

## App Herunterladen

- ① Suchen Sie im App Store (Apple Store/Google Store) nach **"Da Fit"**.
- ② Scannen Sie den QR-Code zum Herunterladen.



## Schließen Sie die Smart Watch an

1. Schalten Sie die Uhr ein: Halten Sie die Seitentaste 3-5 Sekunden lang gedrückt  
2. Bitte schalten Sie den Bluetooth- und Ortungsdienst des Telefons ein und stellen Sie sicher, dass die Uhr nicht an andere Geräte gebunden ist  
Öffnen Sie die Dafit-App auf Ihrem Mobiltelefon. Geben Sie Ihre persönlichen Daten ein. Geben Sie die Geräteschnittstelle ein. Klicken Sie auf "Gerät binden". Klicken Sie mit der rechten Maustaste auf die Wähloberfläche der Uhr, um die MAC-Adresse anzuzeigen. Sie können die MAC-Adresse aus der Geräteliste verwenden, um Ihr Gerät zu bestimmen. Das Gerät Name und die zugehörige MAC-Adresse sind ein Gerätepaar, das erfolgreich verbunden wurde

## Tipps für Benutzer:

Bei der Installation der App werden Sie aufgefordert, auf die Telefonberechtigungen zuzugreifen. Bitte erlauben Sie alle Berechtigungen: ① Bluetooth ② Mitteilungen ③ lokales Netzwerk in der App „da fit“.

### „Da Fit“ möchte Bluetooth verwenden

Need to connect the Band through Bluetooth

Nicht erlauben

OK

### „Da Fit“ möchte dir Mitteilungen senden

Mitteilungen können Hinweise, Töne und Symbolkennzeichen sein. Sie können in den Einstellungen konfiguriert werden.

Nicht erlauben

Erlauben

### „Da Fit“ möchte Geräte in deinem lokalen Netzwerk finden und eine Verbindung herstellen.

Diese App kann Geräte in Netzwerken, die du verwendest, entdecken und eine Verbindung herstellen.

Nicht erlauben

OK

## APP-Funktionen und Einstellungen

### Hintergrund

Wählen Sie Ihre Lieblings - Ziffernblatt, DIAL 2 können für redaktionelle Änderungen



Entdecken Sie weitere Anzeigen

### Hintergrund

Umschalten des benutzerdefinierten Wählers über die APP (wie im Bild links gezeigt)

### Entdecken Sie weitere Anzeigen

Geräteseitenauswahl Weitere Wählvorgänge finden Klicken Sie auf Ihr bevorzugtes Wahlbild. Klicken Sie hier, um den Download zu starten. Verlassen Sie die Download-Seite nicht während des Downloads

### Persönliche Daten:

Legen Sie persönliche Informationen fest, wenn Sie sich anmelden.

Meine datumsbezogenen Daten. Geschlecht - Größe - Gewicht - Alter

### Anruf-Erinnerung:

Wenn die Anruf-Erinnerung im verbundenen Zustand aktiviert ist, vibriert das Armband und zeigt den Namen oder die Nummer des Anrufers an, wenn der Anruf eingeht. (Sie müssen der App die Berechtigung zum Lesen des Adressbuchs erteilen.)

### Notifications:

Wenn diese Funktion im verbundenen Zustand aktiviert ist, vibriert das Armband, wenn es Nachrichten wie Wechat, Facebook, Twitter und so weiter gibt. (Sie müssen dem APP-Zugang die Systemberechtigung geben.).



## Intelligenter Wecker

Im verbundenen Zustand kann man 3 Wecker einstellen, und nach der Einstellung werden sie mit dem Armband synchronisiert. Unterstützt Offline-Wecker. Nach der Synchronisation erfolgreich ist, auch wenn die APP nicht verbunden ist, wird Sie das Armband daran erinnern, entsprechend der eingestellten Zeit.

