

Manuale utente di Amazfit GTS

Indice

1. Avvio rapido	3
1.1 Operazioni di base	3
1.2 Navigazione delle funzioni	4
1.3 Come indossare e caricare l'orologio	5
2. Funzioni	6
2.1 Come associare e dissociare il dispositivo	6
2.2 Menu dei comandi di scelta rapida	9
2.3 Sostituzione del quadrante	11
2.4 Stato	12
2.5 Frequenza cardiaca	13
2.6 Attività	14
2.7 Dati degli allenamenti	14
2.8 Meteo	15
2.9 Musica	16
2.10 Notifiche	16
2.11 Sveglia	18
2.12 Promemoria per gli eventi	19
2.13 Timer	21
2.14 Conto alla rovescia	21
2.15 Come trovare il telefono	22

2.16	Bussola/pressione atmosferica/altitudine	23
2.17	Impostazioni.....	25
3.	Attività	27
3.1	Posizionamento per gli allenamenti	27
3.2	Durante gli allenamenti.....	28
3.3	Nuoto	29
3.4	Promemoria esercizio.....	29
3.5	Come mettere in pausa e terminare un allenamento	30
3.6	Impostazioni di allenamento.....	30

1. Avvio rapido

Amazfit GTS è dotato di uno schermo tattile AMOLED e di un pulsante fisico.



1.1 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:

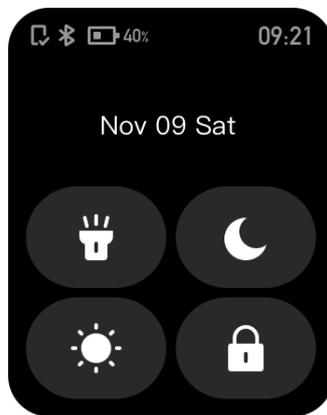
- a) Premilo per accendere lo schermo.
- b) Premilo per spegnere lo schermo quando ti trovi nella pagina del quadrante.
- c) Premilo per tornare velocemente al quadrante quando ti trovi su un'altra pagina.
- d) Tienilo premuto per 10 secondi per spegnere il dispositivo.
- e) Tienilo premuto per attivare la modalità Esercizio quando ti trovi nella

pagina del quadrante (puoi personalizzare la modalità da attivare con questa operazione. La modalità Esercizio viene attivata per impostazione predefinita).

Tenendo premuto il pulsante puoi anche mettere in pausa la modalità Esercizio o spegnere la sveglia.

1.2 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 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.



1.3 Come indossare e caricare l'orologio

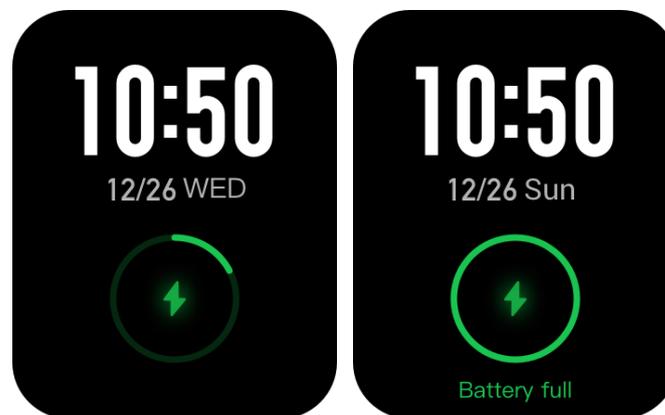
Come indossare l'orologio nella vita quotidiana: nella vita di tutti i giorni ti consigliamo di indossare l'orologio in maniera non troppo aderente, mantenendo una distanza di due dita dal polso affinché il cardiofrequenzimetro ottico funzioni correttamente.



Come indossare l'orologio durante gli allenamenti: 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'allenamento potrebbero non essere rilevati in maniera precisa.

Caricamento

- 1、 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.
- 2、 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.
- 3、 Sullo schermo comparirà un'indicazione di carica in corso quando avrai posizionato correttamente l'orologio.



