie jau turimos paskyros.
5. Toliau sekite ekrane esančias instrukcijas, kad sujungtumėte ar suporuotumėte savo „Charge 2“ su savo mobiliuoju įrenginiu. Suporavimo dėka sekiklis ir mobilusis įrenginys komunikuos tarpusavyje (sinchronizuos duomenis pirmyn ir atgal).

Suporavę įrenginius perskaitykite naujojo sekiklio naudojimo vadovą ir tada patyrinėkite „Fitbit“ ataskaitų sritį.

Jūsų sekiklio sąranka „Windows 10“ asmeniniame kompiuteryje

Jei neturite mobilaus įrenginio, galite atlikti sąranką ir sinchronizuoti savo sekiklį naudodami „Bluetooth“ palaikantį „Windows 10“ kompiuterį. Ta pati „Fitbit“ programėlė, kuri prieinama „Windows 10“ mobiliesiems įrenginiams, yra prieinama ir jūsų kompiuteriui. Norėdami gauti „Fitbit“ programėlę savo kompiuteriui:

1. Spauskite „Start“ (Pradžios) mygtuką ir atidarykite „Windows Store“ („Parduotuvė“).

2. Ieškokite „Fitbit app“ („Fitbit“ programėlė) ir ją suradę, spragtelėkite „Free“ (Nemokama), kad atsisiųstumėte programėlę į savo kompiuterį.
3. Jei dar nesiuntėte programėlių į savo kompiuterį, jūsų bus paprašyta susikurti paskyrą „Windows Store“ parduotuvėje.
4. Paspauskite „Microsoft account“ („Microsoft“ paskyra) norėdami prisijungti naudodamiesi jau turima „Microsoft“ paskyra. Jei dar neturite „Microsoft“ paskyros, sekite ekrane esančias instrukcijas ir susikurkite naują paskyrą.
5. Programėlei atsisiuntus, atidarykite ją.
6. Nuspauskite „Join Fitbit“, kur užduosime jums tam tikrus klausimus, kurie padės jums sukurti „Fitbit“ paskyrą ar prisijungti prie jau turimos paskyros.
7. Toliau sekite ekrane esančias instrukcijas, kad sujungtumėte ar suporuotumėte savo „Charge 2“ su „Windows 10“ programėle. Suporavimo dėka sekiklis ir programėlė komunikuos tarpusavyje (synchronizuos duomenis pirmyn ir atgal).

Supravę įrenginius perskaitykite naujojo sekiklio naudojimo vadovą ir tada patyrinėkite „Fitbit“ ataskaitų sritį.

Jūsų sekiklio sąranka iš asmeninio „Mac“ kompiuterio

Jei neturite tinkamo mobilaus įrenginio, galite nustatyti sekiklį iš „Bluetooth“ palaikančio „Mac“ kompiuterio ir peržiūrėti savo „Fitbit“ statistiką fitbit.com tinklalapio ataskaitų srityje. Norėdami naudotis šiuo sąrankos būdu, pirma įdiekite „Fitbit Connect“ programėlę, kuri leis „Charge 2“ synchronizuoti duomenis su jūsų fitbit.com ataskaitų sritimi.

Norėdami įdiegti „Fitbit Connect“ ir nustatyti sekiklį:

1. Eikite į <http://www.fitbit.com/setup>.
2. Slinkite žemyn ir pasirinkite atsisiuntimo parinktį. Jei mygtukas nerodo teisingo jūsų kompiuterio tipo (pavyzdžiui, jei parašyta „Download for Mac“ („Atsisiųsti Mac“)), pasirinkite teisingą tipą ir tuomet spragtelėkite mygtuką.
3. Pamatysite pasirinkimą atidaryti arba išsaugoti bylą; pasirinkite išsaugoti. Po kelių sekundžių pamatysite parinktį įdiegti „Fitbit Connect“.



4. Dukart spragtelėkite „Install Fitbit Connect.pkg“ Atsidarys „Fitbit Connect“ diegimo programa.
5. Spauskite „Continue“ („Tęsti“) ir vykdykite diegimo programą.
6. Pasirodžius raginimui, pasirinkite „Set up a New Fitbit Device“ („Naujo „Fitbit“ įrenginio sąranka“).
7. Sekite ekrane esančias instrukcijas, norėdami susikurti paskyrą, arba prisijunkite prie jau turimos paskyros ir sujunkite savo sekiklį su „Fitbit Connect“.

Jums baigus sąranką, „Fitbit“ supažindins jus su jūsų nauju „Charge 2“ ir tada atvers fitbit.com ataskaitų sritį

Sekiklio duomenų sinchronizavimas su jūsų „Fitbit“ paskyra

Pradėjus naudotis „Charge 2“ jums reikės reguliariai jį sinchronizuoti su jūsų „Fitbit“ ataskaitų sritimi. Ataskaitų srityje galėsite stebėti savo pažangą, peržiūrėti treniruočių istoriją ir miego režimą, dalyvauti iššūkiuose, ir dar daugiau. Rekomenduojame sinchronizuoti bent kartą per dieną.

Sinchronizavimui su „Fitbit“ sekikliu „Fitbit“ programėlės ir „Fitbit Connect“ naudoja „Bluetooth Low Energy“ (BLE) technologiją.

Sinchronizavimas atliekamas automatiškai, kaskart atidarius „Fitbit“ programėlę, jei suporuotas sekiklis yra šalia. Programėlėje tai pat bet kada galite naudoti „Sync Now“ (Sinchronizuoti dabar) parinktį.

„Fitbit Connect“ sinchronizuoja kas 15 minučių, jei sekiklis yra daugiausiai 20 pėdų (6 m) atstumu nuo kompiuterio. Norėdami sinchronizuoti nedelsiant, spustelėkite „Fitbit Connect“ piktogramą, esančią šalia jūsų kompiuterio datos ir laiko juostos, ir pasirinkite „Sync Now“.

Kaip naudotis „Fitbit Charge 2“

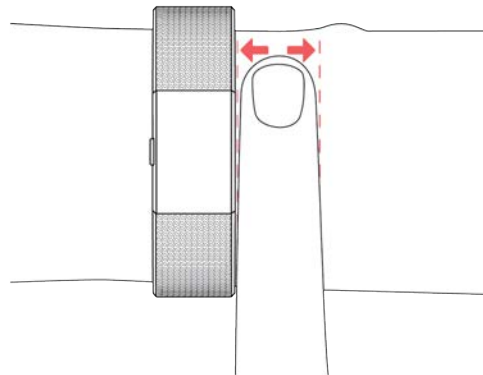
Šioje dalyje paaiškinta, kaip geriausia dėvėti, naršyti ir įkrauti jūsų sekiklį. Jei įsigijote papildomą apyrankę, čia taip pat rasite instrukcijas, kaip nuimti originalią apyrankę ir ją pakeisti kita.

