

# Инструкция по применению **Amazfit Bip**



## Содержание

Функции навигации по циферблату и характеристики кнопок .....	3
Функции навигации .....	3
Использование кнопок часов .....	4
Ношение и подзарядка часов .....	4
1. Повседневное ношение .....	4
2. Надевание браслета в процессе тренировки .....	4
3. Подзарядка .....	5
Функции часов .....	5
1. Настройка приложений часов .....	5
Циферблат .....	6
1. Замена циферблата в браслете .....	6
2. Смена циферблата в приложении .....	6
3. Режим «Не беспокоить» .....	6
Информационные уведомления .....	6
1. Пуск режима уведомления .....	6
Просмотр уведомлений .....	7
1. Удаление или полное удаление уведомлений .....	7
2. Режим .....	7
3. Тренировки .....	8
4. Погода .....	8
5. Будильник .....	9
6. Таймер .....	9
7. Компас .....	10
8. Настройки .....	10
Оповещение о состоянии часов .....	10
1. Напоминание о звонке .....	10
2. Напоминание о превышении продолжительности сидения .....	10
3. Заботливые напоминания .....	11
4. Напоминание о достижении показателей тренировки .....	11
5. Напоминание о будильнике мобильного телефона .....	11
6. Напоминание о перерыве подключения .....	11
7. Напоминание о событиях .....	11
8. Настройка быстрого доступа .....	11
Общие сведения по функциям тренировки .....	12
1. Включение режима тренировки .....	12
2. В процессе тренировки .....	12
3. Напоминание в процессе тренировки .....	12
4. Проверка результатов тренировки .....	14
5. Общие сведения о частоте сердечных сокращений во время тренировки .....	14
6. Текущее обслуживание часов .....	15

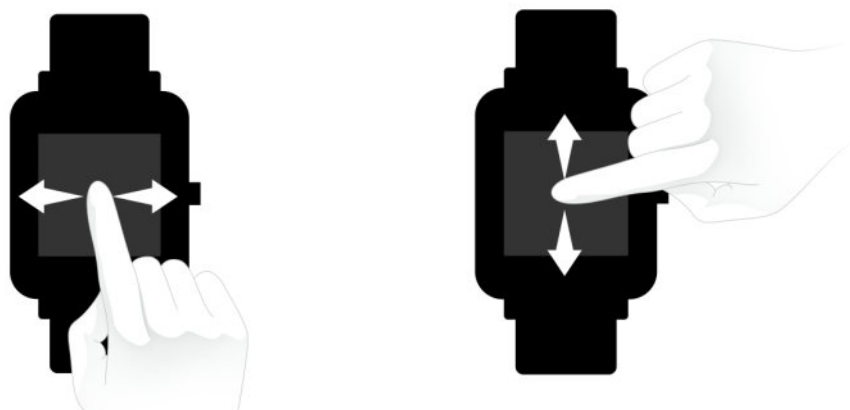
## Функции навигации по циферблату и характеристики кнопок

Часы оснащены сенсорным экраном с отражающим дисплеем и одной функциональной кнопкой.