2. Funzioni

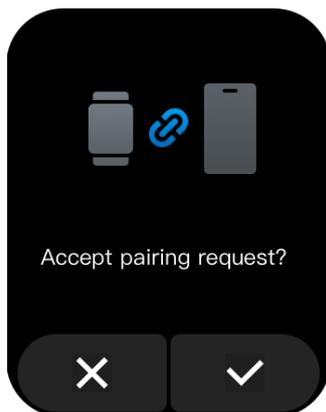
Scarica l'app Amazfit tramite il cellulare prima di usare Amazfit GTS. Puoi usare tutte le funzioni dell'orologio e salvare e caricare i relativi dati sul tuo account cloud personale solo dopo aver associato il dispositivo usando l'app Amazfit.

2.1 Come associare e dissociare il dispositivo

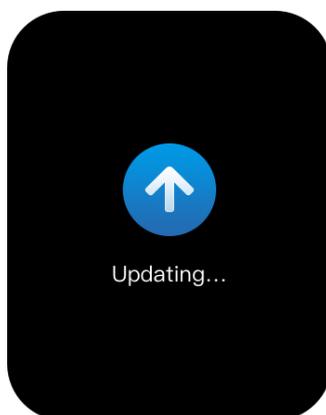
- 1、 Scarica l'app Amazfit dall'App Store di Apple o da Google Play Store e registrati o accedi con il tuo account.



- 2、 Apri l'app, accedi a Profilo > Aggiungi dispositivo > Orologio > Amazfit GTS e scansiona il codice QR sull'orologio. Potrai quindi associare il dispositivo rapidamente.
- 3、 Tocca sull'orologio per accettare la richiesta di associazione e completare il processo.



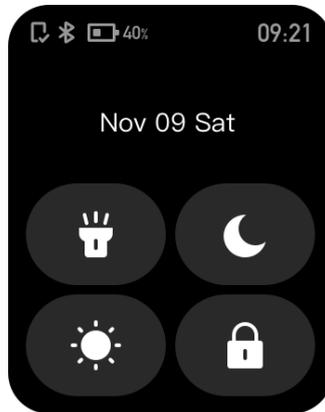
- 4、 Solitamente, una volta associato, l'orologio deve essere aggiornato. Attendi il completamento dell'aggiornamento. Per un corretto aggiornamento, con la rete mobile e il Bluetooth attivati, tieni anche l'orologio vicino al cellulare.



- 5、 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.
- 6、 Per dissociare l'orologio, apri l'app Amazfit e seleziona Dissocia nella pagina del dispositivo.

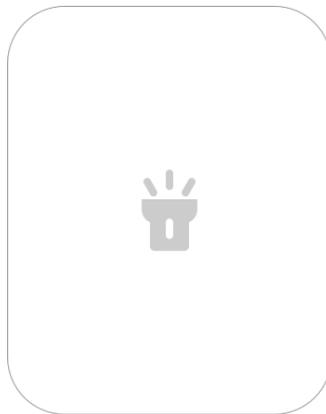
2.2 Menu dei comandi di scelta rapida

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



1、 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.

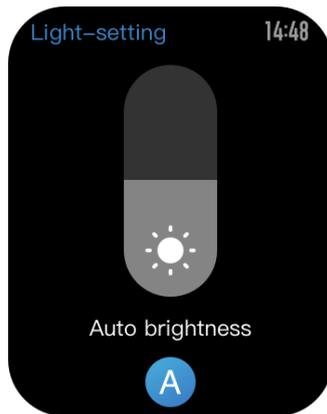


2. Regolazione della luminosità

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.



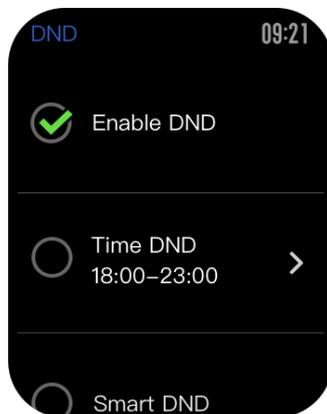
3. Modalità DND

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

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

DND smart: 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.



4. Blocco schermo

Se la funzione di blocco schermo è attiva, puoi sbloccare l'orologio solo per accedere alla pagina del quadrante 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.



2.3 Sostituzione del quadrante

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



2、 Accedi alla pagina Imp. quadrante. Se vedi una piccola icona sotto la miniatura significa che il quadrante può essere modificato. L'area evidenziata indica che la casella è stata selezionata; tocca o scorri per cambiare le funzioni disponibili nella casella selezionata. L'area grigia indica che la casella può essere controllata toccandola.