### Andere

Bleiben Sie in Verbindung, klicken Sie auf die Option "Gerät suchen", das Armband vibriert

### Uhr aufladen und aktiviert

Wenn Sie die Uhr zum ersten Mal benutzen, vergewissern Sie sich, dass der Akku vollständig aufgeladen ist. Es dauert 2 Stunden, bis der Akku vollständig aufgeladen ist. Ziehen Sie mit dem magnetischen Ladegerät die Metallkontakte auf der Rückseite der Uhr an (siehe Abbildung rechts) und schließen Sie das andere Ende des Ladegeräts an den USB-Ladekopf oder die USB-Schnittstelle des Computers an (verwenden Sie den 5-V- / 500-mA-Ladekopf, die beiden Ladeköpfe) am magnetischen Ladegeräte nicht an Metallgegenständen befestigbar, falls Kurzschluss & Brand auftreten, nicht mit Schnellladegerät aufladen.

### Hinweis:

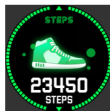
1: Wenn Sie GPS im Sportmodus verwenden, schalten Sie die Ortungsdienste für Telefon und Gerät ein. Die Uhr hat keine GPS-Funktion. Sie können die GPS-Funktion in der App öffnen.

2: Die Daten von Schritt, Schlaf, Herzfrequenz, Blutdruck und Blutsauerstoffsättigung der Uhr werden mit der App synchronisiert. Die relevanten Daten können synchronisiert werden, indem die entsprechende Seite heruntergezogen wird. Eine detailliertere Informationsanalyse und Datenaufzeichnung kann über die APP eingesehen werden.

## Eigenschaften

### 1. Pedometer / Distanz / Kalorienverbrauch

Die Uhr kann die Anzahl der Schritte pro Tag aufzeichnen, die Laufschriftdaten können mit der APP synchronisiert werden, die Laufschriftentfernung, Kalorien und andere Datendetails können über die APP angezeigt werden (Anzahl der Schritte, Entfernung, Kalorien usw.) Die Daten werden jeden Tag um 00:00 Uhr gelöscht.



### 2. Schlafmonitor

Benutzer tragen die Uhr, um zu schlafen, können die Länge des Schlafes sowie Tiefschlaf und leichten Schlafzustand erkennen, Ihre Schlafzeit gemäß der Datenreferenz anpassen, den Gesundheitsindex Ihres Körpers verbessern. Die voreingestellte Überwachungszeit für den Schlaf ist ab 22:00 Uhr bis 8:00 Uhr wird das Schlafdatenergebnis der letzten Nacht nach 8:00 Uhr angezeigt, Daten können mit der APP synchronisiert werden, die Schlafdaten-Detailinformationsanalyse und der Datensatz können über die APP eingesehen werden.



### 3. Herzfrequenz

Schieben Sie auf die Herzfrequenz-Funktionsoberfläche, die Herzfrequenz startet automatisch nach 2 Sekunden (Sie können auch auf das Herzfrequenzsymbol klicken, um die Messung zu stoppen / zu starten). Die Testdaten werden angezeigt, wenn die Messung abgeschlossen ist, die Herzfrequenz Überwachungsdaten können mit der APP synchronisiert werden, und die detaillierte Analyse der HR-Informationen sowie der Datensatz können über die APP eingesehen werden. (Bitte verwenden Sie beim Messen die richtige Haltung. Die Messergebnisse dienen nur als Referenz und können nicht als medizinische Daten verwendet werden.)



## 4. Blutdruck

Schieben Sie auf die Blutdruckfunktionsschnittstelle, der Blutdruck wird automatisch nach 2 Sekunden gemessen (das Blutdrucksymbol kann auch während der Messung gestoppt / gestartet werden). Die Testdaten werden angezeigt, wenn die Messung abgeschlossen ist. Die Blutdrucküberwachungsdaten kann mit der APP synchronisiert werden, detaillierte Informationsanalyse wird überwacht und der Datensatz kann von der APP-Seite angezeigt werden (Bitte verwenden Sie beim Messen die richtige Haltung, das Messergebnis dient nur als Referenz, kann nicht als medizinische Daten verwendet werden)



