

Manuale utente di Amazfit GTR

Indice

| | |
|---|----|
| Istruzioni operative e navigazione delle funzioni | 2 |
| Operazioni di base..... | 2 |
| Navigazione delle funzioni | 2 |
| Come indossare e caricare l'orologio | 4 |
| Uso delle funzioni | 5 |
| Come associare e dissociare il dispositivo | 5 |
| Menu dei comandi di scelta rapida..... | 7 |
| Torcia | 8 |
| Regolazione della luminosità | 8 |
| Modalità DND..... | 9 |
| Modalità di risparmio energetico | 9 |
| Blocco schermo..... | 11 |
| Sostituzione del quadrante | 11 |
| Stato | 12 |
| Frequenza cardiaca..... | 13 |
| Esercizio..... | 14 |
| Dati degli esercizi..... | 15 |
| Meteo | 16 |
| Musica..... | 17 |
| Notifiche | 18 |
| Sveglia..... | 19 |
| Promemoria degli eventi | 21 |
| Cronometro | 23 |
| Conto alla rovescia..... | 24 |
| Come trovare il telefono | 26 |
| Bussola/pressione barometrica/altitudine..... | 27 |
| Impostazioni..... | 29 |
| Funzioni per gli esercizi | 31 |
| Posizionamento per gli esercizi..... | 32 |
| Durante gli esercizi | 32 |
| Nuoto..... | 33 |
| Avviso esercizio | 34 |
| Come mettere in pausa e terminare un esercizio | 35 |
| Impostazioni degli esercizi..... | 36 |

Istruzioni operative e navigazione delle funzioni

Amazfit GTR è dotato di uno schermo tattile AMOLED e di due pulsanti fisici.

Operazioni di base

Scorri verso sinistra e destra o verso l'alto e il basso per passare da una pagina delle funzioni all'altra. Tocco e uscita: tocca per accedere a una pagina delle funzioni specifica e per usare i suggerimenti presenti nella pagina in questione. Dopo aver eseguito l'accesso a una determinata pagina delle funzioni, scorri verso destra per tornare velocemente al menu precedente.

Pulsante in alto a destra:

- ① Premilo per accendere lo schermo.
- ② Premi la pagina del quadrante per spegnere lo schermo.
- ③ Premi altre pagine per tornare velocemente al quadrante.
- ④ Tienilo premuto per 10 secondi per spegnere il dispositivo.

Pulsante in basso a destra:

- ① Premilo per accendere lo schermo.
 - ② Premi la pagina del quadrante per accedere rapidamente all'elenco degli esercizi (questa funzione può essere personalizzata e usata per avviare rapidamente altre funzioni premendo il pulsante).
- Tieni premuto uno dei due pulsanti indicati sopra per uscire dalla modalità di risparmio energetico, sospendere l'esercizio e spegnere la sveglia.

Navigazione delle funzioni

Fai scorrere il quadrante verso il basso per accedere al menu dei comandi di scelta rapida che ti consentono di aprire velocemente la torcia, impostare la luminosità, controllare la modalità DND, attivare la modalità di risparmio energetico e bloccare lo schermo.



Fai scorrere il quadrante verso sinistra e verso destra per accedere rapidamente a Stato e Frequenza cardiaca.



Fai scorrere il quadrante verso l'alto per accedere all'elenco delle funzioni.



Come indossare e caricare l'orologio

Come indossare l'orologio nella vita quotidiana: nella vita di tutti i giorni ti consigliamo di indossare l'orologio in maniera non troppo aderente, mantenendo una distanza di due dita dal polso affinché il cardiofrequenzimetro ottico funzioni correttamente.

Come indossare l'orologio durante gli esercizi: quando ti alleni ti consigliamo di indossare l'orologio in maniera comoda, assicurandoti che sia ben aderente e non scivoli. Non indossare il dispositivo troppo stretto o troppo largo poiché in questo modo i dati dell'esercizio potrebbero non essere rilevati in maniera precisa.

Caricamento

- La porta USB del caricabatterie dell'orologio deve essere collegata a un dispositivo che supporti l'alimentazione tramite USB, come una presa, un PC o un power bank.
- Quando colleghi l'orologio alla presa di corrente, sistemalo in una direzione e posizione idonee. Assicurati che i contatti metallici sul retro dell'orologio siano ben collegati alla base di ricarica.
- Sullo schermo comparirà un'indicazione di carica in corso quando avrai posizionato correttamente l'orologio.