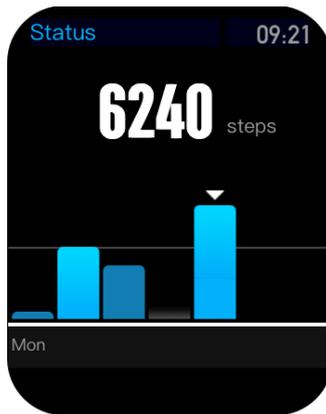
- 3、 Per sostituire il quadrante dall'app: tocca Profilo > Amazfit GTS > Imp. quadrante per scaricare altri quadranti dallo store dei quadranti.

2.4 Stato

- 1、 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.



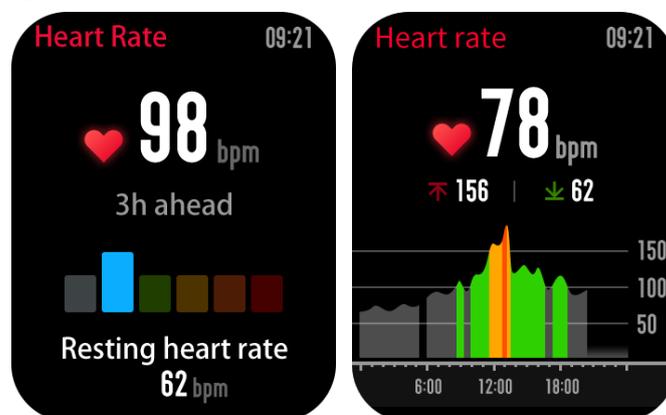
- 2、 Puoi accedere alla pagina dei dettagli anche scorrendo verso l'alto nella pagina del quadrante e selezionando Stato.



2.5 Frequenza cardiaca

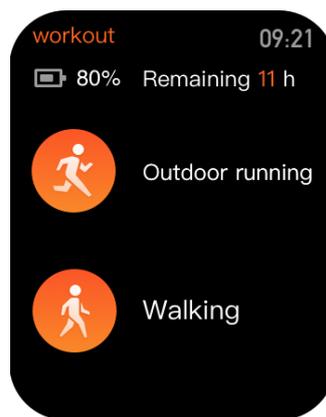
- 1、 Scorri verso sinistra nel quadrante per accedere alla pagina della frequenza cardiaca; l'orologio comincia automaticamente a misurare la frequenza cardiaca. Durante la misurazione è necessario indossare correttamente l'orologio, tenendo il retro del dispositivo ben aderente alla pelle fino alla rilevazione di una frequenza cardiaca stabile.
- 2、 Per attivare la funzione di misurazione per tutto il giorno, apri l'app Amazfit, accedi a Profilo > Amazfit GTS > Rilevazione della frequenza cardiaca e attiva la funzione in questione.

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.



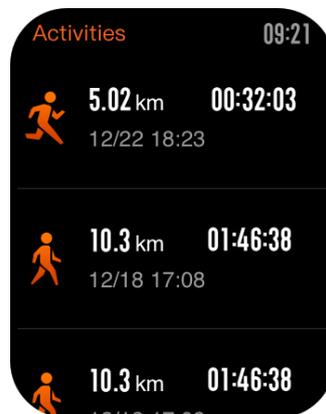
2.6 Attività

Amazfit GTS supporta dodici tipi di allenamento: Corsa all'esterno, Camminata, Ciclismo, Tapis roulant, Ciclismo al coperto, Nuoto in piscina, Nuoto libero, Ellittica, Alpinismo, Corsa su pista, Sci ed Esercizio. Consulta la sezione Allenamento per maggiori dettagli sulle funzioni dei diversi tipi di allenamento.

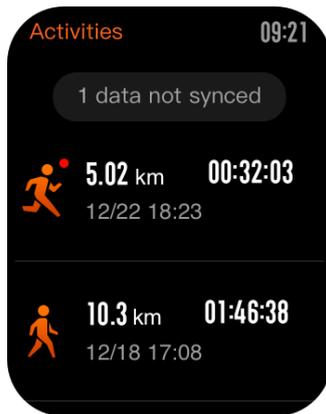


2.7 Dati degli allenamenti

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



Gli allenamenti 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 allenamenti.