## Функции навигации

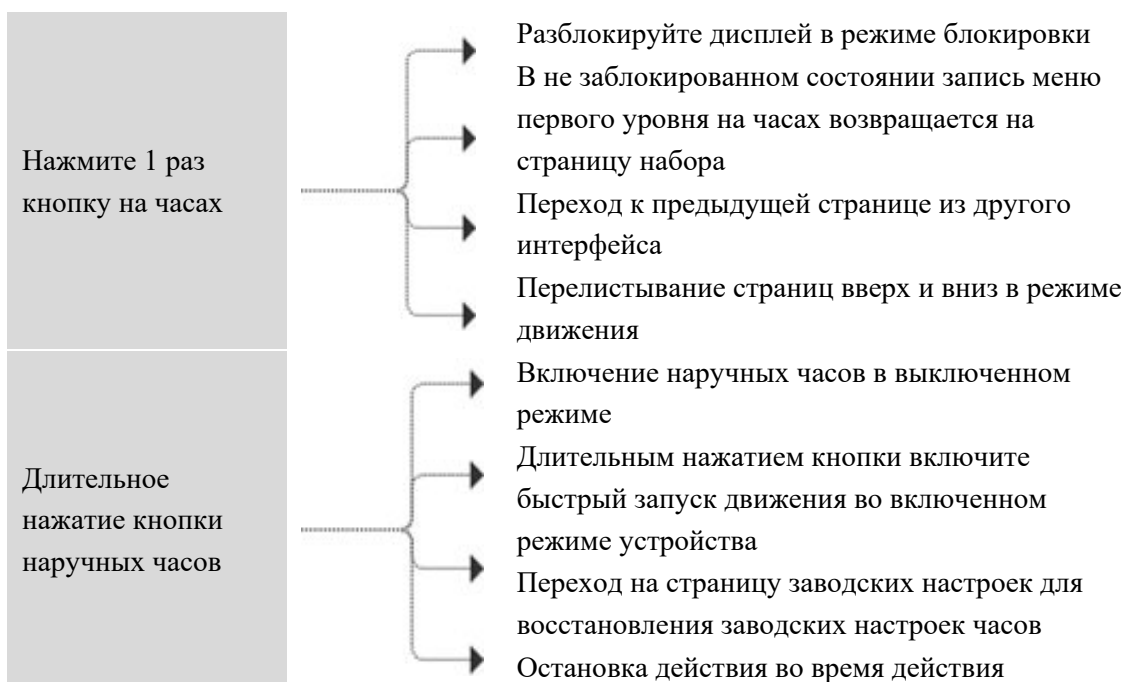
Навигация по экрану происходит при скольжении по экрану направо и налево, вверх и вниз.



По умолчанию на интерфейсе «Циферблат» отображается интерфейс «Циферблат».

- Проведите по экрану вверх, чтобы просмотреть историю уведомлений.
- Проведите по экрану вниз, чтобы установить режим «Не беспокоить», а также проверить уровень заряда батареи и подключение к телефону.
- Проведите пальцем влево и вправо, чтобы проверить различные функции приложения.

## Использование кнопок часов



## Ношение и подзарядка часов

### 1. Повседневное ношение

При не занятии спортом рекомендуется носить часы с подходящей плотностью на расстоянии двух пальцев от запястья для нормального функционирования оптического пульсометра.



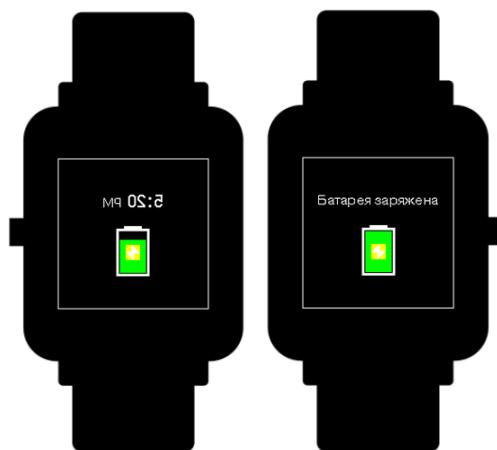
### 2. Надевание браслета в процессе тренировки

Рекомендуется носить часы в комфортно прилегающем и не скользящем состоянии во время проведения тренировок. Не слишком сильно затягивайте часы, но исключите свободное скольжение часов.

### 3. Подзарядка

- Вставьте USB-разъем док-станции в зарядное устройство мобильного телефона или порт USB компьютера для зарядки устройства.
- Установите часы в зарядную док-станцию и обратите внимание на то, чтобы металлические контакты на задней части часов были выровнены с золотистого цвета контактами док-станции, кнопка часов была плотно и точно прижата к док-станции.
- После правильной установки часов в зарядную док-станцию на экране появится индикатор зарядки, что будет означать начало зарядки устройства. Во время зарядки часов можно проверить время, получать напоминания о входящих звонках и уведомления приложения (при этом часы должны быть подключены к приложению).