Uso delle funzioni

Scarica l'app Amazfit tramite il cellulare prima di usare Amazfit GTR. Puoi usare tutte le funzioni dell'orologio e salvare e caricare i relativi dati sul tuo account cloud personale solo dopo aver associato il dispositivo usando l'app Amazfit.

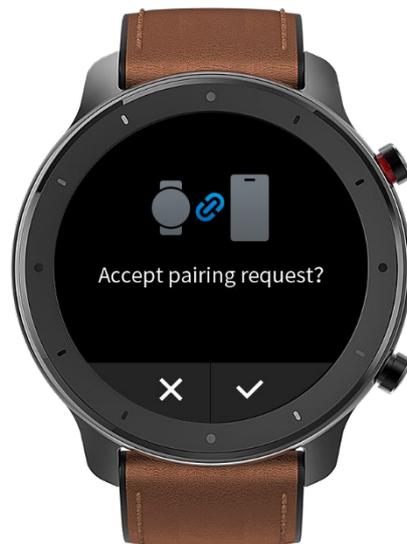
Come associare e dissociare il dispositivo

Scarica l'app Amazfit da Google Play Store o dall'App Store e registra un account o esegui l'accesso.



Apri l'app Amazfit e seleziona Profilo > Dispositivi > Orologio > Amazfit GTR per cercare il dispositivo.

Tocca il segno di spunta quando viene visualizzata una richiesta di associazione sull'orologio.



Se la funzione di associazione tramite scansione del codice QR è disponibile, con l'app Amazfit aperta, puoi direttamente associare il dispositivo scansionando il codice QR sull'orologio.

Solitamente, una volta associato, l'orologio deve essere aggiornato. Attendi il completamento dell'aggiornamento. Per un corretto aggiornamento, con la rete mobile e il Bluetooth attivati, tieni anche l'orologio vicino al cellulare.



Le funzioni dell'orologio saranno disponibili dopo averlo associato e aggiornato. Nel frattempo, l'app Amazfit permette di effettuare operazioni e impostazioni specifiche per le funzioni dell'orologio.

Per dissociare l'orologio, apri l'app Amazfit, tocca Profilo > Dispositivi > Amazfit GTR, quindi scorri verso l'alto e tocca il pulsante Dissocia.

Menu dei comandi di scelta rapida

Scorri verso il basso sulla pagina del quadrante per aprire rapidamente la pagina del menu dei comandi di scelta rapida.



Torcia

Tocca l'icona della torcia per attivare la relativa funzione. Lo sfondo bianco sullo schermo dell'orologio consente di illuminare una piccola area di notte. Scorri verso destra o premi il pulsante in alto a destra per disattivare la funzione della torcia.



Regolazione della luminosità

Tocca il pulsante per la regolazione della luminosità per accedere alle relative impostazioni.

Luminosità automatica: l'orologio regola automaticamente la luminosità dello schermo in base alla luce ambientale.

Luminosità manuale: puoi regolare la luminosità dello schermo in base alle tue preferenze.



Modalità DND

Quiete attivata: se la modalità DND è attiva, l'orologio non vibra alla ricezione di messaggi inoltrati dal telefono.

Sincr. DND: questa opzione ti consente di personalizzare l'arco temporale in cui la modalità DND viene automaticamente attivata o disattivata.

Quiete intelligente: dopo esserti addormentato con l'orologio indossato, questo attiverà automaticamente la modalità DND.

DND disattivata: se la modalità DND è disattivata, l'orologio vibrerà alla ricezione delle notifiche.



Modalità di risparmio energetico

La modalità di risparmio energetico consente di ridurre al minimo il consumo della batteria dell'orologio e di aumentarne la durata. Se la modalità di risparmio energetico è attiva, l'orologio registra solamente il numero di passi compiuti e le ore di sonno, mentre le altre funzioni sono disattivate.



Per uscire dalla modalità di risparmio energetico, tieni premuto un pulsante qualsiasi sull'orologio.