Dėvėjimas ant riešo

Peržvelkite šiuos patarimus, kad įsitikintumėte, jog dėvite sekiklį geriausius rezultatus duodančiu būdu.

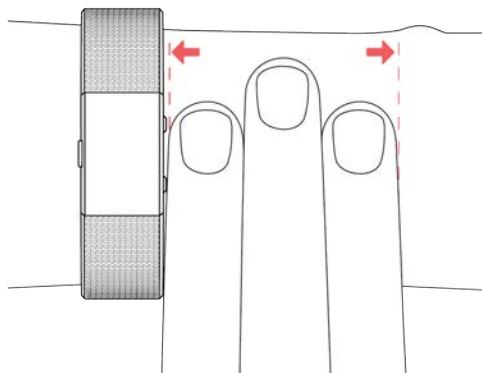
Dėvėjimas visą dieną ir treniruotės

Jei nešiojate „Charge 2“ visą dieną, bet nesitreniruojate, jis turėtų būti piršto atstumu žemiau jūsų riešo kaulo, horizontalioje padėtyje, kaip įprastai nešiotumėte laikrodį.



Optimizuotam pulso sekimui, turėkite omenyje šiuos patarimus:

1. Pabandykite treniruočių metu dėvėti sekiklį aukščiau riešo. Kadangi kraujo tėkmė jūsų rankoje didėja peties kryptimi, pulsas gali būti tikslesnis, jei perkelsite sekiklį keliais coliais (5-8 cm) aukščiau. Be to, daugelio pratimų, pavyzdžiui, važinėjimo dviračiu ar sunkumų kilnojimo metu dažnai lankstysite riešą, o tai gali kliudyti geram pulso nustatymui, jei sekiklis yra žemiau riešo.



2. Pernelyg neužveržkite sekiklio. Per stiprus užveržimas trukdys kraujo tekėjimui ir galimai įtakos pulso nustatymą. Kita vertus, sekiklis turėtų būti kiek stipriau užveržtas treniruočių metu (gerai prigludęs, bet neužspaustas) ir kiek laisvesnis dėvint jį visą dieną.
3. Itin intensyvių intervalinių treniruočių ir kitų užsiėmimų metu, jei jūsų riešas stipriai ir neritmiškai juda, šis judėjimas gali riboti jutiklio gebą pateikti pulso rodmenis. Taip pat sunkumų kilnojimo ir irklavimo treniruočių metu jūsų riešo raumenų įsitempimas gali sąlygoti apyrankės susiveržimą ir atsilaisvinimą. Jei jūsų sekiklis nerodo pulso rodmenų, pabandykite atpalaiduoti riešą ir kurį laiką nejudėti (apie 10 sekundžių), po to turėtumėte matyti pulso rodmenis.

Riešo pasirinkimas ir dominuojanti ranka

Kad įrenginys būtų tikslesnis, turėtumėte informuoti savo sekiklį, ant kurio riešo (kairiojo ar dešiniojo) jį dėvėsite ir kurią ranką laikote dominuojančia (kairę ar dešinę). Jūsų dominuojanti ranka paprastai yra ta, kuria rašote arba ką nors metate.

Sąrankos metu jūsų bus paprašyta pasirinkti riešą, ant kurio dėvėsite savo sekiklį. Jei vėliau nuspręstumėte perkelti savo sekiklį ant kito riešo, pakeiskite „Wrist“ (Riešo) nustatymą. Dominuojančią ranką taip pat galite bet kada pakeisti naudodamiesi „Handedness“ (Dominuojančios rankos) nustatymu. Abu šiuos nustatymus rasite „Fitbit“ programėlės „Account“ (Paskyros) dalyje arba fitbit.com ataskaitų srities nustatymų „Personal Info“ („Asmeninė Informacija“) skyrelyje.

Naršymas

„Charge 2“ turi OLED bakstelėjimu valdomą ekraną ir vieną mygtuką.

Kaip įjungti iš pritemdyto ekrano

Kai „Charge 2“ nenaudojate, ekranas išsijungia. Norėdami jį įjungti:

- Paspauskite mygtuką.

- Pasukite riešą į savo pusę. Šį veikimo būdą, vadinamą „Quick View“ (Greitąja peržiūra), galite išjungti sekiklio nustatymuose.
- Dukart bakstelėkite sekiklį.

Kaip naudotis laikrodžiu ir meniu

Numatytasis ar pradžios ekranas - tai laikrodis, kuriame galite nustatyti kelis skirtingus stilius. Laikrodžio ekrane galite:

- Bakstelėti, norėdami peržiūrėti jūsų nueitus žingsnius, pulsą, atstumą, sudegintas kalorijas, užliptus aukštus ir aktyvumo minutes.
- Paspausti mygtuką, norėdami pereiti į kitus meniu.



Galite keisti jūsų sekiklyje rodomą statistiką bei meniu. Daugiau informacijos rasite adresu help.fitbit.com.

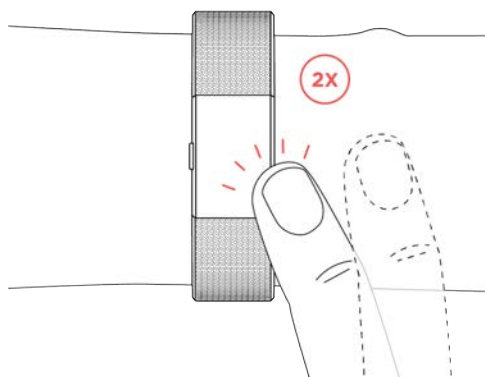
Peržiūrėję laikrodžio ekraną, galite naršyti po skirtingus meniu, norėdami peržiūrėti informaciją ar naudoti įvairias funkcijas jūsų sekiklyje. Sekiklyje yra šie meniu:

- „Heart rate“ („Pulsas“) – Rodo jūsų dabartinį pulsą. Bakstelėkite norėdami pamatyti savo pulsą ramybės būsenoje.
- „Exercise“ („Treniruotės“) – Bakstelėkite norėdami naršyti jūsų treniruočių pasirinkimus, tada paspauskite ir laikykite mygtuką, kad pradėtumėte pasirinktą treniruotę. Dar kartą nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką, norėdami užbaigti treniruotę.
- „Relax“ („Atsipalaidavimas“) – Bakstelėkite norėdami pasirinkti vedamąjį kvėpavimo pratimą. Nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką norėdami pradėti pratimą.
- „Stopwatch“ („Chronometras“) – Nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką norėdami paleisti chronometrą. Paspauskite mygtuką norėdami sustabdyti ar paleisti chronometrą. Dar kartą nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką, norėdami atstatyti chronometrą.
- „Alarms“ („Žadintuvai“) – Bakstelėkite norėdami peržiūrėti nustatytus žadintuvus. Nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką norėdami įjungti ar išjungti žadintuvus. Laikrodžio ekranas rodomas tik tuomet, kai esate nustatęs bent vieną žadintuvą.