Лучше всего заряжать устройство с помощью использования порта USB компьютера или зарядного штепселя фирменного мобильного телефона. Номинальное выходное напряжение зарядного штепселя мобильного телефона составляет 5V, выходной ток более 500Ma.



## Функции часов

### 1. Настройка приложений часов

Использование часов предполагает использование функций, которые могут использоваться на часах отдельно, например, отображение данных режима, тренировки и др.

По умолчанию по очереди показаны приложения, указанные в нижеследующей таблице. Можно самостоятельно установить приложения на экране согласно индивидуальных предпочтений. Выберите требуемые приложения в APP Mi Fit «Мои»-> «Amazfit Bip»-> «Приложения часов».



## Циферблат

### 1. Замена циферблата в браслете

В интерфейсе «настройка» часов перейдите в «циферблат», затем выберите нужный циферблат, после чего отобразится вопрос о подтверждении смены циферблата, после чего нажав «подтвердить» можно будет сменить циферблат.

### 2. Смена циферблата в приложении

В «Мои»->«Amazfit Bip», на интерфейсе «Устройство» нажмите доступ «Установка циферблата», после вступления на рынок циферблата и скачивания можно синхронно совершать перемену циферблата.

### 3. Режим «Не беспокоить»

В интерфейсе «Циферблат» перейдите в интерфейс режима «Не беспокоить», нажмите кнопку «Не беспокоить», в рамке запроса выберите «Не беспокоить».

- При выборе «Сразу запустить», то режим «Не беспокоить» сразу вступает в действие.
- При выборе «смарт –запуск», то в случае сна с ношением часов, можно автоматически запустить режим «Не беспокоить».

После запуска режима «Не беспокоить», при получении напоминаний о звонке, сообщении ММС, уведомлении от APP, напоминании о почте, заботливых напоминаниях, вибрация часов будет отключена.

## Информационные уведомления

### 1. Пуск режима уведомления

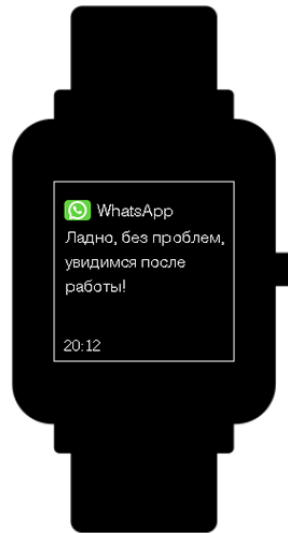
При использовании, нужно в APP запустить «Напоминание в APP» соответствующего приложения, и установить соединение часов и мобильного телефона.

Для устройства на iOS нужно сначала синхронизировать часы и мобильный телефон через Bluetooth.

Для устройства на Android, в фоновом режиме установите APP и занесите приложения белый список. При запуске приложение APP должно функционировать в фоновом режиме, тем самым предотвращается удаление фоновой обработкой мобильного телефона, и предотвращается отсоединение часов, которые не могут получать напоминание приложения. Посмотрите способ установки в разных системах мобильного телефона в “Помощь использования”-> «Настройка ограничения работы фоновых приложений».

## Просмотр уведомлений

После получения напоминания об уведомлении напоминание сопровождается вибрацией и автоматически отображается содержание уведомления. При не просмотре уведомления, можно найти уведомление при переходе в список уведомлений в интерфейсе «Циферблат».



### 1. Удаление или полное удаление уведомлений

В часах возможно максимально сохранять 10 последних уведомлений. При превышении данного ограничения, автоматически удаляется первое уведомление при получении нового уведомления. Если содержание уведомления не показано из-за полноты одного дисплея, будет продолжительно показано в втором дисплее, а если содержание уведомления превышает объем второго дисплея, то содержание уведомления будет прервано и не показано.

- Можно удалить данное уведомление при переходе налево на интерфейсе какого-то уведомления.
- Можно удалить все уведомления при переходе наверх в конец списка уведомлений и нажатии кнопки «Удалить все».