Blocco schermo

Se la funzione di blocco schermo è attiva, puoi sbloccare l'orologio per accedere alla pagina del quadrante solo usando il pulsante dell'orologio. In questo modo, si evitano errori causati da tocchi involontari. Per disattivare la funzione di blocco schermo, tocca nuovamente il pulsante di blocco schermo.



Sostituzione del quadrante

Per sostituire il quadrante dall'orologio: tieni premuta la pagina del quadrante per 2 secondi oppure vai in Imp.zione > Imp.quadrante, scorri verso sinistra e verso destra per visualizzare i quadranti e toccane uno per completare la sostituzione.

Per sostituire il quadrante dall'app: tocca Profilo > Amazfit GTR > Imp. quadrante per scaricare altri quadranti dallo store dei quadranti.



Stato

Scorri verso sinistra nella pagina del quadrante per accedere alla pagina dello stato, nella quale sono mostrati i passi effettuati fino a quel momento e gli obiettivi raggiunti. Tocca la voce dello stato per accedere alla pagina dei dettagli, nella quale sono mostrati i passi, la distanza, le calorie bruciate e i dati di inattività.



Puoi accedere alla pagina dei dettagli anche scorrendo verso l'alto nella pagina del quadrante e selezionando Stato.



Frequenza cardiaca

Scorri verso sinistra nel quadrante per accedere alla pagina della frequenza cardiaca; l'orologio comincia automaticamente a misurare la frequenza cardiaca. Durante la misurazione è necessario indossare correttamente l'orologio, tenendo il retro del dispositivo ben aderente alla pelle fino alla rilevazione di una frequenza cardiaca stabile.

Per attivare la funzione di misurazione per tutto il giorno, apri l'app Amazfit, accedi a Profilo > Amazfit GTR > Rilevazione della frequenza cardiaca e abilita l'opzione di rilevazione automatica della frequenza cardiaca.

Nota: se la funzione di misurazione per tutto il giorno è attiva, l'orologio misurerà regolarmente la frequenza cardiaca. Scorri verso destra sul quadrante per visualizzare l'ultimo valore della frequenza cardiaca. Tocca la pagina dei dettagli della frequenza cardiaca dell'intera giornata per accedervi.



Esercizio

Amazfit GTR supporta dodici tipi di esercizio: Corsa, Camminata, Ciclismo, Corsa domestica, Ciclismo al coperto, Nuoto in piscina, Nuoto libero, Ellittica, Alpinismo, Corsa da pista, Sci ed Esercizio. Consulta la sezione Esercizio per maggiori dettagli sulle funzioni dei diversi tipi di allenamento.



Dati degli esercizi

I dati degli esercizi verranno salvati sull'orologio nella sezione delle relative registrazioni, visualizzate dalla più recente alla più vecchia. Tocca un determinato esercizio per visualizzarne i dettagli. I dettagli variano a seconda del tipo di esercizio.



Gli esercizi i cui dati non sono stati caricati nell'app saranno contrassegnati con un piccolo cerchio rosso all'inizio. Apri l'app per sincronizzare i dati in maniera tempestiva per evitare di perdere le registrazioni degli esercizi.



Per eliminare la registrazione di un esercizio sull'orologio, tocca per accedere alla pagina dei dettagli dell'esercizio in questione, scorri fino alla fine della pagina, quindi tocca il pulsante Elimina.



Meteo

Tocca la funzione del meteo per visualizzare le condizioni meteo attuali e le previsioni. Se non riesci a visualizzare le informazioni sul meteo, apri l'app e collega il dispositivo per aggiornare i dati.



Musica

Tramite il Bluetooth puoi mettere in pausa o riprodurre la musica nel lettore musicale del telefono, cambiare brano e regolare il volume dall'orologio.

- Apri innanzitutto il lettore musicale del telefono, quindi attiva la funzione della musica sull'orologio.
- Se stai usando un dispositivo iOS, devi associare e collegare l'orologio con l'app Amazfit.
- Se stai usando un dispositivo Android, devi collegare l'orologio con l'app Amazfit e abilitare l'autorizzazione per accedere alle notifiche nell'app.

Nota: la compatibilità tra il sistema del telefono Android e la disponibilità di diversi lettori musicali

potrebbe influire in una certa misura sulle funzioni di comando della musica dell'orologio.