Sekiklio bakstelėjimas

Sekiklis geriausiai veikia, kai jį bakstelite ten, kur ekranas pereina į apyrankę, kaip parodyta. Norėdami įjungti savo sekiklį, dukart jį bakstelėkite. Norėdami atversti statistikos puslapį ar meniu, bakstelėkite vieną kartą.



„Charge 2“ nereaguoja į perbraukimus. Reikia naudotis mygtuku arba greitai ir tvirtai bakstelėti ekraną.

Baterijos veikimo trukmė ir įkrovimas

Pilnai įkrautos jūsų „Charge 2“ baterijos veikimo trukmė yra iki penkių dienų. Baterijos veikimo trukmė ir krovimas priklauso nuo naudojimo, ir kitų veiksnių, todėl realūs rezultatai gali skirtis.

Esamo baterijos įkrovimo lygio nustatymas

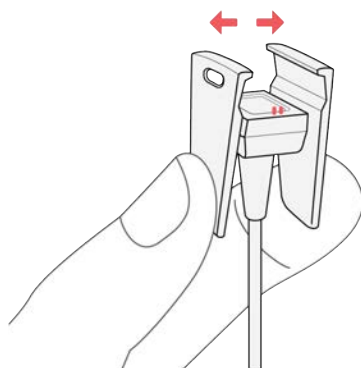
Jei baterijos lygis yra žemas, įjungus jūsų „Charge 2“ po kelių sekundžių matysite žemo baterijos lygio piktogramą. Jei rodoma kritinio baterijos lygio piktograma, negalėsite naršyti sekiklio ekranuose, kol jo neįkrausite. Jūsų sekiklis jūsų veiklą seka tol, kol jo baterija išsenka.

Baterijos lygį taip pat galite patikrinti savo „Fitbit“ ataskaitų srityje.

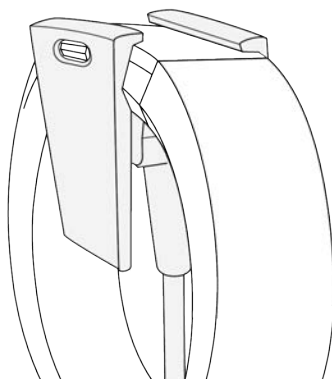
Jūsų sekiklio įkrovimas

Kaip įkrauti jūsų sekiklį:

1. Įjunkite įkroviklio laidą į savo kompiuterio ar UL („Underwriters Laboratories“) patvirtintą sieninio USB įkroviklio USB lizdą.
2. Kitą laido galą sujunkite su sekiklio nugarėlėje esančia jungtimi. Įkroviklio laido kaišteliai turi būti gerai įstatyti į jungtį.



3. Įsitinkinkite, kad jūsų sekiklio mygtukas sulygiuotas su įkroviklio laide esančia skylė mygtukui. Žinosite, kad ryšys tvirtas, kai sekiklis suvibruos ir jo ekrane matysite baterijos piktogramą. Baterijos piktograma pranyksta po trijų sekundžių.



Pilno įkrovimo laikas yra vidutiniškai nuo vienos iki dviejų valandų. Kol sekiklis kraunasi, galite jį bakstelėti ir patikrinti baterijos įkrovimo lygį. Pilnai įkrauto sekiklio ekrane matysite pilnavidurę baterijos piktogramą.

Priežiūra

Svarbu reguliariai valyti ir džiovinti „Charge 2“. Instrukcijas ir daugiau informacijos apie tai rasite <http://www.fitbit.com/productcare>.

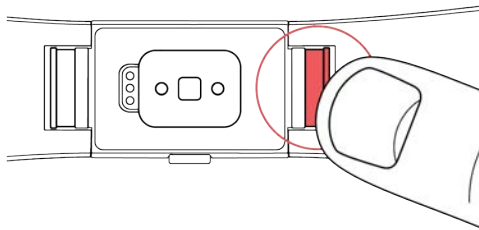
Apyrankės keitimas

Apyrankė turi dvi atskiras juosteles (viršutinę ir apatinę), kurias galima keisti papildomomis apyrankėmis, parduodamomis atskirai.

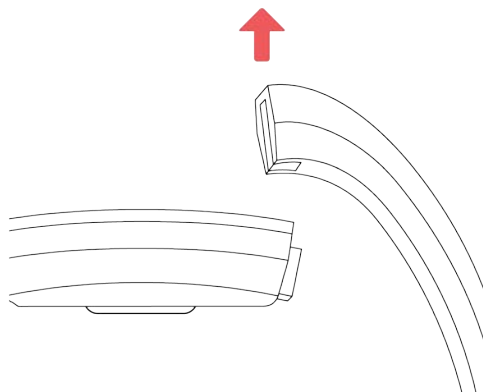
Kaip nuimti apyrankę

Norėdami nuimti apyrankę:

1. Apvertę „Charge 2“ rasite juostelės sagteles, kurių yra po vieną kiekviename juostelės gale prie rėmelio.
2. Norėdami atsegti sagtelę, spauskite plokščią metalinį mygtuką ant juostelės.



3. Patraukite juostelę aukštyn, kad ši atsisegtų nuo sekiklio.



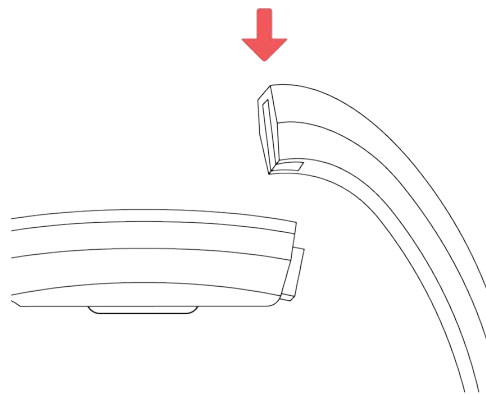
4. Pakartokite tą pačią procedūrą kitoje pusėje.

Jei nepavyksta atsegti apyrančės ar jei atrodo, kad ji užstrigo, nestipriai pajudinkite juostelę pirmyn ir atgal, kad ji atsisegtų.

Kaip uždėti naują apyrančę

Prieš uždėdami naują apyrančę, raskite viršutinę ir apatinę juosteles. Viršutinės juostelės gale yra laikrodžio sagtis. Apatinė juostelė turi žymes, ir pastaroji turi būti prisegama toje pusėje, kurioje yra įkrovimo jungtis.

Norėdami prisegti juostelę, traukite ją žemyn sekiklio gale, kol pajusite, kad ji spragtelėjo ir užsifiksavo.