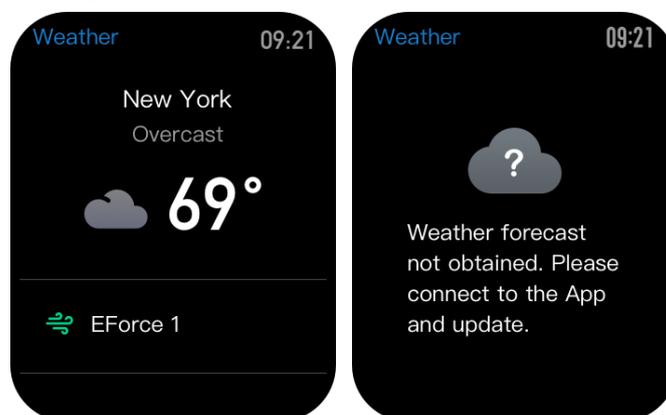


Per eliminare la registrazione di un allenamento sull'orologio, tocca per accedere alla pagina dei dettagli dell'allenamento in questione, scorri fino alla fine della pagina, quindi tocca il pulsante Cancellare.



2.8 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.



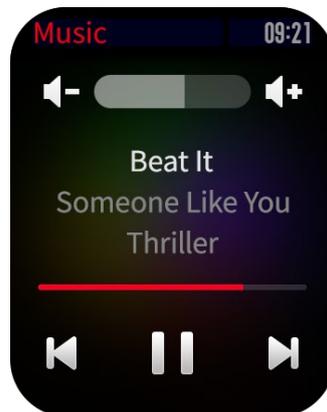
Nota: l'indice AQI non è supportato per le città all'estero.

2.9 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.

- 1、 Apri innanzitutto il lettore musicale del telefono, quindi attiva la funzione della musica sull'orologio.
- 2、 Se stai usando un dispositivo iOS devi associare l'orologio con il Bluetooth del telefono.
- 3、 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.



2.10 Notifiche

Attivazione delle notifiche

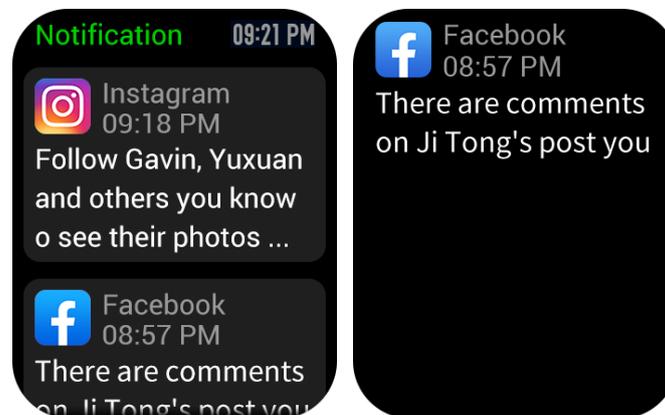
Durante l'utilizzo devi abilitare la corrispondente opzione Avvisi delle app nell'app e tenere l'orologio e il telefono connessi. Puoi anche attivare gli avvisi per la ricezione di SMS e le chiamate in arrivo in base alle tue preferenze.

- 1、 Se stai usando un dispositivo iOS, devi associare e collegare l'orologio con l'app Amazfit.

- 2、 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.

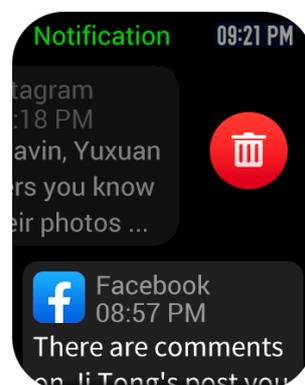
Visualizzazione delle notifiche

- 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

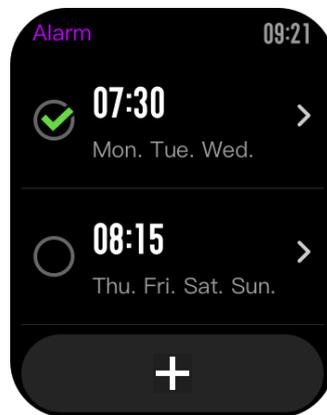
- 1、 Una notifica letta sull'orologio o sul telefono verrà eliminata automaticamente dall'elenco delle notifiche dell'orologio.
- 2、 Per eliminare manualmente una notifica nell'orologio, scorri verso sinistra sulla notifica da cancellare e tocca il pulsante Cancellare.