Notifiche

Attivazione delle notifiche

Durante l'utilizzo devi abilitare la corrispondente opzione Avvisi delle app nell'app e tenere l'orologio e il telefono connessi. Puoi anche attivare gli avvisi per la ricezione di SMS e le chiamate in arrivo in base alle tue preferenze.

- Se stai usando un dispositivo iOS, devi associare e collegare l'orologio con l'app Amazfit.
- Se stai usando un dispositivo Android, devi continuare l'esecuzione dell'app in background o includere l'app nella whitelist di avvio automatico, in modo che il telefono possa inoltrare gli avvisi all'orologio.

Visualizzazione delle notifiche

1. Se ricevi una notifica, lo schermo dell'orologio si accenderà automaticamente mostrandone il contenuto.
2. Puoi visualizzare una notifica non letta nell'elenco delle notifiche; tocca quella che ti interessa per accedere alla pagina dei dettagli della notifica in questione.



Eliminazione delle notifiche

- Una notifica letta sull'orologio o sul telefono verrà eliminata automaticamente dall'elenco delle notifiche dell'orologio.
- Per eliminare manualmente una notifica nell'orologio, scorri verso sinistra sulla notifica da cancellare e tocca il pulsante Elimina.



Sveglia

Con Amazfit GTR è possibile creare e gestire le sveglie dall'orologio. Puoi creare una sveglia anche dall'app Amazfit.

Tocca il pulsante Crea nella pagina della sveglia nell'orologio per impostare l'ora della sveglia e il

ciclo. Dopo aver salvato le impostazioni, puoi attivare e disattivare la sveglia nell'elenco delle sveglie.

Per creare una sveglia nell'app Amazfit accedi a Profilo > Amazfit GTR > Sveglia dell'orologio e aggiungi la sveglia seguendo le indicazioni nella pagina.



Attivazione della sveglia

In caso di attivazione della sveglia sull'orologio, puoi scegliere di spegnerla o di posticiparla.



Per spegnere una sveglia, tieni premuto un pulsante qualsiasi per 2 secondi mentre la sveglia suona.



Per posticipare una sveglia, tocca il pulsante Z in fondo mentre la sveglia suona. La sveglia verrà posticipata di 10 minuti.



Promemoria degli eventi

Crea e gestisci i promemoria degli eventi attraverso l'app Amazfit. Nell'orologio verrà visualizzato l'elenco delle cose da fare e il dispositivo vibrerà per avvisarti all'ora impostata.

Apri l'app Amazfit, accedi a Profilo > Amazfit GTR > Promemoria degli eventi e crea il promemoria che desideri seguendo le indicazioni nella pagina.

Sullo schermo dell'orologio verrà visualizzato un avviso all'ora impostata per l'evento in questione.

Tocca il pulsante "×" in fondo per chiudere l'avviso.

I promemoria degli eventi possono essere modificati ed eliminati nell'orologio.

Per modificare un promemoria, tocca la freccia a destra nella pagina dell'elenco dei promemoria degli eventi per modificare la data e l'ora del promemoria in questione.



Per eliminare un promemoria, scorri verso destra sull'evento da eliminare e tocca l'icona del bidone.



Cronometro

Il cronometro dell'orologio supporta i centesimi di secondo. Per attivare il cronometro, fai scorrere verso l'alto l'elenco delle app nel quadrante e seleziona l'app del cronometro.

- Tocca il pulsante di avvio per attivare il cronometro e iniziare subito a cronometrare.
- Durante la rilevazione puoi anche tenere il conto del numero di cronometraggi effettuati toccando il pulsante in basso a sinistra nello schermo dell'orologio (fino a 99 cronometraggi per ogni operazione) e sospendere il cronometraggio corrente toccando il pulsante in basso a destra nello schermo dell'orologio.
- Quando il cronometro è in pausa, puoi resettarlo toccando il pulsante in basso a sinistra nello schermo dell'orologio e riprendere il cronometraggio toccando il pulsante in basso a destra nello schermo dell'orologio.



Conto alla rovescia

Per attivare il conto alla rovescia, fai scorrere verso l'alto l'elenco delle app nel quadrante e seleziona l'app per il conto alla rovescia.

Per impostazione predefinita, l'orologio supporta la scelta rapida del conto alla rovescia per 1 minuto, 3 minuti, 5 minuti, 10 minuti, 15 minuti, 20 minuti, 30 minuti e 60 minuti. Puoi attivare subito la funzione del conto alla rovescia toccando la relativa opzione.