Automatinis sekimas su „Fitbit Charge 2“

Kol jį nešiojate, jūsų „Charge 2“ nuolat sudaro tam tikrą statistiką. Ši informacija perkeliama į jūsų ataskaitų sritį kiekvieną kartą sinchronizavus jūsų sekiklį.

Visos dienos statistikos peržiūra

Paspauskite mygtuką norėdami įjungti jūsų „Charge 2“ ir pasitikslinti esamą laiką. Bakstelėkite ekraną, norėdami pamatyti kiekvieną iš šių kelių visos dienos statistikų:

- „Steps taken“ (Nueiti žingsniai)
- „Current heart rate“ (Dabartinis pulsas)
- „Distance covered“ (Įveiktas atstumas)
- „Calories burned“ (Sudegintos kalorijos)
- „Floors climbed“ (Užlipti aukštai)
- „Active minutes“ (Aktyvumo minutės)
- „Hourly activity“ (Valandinis aktyvumas)

Savo „Fitbit“ ataskaitų srityje galite rasti ir kitą jūsų sekiklio užfiksuotą informaciją, pavyzdžiui:

- Jūsų miego istoriją, įskaitant ir miegojimo laiką bei miego režimą.
- Kiek valandų per dieną ir kuriuo dienos metu buvote nejudrus ar aktyvus (nuėjote bent 250 žingsnių).
- Jūsų treniruočių istoriją ir pažangą link savaitinio treniruočių tikslo.
- Jūsų širdies tvinksnius per minutę („BPM“), vidutinį pulsą ramybės būsenoje, bei laiką praleistą pulso zonoje.

Pastaba: „Charge 2“ atsistato vidurnaktį ir ima fiksuoti naują dieną.

Jūsų pulso peržiūra

„Charge 2“ leidžia jums sekiklyje peržiūrėti savo esamą pulsą bei savo pulsą ramybės būsenoje. Norėdami peržiūrėti savo pulsą, spauskite mygtuką, kol prieisite „Heart rate“ ekraną, kur matysite savo esamą pulsą. Bakstelėkite norėdami pamatyti savo pulsą ramybės būsenoje.

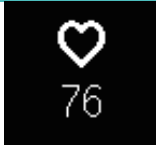
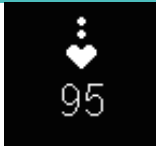
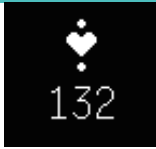

Pulso zonų naudojimas

Pulso zonos padeda jums reguliuoti pasirinktą treniruotės intensyvumą. Jūsų sekiklis rodo esamą zoną virš jūsų pulso, o savo „Fitbit“ ataskaitų srityje galite matyti, kiek laiko praleidote kiekvienoje zonoje tam tikros dienos ar treniruotės metu. Trys pulso zonos, pasirinktos remiantis Amerikos Širdies Asociacijos rekomendacijomis, yra iš anksto prieinamos, bet taip pat galite susikurti pasirinktinę zoną, jei siekiate likti konkretaus pulso intervalo ribose.

Numatytosios pulso zonos

Numatytosios pulso zonos apskaičiuojamos pagal jūsų numanomą maksimalų pulsą. Fitbit apskaičiuoja jūsų numanomą maksimalų pulsą pagal įprastą formulę, iš 220 atimant jūsų amžių.

Širdelės piktograma, kurią matote virš savo dabartinio pulso, žymi jūsų pulso zoną: Šioje lentelėje paaiškintos skirtingos pulso zonos.

Piktograma	Zona	Apskaičiavimas	Aprašymas
	„Out of Zone“ (Už zonos ribų)	Mažiau nei 50% jūsų maksimalaus pulso.	Jūsų pulsas gali būti pakilęs, bet nepakankamai, kad tai galėtų būti laikoma treniruote.
	„Fat Burn“ (Riebalų deginimas)	Tarp 50% ir 69% jūsų maksimalaus pulso.	Žemo ar vidutinio intensyvumo treniruotės zona. Ši zona puikiai tinka pradedantiems treniruotis. Pastaroji vadinama riebalų deginimo zona, nes didesnis kalorijų procentas sudeginamas iš riebalų, tačiau bendras sudegintų kalorijų rodiklis yra žemesnis.
	Cardio (Kardio)	Tarp 70% ir 84% maksimalaus pulso.	Vidutinio ar aukšto intensyvumo treniruotės zona. Būdami šioje zonoje, intensyviai treniruojatės, bet nepersistengiate. Daugumai žmonių rekomenduojama siekti šios treniravimosi zonos.
	Peak (Viršūnė)	Daugiau nei 85% jūsų maksimalaus pulso.	Aukšto intensyvumo treniruotės zona. Ši zona skirta trumpoms, intensyvioms treniruotėms, norint pagerinti greitį ir rezultatus.

Pasirinktinės pulso zonos

Jei omenyje turite konkretų tikslą, vietoj numatytųjų pulso zonų naudojimo galite nustatyti pasirinktinę zoną ar pasirinktinį maksimalų pulsą. Pavyzdžiui, profesionalių sportininkų treniruočių tikslai gali skirtis nuo tų, kuriuos Amerikos Širdies Asociacija rekomenduoja vidutinio sportinio pasirengimo žmogui. Būdami paDaugiau informacijos apie pulso zonų stebėjimą bei nuorodas į Amerikos Širdies Asociacijos teikiamą informaciją rasite adresu [help.fitbit.com](#).

Daugiau informacijos apie pulso zonų stebėjimą bei nuorodas į Amerikos Širdies Asociacijos teikiamą informaciją rasite adresu [help.fitbit.com](#).

Miego stebėjimas

Miegokite dėvėdami savo "Charge 2" norėdami, kad šis automatiškai fiksuotų jūsų miego trukmę ir kokybę. Norėdami peržiūrėti savo miego informaciją, atsibudę sinchronizuokite sekiklį ir patikrinkite savo ataskaitų sritį.

Jūsų ataskaitų sritis gali rekomenduoti nuoseklų ėjimo miegoti ir pabudimo režimą, kad padėtų jums gerinti jūsų miego ciklo kokybę. Netgi galite pasirinkti, kad sekiklis jums kasnakt primintų, kai ateina laikas ruoštis miegui.

Daugiau informacijos apie miego stebėjimą rasite adresu [help.fitbit.com](#).

Kasdienio užsiėmimų tikslo stebėjimas

„Charge 2“ stebi jūsų pažangą link jūsų pasirinkto kasdienio tikslo. Kai pasiekiate savo tikslą, sekiklis suvibruoja ir jus pasveikina.

Tikslo pasirinkimas

Pagal numatytuosius nustatymus, jūsų tikslas yra 10 000 žingsnių per dieną. Galite pakeisti tikslą į įveiktą atstumą, sudegintas kalorijas, aktyvumo minutes ar užliptus aukštus bei pasirinkti norimą atitinkamą vertę. Pavyzdžiui, galbūt norėsite pasilikti žingsniais matuojamą tikslą, bet pakeisti jį iš 10 000 į 20 000 žingsnių.

