



# fitbit versa™

## LITE EDITION



Uživatelská  
příručka  
Verze 1.0

# Obsah

---

<b>Začínáme.....</b>	<b>6</b>
Co je v balení .....	6
<b>Nastavení hodinek Versa Lite Edition .....</b>	<b>7</b>
Nabíjení hodinek .....	7
Spárování s telefonem či tabletem .....	8
Spárování s počítačem s operačním systémem Windows 10 .....	9
Prohlížení vašich údajů v aplikaci Fitbit .....	10
<b>Nošení hodinek Versa Lite Edition .....</b>	<b>11</b>
Poloha při celodenním nošení / poloha při cvičení.....	11
Dominantní ruka.....	12
<b>Výměna řemínku.....</b>	<b>13</b>
Odepnutí řemínku .....	13
Připnutí řemínku.....	14
<b>Základy.....</b>	<b>15</b>
Ovládání hodinek Versa Lite Edition.....	15
Základní ovládání systému .....	15
Rychlé nastavení .....	17
Úprava nastavení .....	17
Kontrola úrovně nabití baterie .....	18
Vypnutí displeje.....	18
Péče o hodinky Versa Lite Edition .....	19
<b>Aplikace a ciferníky .....</b>	<b>20</b>
Změna nastavení designu hodin.....	20
Otevření aplikace .....	20
Uspořádání aplikací.....	21
Stáhnutí dalších aplikací .....	21
Odebrání aplikací .....	21
Aktualizace aplikací.....	22
<b>Životní styl .....</b>	<b>23</b>
Starbucks .....	23
Strava.....	23
Počasí .....	23
Kontrola počasí.....	24
Přidání či odebrání města .....	24

<b>Oznámení .....</b>	<b>25</b>
Nastavení oznámení .....	25
Zobrazení příchozích oznámení .....	25
Správa oznámení .....	26
Vypnutí oznámení .....	26
Přijímání nebo odmítání telefonních hovorů .....	27
Odpovídání na zprávy .....	28
<b>Časomíra .....</b>	<b>29</b>
Nastavení budíku .....	29
Vypnutí nebo odložení budíku .....	29
Použití aplikace Časovač .....	30
<b>Aktivita a spánek .....</b>	<b>31</b>
Zobrazení statistik .....	31
Sledování denního cíle pro aktivitu .....	32
Vyberte si cíl .....	32
Sledování hodinové aktivity .....	32
Sledování spánku.....	33
Nastavení cíle pro spánek .....	33
Nastavení připomenutí, že máte jít spát.....	33
Informace o spánkových návycích .....	34
Zobrazení tepové frekvence .....	34
Nastavení sledování tepové frekvence .....	34
Trénování řízeného dýchání .....	35
<b>Fyzická kondice a cvičení .....</b>	<b>37</b>
Automatické sledování cvičení .....	37
Sledování a analýza cvičení s aplikací Exercise .....	37
Požadavky na GPS.....	37
Sledování cvičení.....	38
Přizpůsobení nastavení pro cvičení a zkratky .....	39
Zobrazení přehledu cvičení.....	39
Kontrola tepové frekvence.....	40
Automatická rozpětí tepové frekvence .....	40
Vlastní rozpětí pro tepovou frekvenci .....	42
Sdílení aktivity .....	42
Sledování skóre kardiovaskulární kondice.....	42
<b>Ovládání hudby a podcastů .....</b>	<b>44</b>
<b>Aktualizace, restart a mazání.....</b>	<b>45</b>
Aktualizace hodinek Versa Lite Edition.....	45
Restart hodinek Versa Lite Edition .....	45

# 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!