



fitbit luxe



Uživatelská příručka
Verze 1.0

Obsah

Začínáme	6
Obsah balení	6
Nabíjení sledovacího zařízení	6
Nastavení zařízení Luxe	7
Zobrazení údajů v aplikaci Fitbit.....	8
Odemknutí předplatného Fitbit Premium	9
Nošení náramku Luxe	10
Umístění při celodenním nošení a při cvičení	10
Dominantní ruka	10
Tipy na nošení a péči	11
Výměna řemínku	11
Odepnutí řemínku	11
Připojení řemínku	11
Základní informace	12
Procházení náramkem Luxe	12
Základní procházení	12
Rychlá nastavení	12
Úprava nastavení.....	13
Nastavení zobrazení	14
Tiché režimy	14
Další nastavení	14
Kontrola stavu baterie.....	16
Vypnutí obrazovky.....	16
Aplikace a ciferníky	17
Změna ciferníku	17
Otevření aplikace	17
Upozornění z telefonu	18
Nastavení upozornění	18

Zobrazení příchozích upozornění	18
Správa upozornění	19
Vypnutí upozornění.....	19
Přijmutí nebo odmítnutí telefonních hovorů.....	20
Odpovídání na zprávy (telefony se systémem Android)	20
Měření času	22
Použití aplikace Budíky.....	22
Vypnutí nebo odložení budíku	22
Použití aplikace Časovače	22
Aktivita a kvalita života	24
Zobrazení statistik	24
Sledování denního cíle pro aktivitu.....	24
Výběr cíle	24
Sledování hodinové aktivity	25
Sledování spánku	25
Stanovení spánkového cíle.....	25
Informace o spacích návycích	26
Zobrazení srdečního tepu	26
Zvládání stresu	26
Trénink řízeného dýchání.....	26
Prohlídka skóre zvládání stresu.....	28
Rozšířené zdravotní metriky.....	28
Cvičení a zdravotní stav srdce	29
Automatické sledování cvičení.....	29
Sledování a analýza cvičení prostřednictvím aplikace Cvičení.....	29
Požadavky na GPS	29
Sledování cvičení.....	30
Přizpůsobení nastavení cvičení.....	30
Kontrola přehledu tréninku	31
Kontrola srdečního tepu	32

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!