È possibile personalizzare il conto alla rovescia scegliendo un range che va da 1 minuto a 23 ore e 59 minuti.



Puoi sospendere, riprendere o fermare il conto alla rovescia in qualsiasi momento. Quando il tempo è scaduto l'orologio vibra per avvisarti. Puoi chiudere la funzione del conto alla rovescia toccando il pulsante "×" in fondo.



Come trovare il telefono

Amazfit GTR supporta la funzione di ricerca del telefono tramite Bluetooth. Per attivare questa funzione, fai scorrere verso l'alto l'elenco delle app nella pagina del quadrante e tocca l'opzione Ricerca il cellulare.

- Per attivare la funzione Ricerca il cellulare, assicurati che l'app Amazfit sia in esecuzione e che l'orologio sia connesso al telefono. In caso contrario, la funzione non sarà disponibile.
- Una volta effettuato l'accesso alla pagina Ricerca il cellulare, l'orologio cercherà automaticamente il dispositivo. Se dopo 60 secondi non viene trovato alcun dispositivo, comparirà un messaggio di errore e potrai riprovare.
- Una volta trovato, il telefono emetterà un suono. Spegni il suono sul telefono toccando il pulsante di spunta presente sull'orologio. Nel frattempo, il telefono genererà un messaggio nella barra delle notifiche. Tocca il messaggio per spegnere il suono sul telefono.

Nota: per usare la funzione Ricerca il cellulare in qualsiasi momento, aggiungi l'app Amazfit nella whitelist di avvio automatico integrata e continua la sua esecuzione in background. Inoltre, l'orologio deve essere collegato al telefono, altrimenti non sarà possibile trovare il dispositivo.



Bussola/pressione barometrica/altitudine

Amazfit GTR supporta la funzione della bussola. L'orologio rileva automaticamente l'orientamento e il grado correnti quando apri la pagina della bussola. Se necessario puoi indossare l'orologio e calibrare la bussola eseguendo dei movimenti a forma di 8 nell'aria, fino a quando l'orologio non vibra. A questo punto, è possibile usare di nuovo la funzione della bussola.





Scorri verso l'alto nella pagina della bussola per accedere alla pagina della pressione atmosferica. Il barometro nell'orologio mostra in tempo reale la pressione barometrica corrente.



Scorri verso l'alto nella pagina della pressione barometrica per accedere alla pagina dell'altitudine. La funzione dell'altitudine richiede la doppia calibrazione del barometro e del GPS dell'orologio. Per dati sull'altitudine più precisi prova a rilevare la posizione del satellite in uno spazio aperto non appena possibile.



Impostazioni

La pagina Impostazioni dell'orologio include alcune impostazioni dell'orologio e funzioni di comando integrate.

Imp.quadrante: questa opzione ti permette di cambiare rapidamente il quadrante.



Durata schermo luminoso: questa opzione ti permette di regolare la durata di accensione dello schermo dell'orologio da 8 secondi (impostazione predefinita) a 15 secondi (max).



Attivazione veloce: premi il pulsante in basso a destra per avviare rapidamente una funzione dell'orologio (per impostazione predefinita, l'elenco degli esercizi).

Sistema: questa opzione permette di visualizzare la versione del firmware e le informazioni sulla regolamentazione, di controllare le operazioni di spegnimento e riavvio dell'orologio e di eseguire il ripristino delle impostazioni di fabbrica.





Funzioni per gli esercizi

Amazfit GTR supporta dodici tipi di esercizio: Corsa, Camminata, Ciclismo, Corsa domestica, Ciclismo al coperto, Nuoto in piscina, Nuoto libero, Ellittica, Alpinismo, Corsa da pista, Sci ed Esercizio. I tipi di esercizio Corsa, Camminata, Ciclismo, Nuoto libero, Alpinismo, Corsa da pista e Sci supportano la registrazione del percorso tramite il GPS.



Sono disponibili due modalità per attivare la funzione degli esercizi nell'orologio:

- Se hai impostato l'elenco degli esercizi come opzione di avvio rapido, puoi rapidamente accedere a tale elenco premendo il pulsante in basso a destra nella pagina del quadrante. Per impostazione predefinita viene visualizzato il tipo di esercizio usato più recentemente.