2.11 Sveglia

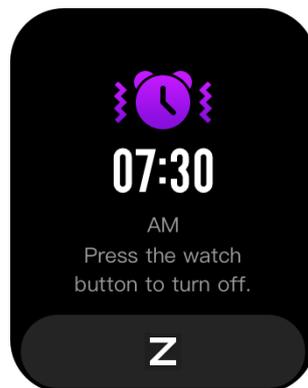
Con Amazfit GTS è possibile creare e gestire le sveglie dall'orologio. Puoi creare una sveglia anche attraverso l'app Amazfit.

- 1、 Tocca il pulsante per la creazione 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.
- 2、 Per creare una sveglia nell'app Amazfit accedi a Profilo > Amazfit GTS > Sveglia e aggiungi la sveglia seguendo le indicazioni nella pagina.

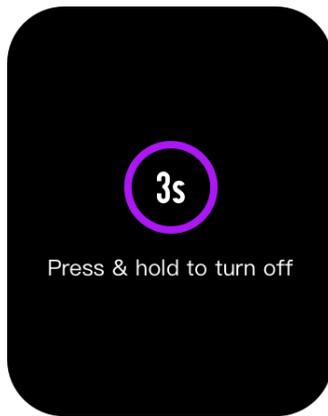


Attivazione della sveglia

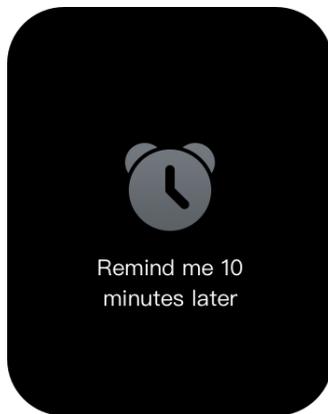
In caso di attivazione della sveglia sull'orologio puoi scegliere di spegnerla o di posticiparla.



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



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

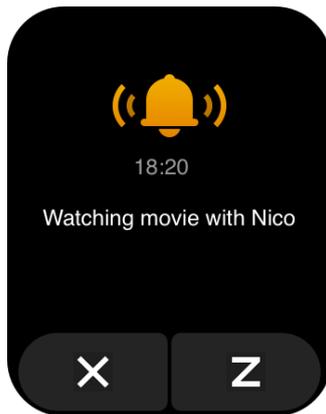


2.12 Promemoria per gli eventi

Crea e gestisci i promemoria degli eventi attraverso l'app Amazfit.

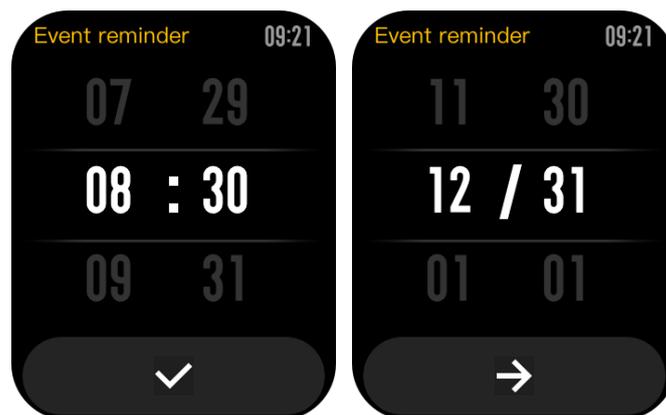
Nell'orologio verrà visualizzato l'elenco delle cose da fare e il dispositivo vibrerà per avvisarti all'ora impostata.

- 1、 Apri l'app Amazfit, accedi a Profilo > Amazfit > Promemoria degli eventi e crea il promemoria che desideri seguendo i suggerimenti nella pagina.
- 2、 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.

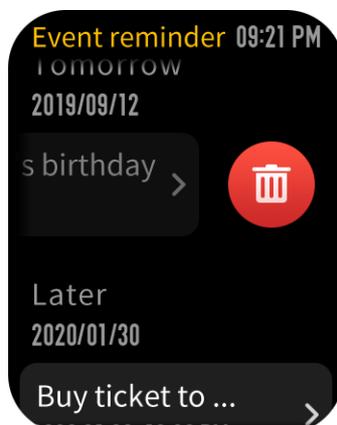


3、 I promemoria degli eventi possono essere modificati ed eliminati nell'orologio.