Pažangos tikslo link peržiūra

Pažangos tikslo link stulpelis palaikys jūsų motyvaciją. Žemiau esančio stulpelio užpildyta dalis žymi, kad iki savo tikslo jau nuėjote daugiau nei pusę kelio.



Valandinio aktyvumo sekimas

„Charge 2“ stebi, kada esate nejudrus bei primena jums judėti ir tokiu būdu padeda jums išlikti aktyviems dienos metu.

Jei per tam tikrą valandą nenuėjote bent 250 žingsnių, iki valandos pabaigos likus dešimčiai minučių pajusite vibraciją, primenančią jums vaikščioti. Kai, sulaukę priminimo, pasieksite 250 žingsnių tikslą, pajusite dar vieną vibraciją bei gausite sveikinimo žinutę. Tai pat sulauksite ir kasdienio sveikinimo, jei pasieksite šį tikslą kiekvieną valandą.



Valandinis sveikinimas



Kasdienis sveikinimas

Treniruotės su „Fitbit Charge 2“

„Charge 2“ naudoja „SmartTrack™“ automatiniam pasirinktų treniruočių aptikimui ir įrašymui. Norėdami peržiūrėti tikslesnę statistiką ir mankštos apžvalgą ar ją ant savo riešo matyti tiesiogiai, galite į sekiklį įvesti treniruotės pradžią ir pabaigą. Visos mankštos išsaugotos jūsų treniruočių istorijoje gilesnei analizei ir palyginimui.

„SmartTrack“ naudojimas

„SmartTrack“ užtikrina, kad jums neabejotinai būtų užskaitytos aktyviausios dienos dalys. Sinchronizavę savo sekiklį po „SmartTrack“ aptiktos treniruotės, savo treniruočių istorijoje rasite keletą statistikų, įskaitant trukmę, sudegintas kalorijas, poveikį jūsų dienai ir daugiau.

Pagal numatytuosius nustatymus, „SmartTrack“ aptinka nenutrūkstamą bent 15 minučių trukmės judėjimą. Galite prailginti arba sutrumpinti šią minimalią trukmę arba išjungti „SmartTrack“ vienam ar daugiau treniruočių tipų. Daugiau informacijos apie „SmartTrack“ parinktis ir naudojimą rasite adresu help.fitbit.com.

„Exercise menu“ naudojimas

„Exercise menu“ (Treniruočių meniu) pritaikymui pagal jūsų mėgstamiausias treniruotes, galite rinktis iš daugiau nei tuzino treniruočių tipų. Kai kurios treniruotės, pavyzdžiui, bėgimas, važinėjimas dviračiu ir žygiai, turi GPS parinktį.

Daugiau informacijos apie „Exercise menu“ parinktis rasite adresu help.fitbit.com

Pastaba: „Charge 2“ neturi integruoto GPS. Jo prijungto GPS funkcija veikia kartu su GPS jutikliais jūsų greta esančiame mobiliajame įrenginyje ir taip teikia jums esamą tempo ir atstumo informaciją bei žemėlapyje žymi jūsų trasą. Įjungus prijungto GPS funkciją, jūsų statistikos sekimas bus tikslesnis.

Prijungtas GPS neveikia „Fitbit“ programėlę naudojantiems su „Windows 10“.

GPS reikalavimai

Prijungtas GPS yra prieinamas „iOS“ ir „Android“ mobiliesiems įrenginiams. Daugiau informacijos apie prijungto GPS sąranką rasite adresu help.fitbit.com.

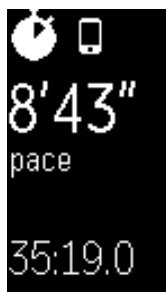
1. Jei naudosite prijungtą GPS, įsitikinkite, kad jūsų telefone įjungtas „Bluetooth“ ir GPS bei kad jūsų sekiklis suporuotas su jūsų telefonu.
2. Įsitikinkite, kad „Fitbit“ programėlė turi leidimą naudotis GPS ar vietos nustatymo funkcijomis.
3. Užtikrinkite, kad „Fitbit“ programėlės nustatymuose treniruotei įjungtas prijungtas GPS.
 - a. „Fitbit“ programėlėje suraskite „Exercise“ (Treniruotės) šaukinys. Daugiau informacijos rasite adresu help.fitbit.com.

- b. Bakstelėkite treniruotę, kurią norite fiksuoti ir įsitikinkite, kad prijungtas GPS yra įjungtas.

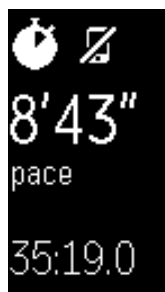
Treniruotės stebėjimas

Norėdami fiksuoti treniruotę:

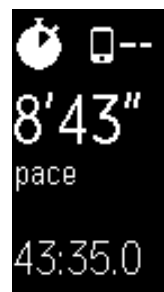
1. Sekiklyje spauskite mygtuką, kol prieisite „Exercise“ ekraną ir tada bakstelėkite, kad surastumėte norimą treniruotę.
2. Norėdami pradėti treniruotę, nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką. Jei viršuje matote telefono piktogramą, vadinasi, šiai treniruotei veikia prijungtas GPS ir jūsų įrenginys yra prijungtas prie GPS signalo. Jei telefono piktograma išbraukta, GPS ryšys neveikia. Animuota brūkšninė linija reiškia, jog jūsų įrenginys bando rasti GPS signalą.



Prisijungta prie GPS signalo



Atsijungta nuo GPS signalo



Ieškoma GPS signalo

3. Mankštos metu paspauskite mygtuką, norėdami peržiūrėti savo tiesioginę statistiką ar pasitikslinti esamą laiką.
4. Mankštą baigę, nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką, norėdami užbaigti įrašinėjimą. Pamatysite vėliavėlės piktogramą ir sveikinimo žinutę.
5. Paspauskite mygtuką norėdami pamatyti rezultatų apžvalgą. Kiekvienas mygtuko paspaudimas įjungs skirtingą statistikos rinkinį. Savo treniruočių apžvalgą galite peržiūrėti vieną kartą.

Sinchronizuodami savo sekiklį, išsaugosite mankštą treniruočių istorijoje. Ten galite rasti papildomas statistikas bei peržiūrėti savo trasą, jei naudojotės prijungtu GPS.