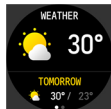
## 5. SPO2

Rufen Sie das SPO2-Menü auf. Nach 2 Sekunden wird die Überwachung automatisch gestartet. (Oder klicken Sie auf das SPO2-Symbol (Ein / Aus).) Wenn die Überwachung abgeschlossen ist, werden die Daten angezeigt. Die Daten können mit der App synchronisiert werden Ihre Hände, dann starten Sie die Überwachung , Ergebnis nur als Referenz , Kann nicht als medizinische Daten verwendet werden )



## 6. Wetterbericht:

In der Wetteroberfläche wird der heutige und der morgige Wetterhinweis angezeigt: Die Wetteranzeige muss mit der App funktionieren



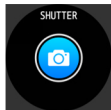
## 7. Musiksteuerung

Schalten Sie nach dem Verbinden mit der App Ihren Handy-Player mit den Händen ein. In der Uhr können Sie das letzte Lied, das nächste Lied oder die Wiedergabe und Pause steuern



## 8.Kamerasteuerung

Nach dem Verbinden mit der App können Sie auf Android-Handys direkt auf die Remote-Kamerafunktion der APP klicken. Das Telefon schaltet die Kamerafunktion automatisch ein. IOS-Telefone müssen die Kamera jedoch manuell einschalten. Klicken Sie dann auf das Kamerasymbol in der Uhr oder schütteln Sie den Arm, um das Bild automatisch aufzunehmen.



## 9.Training einatmen

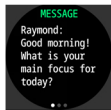
Klicken Sie auf das Atmen-Symbol, um das Training zu starten. Die Anweisung zum Ein- und Ausatmen. (Normalerweise hilft das Atmen des Trainings dabei, die Emotionen zu entspannen, psychischen Stress zu reduzieren und die Lungenfunktion zu verbessern.)



## 10.Message Notification:

Berühren Sie auf der Startseite den "rechten" Wisch, um eine Benachrichtigungsseite aufzurufen.

Wenn eine neue Nachricht eingeht, vibriert die Uhr und zeigt die Nachricht an. Die Uhr zeigt die letzten drei Nachrichten an und überschreibt automatisch die erste gespeicherte Nachricht, wenn die spätere Nachricht empfangen wird. Sonstige Mitteilungen.



## 11.Sport modus

Berühren und streichen Sie auf dem Startbildschirm nach links, um den Multisportmodus zu aktivieren: Gehen, Laufen, Radfahren, Springen, Badminton, Basketball, Fußball und Schwimmen. Wischen Sie nach oben und unten, um eine Sportart auszuwählen, klicken Sie, um die Überwachung aufzurufen, und klicken Sie mit der rechten Maustaste auf die Sportmodus-Oberfläche: Pause / Stopp, Sportmodus-Daten können mit der APP synchronisiert werden, Sportmodus-Überwachung, detaillierte Informationsanalyse und Datensätze können angezeigt werden aus der APP



Laufen



Spaziergehen



Klettern



Fahren



Badminton



Seilhüpfen



Schwimmen



Basketball

## 12. Anderes Menü



### Vibration / Helligkeit / Armband zurücksetzen

Berühren Sie auf dem Startbildschirm und wischen Sie nach unten, um zur Einstellungsseite zu gelangen (wie im ersten Bild).

- 1) Klicken Sie auf Helligkeitsanpassung. Sie können die benötigte Bildschirmhelligkeit je nach Verwendung anpassen
- 2) Wenn Sie die Uhr mit einem anderen Telefon verwenden müssen, müssen Sie die Uhr zurücksetzen.

Klicken Sie auf Werkseinstellungen wiederherstellen. Die Uhr wird in den Ausgangszustand zurückversetzt und automatisch neu gestartet. Zu diesem Zeitpunkt werden alle Daten auf dem Armband gelöscht.