### 2. Режим

В интерфейсе режима можно посмотреть количество шагов, сердечный ритм 1 минута назад, пройденную дистанцию, потраченные калории и длительность сидения.

После переключения в интерфейс «режим», часы будут автоматически измерять сердечный ритм до выключения экрана или выхода из интерфейса «режим».



### 3. Тренировки

Если провести по экрану циферблата влево, то отобразится пункт «Тренировки», как описано в разделе ниже «Общие сведения по функциям тренировок».

### 4. Погода

В интерфейсе «Погода», можно просмотреть данные о текущей погоде и прогноз погоды на несколько дней вперед.

Данные о погоде передаются с сервера, поэтому для получения последних данных о погоде, поддерживайте Bluetooth мобильного телефона в запущенном положении, часы и телефон должны быть подключены через Bluetooth.

При получении уведомления о прекращении передачи данных о погоде в часах отобразится данное push-уведомление. Можно установить кнопку «Уведомление о прекращении передачи данных о погоде» в интерфейсе APP «Мои» -> «Amazfit Cor» -> «Настройки погоды».





## 5. Будильник

На экране часов можно открыть и закрыть будильник, тоже можно добавить и редактировать время будильника в Mi Fit. Максимально можно установить 10 будильников.

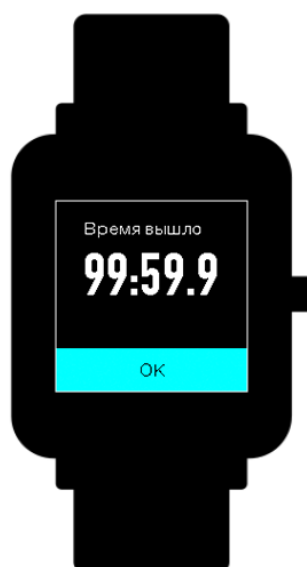
Для любителей сна при запуске будильника в часах сработает вибрация. Если нужно отключить будильник, нажмите кнопку «Выключить» в часах. Если нужно второе напоминание через 10 минут, нажмите на часах кнопку «Напомнить позже». Если будильник непрерывно вибрирует 6 раз, и при отсутствии каких-либо действий, будильник отключится после 6-й вибрации.



## 6. Таймер

Таймер делится на секундомер и обратный счетчик времени.

Секундомер может записать много раз. На обратном счетчике времени можно установить один отсчет времени, при наступлении заданного времени прозвучит вибрация.



## **7. Компас**

При переходе на страницу компаса впервые нужно зайти на страницу компаса для завершения настроек. Компас имеет 2 страницы: одна для просмотра широты и долготы, вторая для просмотра высоты над уровнем моря. Информация о высоте над уровнем моря, широте и долготе передается с помощью сигналов GPS, получаемых в открытом пространстве. Для включения GPS требуется некоторое время, подождите. Для удаления помех сигнала, используйте часы вдали от магнитного поля.

## **8. Настройки**

Настройки часов не поддерживают скрытый режим. В настройках есть функции изменения циферблата, быстрого запуска долгим нажатием на кнопку, изменение яркости, поиска номера телефона, прокрутки, выключения и восстановления заводских настроек.

- Замена циферблата: часы в настоящее время имеют 10 встроенных циферблатов, которые можно переключать в соответствии с предпочтениями.
- Настройки длительным нажатием: для настройки быстрого запуска «Тренировок» долгим нажатием, выберите любой из видов тренировок, после чего можно будет запустить режим «Тренировка» долгим нажатием на кнопку. По умолчанию запускается режим «Бег на открытом воздухе». Для отключения данного режима установите в настройках «Выключить».
- Регулирование яркости: яркость подразделяется на 5 уровней, регулирование яркости можно осуществить при помощи нажатия «+» и «-».
- Поиск мобильного телефона: после подключения к Bluetooth можно осуществлять поиск мобильного телефона через часы. Мобильный телефон на Android может использовать данную функцию при работе APP в фоновом режиме.
- Об этом устройстве: можно проверить версию данных часов и адрес Bluetooth в интерфейсе «Об этом устройстве».
- Выключение: выключение часов.
- Восстановление заводских настроек: после восстановления заводских настроек все данные будут сброшены. Можно проводить восстановление заводских настроек при долгом нажатии кнопки часов. После восстановления заводских настроек, часы можно использовать после повторного соединения.