Vedamojo kvėpavimo pratimai su „Charge 2“

„Charge 2“ jūsų sekiklyje siūlo jūsų poreikiams pritaikytus vedamojo kvėpavimo pratimus, kurie padės jums rasti minutėlę ramybės dienos metu. Galite pasirinkti tarp dviejų minučių ir penkių minučių trukmės pratimų

Norėdami pradėti pratimą:

1. Spauskite savo sekiklio mygtuką, kol prieisite „Relax“ ekraną.
2. Pirmą parinktį yra dviejų minučių pratimas. Bakstelėkite, norėdami pasirinkti penkių minučių pratimą.
3. Norėdami pradėti, nuspauskite ir laikykite nuspaudę mygtuką.
4. Nejudėkite ir giliai kvėpuokite kalibravimo metu, kuris trunka 30-40 sekundžių. Jūsų sekiklio ekrane matysite užrašą „sensing your breathing“ (juntamas jūsų kvėpavimas).
5. Pasirodžius raginimui, giliai įkvėpkite ir giliai iškvėpkite.



Jūsų sekiklio ekrane pasirodantis žerėjimas nurodys kaip gerai sekate vadovą. Jei nemaloniai pasijutote ar apsvaigote, nutraukite vedamojo kvėpavimo pratimą.

6. Baigę pratimą, paspauskite mygtuką, kad grįžtumėte į laikrodžio ekraną.

Visi pranešimai pratimo metu yra automatiškai išjungiami. Jei esate nustatę begarsį žadintuvą, jūsų „Charge 2“ nurodytu laiku suvibruos.

Daugiau informacijos apie vedamojo kvėpavimo pratimus bei gilios kvėpavimo naudą ir saugos informaciją rasite adresu help.fitbit.com.

Begarsių žadintuvų naudojimas

„Charge 2“ gali švelniai suvibruoti, kad jus pažadintų arba įspėtų, naudojantis begarsių žadintuvų funkcija. Kiekvienai dienai ar tik tam tikroms savaitės dienoms galite nustatyti iki aštuonių žadintuvų.

Daugiau informacijos apie begarsių žadintuvų parinktis ir naudojimą rasite adresu help.fitbit.com.

Begarsių žadintuvų įjungimas ar išjungimas

Nustatę žadintuvą galite jį išjungti ar vėl įjungti tiesiai iš savo „Charge 2“, neatidarydami „Fitbit“ programėlės. Nustatyti žadintuvą galite tik „Fitbit“ programėlėje.

1. Spauskite sekiklio mygtuką, kol rasite „Alarms“ ekraną.



2. Bakstelėkite savo sekiklį, kol rasite norimą žadintuvą.
3. Nuspauskite ir laikykite mygtuką, norėdami įjungti ar išjungti žadintuvą.

Begarsių žadintuvų praleidimas

Kai žadintuvas įsijungia, sekiklis sumirksi ir suvibruoja. Norėdami praleisti žadintuvą, paspauskite sekiklio mygtuką arba nueikite 50 žingsnių. Jei žadintuvui įsijungus nepaspausite mygtuko, žadintuvas automatiškai bus pakartotas dar vieną kartą.

Skambučių, žinučių ir kalendoriaus pranešimų gavimas

Daugiau nei 200 suderinamų „iOS“ ir „Android“ mobiliųjų įrenginių suteikia jums galimybę gauti ateinančius skambučių, žinučių ir kalendoriaus pranešimus per jūsų „Charge 2“, kai jūsų mobilusis įrenginys yra netoliese. Norėdami sužinoti, ar jūsų įrenginys palaiko šią funkciją, eikite į <http://www.fitbit.com/devices>. Atkreipkite dėmesį, kad pranešimai neveikia „Fitbit“ programėlę naudojančiams su „Windows 10“.

Kalendoriaus reikalavimai

Jūsų sekiklis rodys jūsų kalendoriuje pažymėtus įvykius ir bet kokią informaciją, ateinančią iš jūsų mobiliojo įrenginio kalendoriaus programėlės. Atkreipkite dėmesį, kad jei jūsų kalendoriaus programėlė nesiunčia pranešimų į jūsų mobilųjį įrenginį, negausite jų ir savo sekiklyje.



Jei turite „iOS“ įrenginį, jūsų „Charge 2“ rodys pranešimus iš visų kalendorių, sinchronizuotų su numatyta „iOS“ kalendoriaus programėle. Jei turite trečiosios šalies kalendoriaus programėlę, kuri nėra sinchronizuota su „iOS“ kalendoriaus programėle, pranešimų iš ankščiau minėtos programėlės nematysite.

Jei turite „Android“ įrenginį, jūsų „Charge 2“ rodys kalendoriaus pranešimus iš tos kalendoriaus programėlės, kurią pasirinkote sąrankos metu. Galite rinktis tarp numatytosios jūsų mobiliojo įrenginio kalendoriaus programėlės ir keleto trečiųjų šalių kalendoriaus programėlių.

Pranešimų įgalinimas

Nežapnete oznámení v aplikaci Fitbit, tak se ujistěte, že je zapnutý Bluetooth a že je vaše Prieš įjungdami pranešimus „Fitbit“ programėlėje, įsitinkite, kad „Bluetooth“ įjungtas ir kad jūsų mobilusis įrenginys gali siųsti pranešimus (ši parinktis dažniausiai randama per „Nustatymai“ > „Pranešimai“).

Daugiau informacijos apie tai, kaip užtikrinti, kad jūsų mobilusis įrenginys leidžia pranešimus, rasite help.fitbit.com.

„iOS“ skirta „Fitbit“ programėlė

Skambučių ir žinučių pranešimai jau įgalinti pagal numatytuosius nustatymus. Norėdami įjungti kalendoriaus pranešimus:

1. Kai jūsų sekiklis greta, „Fitbit“ ataskaitų srityje bakstelėkite „Account“.
2. Bakstelėkite „Charge 2“ plytelę.
3. Bakstelėkite „Notifications“ („Pranešimai“) ir įjunkite ar išjunkite bet kurią skambučių, žinučių ar kalendoriaus pranešimų kombinaciją.
4. Laikydami ekrane rodomų instrukcijų, sujunkite (susiekite) savo mobilųjį įrenginį su savo sekikliu.

Kai pranešimai įgalinti, „Charge 2“ yra rodomas jūsų mobiliojo įrenginio suporuotų „Bluetooth“ įrenginių sąrašė.

„Android“ skirta „Fitbit“ programėlė

Norėdami įjungti skambučių, žinučių ar kalendoriaus pranešimus:

1. Kai jūsų sekiklis greta, „Fitbit“ programėlės ataskaitų srities viršuje bakstelėkite „Charge 2“ plytelę.
2. Dar kartą bakstelėkite „Charge 2“ plytelę.
3. Bakstelėkite „Notifications“ („Pranešimai“) ir įjunkite ar išjunkite bet kurią skambučių, žinučių ar kalendoriaus pranešimų kombinaciją.
4. Laikydami ekrane rodomų instrukcijų, sujunkite (susiekite) savo mobilųjį įrenginį su savo sekikliu.