- 3) Klicken Sie auf das Symbol "Version", um die Versionsinformationen, die Bluetooth-MAC-Adresse, die Anzeige des Batterieprozentatzes und den Bluetooth-Verbind-

---

### Warum kann die Uhr keine Nachrichtenbenachrichtigung erhalten?

Da der Hintergrund des Android-Mobiltelofons die nicht häufig verwendete App automatisch bereinigt, wird die Verbindung zur Uhr unterbrochen und die Nachricht nicht mehr gesendet.

1. Stellen Sie sicher, dass die Nachrichten-Push-Funktion in der Dafit-Einstellung aktiviert ist
2. Stellen Sie sicher, dass die Nachricht in der Benachrichtigungsleiste des Mobiltelofons angezeigt werden kann. Die Benachrichtigung wird durch Lesen der Benachrichtigungsleiste des Mobiltelofons gesendet. Die Uhr kann keine Benachrichtigung erhalten, wenn die Push-Nachricht in der Mobiltelofoneinstellung geschlossen wird.

**Hinweis:** In den Telefoneinstellungen nach Benachrichtigungseinstellungen suchen, WhatsApp, Facebook, Twitter, Telefon, SMS usw. einschalten.

## Lernen Sie Ihr Gerät kennen

Es ist verboten, dieses Produkt ins Feuer zu werfen, um eine Explosion zu vermeiden. Die Akkulaufzeit variiert je nach Umgebung und Nutzungsmodus.

Warnung: Dieses Produkt ist kein Medizinprodukt. Die Uhren und ihre Anwendungen dürfen nicht zur Diagnose, Behandlung oder Vorbeugung von Krankheiten und Beschwerden verwendet werden. Bitte konsultieren Sie zuerst einen qualifizierten Arzt, wenn Sie Ihre Gewohnheiten wie Sport und Schlaf ändern möchten, um schwere Verluste zu vermeiden.

Unser Unternehmen behält sich das Recht vor, die in diesem Handbuch beschriebenen Funktionen ohne vorherige Ankündigung zu ändern und zu verbessern. Gleichzeitig behalten wir uns das Recht vor, das Produkt ständig zu aktualisieren. Alle Inhalte unterliegen dem eigentlichen Produkt.

---

## Warum unterscheiden sich die Blutdruckdaten vom Blutdruckmessgerät?

Der Unterschied zwischen den Smartwatch-Daten und dem Blutdruckmessgerät wird durch eine Vielzahl von Faktoren bestimmt. Die Messstelle des Blutdruckmessers befindet sich in der Arteria radialis, und die Messstelle der Uhr sind die beiden Hauptäste der Arteriole. Normalerweise beträgt der Differenzwert zwischen Aortenblutdruckmessung und mikroarterieller Messung 3 ~ 40. Aufgrund des Blutflusses in der Arterie in Richtung der Zentrifuge. Wenn Sie mit der Smartwatch und dem Blutdruckmessgerät gleichzeitig messen, wird der Ellbogen mit dem Blutdruckmessgerät unter Druck gesetzt. Der Blutdruck kann nicht reibungslos zum unteren Ast der Arterie fließen - und die Gefäßspannung erhöht sich, wodurch der Unterschied größer wird.

---

## Warum kann man die Smartwatch nicht tragen, um ein Bad in der Sauna mit heißen Quellen zu nehmen?

Die Badewassertemperatur ist relativ hoch, es wird viel Wasserdampf erzeugt und der Wasserdampf ist eine Gasphase. Sein molekularer Radius ist klein, es ist leicht aus dem Schalenabstand der Uhr zu infiltrieren, und wenn die Temperatur abfällt, kondensiert es wieder in eine flüssige Phase. Wassertropfen können leicht einen Kurzschluss in der Uhr verursachen, die Platine beschädigen und die Uhr selbst beschädigen.

Besondere Aufmerksamkeit: Bei anderen Problemen mit der Nutzung der Uhr erhalten Sie detaillierte Antworten im Feedback des App-Vorschlags.