



# fitbit blaze™



Návod k obsluze  
Verze 1.0

# Obsah

<b>Začínáme .....</b>	<b>1</b>
Co najdete v balení .....	1
Co najdete v tomto dokumentu .....	1
<b>Nastavení Fitbit Blaze .....</b>	<b>2</b>
Nastavení chytrých hodinek pomocí mobilního zařízení .....	2
Nastavení chytrých hodinek na vašem PC (pouze Windows 10) .....	2
Nastavení chytrých hodinek na vašem PC (Windows 8.1 a níže) .....	3
Nastavení chytrých hodinek na vašem Mac .....	3
Synchronizace chytrých hodinek s vaším účtem Fitbit .....	4
<b>Seznámení s Fitbit Blaze .....</b>	<b>5</b>
Umístění na zápěstí .....	5
Celodenní nošení a cvičení .....	5
Dominantní nebo nedominantní zápěstí .....	6
Pohyb v prostředí .....	6
Výdrž baterií a nabíjení .....	8
Určení aktuálního stavu baterie .....	8
Nabíjení chytrých hodinek .....	9
Prodloužení výdrže baterie .....	10
Péče o hodinky .....	10
Výměna řemínku .....	10
Sundání řemínku .....	10
Přidělení nového řemínku .....	11
<b>Automatické sledování aktivit pomocí Fitbit Blaze .....</b>	<b>12</b>
Prohlížení celodenních statistik .....	12
Použití pásem tepové frekvence .....	12
Výchozí pásma tepové frekvence .....	12

Vlastní pásma tepové frekvence .....	13
Sledování spánku .....	13
Sledování denních cílů aktivity .....	14
Volba cíle .....	14
Zobrazení pokroku v plnění cíle .....	14
<b>Monitorování cvičení pomocí Fitbit Blaze .....</b>	<b>15</b>
Používání SmartTrack .....	15
Používání menu Exercise (Cvičení) .....	15
Přijímání oznámení a ovládání hudby .....	17
Přizpůsobení voleb ve vašem menu Exercise .....	17
<b>Používání tichých budíků .....</b>	<b>18</b>
Nastavení tichých budíků .....	18
Aplikace Fitbit pro iOS .....	18
Aplikace Fitbit pro Android .....	18
Aplikace Fitbit pro Windows 10 .....	18
Povolení nebo zakázání tichých budíků .....	19
Zrušení nebo odložení tichých budíků .....	19
<b>Přijímání oznámení hovorů, textových zpráv a událostí kalendáře .....</b>	<b>20</b>
Požadavky na kalendář .....	20
Aktivace oznámení .....	20
Aplikace Fitbit pro iOS .....	20
Aplikace Fitbit pro Android .....	21
Zobrazení příchozích oznámení .....	21
Správa oznámení .....	21
Deaktivace oznámení .....	22
Přijímání a odmítání telefonních hovorů .....	22
<b>Ovládání hudby .....</b>	<b>23</b>
Aktivace ovládání hudby .....	23

# Obsah je uzamčen

**Dokončete, prosím, proces objednávky.**

**Následně budete mít přístup k celému dokumentu.**



**Proč je dokument uzamčen? Nahněvat Vás rozhodně nechceme. Jsou k tomu dva hlavní důvody:**

- 1) Vytvořit a udržovat obsáhlou databázi návodů stojí nejen spoustu úsilí a času, ale i finanční prostředky. Dělali byste to Vy zadarmo? Ne\*. Zakoupením této služby obdržíte úplný návod a podpoříte provoz a rozvoj našich stránek. Třeba se Vám to bude ještě někdy hodit.

*\*) Možná zpočátku ano. Ale vězte, že dotovat to dlouhodobě nelze. A rozhodně na tom nezbohatneme.*

- 2) Pak jsou tady „roboti“, kteří se přiživují na naší práci a „vysávají“ výsledky našeho úsilí pro svůj prospěch. Tímto krokem se jim to snažíme překazit.

A pokud nemáte zájem, respektujeme to. Urgujte svého prodejce. A když neuspějete, rádi Vás uvidíme!