Pastaba: Jei savo „Android“ mobiliajame įrenginyje pranešimų sąranką atliekate pirmą kartą, išsamias instrukcijas rasite help.fitbit.com

Kai pranešimai įgalinti, „Charge 2“ yra rodomas jūsų mobiliojo įrenginio suporuotų „Bluetooth“ įrenginių sąrašė.

Gaunamų pranešimų peržiūra

Jūsų sekikliui ir mobiliajam įrenginiui esant 30 pėdų (9 m) atstumu vienas nuo kito, skambučio, žinutės ar kalendoriaus įvykio atveju sekiklis suvibruos. Jūsų ekranas liks išjungtas, kol jūs jo neįjungsite pranešimo peržiūrai. Norėdami įjungti sekiklį ir peržiūrėti pranešimą, pasukite riešą į savo pusę ar paspauskite mygtuką. Pranešimas prieinamas tik vieną minutę nuo jo gavimo.

Telefono skambučių pranešimai su skambinančiojo vardu ar telefono numeriu ekranu praslenka keturis kartus, tuo metu rodoma animacija. Norėdami praleisti pranešimą, paspauskite mygtuką.



Žinučių ir kalendoriaus įvykių pranešimai, pavyzdžiui, žinutės siuntėjas ar kalendoriaus įvykis, ekranu praslenka vieną kartą ir toliau nebejudą. Žinutės antraštė ar įvykio pavadinimas praslenka vieną kartą ir pranyksta. Jei siuntėjas ar įvykis, arba žinutės antraštė ar įvykio pavadinimas pakankamai trumpi, kad tilptų ekrane, ši informacija neslenka. Pranešimo ženklų limitas yra 40.

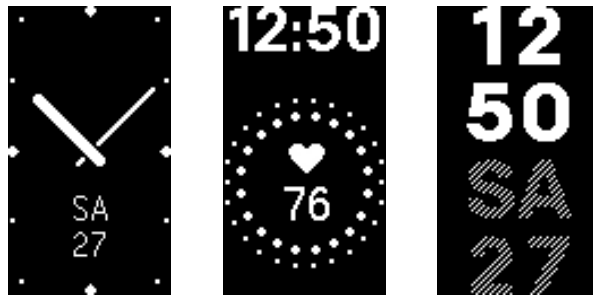


Jūsų „Fitbit Charge 2“ tinkinimas

Šiame skyriuje paaiškinta, kaip keisti jūsų laikrodžio ciferblatą bei tam tikras sekiklio funkcijas.

Laikrodžio ciferblato keitimas

„Charge 2“ turi keletą laikrodžio ciferblatų. Keli pavyzdžiai:



Laikrodžio ciferblatą galite keisti savo „Fitbit“ programėlėje arba fitbit.com ataskaitų srityje. Daugiau informacijos rasite adresu help.fitbit.com.

„Quick View“ naudojimas

Taupydamas baterijos išteklius, ekranas nenaudojamas išsijungia. Ekranas įsijungia automatiškai kai pasukate riešą į savo pusę (šis veikimo būdas vadinamas „Quick View“) arba galite jį įjungti paspaudę mygtuką ar dukart bakstelėję.

Daugiau informacijos apie „Quick View“ įjungimą ir išjungimą rasite adresu help.fitbit.com

Pulso matavimo reguliavimas

Jūsų „Charge 2“ automatiniam ir pastoviam pulso matavimui naudoja „PurePulse®“. Pulso matavimo nustatymas turi tris parinktis:

- „Auto“ (numatytasis) – Pulso matavimas įjungtas, kai dėvite sekiklį.
- „Off“ (išjungtas) – Pulso matavimas išjungtas.
- „On“ (įjungtas) – Pulso matavimas visuomet įjungtas, nepaisant to, ar dėvite sekiklį.

Daugiau informacijos apie pulso matavimo reguliavimą rasite adresu help.fitbit.com

Jūsų „Fitbit Charge 2“ naujinimas

Kartkartėmis programinės aparatinės įrangos naujinių pagalba pateikiame nemokamus funkcijų patobulinimus ir gaminio pagerinimus. Rekomenduojame palaikyti savo „Charge 2“ atnaujintą.

Kai pasirodys programinės aparatinės įrangos naujins, „Fitbit“ programėlėje matysite pranešimą raginantį atnaujinti jūsų „Charge 2“. Naujinimui prasidėjus, sekiklyje ir „Fitbit“ programėlėje rodomas vykdymo pažangos stulpelis tol, kol naujinimas baigiamas.

Naujinimo eigos metu, savo sekiklį ir mobilųjį įrenginį laikykite greta vienas kito.

Pastaba: „Charge 2“ naujinimas trunka kelias minutes ir gali sunaudoti nemažai baterijos išteklių. Dėl šios priežasties rekomenduojame naujinti, kai jūsų sekiklis pilnai įkrautas arba yra įkraunamas įkroviklio laidu.

Jūsų „Fitbit Charge 2“ trikčių diagnostika

Jei jūsų sekiklis tinkamai neveikia, peržiūrėkite toliau pateiktas trikčių diagnostikos gaires.

Daugiau informacijos apie tai rasite adresu help.fitbit.com.

Nėra pulso signalo

„Charge 2“ nuolat matuoja jūsų pulsą treniruočių ir dienos metu. Kartais pulso matuoklis gali nerasti gero signalo. Kai taip atsitinka, vietoj savo pulso matysite brūkšninę liniją.



Nėra pulso signalo

Jei nerandate pulso signalo, visų pirma įsitikinkite, kad sekiklį dėvite teisingai, pabandykite paslinkti jį aukštyn ar žemyn, stipriau priveržti ar atlaisvinti. Trumpai palaikę ranką ramiai ir tiesiai, turėtumėte ir vėl matyti savo pulsą. Jei pulso signalas vis dar nerastas, patikrinkite „Heart Rate“ nustatymą jūsų „Fitbit“ ataskaitų srityje ir įsitikinkite, kad šis nustatymas į „On“ ar „Auto“.

Nenumatytas veikimas

Atsiradus kuriai nors iš toliau pateiktų problemų, ši gali būti išsprendžiama iš naujo įjungiant sekiklį:

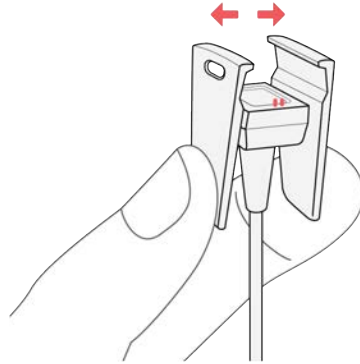
- Nepaisant sėkmingos sąrankos, sinchronizavimas nevyksta
- Neveikia mygtukas, nėra reakcijos į bakstelėjimus, nors sekiklis įkrautas
- Sekiklis neseka jūsų žingsnių ar kitų duomenų

Pastaba: Jūsų sekiklio įjungimas iš naujo perkrauna įrenginį, bet neištrina jokių duomenų.