## **Оповещение о состоянии часов**

### **1. Напоминание о звонке**

Часы выдают вибрационное оповещение в случае получения входящих сообщений. На странице уведомлений, если Вам нужно закончить вызов нажмите «завершить вызов». Если Вы хотите игнорировать уведомление, нажмите «Игнорировать» или нажмите кнопку часов один раз, и вибрация прекратится. Для использования данной функции, перейдите в приложение, чтобы включить уведомления о вызовах (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Включить уведомления о входящих вызовах).

### **2. Напоминание о превышении продолжительности сидения**

При длительном сидении на одном месте, часы будут вибрировать, чтобы напомнить о необходимости иногда вставать. Для использования данной функции, перейдите в приложение, чтобы включить уведомления о долгом сидении (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Включить уведомления о превышении продолжительности сидения).

### 3. Заботливые напоминания

При получении уведомлений от близкого человека, часы вибрируют для напоминания об отправителе уведомлений.

### 4. Напоминание о достижении показателей тренировки

После достижения заданного уровня шагов в день сработает вибрация для напоминания о достижении цели. Для использования данной функции, перейдите в приложение, чтобы включить уведомления о достижении цели (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Включить уведомления о достижении цели).

### 5. Напоминание о будильнике мобильного телефона

Во время звонка будильника срабатывает вибрация для напоминания будильника. В настоящее время эта функция поддерживается только системой MIUI. Для использования данной функции, перейдите в приложение, чтобы включить уведомления о будильнике (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Включить уведомления о будильнике).

### 6. Напоминание о перерыве подключения

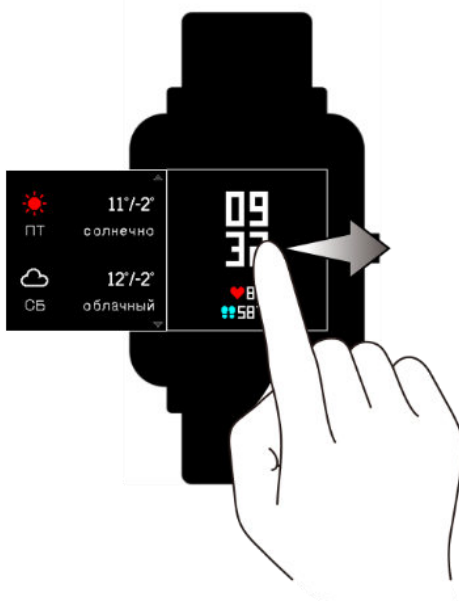
При отключении от телефона прозвучит вибрация, предупреждая о прерывании подключения. Для использования данной функции, перейдите в приложение, чтобы включить уведомления о перерыве подключения (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Более - Включить уведомления о перерыве подключения).

### 7. Напоминание о событиях

Если в заданное время есть какое-либо событие прозвучит вибрация, напоминая о событии. Для использования данной функции перейдите в приложение, чтобы включить уведомление о событиях. (Mi Fit- Мой профиль-Мое устройство – Включить уведомления о событиях).

### 8. Настройка быстрого доступа

Настройте проведение по странице циферблата вправо для просмотра приложений. В настоящее время поддерживаются приложения «Погода».



## Общие сведения по функциям тренировки

### 1. Включение режима тренировки

Есть два способа включить режим тренировки:

- Перед началом тренировки можно зайти в данный интерфейс и выбрать тип тренировки.
- Быстрый запуск выбранного режима тренировки осуществляется долгим нажатием кнопки часов.

Виды тренировки, в настоящее время поддерживаемые часами: бег на открытом воздухе, бег в помещении, велопрогулка, ходьба.