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 sinistra nell'evento da eliminare e tocca l'icona del bidone.



2.13 Timer

Il cronometro di Amazfit GTS 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.

- 1、 Tocca il pulsante di avvio per attivare il cronometro e iniziare subito a cronometrare.
- 2、 Durante la rilevazione puoi anche tenere il conto del numero di cronometraggi effettuati toccando il pulsante (fino a 99 cronometraggi per ogni operazione)
- 3、 e sospendere il cronometraggio corrente toccando il pulsante in basso a sinistra nello schermo dell'orologio.
- 4、 Quando il cronometro è in pausa, puoi resettarlo toccando il pulsante a destra o riprendere il cronometraggio toccando il pulsante a sinistra.
- 5、 Scorri verso sinistra per visualizzare il cronometraggio corrente e quelli precedenti.
- 6、 Scorri verso destra per tornare al livello precedente e alla pagina del cronometro.



2.14 Conto alla rovescia

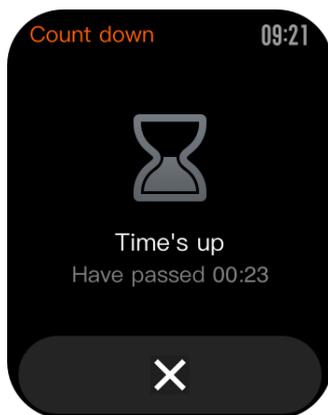
Per attivare il conto alla rovescia, fai scorrere verso l'alto l'elenco delle app nel

quadrante e seleziona l'app per il conto alla rovescia.

- 1、 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 con un tocco.
- 2、 È possibile personalizzare il conto alla rovescia scegliendo un range che va da 1 minuto a 23 ore e 29 minuti.



Puoi sospendere, riprendere e 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.



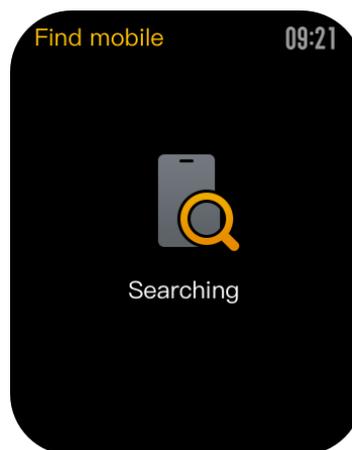
2.15 Come trovare il telefono

Amazfit GTS 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, accedi ad Altro > Ricerca il cellulare e tocca questa opzione per trovare il tuo telefono.

- 1、 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.
- 2、 Una volta effettuato l'accesso alla pagina Ricerca il cellulare, l'orologio cercherà automaticamente il dispositivo. Se dopo 60 secondi non viene trovato nessun dispositivo, comparirà un messaggio di errore e potrai riprovare.
- 3、 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. Tieni presente che l'orologio deve essere connesso al telefono, altrimenti non sarà in grado di trovarlo.



2.16 Bussola/pressione atmosferica/altitudine

Amazfit GTS 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 sull'orologio mostra in tempo reale la pressione atmosferica corrente.



Scorri verso l'alto nella pagina della pressione atmosferica 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.



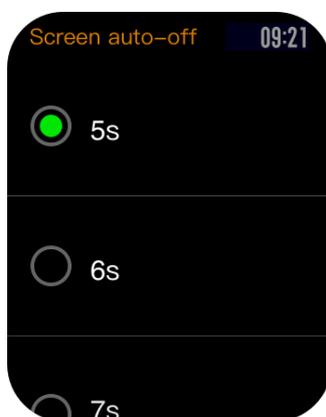
2.17 Impostazioni

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.

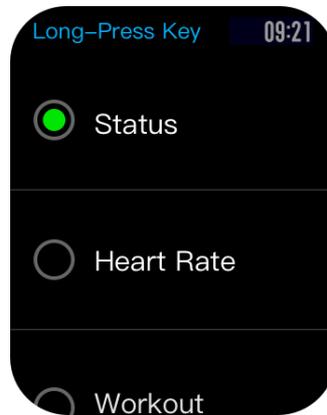


Durata schermo luminoso: questa opzione ti permette di regolare la durata di accensione dello schermo dell'orologio da 5 secondi (min) a 15 secondi (max).