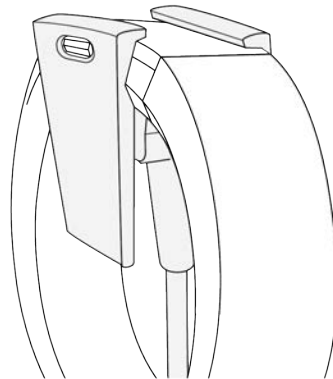
Norėdami iš naujo įjungti sekiklį:

1. Įjunkite įkroviklio laidą į savo kompiuterio ar UL („Underwriters Laboratories“) patvirtintą sieninio USB įkroviklio USB lizdą.

2. Kitą laido galą sujunkite su sekiklio nugarėlėje esančia jungtimi. Įkroviklio laido kaišteliai turi būti gerai įstatyti į jungtį.



3. Įsitinkinkite, kad jūsų sekiklio mygtukas sulygiuotas su įkroviklio laide esančia skylė mygtukui. Žinosite, kad ryšys tvirtas, kai sekiklis suvibruos ir jo ekrane matysite baterijos piktogramą. „Charge 2“ pradės krautis.



4. Nuspauskite ir keturias sekundes laikykite nuspaudę sekiklio mygtuką. Kai pamatysite „Fitbit“ logotipą ir sekiklis suvibruos, tai reiškia, kad sekiklis įsijungė iš naujo.

Jūsų sekikliui įsijungus iš naujo, galite jį atjungti nuo įkrovimo laido ir vėl užsidėti. Daugiau trikčių diagnostikos ir Klientų aptarnavimo kontaktus rasite adresu help.fitbit.com.

„Fitbit Charge 2“ bendroji informacija ir specifikacijos

Jutikliai

Jūsų „Charge 2“ turi šiuos jutiklius:

- MEMS triašį akselerometrą, kuris fiksuoja jūsų judesių struktūras
- Altimetrą, kuris matuoja aukščio pokyčius
- Optinį pulso matuoklį

Medžiagos

Su „Charge 2“ pateikiama apyrankė pagaminta iš lanksčios, patvarios elastomero medžiagos, kuri yra panaši į daugeliui sportinių laikrodžių naudojamą medžiagą. Jos sudėtyje nėra latekso. Galima gauti papildomų apyrankių, pagamintų iš natūralios odos.

„Charge 2“ sagtis ir rėmelis pagaminti iš medicininės kokybės nerūdijančio plieno. Nors viso nerūdijančio plieno sudėtyje yra nikelio pėdsakų, kurie nikeliui jautriems asmenims gali sukelti alerginę reakciją, „Fitbit“ gaminių sudėtyje esančio nikelio kiekis griežtai atitinka Europos Sąjungos Nikelio Direktyvą.

Belaidė technologija

„Charge 2“ turi „Bluetooth 4.0“ radijo siųstuvą-įmtuvą.

Haptinis grįžtamasis ryšys

„Charge 2“ turi vibracinį variklį, skirtą žadintuvams, pasiektiems tikslams, pranešimams ir priminimams.

Baterija

„Charge 2“ turi įkraunamą ličio polimerų bateriją.

Atmintis

„Charge 2“ kaupia didžiąją dalį kasminutinės statistikos ir treniruočių duomenų septynias dienas. Sekiklis kaupia „SmartTrack“ duomenis tris dienas ir bendras apžvalgas - 30 dienų. Pulso duomenys išsaugomi vienos sekundės intervalais treniruočių metu ir penkių sekundžių intervalais kitu metu.

Sukaupti duomenys susideda iš nueitų žingsnių, įveikto atstumo, sudegintų kalorijų, užliptų aukštų, aktyvumo minučių, pulso, treniruočių, miego ir nejudrių ar aktyvių valandų. „Charge 2“ gali kaupti daugiausiai 10 valandų treniruočių duomenų. Tai reiškia, kad jei treniruojatės daugiau nei 10 valandų ir per tą laiką nesinchronizujete sekiklio, jūsų treniruočių istorijoje nebus visų duomenų. Rekomenduojame sinchronizuoti sekiklį bent kartą per dieną.

Ekranas

„Charge 2“ turi OLED bakstelėjimu valdomą ekraną.

Dydis

Žemiau parodyti apyrankių dydžiai. Atkreipkite dėmesį, kad atskirai parduodamų papildomų apyrankių dydžiai gali būti kiek kitokie.

Maža apyrankė	Tinka riešui, kurio perimetras - tarp 14 ir 17 cm
Didelė apyrankė	Tinka riešui, kurio perimetras - tarp 17 ir 20,5 cm
Ypač didelė apyrankė	Tinka riešui, kurio perimetras - tarp 20,5 ir 23,5 cm

Aplinkos sąlygos

Veikimo temperatūra	Nuo -10° iki 45° C
Neveikimo temperatūra	Nuo -20° iki 60° C
Atsparumas vandeniui	Atsparus aptaškymui vandeniui. Dėvėdami įrenginį nesimaudykite duše ir nenardinkite jo į vandenį.
Maksimalus veikimo aukštis	10.000 m

Daugiau informacijos

Norėdami sužinoti daugiau apie savo sekiklį ir ataskaitų sritį, apsilankykite help.fitbit.com.

Grąžinimo taisyklės ir garantija

Garantijos informaciją ir fitbit.com grąžinimo taisykles rasite adresu <http://www.fitbit.com/returns>.

Priežiūros ir saugumo įspėjimai

Modelio pavadinimas: FB407

Europos Sąjunga (ES)

Supaprastinta Atitikties Direktyvai 1999/5/EC deklaracija:
„Fitbit Inc.“ šiuo patvirtina, kad „Fitbit Charge 2“ (modelis FB407) atitinka pagrindinius ir kitus reikiamus ES direktyvos 1999/5/EC reikalavimus. Šio gaminio CE ženklavimo Atitikties deklaraciją rasite adresu <http://www.fitbit.com/safety>.

Saugumo pareiškimas

Šios įrangos atitiktis saugumo sertifikatui, atitinkančiam toliau nurodyto EN Standarto reikalavimus, yra patikrinta: EN60950-1:2006 + A11:2009 + A1:2010 + A12: 2011 + A2:2013.

©2016 „Fitbit, Inc.“. Visos teisės saugomos. „Fitbit“ ir „Fitbit“ logotipas yra „Fitbit“ prekių ženklai arba registruoti prekių ženklai JAV ir kitose šalyse. Visų „Fitbit“ prekių ženklų sąrašą galite rasti adresu <http://www.fitbit.com/legal/trademark-list>. Minimi trečiųjų šalių prekių ženklai yra atitinkamų savininkų nuosavybė.