При запуске тренировки сначала проверьте, достаточно ли объема памяти часов для хранения данных. Если недостаточно, можно перезаписать данные тренировки вместо прошлых не синхронизированных данных. Для обеспечения сохранности данных, рекомендуется подключить приложение как можно скорее после тренировки для синхронизации данных.

Вид тренировки с записью траектории – бег на открытом воздухе, велопрогулка и ходьба должны включать GPS-позиционирование, можно начать движение после успешного определения местоположения.

### 2. В процессе тренировки

Через 3 сек., произойдет переход в интерфейс тренировок.

### 3. Напоминание в процессе тренировки

#### • Напоминание о слишком высоком сердечном ритме

Если во время тренировки частота пульса превышает установленное максимальное значение, часы вибрируют для напоминания о том, что сердечный ритм слишком высок и отобразится текущее значение сердечного ритма. Для использования данной функции перейдите в приложении в «Настройки тренировок», чтобы включить уведомление о значении сердечного ритма.



- **Напоминание о замедлении**

Если во время тренировки скорость в режиме реального времени ниже заданного значения, часы вибрируют для напоминания о слишком низкой скорости и показывают текущую темп. Для использования данной функции перейдите в приложении в «Настройки тренировок», чтобы включить оповещение о скорости.

- **Напоминание о пройденном километраже**

При достижении количества километров во время тренировки прозвучит вибрация, чтобы напомнить о текущем количестве километров и скорости на последнем километре. Для использования данной функции перейдите в приложении в «Настройки тренировок», чтобы включить уведомление о расстоянии.

- **Оповещение о недостаточном объеме памяти**

Если во время тренировки не хватает объема памяти, прозвучит вибрация для уведомления о том, стоит или нет продолжать тренировку. Если Вы нажмете «Продолжить», не синхронизированные данные о тренировке будут перезаписаны. При нажатии «Завершить», тренировка закончится.

- **Уведомление о нехватке объема памяти**

Если во время тренировки свободный объем памяти подходит к концу, часы выдают вибрационное оповещение об этом. Данные о текущей тренировке будут автоматически сохранены.

- **Уведомления об изменении состояния GPS**

Если при входе в «Бег на открытом воздухе» местоположение ранее не устанавливалось, после первого повторного успешного определения местоположения, часы вибрируют, уведомляя о том, что позиционирование GPS выполнено успешно.

## Работа во время тренировки



Длительное нажатие

Перерыв в тренировке

Короткое нажатие

Переключение экрана

- **Временный перерыв/продолжение/окончание тренировки.**

Долгое нажатие кнопки часов служит для прекращения тренировки. На циферблате отображается приостановка. Нажмите «Продолжить», чтобы продолжить запись тренировки. Нажмите «Завершить», в зависимости от преодоленного расстояния, будет отображено напоминание о слишком коротком расстоянии: если расстояние меньше 50 м, запись тренировки не будет сохранена. Если расстояние больше 50 м, подтвердите окончание тренировки.

#### 4. Проверка результатов тренировки

- **Просмотр ретроспективных данных о тренировках на часах**

Нажав на «Тренировку», проведите пальцем влево по экрану, чтобы открыть историю данных. Нажмите, чтобы войти и просмотреть последние сохраненные записи тренировок. Если имеются не синхронизированные данные о тренировках, в правой части списка отображается значок об отсутствии синхронизации. После успешной синхронизации с приложением этот значок перестанет отображаться. Нажмите на запись тренировки, чтобы просмотреть подробные данные о ней.

- **Просмотр в приложении Mi Fit**

В режиме тренировок приложения Mi Fit также можно просмотреть все записи о тренировках.

- **Удаление истории данных о тренировках**

На странице подробных данных о тренировках часов, проведите пальцем сверху вниз по экрану, пока в нижней части не появится значок «Удалить», нажмите на него. Если данные были синхронизированы, записи тренировок будут удалены. Если данные не были синхронизированы, Вам нужно будет подтвердить удаление.