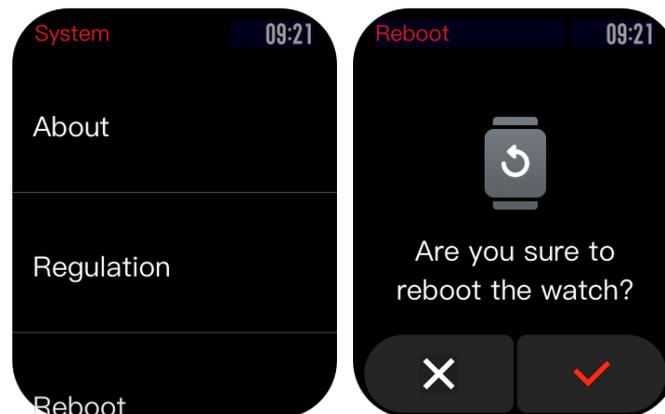


Pressione prolungata del pulsante: puoi impostare questa azione per l'avvio

rapido di una funzione dell'orologio (per impostazione predefinita, l'elenco degli allenamenti).

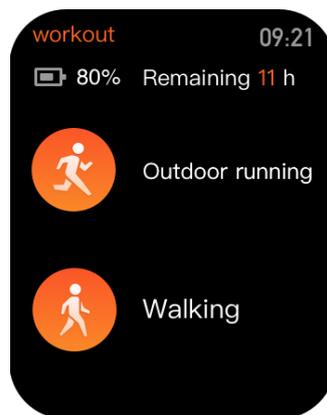


Sistema: questa opzione permette di visualizzare la versione del firmware e le informazioni sulla regolamentazione, di controllare le operazioni di spegnimento e riavvio dell'orologio e di eseguire il ripristino delle impostazioni di fabbrica.



3. Attività

Amazfit GTS supporta dodici tipi di allenamento: Corsa all'esterno, Camminata, Ciclismo, Tapis roulant, Ciclismo al coperto, Nuoto in piscina, Nuoto libero, Ellittica, Alpinismo, Corsa su pista, Sci ed Esercizio. I tipi di allenamento Corsa all'esterno, Camminata, Ciclismo, Nuoto libero, Alpinismo, Corsa su pista e Sci supportano la registrazione del percorso tramite il GPS.

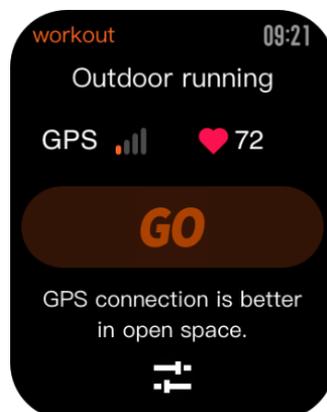


Come attivare la funzione degli allenamenti nell'orologio:

Se hai impostato l'elenco degli allenamenti come opzione di avvio rapido, puoi rapidamente accedere a tale elenco tenendo premuto il pulsante.

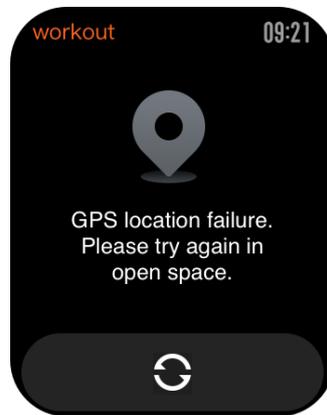
3.1 Posizionamento per gli allenamenti

Se vuoi avviare Corsa all'esterno, spostati in uno spazio aperto prima dell'allenamento in modo da ottenere un rapido posizionamento GPS.

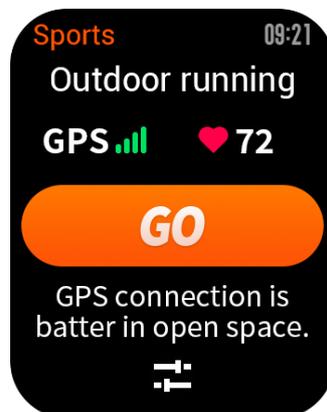


Se l'elaborazione del posizionamento richiede molto tempo, ciò potrebbe essere

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 cominciare l'allenamento all'aperto. Se cominci l'allenamento mentre il processo di posizionamento è ancora in corso, non sarà possibile registrare il percorso e i dati dell'allenamento non saranno registrati in maniera precisa. Dopo aver effettuato correttamente il posizionamento GPS, l'icona VAI si illuminerà; toccala per cominciare l'allenamento.



