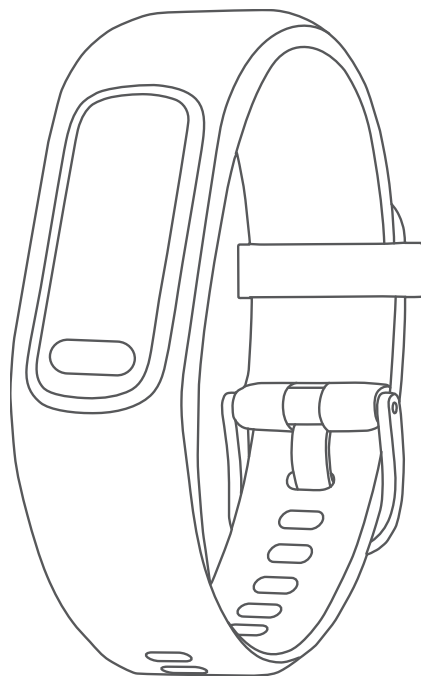


GARMIN®



VÍVOSMART® 5

Návod k obsluze

© 2022 Garmin Ltd. nebo její dceřiné společnosti

Všechna práva vyhrazena. Na základě autorských zákonů není povoleno tento návod kopírovat (jako celek ani žádnou jeho část) bez písemného souhlasu společnosti Garmin. Společnost Garmin si vyhrazuje právo změnit nebo vylepšit svoje produkty a provést změny v obsahu tohoto návodu bez závazku vyznat o takových změnách nebo vylepšeních jakoukoli osobu nebo organizaci. Aktuální aktualizace a doplňkové informace o použití tohoto produktu naleznete na webu na adrese www.garmin.com.

Garmin®, logo společnosti Garmin, ANT+®, Auto Lap®, Edge®, Garmin Index™, VIRB® a vivosmart® jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností registrované v USA a dalších zemích. Body Battery™, Firstbeat Analytics™, Garmin Connect™, Garmin Express™ a Garmin Move IQ™ jsou ochranné známky společnosti Garmin Ltd. nebo jejích dceřiných společností. Tyto ochranné známky nelze používat bez výslovného souhlasu společnosti Garmin.

Android™ je ochranná známka společnosti Google Inc. Značka slova BLUETOOTH® a loga jsou majetkem společnosti Bluetooth SIG, Inc. a jakékoli použití tohoto názvu společností Garmin podléhá licenci. iOS® je registrovaná ochranná známka společnosti Cisco Systems, Inc. a je používána společností Apple Inc. v licenci. iPhone® je ochranná známka společnosti Apple Inc, registrovaná v USA a dalších zemích. The Cooper Institute® a také veškeré související ochranné známky jsou majetkem institutu The Cooper Institute. Ostatní ochranné známky a obchodní názvy náleží příslušným vlastníkům.

M/N: A04352

Obsah

Úvod	1	Nastavení snímače srdečního tepu na zápěstí.....	14
Párování telefonu.....	1	Pulzní oxymetr.....	14
Použití hodinek.....	1	Získávání hodnot z pulzního oxymetru.....	14
Zapnutí a vypnutí hodinek.....	2	Zapnutí sledování spánku pulzním oxymetrem.....	15
Zobrazení doplňků a menu.....	3	Informace o odhadech hodnoty VO2 Max.....	15
Možnosti menu.....	4	Jak získat odhad hodnoty VO2 Max.....	15
Jak hodinky nosit.....	5	Zobrazení věku podle kondice.....	15
Datová pole na obrazovce hodinek.....	5	Přenos dat srdečního tepu do zařízení Garmin®.....	16
Doplňky	6	Nastavení alarmu abnormálního srdečního tepu.....	16
Cílový krok.....	7	Hodiny	16
Výzva k pohybu.....	7	Nastavení budíku.....	16
Minuty intenzivní aktivity.....	7	Odstranění budíku.....	16
Minuty intenzivní aktivity.....	8	Použití stopek.....	16
Zvýšení přesnosti měření kalorií.....	8	Spuštění odpočítavače času.....	17
Doplňky Statistiky zdraví.....	8	Připojené funkce Bluetooth	17
Body Battery.....	8	Správa oznámení.....	17
Zobrazení doplňku Body Battery.....	8	Vyhledání ztraceného telefonu.....	18
Variabilita srdečního tepu a úroveň stresu.....	8	Příjem příchozího telefonního hovoru.....	18
Doplňek měření úrovně stresu.....	8	Použití režimu Nerušit.....	18
Prohlížení doplňku srdečního tepu.....	9	Ranní zpráva.....	18
Používání doplňku sledování hydratace.....	9	Garmin Connect	19
Sledování menstruačního cyklu.....	9	Garmin Move IQ™.....	19
Zaznamenávání informací o menstruačním cyklu.....	9	Připojené GPS.....	20
Sledování těhotenství.....	9	Bezpečnostní a sledovací funkce.....	20
Zaznamenávání údajů o těhotenství.....	10	Přidání nouzových kontaktů.....	20
Ovládání přehrávání hudby.....	10	Přidání kontaktů.....	20
Zobrazení oznámení.....	10	Žádost o pomoc.....	21
Odpověď na textovou zprávu.....	11	Detekce nehod.....	21
Trénink	11	Sledování spánku.....	21
Záznam měřené aktivity.....	11	Synchronizace dat pomocí aplikace Garmin Connect.....	21
Záznam aktivity s připojeným GPS.....	12	Synchronizace dat s počítačem.....	22
Záznam aktivity silového tréninku.....	12	Nastavení Garmin Express.....	22
Tipy pro záznam aktivit silového tréninku.....	13	Přizpůsobení hodinek	22
Záznam plavání.....	13	Změna vzhledu hodinek.....	22
Kalibrace vzdálenosti běhu na pásu....	13		
Funkce pro srdeční tep	14		

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!