**Примечание:** удаление истории данных о тренировках с часов не влияет на отображение синхронизированных данных в приложении. Данные в приложении не будут удалены, для их удаления перейдите в приложение.

- **Настройки тренировок**

Нажмите на «Тренировка» и проведите влево, чтобы перейти в меню настроек тренировок. Можно настроить по своему усмотрению автоматическую паузу в процессе тренировки, напоминание о частоте пульса, напоминание о скорости, напоминание о пройденном расстоянии. После установки настроек и включения напоминания во время тренировки будет отображаться соответствующее напоминание о тренировке (подробнее см. описание уведомлений во время тренировки в данном разделе)

- **GPS и AGPS**

При входе в интерфейс бега на открытом воздухе и другим видам активности на открытом воздухе часы автоматически включают GPS и уведомляют об успешном позиционировании. GPS автоматически отключится, когда тренировка будет завершена. Определение местоположения через GPS следует выполнять в открытом пространстве. Начинайте тренировку после успешного завершения позиционирования. Поднимайте руку с часами на высоту груди для ускорения определения положения в случае пребывания в толпе людей.

AGPS (Assisted GPS) использует данные орбитальных спутников GPS-навигации, которые могут помочь часам ускорить определение местоположения через GPS. При поддерживаемом соединении Bluetooth между часами и мобильным телефоном, часы будут активно синхронизироваться с приложением Mi Fit и обновлять данные AGPS. В случае отсутствия синхронизации данных из приложения в течение 7 дней подряд, данные AGPS истекают. Истечение срока данных AGPS могут повлиять на скорость позиционирования, и часы напомнят о необходимости подключить приложение для автоматического обновления при запуске.

#### 5. Общие сведения о частоте сердечных сокращений во время тренировки

Во время тренировки часы вычисляют частоту пульса на основе вашей личной информации. Интервал пульса поможет определить эффект и интенсивность тренировки. Текущий диапазон пульса будет отображаться на экране часов рядом с пульсом. После тренировки можно проверить продолжительность каждого интервала пульса на странице «Подробности» записи тренировки в приложении.

По умолчанию предоставлено 6 ограничений.

Ограничение сердечного ритма по умолчанию можно рассчитывать согласно предположенному максимальному сердечному ритму. Часы обычно рассчитывают максимальный сердечный ритм с формулой 220 минус величины возраста.

Наименование интервала частоты сердцебиений	Правила подсчета
Свободные движения	Менее 50% от максимального пульса
Разминка	В пределах 50-60% от пульса [До и после включения]
Сжигание жира	В пределах 50-60% от пульса [До и после включения]
Кардио тренировка	В пределах 70-80% от пульса [До и после включения]
Выносливость	В пределах 80-90% от пульса [До и после включения]
Максимум	Максимальная частота сердечных сокращений выше 90%

#### 6. Текущее обслуживание часов

- Часы и ремень нужно регулярно очищать чистой водой, надевать часы после обтирания мягкой тканью.
- Для чистки часов нельзя использовать мыло, жидкое мыло, жидкость ванны и другие очистительные средства во избежание повреждения кожи или устройства из-за воздействия остаточных химических веществ.
- Своевременно очистите и вытрите устройство насухо после купанья с ноской устройства (устройство, поддерживающее купанье), плавания с ноской устройства (устройство, поддерживающее плавание), выделения пота.

#### Особые замечания

- Степень влаго- и пыленепроницаемости часов составляет IP68. Часы могут выдержать погружение в пресноводную воду комнатной температуры на глубине 1,5 метра в течение 30 минут, но не поддерживается режим купания и плавания.
- Эксплуатация часов под водой запрещена. Работа с сенсорным экраном обмоченных водой часов и подзарядка допустима только после его высушивания;
- Часы не обладает стойкостью к воздействию агрессивных жидкостей, таких как морская вода, кислый раствор и щелочной раствор, химический реагент. Гарантийный ремонт не распространяется на повреждение или недостатки часов, причиненные неправильным или ненадлежащим способом использования.