3.2 Durante gli allenamenti

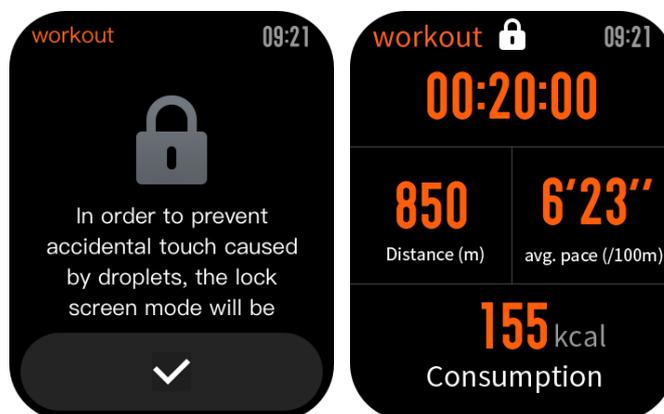
Durante l'allenamento, sull'orologio verranno mostrati in tempo reale i relativi dati, come la durata, la distanza, il ritmo/la velocità e la frequenza cardiaca. Se lo schermo si spegne, riaccendilo sollevando il polso o toccando lo schermo stesso.

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



3.3 Nuoto

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



3.4 Promemoria esercizio

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

allenamento" per maggiori dettagli.



3.5 Come mettere in pausa e terminare un allenamento

- 1、 Se la funzione di pausa automatica è attiva, l'orologio metterà automaticamente in pausa la registrazione quando rileva l'interruzione dell'allenamento. Quando riprendi l'allenamento, l'orologio esce automaticamente dallo stato di pausa e riprende a registrare l'allenamento.
- 2、 Tocca un pulsante qualsiasi durante un allenamento per sospenderlo.



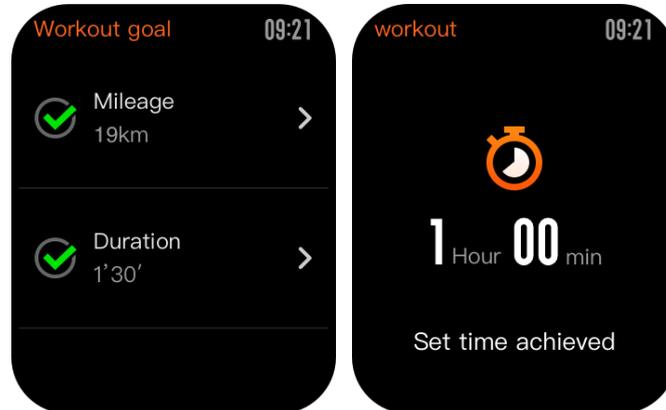
Tocca il pulsante a destra per uscire dallo stato di pausa e riprendere l'allenamento.

Tocca il pulsante a sinistra per terminare l'allenamento corrente e salvarne i dati.

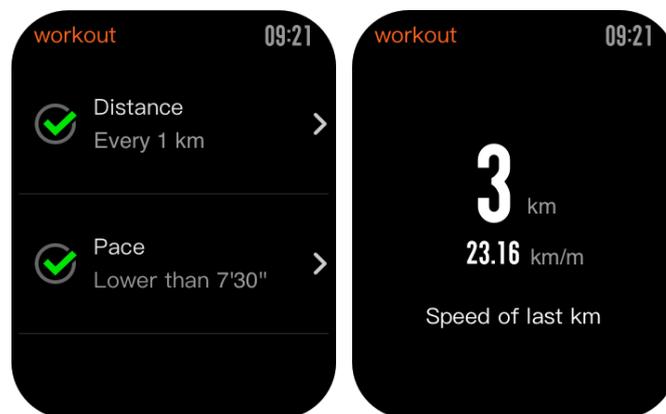
3.6 Impostazioni di allenamento

Prima di cominciare l'allenamento puoi impostare alcune funzioni utili.

- 1、 La funzione Obiettivo esercizio supporta tre tipologie: chilometraggio, durata e calorie. Quando raggiungi un obiettivo impostato in precedenza, l'orologio vibra per avvisarti.



- 2、 La funzione Promemoria 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 allenamento.



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



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