



fitbit versa™

LITE EDITION



Uživatelská
příručka
Verze 1.0

Obsah

Začínáme.....	6
Co je v balení	6
Nastavení hodinek Versa Lite Edition	7
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
Nošení hodinek Versa Lite Edition	11
Poloha při celodenním nošení / poloha při cvičení.....	11
Dominantní ruka.....	12
Výměna řemínku.....	13
Odepnutí řemínku	13
Připnutí řemínku.....	14
Základy.....	15
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
Aplikace a ciferníky	20
Změna nastavení designu hodin.....	20
Otevření aplikace	20
Uspořádání aplikací.....	21
Stáhnutí dalších aplikací	21
Odebrání aplikací	21
Aktualizace aplikací.....	22
Životní styl	23
Starbucks	23
Strava.....	23
Počasí	23
Kontrola počasí.....	24
Přidání či odebrání města	24

Oznámení	25
Nastavení oznámení	25
Zobrazení příchozích oznámení	25
Správa oznámení	26
Vypnutí oznámení	26
Přijímání nebo odmítání telefonních hovorů	27
Odpovídání na zprávy	28
Časomíra	29
Nastavení budíku	29
Vypnutí nebo odložení budíku	29
Použití aplikace Časovač	30
Aktivita a spánek	31
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
Fyzická kondice a cvičení	37
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
Ovládání hudby a podcastů	44
Aktualizace, restart a mazání.....	45
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!