- Scorri verso l'alto nella pagina del quadrante e seleziona Esercizio per accedere alla pagina dell'elenco degli esercizi e selezionare l'esercizio che desideri.

Posizionamento per gli esercizi

Se vuoi avviare Corsa, spostati in uno spazio aperto prima di eseguire l'esercizio in modo da ottenere un rapido posizionamento GPS.



Se l'elaborazione del posizionamento richiede molto tempo, ciò potrebbe essere dovuto agli edifici nelle vicinanze che bloccano i segnali satellitari o al fatto che l'orologio è rimasto disconnesso dall'app per un periodo prolungato, causando il mancato aggiornamento di AGPS. Apri l'app Amazfit, connettila all'orologio e prova nuovamente dopo aver aggiornato AGPS.

Assicurati di effettuare correttamente il posizionamento GPS prima di eseguire l'esercizio all'aperto. Se cominci l'esercizio mentre il processo di posizionamento è ancora in corso, non sarà possibile registrare il percorso e i dati dell'esercizio non saranno registrati in maniera precisa.

Dopo aver effettuato correttamente il posizionamento GPS, l'icona Vai si illuminerà; toccala per cominciare l'esercizio.

Durante gli esercizi

Mentre esegui un esercizio, sull'orologio verranno mostrati in tempo reale i relativi dati, come la durata, la distanza, il ritmo/la velocità e la frequenza cardiaca. Se lo schermo si spegne, riaccendilo sollevando il polso o toccando lo schermo stesso.

Scorri verso destra durante l'esecuzione degli esercizi per visualizzare l'ora, la data e il livello di batteria dell'orologio.



Nuoto

Quando attivi un esercizio di nuoto, lo schermo dell'orologio si blocca automaticamente per evitare interferenze sul display causate dalle gocce d'acqua durante l'esercizio. Per sbloccare lo schermo, premi un qualsiasi pulsante sull'orologio; lo schermo si bloccherà nuovamente quando si spegne.



Avviso esercizio

La funzione Avviso esercizio dell'orologio varia a seconda del tipo di esercizio. Nel caso di esercizi di corsa, ciclismo e camminata l'avviso vibra ogni volta che completi un chilometro (impostazione predefinita). Puoi impostare gli avvisi anche per altri tipi di esercizio prima di cominciare le attività in questione. Consulta la sezione "Impostazioni degli esercizi" per maggiori dettagli.



Come mettere in pausa e terminare un esercizio

Se la funzione di pausa automatica è attiva, l'orologio metterà automaticamente in pausa la registrazione quando rileva l'interruzione dell'esercizio. Quando riprendi l'esercizio, l'orologio esce automaticamente dallo stato di pausa e riprende a registrare i relativi dati.

Tocca un pulsante qualsiasi durante un esercizio per sospenderlo.





Tocca il pulsante a destra per uscire dallo stato di pausa e riprendere l'esercizio.
Tocca il pulsante a sinistra per terminare l'esercizio corrente e salvarne i dati.

Impostazioni degli esercizi

Prima di cominciare un esercizio puoi impostare alcune funzioni utili.

La funzione Obiettivo esercizio supporta tre tipologie: Chilometr., Tempo e Calorie. Quando raggiungi un obiettivo impostato in precedenza, l'orologio vibra per avvisarti.





La funzione Avviso esercizio supporta cinque tipologie: Distanza, Ritmo, HR sicura, Intervallo HR e Velocità. Se imposti un avviso, l'orologio vibrerà per avvertirti non appena raggiungi l'obiettivo impostato durante un esercizio.





Se la funzione di pausa automatica è attiva, l'orologio rileverà automaticamente lo stato dell'esercizio. Quando interrompi l'esercizio, l'orologio sospende automaticamente l'esercizio corrente. L'orologio ricomincerà a registrare i dati quando riprendi l'esercizio.

Il grafico in tempo reale mostra la frequenza cardiaca e il ritmo in tempo reale. Se la funzione del grafico in tempo reale è attiva, verrà disegnata una curva rappresentante le variazioni della frequenza cardiaca o del ritmo durante gli esercizi.



Nota: alcuni esercizi non supportano le quattro impostazioni riportate sopra. Queste impostazioni possono variare leggermente a seconda del tipo di esercizio.